

УДК 614.2

DOI: 10.25742/NRIPH.2021.02.006

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СИСТЕМЫ МОТИВИРОВАНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ГРАЖДАН К ЗДОРОВЬЕСОХРАНЯЮЩЕМУ ПОВЕДЕНИЮ

Вигдорчик Я.И.<sup>1</sup>, Линденбрaten А.Л.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> *Национальный научно-исследовательский институт общественного здоровья имени Н.А. Семашко, Москва, Российская Федерация*

### **Ключевые слова:**

общественное здоровье, здоровый образ жизни, охрана здоровья, мотивация, мотивирование, стимулирование, профилактика.

### **Аннотация**

Представлено теоретическое обоснование системы мотивирования и стимулирования граждан к здоровьесохраняющему поведению как комплекса мер для снижения распространенности известных поведенческих факторов риска неинфекционных заболеваний с целью снижения заболеваемости, сохранения человеческого, а, следовательно, и трудового, и экономического потенциала страны. Даны определения с позиций общественного здоровья и здравоохранения таким терминам, как мотив, мотивация, мотивирование, стимулирование, активно используемым в настоящее время, чтобы внести ясность и сформировать единый взгляд на описываемую тему. Сформулирован потребностно-ориентированный подход в мотивировании. Он заключается в том, чтобы через косвенное удовлетворение потребности индивидов удовлетворить объективную потребность в оздоровлении населения. Дано определение системы мотивирования и стимулирования граждан к ведению здорового образа жизни, определена последовательность действий для успешного создания системы, целью которой является усиление действия укрепляющих здоровье факторов, а также ослабление действия факторов негативных путем перестройки динамического стереотипа граждан.

## THEORETICAL BASIS OF THE SYSTEM OF MOTIVATING AND STIMULATING CITIZENS TO HEALTH-PRESERVING BEHAVIOR

Vigdorichik Y.I.<sup>1</sup>, Lindenbraten A.L.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> *N.A. Semashko National Research Institute of Public Health, Moscow, Russian Federation*

### **Keywords:**

public health, healthy lifestyle, health protection, motivation, motivation process, stimulation, prevention.

### **Abstract**

The theoretical foundation of the system of motivating and stimulating citizens to health-preserving behavior is presented, this system is a set of measures to reduce the prevalence of known behavioral risk factors for non-communicable diseases, in order to reduce the incidence of such diseases, to preserve human, and, therefore, labor, and the economic potential of the country. In order to clarify and form a unified view of the described topic definitions from the standpoint of public health and health care are given for such terms as motive, motivation, motivation process, incentive, which are actively used at the present time. A need-oriented approach to motivation was formulated. It consists in satisfying the objective need for improving the health of the population through indirect satisfaction of the needs of individuals. The definition of the system of motivating and stimulating citizens to maintain a healthy lifestyle is given, the stages of actions for the successful creation of a system are defined, which purpose is to strengthen the effect of health-enhancing factors, and weaken the effect of negative factors by restructuring the dynamic stereotype of citizens.

Ведущее место в структуре заболеваний, наносящих экономический ущерб, занимают неинфекционные заболевания [1, с. 52–54]. Причем, как в мире, так и на территории нашей страны. Такие заболевания как: ожирение, сахарный диабет II типа, болезни сердечно-сосудистой системы, хроническая патология дыхательной системы и т.п., не только занимают важное экономическое место по статьям расходов на их лечение, но и выходят на первые позиции в списках причин инвалидности во всем мире. В Российской Федерации особенно актуальны злокачественные новообразования и болезни системы кровообращения [2], которые требуют особого внимания.

