
СОЦИАЛЬНАЯ ЗНАЧИМОСТЬ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В КОНТЕКСТЕ ПОВСЕДНЕВНОЙ РЕАЛЬНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

А.В. Шурко, И.С. Гурина

*Белорусский государственный университет,
Ул. Кальварийская, 9, 220004, Минск, Беларусь
shyrachka24@gmail.com, irinka2k1@gmail.com*

Научный руководитель: Филинская Л. В., кандидат философских наук, доцент

В работе обоснована важность социологических исследований, связанных с изучением проблем здорового образа жизни студенческой молодежи. Представлены результаты исследования, проведенного в сентябре 2021 года. Актуальность исследования определяется существующим противоречием между потребностью в здоровье и ведением здорового образа жизни студенческой молодежью. Объектом исследования являются студенты 1-4 курсов ФФСН БГУ, целью – выявление связи между здоровьем, здоровым образом жизни и его элементами. Результаты работы можно использовать в социологии здравоохранения и медицины, полученные данные способны иллюстрировать необходимость разработки специальных программ для решения проблемы недостатка здоровья на практике.

Ключевые слова: *здоровье; здоровый образ жизни; студенческая молодежь; вредные привычки; здоровое поведение.*

Человеческое здоровье – один из самых значимых факторов, влияющих на функционирование и развитие общества. С.Я. Чикин и Г.И. Перегородцев отмечали, что «здоровье – это такое состояние, когда человек может оптимально осуществлять все общественные и биологические функции, присущие ему как социально-биологическому существу» [3, с. 31]. Нередко, состояние здоровья человека становится причиной поступков, которые отражаются на общей ситуации в стране. Болеющий человек как бы выпадает из общественной жизни, то есть не выполняет свои функции матери/отца, начальника/подчинённого, гражданина и т.д. В современном мире влияние здоровья на общество наиболее ярко видно на примере пандемии COVID-19. Многие страны понесли большие материальные убытки за счёт прекращения работы туристической сферы и некоторых областей сферы услуг, что повлекло за собой снижение уровня жизни определённых категорий населения. Нельзя также не отметить влияние мер по борьбе с распространением болезни (переход на дистанционную работу и обучение, социальное дистанцирование, ношение масок) на психологическое состояние людей, лишённых привычной социализации.

Актуальность изучения вопросов здоровья студенческой молодёжи заключается во всеобщей важности этого фактора, так как выяснение причинно-следственных связей между потребностью в здоровье и ведением здорового образа жизни позволит мотивировать студентов к изменению своего поведения, а тем самым регулировать состояние здоровья молодого поколения. Студенческая молодёжь является такой социальной группой, на основе которой строится будущее общество, поэтому особенно важно изучать и решать проблемы ведения здорового образа жизни.

Студенты и студентки должны понимать ценность здоровья. Согласно данным социологического исследования, 51,7% студентов ФФСН 1-4 курсов считают, что здоровье представляет для них наибольшую ценность. В рейтинге предложенных ценностей здоровье занимает первое ранговое место.⁴ Следует отметить, что для девушек эта ценность более значима, чем для юношей (соответственно 54,7% и 42,2%).

К основным проблемам молодёжи, связанным со здоровьем, ВОЗ относит: травмы, отклонения в психическом здоровье, насилие, ВИЧ/СПИД и другие инфекционные заболевания, преждевременная беременность и деторождение, алкоголь и наркотики, недостаточное питание и ожирение, недостаток физической активности, употребление табака [1]. Многие из перечисленных проблем связаны с соблюдением или не соблюдением здорового образа жизни.

