

УДК 316

UDC 316

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ СКВОЗЬ ПРИЗМУ ЦЕЛЕЙ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ БЕЛАРУСИ

ATTITUDE OF STUDENTS TO HEALTHY LIFESTYLE THROUGH THE PRISM OF SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS OF BELARUS

Т. Н. Шушунова,
*кандидат социологических наук,
доцент кафедры социально-
гуманитарных дисциплин Белорусского
государственного педагогического
университета имени Максима Танка*

T. Shushunova,
*PhD in Sociology,
Associate Professor of the Department
of Social-Humanitarian Disciplines,
Belarusian State Pedagogical
University named after Maxim Tank*

Поступила в редакцию 12.01.21.

Received on 12.01.21.

В статье представлены результаты социологического исследования по изучению отношения студенческой молодежи БГПУ к целям устойчивого развития Беларуси до 2030 г., которое осуществлялось методом фокусированного интервью. Была рассмотрена цель № 3 «Хорошее здоровье и благополучие», под которой подразумевалось обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте.

Ключевые слова: отношение к здоровью, здоровый образ жизни, ценности, теория поколений, миллениалы.

The article presents the results of sociological research of studying attitude of BSPU students to sustainable development goals of Belarus up to 2030 which has been conducted by the method of focused interview. The goal № 3 “Good health and well-being” was considered which presupposes the maintenance of healthy lifestyle and contribution to well-being for everybody in all ages.

Keywords: attitude to health, healthy lifestyle, values, theory of generations, millennials.

Введение. На протяжении длительного периода времени ученые делают попытки осмыслить сложную дефиницию «здоровый образ жизни». Здоровый образ жизни (далее – ЗОЖ) изучается в социологической науке в рамках таких отраслей, как социология здоровья и медицины, социология повседневности, социология спорта, социология тела и пр. Основные категории данного понятия рассматриваются в трудах многих известных отечественных социологов, например, П. А. Сорокина, И. В. Бестужева-Лада, В. А. Ядова, Ю. П. Лисицина, Ю. И. Савенко, В. И. Толстых, Р. В. Рыбкиной, О. И. Генисаретского и др. Проблемы, связанные с научным анализом данного понятия, обусловлены во многом тем, что оно имеет непосредственное отношение к человеку, который отличается многогранностью видов своей жизнедеятельности, которые могут рассматриваться в характеристиках как здоровые, так и наносящие вред организму. Это одна сторона вопроса, другая – связана с личным восприятием человеком понятия «здоровье», реальной

позиции ценности здоровья в иерархии общих ценностей человека, которые напрямую влияют на результат осознанного выбора определенной модели поведения. В этом случае мы можем говорить о трансформации абстрактной ценности здоровья в лично окрашенный смысловой контекст, который находит свое выражение в конкретных видах деятельности, которые исследователи могут анализировать сквозь призму различных аспектов, составляющих понятие «здоровый образ жизни». Осуществляется ли эта трансформация в студенческой среде – вопрос, который требует внимательного рассмотрения, принимая во внимание одновременно как важность рассматриваемой целевой аудитории, так и значимость для будущего Беларуси.

Студенческая молодежь в силу своей незавершенности становления как социальной группы и, как следствие, дифференциации своих ценностных ориентаций, жизненных планов и приоритетов является именно той социально-демографической группой, которая в большей степени, чем другие, воспри-

имчива к принятию новых идей, инициатив, предложений и своей личной заинтересованности в них. А учитывая тот факт, что студенческая молодежь является репрезентацией будущей интеллектуальной, политической, экономической и культурной элиты страны, понимание ее ценностного поля, которое формировалось под влиянием уже не столько исторических национальных традиций, сколько мировых идей глобализации, цифровизации и многих других, может способствовать объяснению существующих в их сознании установок и мотивов поведения на основе анализа ряда оценочных высказываний. Молодежь действительно выступает ярким индикатором всех тех перемен, которые происходят в обществе, и может определять потенциал его развития.

Следует отметить еще одну особенность исследуемой социальной группы, учитывая ее возрастные рамки на момент исследования, а именно, что это миллениалы, или поколение «игреков» в теории Уильяма Штраусса и Нила Хоува. Несмотря на тот факт, что данная концепция разрабатывалась на примере американского общества, отечественный исследователь Е. Шамис, работающая в данном направлении, доказала ее применимость и к другим странам, что позволяет ей использовать ее в практических целях [1]. Если признать, что действительно в каждые 20–25 лет общество выдает новый поколенческий тип, который отличает общность исторической памяти о значимых культурных и социальных процессах, общие убеждения и модели поведения, стойкая самоидентификация с группой по ряду других признаков, то это будет хорошим фундаментом для уточнения позиций исследуемой социальной группы в отношении и к своему здоровью тоже, и к различным аспектам здорового образа жизни.