Согласно концепции факторов риска, предотвратить неинфекционные заболевания возможно, нивелируя действие этих самых факторов [3, с. 29–36]. У факторов риска сложные взаимоотношения, некоторые из них могут усилить вредное действие друг друга. Воздействуя на условия, определенные как повышающие вероятность заболевания этой группой заболеваний, следует осознавать и не забывать тот факт, что риск не означает неизбежное наступление нежелательного события, а, следовательно, фактор риска не является детерминантой конкретной болезни, но служит основой при разработке прогнозов и принятии решений в сфере профилактики неинфекционных заболеваний. Отсюда можно сделать вывод о том, что, снизив распространенность факторов риска, мы, в какой-то степени, снизим и заболеваемость, и инвалидность, а вместе с тем, и обусловленные ими человеческие и финансовые потери.

Казалось бы, отсюда возникает и формулировка цели исследования – снизить распространенность факторов риска среди населения. Вот только достижение этой цели оказалось не такой простой задачей, выяснилось, что факторы риска сами по себе неразрывно связаны с целым рядом других условий: и общественных, и свойственных конкретному человеку. Для решения этого вопроса была разработана концепция социальных определяющих здоровья [4, с. 15–19], основанная на выделении причин, приводящих к таким представляющим угрозу здоровью формам поведения, как курение, избыточное употребление алкоголя, нерациональное питание. Воздействовать на эти условия в рамках одной только системы здравоохранения, в осуществляемые функции которой

входит организация профилактики заболеваний<sup>1</sup>, невозможно, для этого требуется кооперация различных государственных ведомств и структур, общественных организаций, частного сектора и самих граждан. Ведь на самом деле даже выделить полностью все условия, которые обуславливают то или иное поведение человека, задача сверхтрудная.

Возникает объективная необходимость в создании межведомственной системы, включающей различные элементы, по управлению деятельностью в сфере охраны здоровья, так как обозначенная проблема выходит за рамки одной лишь системы здравоохранения, а охватывает уже куда более обширную сферу – сферу охраны здоровья, включающую в себя и здравоохранение.

В рамках межведомственной системы охраны здоровья куда более остро встает вопрос выбора объекта управления. Должны им стать факторы риска или, быть может, социальные детерминанты? И да, и нет. Ведь среди факторов риска неинфекционных заболеваний Всемирная организация здравоохранения отдельно выделила поведенческие и метаболические, хотя, несомненно, свою лепту вносят и генетические особенности, и состояние окружающей среды, в которой живет человек. Возможным объектом управления представляется сам индивид, который с куда большей точностью сможет определить условия, влияющие на то или иное его поведение, в том числе и подвергающее здоровье риску ухудшения.

Вне всяких сомнений ощущается необходимость в поиске нового подхода к решению этой проблемы. Определенно требуется повысить долю граждан, ведущих здоровый, свободный от негативного действия установленных факторов риска, образ жизни. Следует отметить, что акцент на неинфекционных заболеваниях не означает выпадение из поля зрения других заболеваний, а лишь выделяет более актуальную в современных условиях область общественного здоровья. Если мы хотим достичь серьезных результатов, то придется достигнуть большой массовости проводимых мероприятий. По оценкам, число врачей в нашей стране составляет около 715 тысяч человек [5], что более чем в 200 раз меньше числа постоянных жителей. Так почему бы не привлечь

<sup>1</sup> Постановление Правительства России от 19.06.2012 № 608 «Об утверждении Положения о Министерстве здравоохранения Российской Федерации» // Собрание законодательства Российской Федерации. – 2012. – № 26. – Ст. 3526.

самих граждан к охране и укреплению собственного здоровья путем изменения своего поведения в сторону ограничения действия факторов риска? Основой такого активного участия граждан в этом процессе могут стать механизмы мотивирования и стимулирования, если их соответствующим образом адаптировать.

#### Цель исследования

Сформулировать теоретические основы для создания системы мотивирования и стимулирования граждан к здоровьесохраняющему поведению как части системы охраны здоровья.

