

охватывание сферы бесплатного предоставления минимума социально значимых услуг.

Существующая нормативно-правовая база Российской Федерации и Республики Таджикистан позволяет регулировать отношения в сфере социального обслуживания населения, стандартизации социального обслуживания и решать ряд задач по улучшению качества жизни определенных категорий населения, осуществлять функции по управлению социальной сферой.

Литература

1. Антонович И.В., Калинина Ю.А., Сидикова М.А. Организация социального обслуживания населения в Российской Федерации и Республике Таджикистан. // Социальная интеграция и развитие этнокультур в евразийском пространстве. 2023. №3. С. 24-27.

2. Закон Республики Таджикистан от 5.01.2008 года № 359 «О социальном обслуживании» // https://base.spinform.ru/show_doc.fwx?rgn=21485.

3. Закон Республики Таджикистан от 29 декабря 2010 года №668 «О стандартизации» // https://base.spinform.ru/show_doc.fwx?rgn=32684.

КАПИТАЛ ЗДОРОВЬЯ КАК ФАКТОР СОХРАНЕНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Кащенко А.С., Максимова С.Г., Барнаул (Россия)

Публикация подготовлена в рамках проекта РФ «Изменения климата, ледников и ландшафтов Алтая в прошлом, настоящем и будущем как основа модели адаптации населения внутриконтинентальных горных районов Евразии к климатообусловленным изменениям среды» (2022-2025 гг.)

Аннотация. Капитал здоровья представляет собой совокупность физических, психологических и социальных ресурсов, необходимых для поддержания и улучшения здоровья человека. В данной статье рассматривается понятие капитала здоровья, его составляющие и влияние на общее благополучие индивида и общества. Основываясь на мнения экспертного сообщества, статья поможет лучше понять важность инвестирования в здоровье и принятия проактивного подхода к поддержанию своего капитала здоровья.

Ключевые слова: капитал здоровья, человеческий капитал, психологическое здоровье, физическое здоровье

HEALTH CAPITAL AS A FACTOR OF PRESERVATION OF SOCIAL SECURITY

Kashchenko A.S., Maximova S.G., Barnaul (Russia)

Abstract. *Health capital is a set of physical, psychological and social resources necessary to maintain and improve human health. This article examines the concept of health capital, its components and impact on the overall well-being of the individual and society. Based on the opinions of the expert community, the article will help to better understand the importance of investing in health and taking a proactive approach to maintaining your health capital.*

Key words: *health capital, human capital, psychological health, physical health*

Сегодня научным сообществом много внимания уделяется категории «человеческий капитал». У истоков разработки данной концепции стояли ученые экономисты Т. Шульц и Г. Беккер, которые в XX веке пытались решить задачу по повышению производительности труда сотрудников производств. В процессе работы над данной идеей эксперты пришли к выводу, что продуктивность работника во многом зависит от того, что в него вложили. Сюда, в первую очередь, включаются образование, приобретенные навыки и знания. Второстепенным элементом, но также значимым, следует считать врожденные способности, которые тоже могут повышать производительность труда. На протяжении исследования феномена человеческого капитала долгое время образование считалось ключевым фактором, позволяющим обеспечить наибольший эффект в реализации человеческих возможностей. Но стоит отметить, что с недавнего времени фокус внимания начал смещаться в сторону здоровья как неотъемлемой части человеческого капитала [5, с. 70-72]. Это также подтверждается прошедшим посланием президента Федеральному Собранию, где был анонсирован запуск нового национального проекта «Продолжительная и активная жизнь», который будет нацелен на поддержание и сохранение здоровья жителей России.

Именно здоровье позволяет долго и плодотворно работать, оставаясь полноценным источником дохода для себя и государства. Отмеченную категорию важно изучать не только с позиции экономической выгоды, но и в рамках социальной безопасности, где здоровье имеет значительное влияние.