Целью настоящего исследования является изучение существующего социального настроения и информативно-образовательного потенциала студенческой когорты в направлении к актуальной для Республики Беларусь и всего мирового сообщества цели устойчивого развития – «Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте».

Материалы и методы исследования. В данном исследовании применялась серия групповых фокусированных интервью (всего три фокус-группы). Групповое обсуждение каждой темы стратегии устойчивого развития осуществлялось с октября по ноябрь 2020 г. на историческом факультете, факуль-

тете естествознания и в институте психологии БГПУ среди студенческой молодежи 1–3 курсов в группах до 7 человек в каждой. Таким образом, студенты заявленных факультетов и институтов имели возможность высказать свое мнение относительно единых тематических блоков и ответить на одни и те же вопросы модераторов в рамках тематики целей устойчивого развития. В отличие от других групповых методов, фокус-группа не подразумевает формирование и вынесение единого группового мнения или решения по обсуждаемой теме, хотя возникающие идеи и мнения в процессе беседы группы единомышленников также учитываются при анализе результатов дискуссии. Ход дискуссии записывался на видеокамеру для последующего анализа в виде текстов (транскриптов).

Основная часть. Одной из важных целей, предложенной для обсуждения студентам, была цель № 3 стратегии устойчивого развития Беларуси до 2030 г. «Хорошее здоровье и благополучие», под которой подразумевалось обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте [2] (рисунок 1).



Рисунок 1 – Цель устойчивого развития Беларуси

Интерес к изучению именно этой цели был обусловлен потребностью выяснить, какие результаты на уровне сознания молодежной группы принесла государственная молодежная политика в отношении популяризации «здорового образа жизни» среди белорусского студенчества. В данном случае случайная выборка студентов БГПУ выступила независимой экспертной группой молодежи. В стране уже не первое десятилетие реализуется такое направление молодежной политики, как «Содействие формированию здорового образа жизни молодежи», есть соответствующая статья в Законе о молодежной политике (ст. 14 Закон Республики Беларусь «О молодежной политике»

от 7 декабря 2009 г. № 65-3) [3]. На сайте Министерства образования размещен перечень тематического материала, предназначенный для профилактики наркомании и противоправного поведения несовершеннолетних и молодежи [4]. Центром социологических и политических исследований БГУ в мае-июне 2013 г. были разработаны научно-методические рекомендации, основанные на эмпирических данных, полученных в ходе социологического исследования «Комплексный анализ условий и образа жизни белорусской молодежи: диагностика, динамика изменений, пути оптимизации» [5]. Гродненский медицинский университет в 2018 г. подготовил монографическое издание по изучению здорового образа жизни студентов медицинского университета, направленное на изучение вопросов здоровья и здорового образа жизни, особенно студенческой молодежи; разработка рекомендаций на основе полученных данных должна была обеспечить положительный результат в дальнейшем развитии имеющихся благоприятных тенденций: увеличение рождаемости, ожидаемой продолжительности жизни, уменьшение доли неинфекционных заболеваний в структуре заболеваемости [6]. Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина на 2016–2020 гг. внедрил программу по «Формированию культуры здорового образа жизни субъектов образовательного процесса университета» на 2017–2020 гг. в соответствии с Кодексом Республики Беларусь [7]. Подобные инициативы поддержали многие университеты Республики Беларусь. В целом, в стране была разработана информационная стратегия ЗОЖ в рамках исполнения Государственной программы «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» [8]. Таким образом, мы можем с уверенностью заявлять о теоретической разработанности концепта ЗОЖ в Беларуси и ее реализации в ряде законов и образовательных проектов.