#### Материал и методы

Для достижения поставленной цели, был применен комплекс методов научного исследования: анализ, синтез, монографического описания, логический. На основе анализа были синтезированы определения следующих терминов: мотив, мотивация, мотивирование, стимулирование, система мотивирования и стимулирования граждан к ведению здорового образа жизни. Используя логический метод, была сформулирована и изложена этапность действий для успешного создания системы мотивирования и стимулирования граждан к здоровьесохраняющему поведению.

Источниками информации послужили нормативные правовые акты, публикации, посвященные мотивации и мотивам. Был проведен анализ определений, таких терминов, как мотивация, употребленного впервые Артуром Шопенгауэром [6, с. 41–44] в его трудах, проанализировано определение Е.П. Ильина [7, с. 66–68], рассматривавшего саму мотивацию как своего рода процесс; мотив, которому была дано необычайно точное определение А.Н. Леонтьевым [8, с. 5–6] в рамках деятельностной теории мотивации. Также А.Н. Леонтьев определил, что источником человеческой мотивации служат потребности. Обращают на себя внимание определения мотива, мотивации и мотивирования данные О.С. Виханским и А.И. Наумовым [9, с. 133–139], которые отмечали их значение в работе различных организаций.

#### Результаты

Следует разъяснить используемые далее термины с позиций нашей области научного знания. Мы считаем, что возникла объективная потребность в разграничении некоторых терминов, активно используемых в настоящее время, для того, чтобы внести ясность и сформировать единый взгляд на описываемую тему. Мы считаем понятия мотивирование и стимулирование разными

терминами, так как помимо их зачастую отдельного употребления, они имеют разные корни. В вопросе соотношения мотивирования и стимулирования полагаем, что стоит рассматривать использование различных стимулов для изменения поведения, как часть мотивирования, потому как деятельность определяется главенствующим мотивом, и стимулы в таком случае направлены на изменение или появление у человека желаемой мотивации, приводящей к желаемому поведению.

Мотив – элемент мотивации, определяющий этап деятельности человека, нацеленной на удовлетворение потребности, придающий ей целенаправленность.

Мотивация – совокупность мотивов человека, его внутренней сферы, объединенных общей направленностью.

Мотивирование – процесс формирования группы мотивов, обуславливающих определенное поведение человека.

Стимулирование – процесс воздействия на человека с применением позитивных или негативных стимулов различного характера, с целью возникновения у него определенных мотивов.

Система мотивирования и стимулирования граждан к ведению здорового образа жизни – это группа мероприятий, нацеленных на формирование у граждан мотивации к следованию здоровьесохраняющему поведению, в том числе через применение стимулов социальной и экономической природы.

Итак, для успешного создания системы мотивирования и стимулирования граждан к здоровьесохраняющему поведению нужно соблюсти определенную этапность действий:

1. Определить основные критерии здорового образа жизни или здоровьесохраняющего поведения с целью получения эталона поведения, используемого помимо сравнения и для просвещения населения.

2. Выявить наиболее угрожающие общественному здоровью поведенческие факторы риска путем определения факторов риска общих для наибольшего количества заболеваний, наносящих значительный экономический ущерб.

3. Определить основные потребности людей, являющихся гражданами, подвергающихся воздействию определенного фактора риска.

4. На основе полученных данных разработать стимулы наиболее подходящего характера и размера с учетом национального контекста, террито-

риальных особенностей и специфики различных контингентов населения.

5. Применяя описанный далее потребностно-ориентированный подход, начинать воздействие выбранными стимулами с целью коррекции представляющего риск для здоровья поведения.

#### Обсуждение

Как мы видим, первичной в описанной теме является потребность. Она определяет формирование мотивов, которые в свою очередь обуславливают поведение человека. Так как нас интересует коррекция поведения в сторону ограничения действия поведенческих факторов риска, нам необходимо обратить внимание на мотивы, движущие людьми. Как известно, имеется возможность планирования и формирования содержания мотивации, то есть она является управляемой. Если мы сможем грамотно воздействовать на эту сферу, то нам удастся изменить поведение людей, сделав его здоровьесберегающим, а не здоровьеразрушающим. Для этого следует применить механизмы мотивирования и стимулирования и нацелить их на отказ от привычек, вредящих здоровью.