В настоящее время в экспертном сообществе существует несколько подходов в понимании феномена «капитал здоровья». С точки зрения официальной медицины, исследуемая категория определяется как физическое состояние человека, отсутствие болезней и наличие

определенного уровня физической активности. По данным Всемирной организации здравоохранения, здоровье личности на 50-55% зависит от здорового образа жизни, на 10-15% может повлиять система здравоохранения [4, с. 8-12]. Можно сказать, что ключевым способом воспроизводства здоровья человека ученые считают образ жизни. Например, Ю.П. Лисицин считал, что образ жизни – это уклад, стиль, уровень и качество жизни, то есть важно, чтобы человек был материально обеспечен, были минимизированы социальные потрясения, прослеживалась психологическая стабильность, только в этом случае можно говорить о здоровье индивида.

Академик Н.А. Агаджанян отмечал динамичность понятия «Образ жизни». О чем он говорил? У этого фактора не существует единой модели поведения для разных возрастных категорий, так как мотивация в группах имеет отличие. Кроме того, если говорить о детях и подростках, то их еще нужно обучать здоровому образу жизни, разъяснять ценность самосохранительного поведения, чтобы они в процессе жизни придерживались данной модели, корректируя ее под текущие обстоятельства. Несмотря на различия в мотивации разных возрастных групп, Н.А. Агаджанян выделяет общие элементы здорового образа жизни, исполнение которых рекомендовано всем возрастам. К этим элементам академик относит: отказ от курения, алкоголя и прочих факторов риска; соблюдение профилактических медицинских осмотров [1, с. 242-244].

Важным элементом развития капитала здоровья, с точки зрения медицинской науки, является переход от концепции «Профилактика и лечение болезней» к концепции «Культивирование здоровья». По мнению С.В. Белоусовой, здоровый образ жизни – более широкое понятие, чем нам кажется. Данное явление следует трактовать на двух уровнях: макро и микро. В рамках первого подхода важно разрабатывать законы, направленные на пропаганду, развитие ЗОЖ, создавать такие условия, когда в социальных группах определенная модель поведения считается нормой, приверженность вредным привычкам, равнодушное отношение к своему здоровью – осуждаются обществом [3, с. 5-9]. Важно, чтобы человек с детства впитывал эту модель поведения, передавал ее следующим поколениям.

Микроуровень предполагает формирование образа жизни, основанного на индивидуальном поведении личности, его опыте, активности, стиле поведения. Для повышения капитала здоровья всего государства, нации важна работа каждого отдельного человека. В рамках этого подхода важная роль отводится индивидуальной дисциплине и ответственности, которые в совокупности и дают положительный результат.

Свое видение понятия «Капитал здоровья» есть и у психологии, где специалисты немного иначе трактуют данную категорию, считая ее неотъемлемой частью человеческого капитала. По мнению А.И. Юрьева, здоровье личности должно приносить пользу не только экономике страны, но и обществу в целом. Специалист акцентирует внимание на термине «Жизнеспособность», которая является составляющей частью человеческого капитала. По мнению психолога, жизнеспособность личности заключается не только в продолжении рода, создании комфортных условий для жизни, но и в социальной реализации [7, с. 23].

Здесь следует понимать умение брать ответственность за себя и за ближайшее окружение (семья, друзья, коллеги), создавать для себя и других ценности, которые будут работать во благо. Для этого человеку необходимо иметь накопленные ресурсы, которые помогут ему справиться со всеми жизненными стрессами, сохранять психическое и эмоциональное равновесие. Обладая такими возможностями, личность способна успешно справляться с жизненными вызовами и преумножать свое благополучие. В рамках данной работы акцент делается не на физическом здоровье, а на психологическом. Безусловно, на работоспособность, творчество, энергию оказывает влияние самочувствие личности, его состояние, но если у человека наблюдается сбой психологического состояния, то последствия будут более масштабные. Эксперты отмечают, что такие факторы психологического здоровья как осознанность поступков, адекватное понимание общества, умение составлять жизненный план и следовать ему, ответственность благотворно влияют на жизни человека и общества. Когда личность на психологическом уровне здорова, то ее продуктивность постоянно увеличивается.