По результатам фокус-группового интервью мы можем также сказать о сформированном понимании сущностных особенностей понятия ЗОЖ среди студентов. Причем студенты каждой группы делали в нем разные акценты. Одни кратко и в шутливой форме охарактеризовали понятие ЗОЖ через отрицание «это про то, что не надо пить, курить и принимать всякие плохие вещества по всяким углам, и не по углам тоже. Ребята! так делать нельзя (ирония)» (историки). Другие увидели взаимовлияние этого понятия как на собственное физическое состояние, так и на окружающий мир: «Это забота

о себе, окружающей среде и о своем физическом состоянии. Дело в том, что, когда мы заботимся об окружающей среде, это очень влияет на нас, и состояние окружающей среды влияет на наше состояние здоровья, наш образ жизни и т. д.» (психологи). Молодые люди подчеркивали также процессуальность и длительность ЗОЖ как пути, с которого уже нельзя сворачивать, иначе все ранее приложенные усилия обесцениваются: «Это не цели, к которым нужно стремиться, достигнуть и закончить на этом, а это стиль жизни. И он предполагает под собой: отказ от вредных привычек, физическую активность, правильное питание, хороший психологический микроклимат. Это все и формирует здоровый образ жизни» (естественники).

Резюмируя этот вопрос, мы можем сказать об осмыслении участниками данного феномена и эмоциональном отношении к нему. Мы видим, что ответы студентов не являются результатом заучивания общих фраз из учебников, а демонстрируют свое видение. Активная популяризация ЗОЖ в медиапространстве государственных СМИ, а также широкого спектра мероприятий (спортивные марафоны, забеги, игры и т. д.), в которых фигурирует эта аббревиатура, совершенно естественно может вызывать иронические комментарии в неформальной молодежной среде, однако мы можем с уверенностью констатировать, что молодые люди понимают ценность выбора для своего будущего именно такого образа жизни. Эту мысль подтверждают ответы студентов на вопрос о структурных элементах рассматриваемого понятия: «хороший сон, правильное питание, отказ от вредных привычек, водный баланс, минимизирование стресса и занятия спортом» (психологи); «в принципе можно разделить ЗОЖ на две части: здоровое тело и здоровый дух» (естественники). То есть молодые люди осознают, что для человека в равной степени важна забота о себе как о биологическом организме с соблюдением принципов здорового питания, отказа от вредных привычек и занятий спортом и т. д., так и внимание к своему психическому, душевному здоровью, напрямую связанному с минимизацией стресса и хорошим сном. Они не сумели вспомнить еще и свое так называемое «социальное Я», для которого не менее значимо внешний облик человека, напрямую влияющий на его профессиональные перспективы, социальное позиционирование и работоспособность. Это можно объяснить тем, что студенты еще пока в силу возраста не сталкивались с конкуренцией на рынке

труда и не задумывались об этом аспекте личного успеха.

Следует отметить, что белорусские студенты прекрасно видят те изменения, осуществляемые в стране по распространению ЗОЖ в молодежной среде. Замечают следующее: «В нашей стране есть велосипедные дорожки, очень много всяких парков, стадионов, катков, спортзалов. Очень много организовывается спортивных мероприятий, марафонов, много спортивных секций в школах и то, что обязательным образовательным предметом и в школе, и в вузе является физкультура, два раза в неделю!» (психологи). Невзирая на молодой возраст, участники групповой дискуссии отметили также белорусскую систему здравоохранения: «Бесплатная медицина и возможность выбора медицинских услуг: платная либо бесплатная, на твой вкус и кошелек; также есть санатории, в которых можно проходить реабилитацию (например, пострадавшие от ЧАЭ); также у нас очень популяризируется среди населения спорт, а это важно для ЗОЖ всего населения» (естественники).

Очевидное улучшение спортивной инфраструктуры белорусских городов и в целом внимание, которое уделяется спорту и спортивной активности, были отмечены всеми студентами.

На вопрос о существующих барьерах, препятствующих многим потенциально желающим выйти на ЗОЖ, студенты высказывали следующие мнения: «Отсутствие денег, времени, мотивации и банальная лень. Еще к этому можно отнести рекламу, хоть и не прямую, алкоголя и других веществ. Все мы сидели в «ВКонтакте» и там сталкивались с фотографиями всяких плохих вещей или заходили в магазин и видели много полок с разнообразной продукцией» (историки); «зависимости разного рода, например, алкогольная, никотиновая. Ну еще, всякие соблазны. Но в принципе это зависит и от материального положения человека. Потому что чем здоровее еда, тем она и дороже» (естественники); «Отсутствие времени на спорт, лень людей заниматься спортом. Стеснение людей с комплексами пойти в спортзал. Пропаганда вредных привычек, то, что у нас очень много ларьков “Табакерок”. Вместо спортзалов у нас табакерки. А в спортзалы ходить дорого» (психология).