Ключевым моментом здесь является воздействие такими стимулами, которые соответствуют текущим потребностям населения. Способом удовлетворения актуальных потребностей должно стать такое изменение поведения (например, отказ от курения), за которым последует достойное поощрение (например, снижение платы за коммунальные услуги) – позитивный стимул, который начинает действовать еще на этапе изменения поведения, то есть до самого поощрения. Таким образом, мы сможем вывести на главенствующее место тот мотив, который предпочтителен в профилактических целях.

Как известно, мотивы, находясь в мотивационной сфере человека, постоянно конкурируют между собой, стремясь занять главенствующее положение в иерархии мотивов. Нам требуется сдвинуть чашу весов в сторону интересующего нас мотива путем создания условий для этого. Местом перелома при этом, фокусом изменений станет не система здравоохранения, а сам человек. Бывает трудно определить точную причину того или иного поведения извне, снаружи. Здесь опорой и помощником станет сам человек. Он должен захотеть отказаться от вредных привычек, начать вести здоровый образ жизни. В этом деле особенно важны добровольность и осознанность.

Налицо объективная потребность в оздоров-

лении населения. Ведь здоровая нация – главное условие процветания государства. Согласно Конституции<sup>2</sup>, наше государство является социальным, и в его интересах политика, направленная на сохранение жизни и здоровья собственных граждан в целях осуществления его социальной и экономической функций. Для этого предлагается потребностно-ориентированный подход, который заключается в том, что, стремясь удовлетворить свои потребности, граждане будут удовлетворять объективную потребность в здоровом населении.

Сегодня ведется речь о мотивации населения к ведению здорового образа жизни<sup>3</sup>, но зная особенности структуры мотивационной сферы, стоит признать, что достигнуть успеха в этом направлении можно, подходя к делу мотивирования не односторонне, учитывая лишь интересы государства, но двусторонне, ориентируясь и на потребности населения, чтобы, используя потребностно-ориентированный подход, начать процесс ограничения действия негативно влияющих на здоровье факторов, в том числе применяя адекватные по размеру и характеру стимулы.

Лишь при совместном движении навстречу двух сторон мы сможем решить проблему распространения неинфекционных болезней. Со стороны государства это глубокая разработка и применение научно-обоснованных мер, а со стороны гражданина – приложение воли и усилий, так как без его собственных действий ничего не получится.

Основанием для системности предложенных мер является необходимость пожизненного изменения поведения граждан. Ведь если сегодня человек бросит курить, чтобы получить выгоду, а завтра снова начнет курить, то наши старания будут тщетны. Следовательно, нужна система мер по мотивированию и стимулированию, дающая нам возможность направить людей на путь здоровьесохранения, даже при других обстоятельствах и условиях, отличных от сегодняшних, потому что структура заболеваемости и инвалидности может измениться. В ходе последующих исследований может быть получена информация о новых факторах риска, о новых заболеваниях, с которыми придется вести борьбу. Развитие че-

<sup>2</sup> Конституция Российской Федерации // Российская газета. – 2020. – № 144.

<sup>3</sup> Приказ Министерства здравоохранения России от 15.01.2020 № 8 «Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года». Архив Министерства здравоохранения России. 2020.

ловчества продолжается, прогресс идет, хорошо это или плохо, но окружающие условия менялись, меняются и будут меняться, поэтому нам нужен универсальный механизм с заложенной в его основу возможностью адаптации под конкретные актуальные задачи.

Особенно важно превентивно воздействовать на людей находящихся в преморбидном, пограничном между здоровьем и болезнью, состоянии. Приложив усилия тут, мы сможем предотвратить или отсрочить возникновение заболевания и говорить уже не о потерянных, а о сохранных годах человеческих жизней. Это может стать фундаментом для возрождения превентивного направления в медицине в формате первичной профилактики.