Другой известный психолог, Мартин Селигман, в изучении капитала здоровья также акцентировал внимание на важности понимания и развития человеческих ресурсов для успешности и эффективности в различных сферах жизни. Специалист выделил ключевые аспекты, которые связаны с психологическим здоровьем, но существуют неразрывно от человеческого капитала [6, с. 41-52].

Первым элементом является положительная психология. Селигман утверждал, что развитие в человеке оптимизма, счастья, благодарности повышает человеческий потенциал в решении жизненных вопросов как на профессиональном уровне, так и в личной жизни.

Вторым значимым аспектом является культивирование сильных сторон. Мартин Селигман был убежден, что индивид наиболее продуктивен, когда он концентрирует свое внимание не на устранении собственных слабостей, а на имеющихся способностях и талантах. Это позволяет находить наиболее творческий путь в разрешении проблем.

Если мы посмотрим на людей, добившихся больших высот в любой из сфер, то увидим развитую силу воли, выносливость, терпение, трудолюбие или какие-то другие качества, способствующие развитию личности.

Для развития и роста в своей сфере деятельности важно постоянно повышать свои лидерские качества. Неплохо в такой ситуации работает модель «Учитель-ученик», когда в конкретной профессиональной области у человека есть возможность учиться у тех, кто уже добился больших высот, имеет определенное влияние, способен собрать и сплотить вокруг себя команду профессионалов. Взаимодействуя с такими людьми, человек не замечает, как постепенно с роли ученика переходит в статус учителя, способного взращивать новых сильных, независимых лидеров.

Все вышеперечисленные аспекты будут малоэффективны, если упустить еще один вид работы над собой – контроль и коррекция негативных эмоций. Мартин Селигман говорит об умении трансформировать стресс, тревогу, депрессию, уныние в положительную энергию. Если человек систематически подвергается влиянию таким эмоциям, то его капитал значительно снижается, он не способен решать сложные задачи, развитие личности тормозится, профессионального роста нет. В случае же когда негативная эмоция преобразовывается в положительную энергию, продуктивность индивида резко возрастает, что подтверждается полученными результатами во всех сферах жизни.

Если говорить про социологию, то в рамках этой науки здоровье личности тесно связано с человеческим капиталом и понимается как накопленные ресурсы и способности человека, которые способствуют его физическому и психическому благополучию. В рамках социологии капитал здоровья обычно рассматривается как один из видов социального капитала, влияющего на качество жизни и социальную адаптацию индивида. Капитал здоровья может включать в себя такие элементы, как знания о здоровом образе жизни, доступ к медицинским услугам, уровень физической активности, питание, доверие к медицинским институтам и многое другое [2. с. 120-125]. Важно понимать, что капитал здоровья не является чем-то статическим, он может меняться в зависимости от социокультурного контекста, индивидуальных ресурсов и социальных условий. Поэтому важно развивать и поддерживать капитал здоровья как один из ключевых аспектов качества жизни человека.

Можно выделить несколько подходов, которые описывают данную категорию со своей позиции. В рамках функционалистской концепции капитал здоровья рассматривается как ресурс, который позволяет людям эффективно функционировать в обществе. Здоровье понимается

как неотъемлемая часть социальной структуры и играет роль в поддержании стабильности и процветания общества.

Конфликтный подход подчеркивает неравенство в доступе к капиталу здоровья и его распределение в обществе. Он выделяет существующие социальные и экономические неравенства, которые влияют на состояние здоровья людей и приводят к ухудшению их благополучия. Сюда можно отнести разные возможности в лечении заболеваний у разных категорий граждан.