На вопрос «Ведёте ли Вы здоровый образ жизни?» дали положительный ответ 67% респондентов («да» - 12,3%, «скорее да» - 54,7%), негативно оценивают свой образ жизни 26,8% участников исследования («скорее нет» - 21,3%, «нет» - 5,7%), затруднились ответить 6,0%. Полученные данные свидетельствуют о том, что две трети студентов ФФСН пытаются поддерживать своё здоровье в удовлетворительном состоянии. Вместе с тем, существует проблема понимания здорового образа жизни среди молодёжи. Элементы, входящие в это понятие, для каждого из них могут различаться. Так, для 68,8% студентов и студенток, здоровый образ жизни – это отказ от вредных привычек (курения, алкоголя, наркотиков), для 78,0% - занятия спортом, поддержание оптимальной физической формы, для 68,0% - здоровое питание, для 56,1% - соблюдение правил гигиены, для 56,8% - соблюдение режима дня, в том числе сон 7-8 часов, для 34,4% - отсутствие беспорядочной половой жизни, для 27,3% - умение справляться со своими эмоциями, для 35,8% - регулярное посещение врача с целью профилактики. Из полученных данных следует, что для

⁴ В онлайн опросе приняли участие 300 студентов всех специальностей факультета философии и социальных наук.

большинства представителей студенческой молодёжи умение справляться со своими эмоциями не относится к здоровому образу жизни, а, следовательно, эмоциональное здоровье находится в «слепой зоне» и требует акцентирования внимания на психологических аспектах развития человека. Также непопулярными оказались такие элементы здорового поведения как отсутствие беспорядочной половой жизни и регулярное посещение врача с целью профилактики. Такие показатели могут быть объяснены следующими факторами: пропагандой и информированием об одних элементах здорового образа жизни и умалчиванием других. Например, с 1999 года Всемирная организация здравоохранения рассматривает следующие аспекты здорового образа жизни: наличие или отсутствие вредных привычек (курение, алкоголь), физическую активность и здоровое питание [1], однако, не затрагивается тема беспорядочных половых связей или контролирования своих эмоций. В своей программе ВОЗ выделяет риски не только для каждого индивида, но и для его социального окружения, что было бы полезно и при разборе других составляющих здорового образа жизни.

Важно на эмпирическом уровне проследить связь между ведением здорового образа жизни и здоровьем студентов и студенток. Как свидетельствуют результаты исследования, среди респондентов, которые ведут здоровый образ жизни, почти треть (29,9%) заявили они практически здоровы, у 40,8% «зожников» временами возникают проблемы, 24,9% имеют хронические заболевания, 1,0% имеют инвалидность. Из тех, кто не ведёт здоровый образ жизни, практически здоровы 21,0%, у 50,6% временами бывают проблемы, 25,9% имеют хронические заболевания. Полученные данные показывают, как отказ от здорового образа жизни влияет на качество здоровья студентов.

Углубляясь в содержательный анализ ответов, нами был рассмотрен аспект взаимозависимости ведения здорового образа жизни и понимания студенческой молодёжью данного феномена. Что вкладывают студенты-«зожники» в понятие здоровый образ жизни:

- отказ от вредных привычек (курения, алкоголя, наркотиков) – 64,6%;
- занятия спортом и поддержание оптимальной физической формы – 69,9%;
- здоровое питание – 67,5%;
- соблюдение правил гигиены – 69,8%;
- соблюдение режима дня, в том числе сон 7-8 часов – 68,0%;
- отсутствие беспорядочной половой жизни – 78,4%;
- умение справляться со своими эмоциями – 63,0%;
- регулярное посещение врача с целью профилактики – 67,9%;

Результаты исследования показали, что среди молодежи, ведущей здоровый образ жизни, лидерами являются такие определения ЗОЖа, как отсутствие беспорядочной половой жизни, соблюдение правил гигиены и занятия спортом и поддержание оптимальной физической формы, что значительно отличается от показателей всей студенческой молодёжи. Студенты и студентки, заботящиеся о своём здоровье через здоровое поведение, отмечают более разнообразные его элементы. Таким образом, на сегодняшний день актуальными являются вопросы представления индивида о здоровом образе жизни и о себе как акторе социальной реальности в контексте принятия решений о своем здоровье.