Применение этой системы не ограничено одним образом жизни. Мы можем подобным образом заинтересовать граждан в соблюдении врачебных назначений и рекомендаций, значительно повысить результативность диспансеризации, чтобы она перестала быть формальностью, а стала выполнять свою целевую функцию. Ведь и следование плану лечения, и активное участие в диспансеризации можно классифицировать как формы поведения.

Потенциальным результатом станет постепенное изменение поведения граждан, их оздоровление, снижение заболеваемости неинфекционными заболеваниями, снижение обусловленной ими инвалидности, повышение качества жизни за счет изменения компонента, связанного со здоровьем. Поэтому предложенный комплекс мер является выгодным для государства, общества и граждан перераспределением имеющихся ресурсов.

Одним лишь созданием условий для граждан не обойтись, для успеха нужно применять различные стимулы (материальные, и нематериальные). Нельзя забывать и о том, что население представлено совокупностью индивидов со своими собственными системами ценностей. Поэтому экономические стимулы могут не оказать на кого-то ожидаемого эффекта. В связи с этим не стоит ограничиваться лишь экономическими сти-

мулами, стоит подключить в том числе социальные, статусные и моральные. К тому же важную роль играет оценка ценности вознаграждения не только тем, кто его назначает, но и тем, кто его потенциально получит.

Для разработки эффективных организационных технологий необходимо определить потребности людей, являющихся гражданами, и причины их повышающего риск для здоровья поведения, чтобы устранить эти причины, а также выбрать потребности, удовлетворяя которые за конкретные действия граждан, мы получим двойную пользу и для человека, и для общества. Желательно охватить как можно больше возрастных групп с обязательным включением подрастающего поколения. Ставя целью оздоровление нации, мы можем обеспечить государству фундамент для значительного развития.

#### Выводы

Теоретические основы этой системы не ограничиваются одной лишь сферой охраны здоровья, где возможен большой охват, ведь почти 90% граждан не ведут здоровый образ жизни [10], и, соответственно, помощь большому количеству людей, и потребностно-ориентированный подход в мотивировании и стимулировании может применяться в других сферах, например, в образовательной или в управлении персоналом. Система мотивирования и стимулирования может применяться не только для борьбы с неинфекционными заболеваниями, но и с рядом других болезней, имеющих общие поведенческие факторы риска. Мы предлагаем и усилить действие укрепляющих здоровье факторов, и ослабить действие факторов негативных путем перестройки динамического стереотипа граждан. Организация описанной системы, основанной на социально-экономических механизмах, требует тщательного продумывания и серьезной проработки, но потенциал в сохранении человеческого, а, следовательно, и трудового, и экономического потенциала страны очень велик.

#### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Концевая А.В. Экономический ущерб факторов риска, обусловленный их вкладом в заболеваемость и смертность от основных хронических неинфекционных заболеваний в российской Федерации в 2016 году / А.В. Концевая, Д.К. Муканеева, А.О. Мырзаматова, Ю.А. Баланова, М.Б. Худяков, О. М. Драпкина // Кардиоваскулярная терапия и профилактика. – 2020. – № 1. – С. 48–55.
2. РОССТАТ. Государственная статистика. URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13964>

3. Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013–2020. – Geneva: World Health Organization, 2013. – 103 p.
4. A conceptual framework for action on the social determinants of health. – Geneva: World Health Organization, 2010. – 79 p.
5. РОССТАТ. Государственная статистика. URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13721>
6. Шопенгауэр А. О четверояком корне закона достаточного основания: Философское рассуждение Артура Шопенгауэра / А. Шопенгауэр. – М.: типо-литография т-ва И.Н. Кушнерев и К°, 1902. – 140 с.
7. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 512 с.
8. Леонтьев Д.А. Понятие мотива у А.Н. Леонтьева и проблема качества мотивации / Д.А. Леонтьев // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2016. – № 2. – С. 3–18.
9. Виханский О.С. Менеджмент / О.С. Виханский, А.И. Наумов. – М.: Экономика, 2003. – 528 с.
10. ЕМИСС. Государственная статистика. – URL: <https://www.fedstat.ru/indicator/59457>