Согласно символическому подходу, капитал здоровья рассматривается как символ статуса и социального признания. Люди используют свое здоровье для демонстрации своего социального статуса и привлечения внимания к себе в обществе. Сюда, например, можно отнести людей, которые на собственном организме проверяют и демонстрируют нетрадиционные методы лечения, новые техники оздоровления и т.д.

Интеракционистский подход фокусирует внимание на роли социального взаимодействия и взаимодействия с окружающей средой в формировании капитала здоровья. Он подчеркивает важность взаимодействия индивида с другими людьми, группами и институтами для поддержания и улучшения его здоровья. Сложно поддерживать на высоком уровне свое здоровье без социума. Огромный вклад в это вносят родные, друзья, коллеги, которые, в случае заболевания, своей помощью, вниманием способствуют скорейшему выздоровлению.

Таким образом, можно сказать, что каждая наука имеет свое понимание капитала здоровья, но важной особенностью является то, что экспертное сообщество отмечает неразрывность этого термина с человеческим капиталом, кроме того, можно даже говорить о капитале здоровья как об элементе человеческого капитала. Не имеет большого значения на каком уровне (физическом или психологическом) у личности возникают проблемы со здоровьем, это неизменно сказывается на всей его жизни. Возникают проблемы в личной жизни, появляются сложности в профессиональной деятельности, снижается уровень благосостояния, пропадает интерес к развитию и самосовершенствованию. Во избежание подобных проблем индивиду крайне важно сохранять и поддерживать свое здоровье на высоком уровне, что благотворно скажется на его жизни и жизни общества.

Литература

1. *Агаджанян Н.А., Катков А. Ю.* Резервы нашего организма. 3-е изд., перераб., доп. М.: Знание, 1990. С. 240-248
2. *Андрианова А.В.* Формирование и динамика капитала здоровья нации: Дис. канд. экон. наук : 08.00.01 Улан-Удэ, 2006 120-127 с.

3. Белоусова С.В. Общественное здоровье в России: современные проблемы его теоретического понимания и практического формирования // Проблемы стандартизации в здравоохранении. 2016. № 11–12. С. 3–9.
4. Корольков А.Н. Физическая культура и спорт России как перспективная система полного жизненного цикла по укреплению человеческого капитала // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018. №5. С. 8–12.
5. Сокольская М.В., Ткаченко А.В. Здоровье профессионала как социально-экономическая категория // Здоровье и образование в XXI веке. 2016. Е. 18. № 2. С. 68 –77.
6. Солина Е.Е. Здоровье населения как фактор воспроизводства человеческого капитала // Социальная политика и социологи. 2013. № 5-1 (98). С. 36–54.
7. Форрестер С.В., Веревкина Д.С. Капитал здоровья как составляющая человеческого капитала в современных условиях // Вестник евразийской науки. 2016. Вып. 8. No 6 (37). С. 23.

ПРОБЛЕМЫ ИНТЕГРАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС

Клепикова К.А., Ханты-Мансийск (Россия)

***Аннотация.** В связи с реализацией задач миграционной политики в высших учебных заведениях должна формироваться стратегия по интеграции иностранных граждан в образовательную и социокультурную реальность, качественно повышающая показатели эффективности их обучения. Студенты-представители африканских стран сталкиваются с большим количеством проблем, связанных с адаптацией к новым климатическим условиям, лингвистическим особенностям регионов и иным проблемам. Цель исследования – рассмотреть и проанализировать влияние данных проблем на учебный процесс иностранных студентов.*

***Ключевые слова:** интеграция, Африка, Замбия, Гана, дискриминация*

PROBLEMS OF INTEGRATION OF FOREIGN STUDENTS INTO THE EDUCATIONAL PROCESS

Klepikova K.A., Khanty-Mansiysk (Russia)

***Abstract.** In connection with the implementation of the tasks of migration policy, a strategy for the integration of foreign citizens into the educational and socio-cultural reality should be formed in higher educational institutions, qualitatively increasing the effectiveness of their education. Students from African countries face a large number of problems related to*