Актуальным является вопрос о том, как соотносятся ответы студентов и студенток об определённых элементах здорового образа жизни с их соблюдением. Так, среди всех респондентов, отметивших, что здоровый образ жизни для них – это отказ от вредных привычек, курящих оказалось 18,8%, не курящих – 72,9%; часто употребляющих пиво и другие слабоалкогольные напитки 12,6%, не употребляющих - 80,7%; употребляющих крепкие спиртные напитки – 8,7%, не употребляющих – 87,4%; употребляющих наркотические вещества – 1,9%, не употребляющих – 95,2%. Полученные данные показывают, что большинство студентов и студенток, осознающих важность отказа от вредных привычек для сохранения здоровья, действуют согласно своим убеждениям.

Среди студентов и студенток, ответивших, что здоровый образ жизни для них – это здоровое питание, часто употребляют фастфуд 27,9%, не употребляют - 66,7%, среди тех, кто отметил занятия спортом, регулярно занимаются спортом 20,5%, изредка – 61,5%, не занимаются – 18,0%.

Таким образом, необходимо отметить связь между принятием студенческой молодёжью правил здорового образа жизни и их соблюдением. При грамотном и аргументированном освещении проблем со здоровьем, вытекающих из поведения, которое нельзя назвать «здоровьесберегающим», есть возможность привлечь внимание к этим факторам, изменить восприятие до сих пор «не важных» категорий, что в целом повысило бы процент молодого населения, ведущих здоровый образ жизни.

Изучение здоровья и определяющих его факторов позволит фиксировать существующие проблемы, указывать направления их решения, чтобы минимизировать потери человеческого ресурса. В настоящее время так важно актуализировать социологические исследования в данной области.

Библиографические ссылки

1. ВОЗ, Здоровый образ жизни: что такое здоровый образ жизни? [Электронный ресурс] / ВОЗ. Электронные текстовые данные (1,0 Мб). Всемирная организация здравоохранения, Копенгаген, 1999. 28 с.
2. Главная стратегия по питанию, физической активности и здоровью [Электронный ресурс]. URL: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/ru/>. (дата обращения: 25.04.2021).
3. Отношение населения к здоровью [Электронный ресурс]. URL: https://www.isras.ru/files/File/publ/Scan_2018/Otnoshenie_naseleniya_k_zdorovyu_1993.pdf. (дата обращения: 22.10.2020).

СОЦИОЛОГИЯ РИСКА И СОЦИАЛЬНАЯ ФИЛОСОФИЯ РИСКА: ПРОБЛЕМА ВЗАИМОДЕЙСТВИЙ И ВЗАИМОДОПОЛНЕНИЙ

В.К. Щербин

*Центр системного анализа и стратегических исследований НАН Беларуси,
Ул. Академическая 1, 220072, Минск, Беларусь
shcherbin5353@mail.ru*

Основной темой доклада являются современные вызовы и риски. Рассматривается проблема взаимодействий и взаимодополнений между научными дисциплинами, главными объектами изучения которых являются современные вызовы и риски. Целью исследования является выявление на материале рискогенных явлений возможности формирования единой научной картины мира в сфере социально-гуманитарных знаний. Обосновывается вывод о необходимости более тесной интеграции научно-исследовательских проектов и учебных программ, реализуемых представителями социологии риска и социальной философии риска.

Ключевые слова: социология риска; социальная философия риска; научно-исследовательский проект; учебная программа..

Из монографии немецкого исследователя Ульриха Бека «Что такое глобализация? Ошибки глобализма – ответы на глобализацию» (М., 2001) можно узнать о том, что все мы живем сегодня в «мировом обществе риска» [1, с. 74]. При этом, как справедливо заметил российский социолог Олег Яницкий, «сегодня риск – это не только угроза аварии или катастрофы... Современные риски – это *производство гигантских масс энергии распада* в самой разной форме (беженцы, вынужденные переселенцы, болезни и гибель людей, разрушенные города и местные сообщества); производство, которое способно также хаотизировать жизнь других стран и целых континентов» [2, с. 19]. Иными словами, вызовы и риски бывают не только технологическими (аварии на промышленных и сельскохозяйственных объектах, на транспорте и т.д.) или природными (землетрясения, оползни, удары молнии, ураганы, эпидемии и т.п.), но и