

В.И. Филоненко, А.С. Магранов

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ ГЛАЗАМИ РОСТОВСКОЙ МОЛОДЕЖИ: ТРАЕКТОРИИ САМОСОХРАНИТЕЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Данная статья посвящена анализу отношения ростовской молодежи к модели здорового образа жизни. Статья основана на эмпирических данных социологического исследования, проведенного авторами. Авторы рассматривают такие факторы формирования самосохранительного поведения, как отношение к вредным привычкам, влияние молодежных субкультур. Отдельное внимание авторы уделяют социальным аспектам формирования вредных привычек у молодежи.

Ключевые слова: *здоровый образ жизни, самосохранительное поведение, молодежь, демографическая политика, демографическая обстановка, вредные привычки, досуг, спортивный образ жизни, молодежные субкультуры.*

This article is devoted to the analysis of Rostov youth's relation to the model of healthy life-style. The article is based on the empirical data of the authors' sociological research. Authors examine such factors of formation of self-protective behavior as relation to pernicious habits, youth subcultures' influence. Authors pay special attention to social aspects of formation of pernicious habits among young people.

Keyword: *healthy life-style, self-protective behavior, youth, population policy, demographic setting, pernicious habits, leisure, sports life-style, youth subcultures.*

Одним из важнейших аспектов, определяющих демографическое будущее страны, выступает наличие установок самосохранительного поведения среди населения, прежде всего, у представителей молодого поколения. Действительно, именно молодежь во многом определяет развитие общества во всех сферах и только здоровое молодое поколение может гарантировать благоприятную демографическую обстановку.

Обратимся к анализу установок самосохранительного поведения ростовской молодежи. В апреле 2011 г. Социологическим центром мониторинга, диагностики и прогнозирования социального развития ЮФУ было проведено социологическое исследование «Социализация

и воспитание студенческой молодежи вузов Ростовской области» (научный руководитель проекта — д. с. н. В.И. Филоненко), в рамках которого было опрошено более 4000 студентов, обучающихся в 16 вузах Ростова-на-Дону и Ростовской области. Один из блоков данного исследования был посвящен анализу отношения студентов к здоровому образу жизни. Согласно полученным данным, почти половина опрошенных (46 %) считают модель здорового образа жизни (ЗОЖ) не очень популярной в молодежной среде, а 7,6 % студентов ответили, что молодежь полностью пренебрегает принципами ЗОЖ. Однако 35,5 % студентов все же согласны с тем, что здоровый образ жизни по душе современному молодому поколению. Если обратиться к сравнительному анализу полученных данных с результатами социологического исследования, проведенного по аналогичной программе в 2006 г., то становится очевидным наличие положительной динамики в отношении студентов к модели здорового образа жизни. Так, за 5 лет увеличилось количество тех, кто считает модель здорового образа жизни популярной: в 2006 г. этот показатель составлял 24,2 %. Также уменьшилось число негативных оценок популярности ЗОЖ: по данным 2006 г., в распространенности здорового образа жизни сомневались 50,1 % и 8,2 % соответственно.

Представляется вполне вероятным, что невысокая популярность модели ЗОЖ среди молодых людей обуславливается наличием вредных привычек в обыденном образе жизни современного молодого поколения. Прежде всего, стоит обратиться к анализу частоты употребления спиртных напитков. Как показали полученные данные, третья часть студентов (29,3 %) ведут абсолютно трезвый образ жизни. Чуть более половины опрошенных (52 %) позволяют себе выпивать только по большим праздникам. Однако пятая часть представителей студенческой молодежи имеют более сильное пристрастие к спиртным напиткам: 15,2 % выпивают несколько раз в месяц, а 3,4 % — несколько раз в неделю, что отражает уже наличие зависимости. Можно заметить, что юноши выпивают несколько чаще, нежели представительницы прекрасного пола. Несколько раз в месяц употребляют спиртные напитки 18,5 % парней (против 12,9 % у девушек), а несколько раз в неделю выпивают 5 % юношей, в то время как среди студенток этот показатель составляет 2,2 %.

Также необходимо обратить внимание и на отношение студенческой молодежи к курению. Как показали данные, полученные в ходе исследования, подавляющее большинство представителей студенческой молодежи не курят (78,7%). Тем не менее, пятая часть учащихся вузов отметили, что у них присутствует подобная вредная привычка. И если среди них половина (11,2% от общего числа опрошенных) выкуривают всего несколько сигарет в день, то для остальных курящих студентов (а их около 10% от общего массива) эта привычка уже превратилась в настоящую зависимость: 5,3% курят до 10 сигарет в день, а 4,6% могут выкурить до пачки в день. Здесь также наблюдается гендерная специфика распределения ответов. Согласно полученным данным, парни курят заметно больше, нежели девушки. Это находит свое отражение, во-первых, в соотношении некурящих: 85,1% среди девушек против 70,4% у юношей. Кроме того, среди парней заметно больше «заядлых курильщиков»: 8,4% юношей выкуривают до десятка сигарет в день (против 3% у девушек), а 8,5% — до пачки в день, тогда как среди студенток наличие столь сильной зависимости отметили 1,7%.