Таким образом, участники фокус-группы назвали два фактора, тормозящих процесс активного внедрения принципов ЗОЖ в жизни молодежи: с одной стороны, это личностный, причина которому отсутствие достаточ-

ной мотивации, вследствие чего активность «проигрывает». С другой – экономический, когда рынок алкогольной и никотиновой продукции благодаря, доступности продукции в торговых точках и даже в социальных сетях и относительной ее дешевизне – «выигрывает». Сюда же можно отнести тот факт, что стремятся, прежде всего, заработать на построенных спортивных объектах. Это формирует скорее негативную, чем позитивную реакцию со стороны студентов и не способствует мотивации выбирать для себя ЗОЖ.

Как сами молодые люди видят способ выведения ЗОЖ из пассивного состояния в активное? Были предложены инициативы и способы разного плана реалистичности, от шуточного «Идея – скандинавская ходьба в массы! Слоган: «Хочешь жить иди, ходи!» (историки); «проведение “чата физкультуры” на рабочих местах, зарядки в школе, между уроками. Делать абонементы на полцены дешевле для своих сотрудников и льготы для спортсменов, чтобы было больше стимулов заниматься спортом» (психологи) до «увеличение количества и качества рекреационного пространства. Не просто лес или лужайка, а, как в Америке, тропы с активностями. Для детей ползать, для взрослых – тренажеры. Но это не всегда только должен быть уклон в спорт. Ведь красивое место – это еще важно для души и для духа. С чистым воздухом, для расслабления. Если это город, то можно обустроить какой-нибудь пустырь вместо того, чтобы там строить очередной супермаркет, сделать зеленую зону. И даже кафе можно внедрить, развивать частный бизнес. Ну и в принципе реклама ЗОЖ».

Заключение. Исходя из вышеперечисленного, мы можем сделать общее заключение о том, что студенческая молодежь понимает и признает важность принципов ЗОЖ в жизни людей, понимает, какие пути ведут к нему, а какие, наоборот, препятствуют, но с чем можно работать при желании. В то же время участники фокус-группы отмечали в ходе дискуссии, что рыночные отношения нивелируют многие хорошие начинания. Увеличение количества спортивных мероприятий, именно как специально организованных в рамках вузов без последующего продолжения в личной жизни каждого не дают положительных результатов. И это важный момент, который требует специальной доработки в рамках создания взаимной дискуссионной площадки представителей власти, молодежи и бизнеса, чтобы все три стороны услышали друг друга и вместе нашли

способы улучшить существующую ситуацию по распространению принципов ЗОЖ в молодежной среде. Полученные данные также отвечают характеристикам «миллениалов», или поколения «Y», которые были выделены российскими исследователями [9]. Несмотря на то что рассматриваемое поколение является носителем ярко выраженных индивидуалистических ценностей, в связи с чем массовые мероприятия, ориентированные на зарождения коллективистского духа, у них не имеют должного эффекта, все же это те молодые образованные люди, которые по своему интересуются здоровым образом жизни, имеют свои идеи на этот счет, делают по-

пытки внедрять некоторые практики в свою повседневную жизнь. Однако «нехватка финансовых ресурсов и осознание невозможности повышения уровня благополучия в ближайшее время у представителей поколения «Y» отрицательно сказывается на социальном компоненте отношения к ЗОЖ» [9]. Таким образом, мы можем заметить, что имеет смысл переосмысление всех тех принципов ЗОЖ, которые были представлены к использованию за прошедшее время, с целью повышения числа адептов этого стиля жизни, если будут учтены поколенческие особенности молодежной социальной группы.