## REFERENCES

1. Koncevaya A.V., Mukaneeva D.K., Myrzamatova A.O., Balanova Y.A., Hudyakov M.B., Drapkina O.M. Economic damage of risk factors associated with morbidity and mortality from major chronic non-communicable diseases in Russia in 2016. *Kardiovaskulyarnaya terapiya i profilaktika [Cardiovascular Therapy and Prevention]*, 2020, no. 1, pp. 48–55 (in Russian).
2. ROSSTAT. Gosudarstvennaya statistika [ROSSTAT. State statistics]. URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13964> (in Russian).
3. *Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020*. Geneva, World Health Organization, 2013. 103 p.
4. *A conceptual framework for action on the social determinants of health*. Geneva, World Health Organization, 2010. 79 p.
5. ROSSTAT. Gosudarstvennaya statistika [ROSSTAT. State statistics]. URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13721> (in Russian).
6. Schopenhauer A. *O chetveroyakom korne zakona dostatochnogo osnovaniya: Filosofskoe rassuzhdenie Artura Shopengauera [The Fourfold Root of the Law of Sufficient Cause: The Philosophical Discourse of Arthur Schopenhauer]*. Moscow, tipo-litografiya t-va I.N. Kushnerev and K°, 1902. 140 p. (in Russian).
7. Illin E. P. *Motivatsiya i motivy. [Motivation and motives]*. St. Petersburg: Piter, 2011. 512 p. (in Russian).
8. Leont'ev D.A. Ponyatie motiva u A. N. Leont'eva i problema kachestva motivatsii. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psihologiya. [Moscow University Bulletin. Episode 14. Psychology]*. 2016, no. 2, pp. 3–18 (in Russian).
9. Vihanskij O.S., Naumov A. I. *Menedzhment [Management]*. Moscow, Ekonomist, 2003. 528 p. (in Russian)
10. EMISS. Gosudarstvennaya statistika [EMISS. State statistics]. URL: <https://www.fedstat.ru/indicator/59457> (in Russian).

## ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

*Вигдорчик Ярослав Игоревич* – аспирант, Национальный научно-исследовательский институт общественного здоровья имени Н.А. Семашко, Москва, Российская Федерация; e-mail: [yaroslav.vigdorchik@mail.ru](mailto:yaroslav.vigdorchik@mail.ru)  
ORCID:0000-0002-3129-3200

*Линденбратен Александр Леонидович* – руководитель научного направления, главный научный сотрудник, Национальный научно-исследовательский институт общественного здоровья имени Н.А. Семашко, доктор медицинских наук, профессор, Москва, Российская Федерация;  
e-mail: [lindenbraten13@rambler.ru](mailto:lindenbraten13@rambler.ru)  
ORCID:0000-0003-3152-9292  
Author ID 368047

## AUTHORS

*Yaroslav Vigdorchik* – post-graduate student, N.A. Semashko National Research Institute of Public Health, Moscow, Russian Federation;  
e-mail: [yaroslav.vigdorchik@mail.ru](mailto:yaroslav.vigdorchik@mail.ru)  
ORCID:0000-0002-3129-3200

*Alexander Lindenbraten* – Head of Scientific Direction, Chief Researcher, N.A. Semashko National Research Institute of Public Health, Doctor habil. in Medicine, Professor, Moscow, Russian Federation;  
e-mail: [lindenbraten13@rambler.ru](mailto:lindenbraten13@rambler.ru)  
ORCID:0000-0003-3152-9292  
Author ID 368047