Если обратиться к сравнительному анализу полученных данных с результатами аналогичного социологического исследования, проведенного в 2006 г., то становится очевидным наличие положительной динамики в распространенности вредных привычек в среде студенческой молодежи. За пять лет заметно увеличилось количество некурящих студентов: по данным 2006 г., их было 67,4%. Также уменьшилось количество «заядлых курильщиков»: в 2006 г. 9,5% выкуривали до 10 сигарет в день, а 7,7% могли за день осилить целую пачку. Подверглось изменению и пристрастие молодых людей к спиртным напиткам. По сравнению с 2006 г. увеличилось количество студентов, ведущих трезвый образ жизни и абсолютно не употребляющих алкоголя: их стало больше на 12% (в 2006 г. этот показатель составлял 17,3%). Причем стоит отметить, что данное изменение пропорции произошло, в первую очередь, за счет уменьшения числа студентов, употребляющих спиртное несколько раз в месяц: в 2006 г. их было 27,4%. Безусловно, подобная динамика не может не радовать.

Однако нельзя обойти вниманием анализ социальных аспектов, обуславливающих степень пристрастия молодых людей к тем

или иным вредным привычкам. В качестве одного из наиболее значимых факторов стоит рассмотреть общую обстановку в семье респондентов, их отношения с родителями. Так, больше всего некурящих студентов оказалось среди тех, у кого установилось взаимопонимание с родителями (82%), кто воспринимает родителей в качестве примера для себя (83,3%) и с большим уважением относится к ним (80,8%). А вот среди студентов, отметивших наличие разногласий с родителями, оказалось заметно меньше некурящих (в среднем примерно на 20%). Среди студентов, которые отметили, что их раздражают «устаревшие взгляды» родителей, только 59% не курят. Схожим образом обстоит дело и со студентами, обозначившими наличие напряженности в отношениях с родителями (не курят 62,5%), а также воспринимающими их в качестве источника карманных денег (66,4%) и не допускающими родителей в свою личную жизнь (69,2%). Можно заметить, что среди молодых людей, отметивших напряженные отношения с родителями, больше всего «заядлых курильщиков»: 14,6% выкуривают за день пачку сигарет.

Отношения с родителями находят свое отражение и в пристрастии молодежи к алкоголю. Как показали полученные данные, студенты, в чьих семьях установились наиболее благоприятные межпоколенческие связи, ведут преимущественно трезвый образ жизни. Среди молодых людей, для которых родители являются примером и которые относятся к ним с большим уважением, «показатель трезвости» составляет 32,9% и 30,1% соответственно. Напряженность в отношениях с родителями и раздражительное восприятие их «устаревших взглядов» снижают его до 19,8% и 20,8%. Причем данные студенты заметно более склонны к алкогольной зависимости: 32,3% и 26,4% выпивают несколько раз в месяц, а 9,4% и 11,3% — несколько раз в неделю. Действительно, напряженные отношения с родителями препятствуют успешному выполнению семьей социализирующей функции. Одним из изменений социализационной траектории выступает увеличение склонности к вредным пристрастиям. Установившиеся доверительные и уважительные отношения с родителями мотивируют молодежь брать с них пример, тогда как напряженность в отношениях способствует формированию негативных элементов в поведении. При этом деструктивность подобного образа жизни для здоровья осознается

и самими молодыми людьми. Среди студентов, у которых сложились напряженные отношения с родителями и присутствует раздражительное восприятие их «устаревших взглядов», только 16,7% и 18,9% соответственно назвали модель здорового образа жизни популярной у молодежи. У тех же, кто уважительно относится к своим родителям и считает их примером для себя, популярность модели ЗОЖ в молодежной среде отметили 38,5% и 40,6% соответственно.

Стоит отметить, что на распространенность вредных привычек среди молодежи оказывает влияние их общее отношение к окружающей социальной действительности и соответствующие ему мнения о своем будущем. Как показали результаты социологического исследования, молодые люди, которые ввиду сложной жизненной ситуации испытывают чувство страха и отчаяния относительно своего будущего, зачастую ищут решение своих проблем в алкоголе: 21% выпивают несколько раз в неделю. При этом даже среди тех, кто испытывает некоторую неуверенность в завтрашнем дне, так часто выпивают не более 4%. Также студенты, испытывающие страх от возможных будущих перспектив, видимо ввиду нервного напряжения, курят больше остальных: 9,5% выкуривают до десятка сигарет в день, а 15,2% могут осилить за день всю пачку. Некурящих студентов в данной категории меньше всего — 63,8%, тогда как среди молодых людей, смотрящих в будущее с надеждой и оптимизмом, таковых 81,9%.