ЛИТЕРАТУРА

1. X,Y, Z: теории поколений в России [Интернет]. – Режим доступа: <https://newtonew.com/science/x-y-z-teorii-pokoleniy-v-rossii>. – Дата доступа 20.12.2020.
2. Цели устойчивого развития в Беларуси [Интернет]. – Режим доступа: <http://sdgs.by/targets/target3/>. – Дата доступа 20.12.2020.
3. Закон Республики Беларусь от 07.12.2009 N 65-3 (ред. от 21.10.2016) «Об основах государственной молодежной политики» [Интернет]. – Режим доступа: <http://mingas.by/wp-content/uploads/2018/08/Zakon-Respubliki-Belarus-OB-OSNOVAH-GOSUDARSTVENNOJ-MOLODEZHNOJ-POLITIKI.pdf>. – Дата доступа 20.12.2020.
4. Содействие формированию здорового образа жизни [Интернет]. – Режим доступа: <https://edu.gov.by/sistema-obrazovaniya/glavnoe-upravlenie-vospitatelnoy-raboty-i-molodezhnoy-politiki/upr-molodezhi/sodeystvie-formirovaniyu-zdorovogo-obraza-zhizni/>. – Дата доступа 20.12.2020.
5. Комплексный анализ условий и образа жизни белорусской молодежи: диагностика, динамика изменений, пути оптимизации : отчет о научно-исследовательской работе (заключительный) / научный руководитель Д. Г. Ротман [Интернет]. – Режим доступа : <https://elib.bsu.by/handle/123456789/109336>. – Дата доступа 20.12.2020.
6. Формирование здорового образа жизни у студентов медицинского университета : монография / Е. И. Трусъ, М. Ю. Сурмач. – Гродно, 2018. – 160 с.
7. Программа «Формирование культуры здорового образа жизни субъектов образовательного процесса университета» (на 2017–2020 годы) [Интернет]. – Режим доступа: http://www.brsu.by/sites/default/files/ovr/495_po_zozh.pdf. – Дата доступа: 20.12.2020.
8. Информационная стратегия по продвижению здорового образа жизни в Республике Беларусь [Интернет]. – Режим доступа: https://www.unicef.by/uploads/tenders/Tender%20NCDs/INFORMACIONNAYA-STRATEGIYa-_final.pdf. – Дата доступа 20.12.2020.
9. Федотова, В. А. Влияние ценностных ориентаций и экономического благополучия россиян на установки по отношению к здоровью / В. А.Федорова // Общественные науки и современность. – 2020. – № 1. – С. 22–28.

REFERENCES

1. X,Y, Z: teorii pokolenij v Rossii [Internet]. – Rezhim dostupa: <https://newtonew.com/science/x-y-z-teorii-pokoleniy-v-rossii>. – Data dostupa 20.12.2020.
2. Celi ustojchivogo razvitiya v Belarusi [Internet]. – Rezhim dostupa: <http://sdgs.by/targets/target3/>. – Data dostupa 20.12.2020.
3. Zakon Respubliki Belarus' ot 07.12.2009 N 65-Z (red. ot 21.10.2016) «Ob osnovah gosudarstvennoj molodezhnoj politiki» [Internet]. – Rezhim dostupa: <http://mingas.by/wp-content/uploads/2018/08/Zakon-Respubliki-Belarus-OB-OSNOVAH-GOSUDARSTVENNOJ-MOLODEZHNOJ-POLITIKI.pdf>. – Data dostupa 20.12.2020.
4. Sodejstvie formirovaniyu zdorovogo obraza zhizni [Internet]. – Rezhim dostupa: <https://edu.gov.by/sistema-obrazovaniya/glavnoe-upravlenie-vospitatelnoy-raboty-i-molodezhnoy-politiki/upr-molodezhi/sodeystvie-formirovaniyu-zdorovogo-obraza-zhizni/>. – Data dostupa 20.12.2020.
5. Kompleksnyj analiz uslovij i obraza zhizni beloruskoj molodezhi: diagnostika, dinamika izmenenij, puti optimizacii : otchet o nauchno-issledovatel'skoj rabote (zaklyuchitel'nyj) / nauchnyj rukovoditel' D. G. Rotman [Internet]. – Rezhim dostupa : <https://elib.bsu.by/handle/123456789/109336>. – Data dostupa 20.12.2020.
6. Formirovanie zdorovogo obraza zhizni u studentov medicinskogo universiteta : monografiya / E. I. Trus', M. Yu. Surmach. – Grodno, 2018. – 160 s.
7. Programma «Formirovanie kul'tury zdorovogo obraza zhizni sub»ektov obrazovatel'nogo processa universiteta» (na 2017–2020 gody) [Internet]. – Rezhim dostupa: http://www.brsu.by/sites/default/files/ovr/495_po_zozh.pdf. – Data dostupa: 20.12.2020.
8. Informacionnaya strategiya po prodvizeniyu zdorovogo obraza zhizni v Respublike Belarus' [Internet]. – Rezhim dostupa: https://www.unicef.by/uploads/tenders/Tender%20NCDs/INFORMACIONNAYA-STRATEGIYa-_final.pdf. – Data dostupa 20.12.2020.
9. Fedotova, V. A. Vliyanie cennostnyh orientacij i ekonomicheskogo blagopoluchiya rossijan na ustanovki po otnosheniyu k zdorov'yu / V. A.Fedorova // Obshchestvennye nauki i sovremennost'. – 2020. – № 1. – S. 22–28.