Еще одним значимым фактором формирования здорового образа жизни молодого поколения выступает занятие различными видами спорта. Согласно полученным данным, 39,5% респондентов ответили, что занимаются в различных спортивных секциях и спортклубах, что говорит о проявлении заметного интереса к спорту в молодежной среде. При этом спортивный образ жизни обуславливает и определенные ограничения в отношении вредных привычек, что подтверждают и результаты исследования: 80,2% молодых людей, посещающих спортивные секции, не курят, а 31,7% полностью отказываются от употребления спиртных напитков. В целом 42% студентов-спортсменов считают модель здорового образа жизни очень популярной в молодежной среде, что, безусловно, отражает влияние спортивных ценностей на формирование отдельных установок самосохранительного поведения молодежи.

Стоит обратить внимание на тот факт, что в сторону спорта направлена и заметная часть субкультурных практик ростовской молодежи. В настоящее время во многих городах страны активно развиваются различные виды молодежных спортивно-экстремальных субкультур, среди которых наиболее известными являются паркур, воркаут, роллер-спорт, скейтбординг, велофристайл [2, с. 113–118]. Данные молодежные субкультуры получили большое распространение и в Ростове-на-Дону. Главная цель существования спортивно-экстремальных субкультур — пропаганда модели здорового образа жизни и занятий спортом, прежде всего, среди молодежи. Данным фактом было обусловлено начало поддержки субкультурных течений подобного рода со стороны государственной молодежной политики: строятся специальные зоны для спортивных тренировок, проводятся различные фестивали, к участию в которых приглашают представителей спортивно-экстремальных субкультур. Так, например, с 2007 г. проводится ежегодный фестиваль современной молодежной культуры «Экстрим-стихия», в котором участвуют представители таких субкультур, как паркур, воркаут, уличные танцы, граффити, скейтбординг, роллер-спорт.

Таким образом, можно сделать следующие выводы относительно траекторий самосохранительного поведения ростовской молодежи. Представители молодого поколения осознают значимость модели здорового образа жизни, однако большинство молодежи ставит под сомнение ее популярность в условиях современной социальной действительности. Вероятнее всего, основной причиной этого выступает присутствие вредных привычек в образе жизни молодых людей. Однако эмпирический материал социологических исследований позволил обозначить положительную динамику данного явления: за период 2006–2011 гг. заметно снизилось число курящих молодых людей и возросла популярность трезвого образа жизни в молодежной среде. Увеличение популярности модели ЗОЖ среди молодежи обусловлено влиянием со стороны как формальных, так и неформальных институтов социализации. С одной стороны, молодым людям предоставляется возможность записаться в разнообразные спортивные секции и кружки, в том числе действующие в высших учебных заведениях. Вместе с этим проводится антиалкогольная

и антитабачная пропаганда среди молодежи. Данные направления молодежной политики отражены в «Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года», утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 г. № 1351 [1]. С другой стороны, помимо мер государственной политики, молодежь подвергается воздействию спортивно-экстремальных субкультур как неформального института социализации. Данные субкультуры транслируют молодым людям ценности ЗОЖ, мотивируют их на занятия спортом. Именно поэтому представители многих спортивно-экстремальных субкультур привлекаются к проведению различных мероприятий, направленных на формирование установок самосохранительного поведения у молодежи. Таким образом, траектория самосохранительного поведения современной ростовской молодежи все больше стремится к положительным значениям. Безусловно, данное направление должно быть закреплено в сознании молодежи на ценностном уровне, что обуславливает необходимость дальнейших мер по борьбе с пагубными пристрастиями в молодежной среде и пропаганде здорового образа жизни. Однако для достижения необходимого эффекта необходимо рассматривать молодежь не только в качестве объекта государственной политики, но и как основного актора. Закрепление положительной траектории самосохранительного поведения возможно только в том случае, если молодежь сама будет стремиться к преобразованию своего образа жизни, взяв за основу принципы ЗОЖ.

Литература

1. Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года (утв. указом Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 г. № 1351) [Текст] // Собрание законодательства Российской Федерации. — 2007. — № 42.
2. *Плотницкий В.В.* Роль спортивных субкультур в процессе социализации подрастающего поколения // Актуальные проблемы молодежной субкультуры: сб. статей / под общ. ред. О.К. Поздняковой. М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2011. — Т. 5. — С. 113–118.
3. Управление рисками, влияющими на уровень социальной безопасности детства: сб. мат-лов Всеросс. научн.-практ. конф. с междунар. уч. (Екатеринбург, 13–14 ноября 2014 г.) / отв. ред. Э.В. Патраков. — Екатеринбург: УрФУ, 2015. — URL: <http://elibrary.ru/item.asp?id=24105134> (дата обращения: 25.12.2015).