

Министерство образования и науки Российской Федерации

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

кафедра истории, теории и прикладной социологии

**СТУДЕНЧЕСКАЯ МОЛОДЕЖЬ О РОЛИ И СОЦИАЛЬНЫХ
ФАКТОРАХ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ: РЕГИОНАЛЬНЫЙ
АСПЕКТ**

(автореферат бакалаврской работы)

студентки 4 курса 411 группы
направления 39.03.01 – Социология
социологического факультета
Лопаткиной Маргариты Викторовны

Научный руководитель

доктор социологических наук, профессор _____ Л.С. Аникин

Зав. кафедрой

доктор социологических наук, профессор _____ Д. В. Покатов

Саратов 2018

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. В условиях развития российского общества, как никогда ранее, становится актуальной проблема укрепления и сохранения здоровья всего населения страны. В последние десятилетия динамика социально-экономического развития и политического переустройства нашего общества инициировала ряд явлений, негативно отражающихся на здоровье населения. К таким явлениям в первую очередь необходимо отнести экономический кризис, серьезно снизивший платежеспособность населения.

Влияние социально - экономических проблем на организм человека приводит к серьезным нарушениям психического и физического здоровья. Обществом востребован человек с привлекательным внешним видом, в условиях борьбы с ежедневными стрессами и нагрузками, которые провоцируют приобретение вредных привычек, а также отнимают необходимое время и силы организма для занятия физкультурой. Финансовые затруднения создают сложности для здорового питания и посещения спортивных секций, которые и являются основой здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) представляет собой совокупность определенных норм и правил повседневной культурной жизнедеятельности человека, основанных на рациональных ценностях, укрепляющих приспособляемые возможности организма. Правильно выбранный образ жизни обеспечивает гармоничное развитие всего тела, защищает от неблагоприятных воздействий окружающей среды, сохраняет и укрепляет здоровье, а также позволяет развивать наиболее ценные качества человека, необходимые для стабильного динамического развития в обществе.

Поэтому, важнейшей задачей для нашей страны, на сегодняшний день, является популяризация здорового образа жизни, и в первую очередь, студенческой молодёжи, так как она является составной частью молодежи,

представляет собой социальную прослойку общества, относящуюся к группе повышенного риска, так как более всех испытывает пагубное (отрицательное) влияние окружающей среды в силу еще окончательно не сформированной личности.

Степень научной разработанности проблемы. В социологических, медицинских, биологических, психологических, педагогических исследованиях заложены теоретические и методологические предпосылки решения рассматриваемой проблемы. Молодежь рассматривалась как социально-демографическая группа в работах В.Т. Лисовского, В.И. Чупрова, И.С. Кона, Е.М. Бабосова. Базовые признаки молодежи, как социальной общности были выделены в трудах известных демографов Л.Л. Рыбаковского, В.Н. Архангельского, Т.С. Сулимовой (возрастная признаки молодежи); И.М. Ильинского (социально-исторические признаки молодежи); Л.С. Выготского, И.С. Кона, А.В. Мудрика и др. (социально-психологические признаки); К.Мангейма, М. Мида и др. (культурологические признаки).

Большую часть теоретических исследований студенческой молодежи представляют работы российских социологов В.Т. Лисовского, И.В. Бестужева-Лада, Т.Э. Петровой, Б.Г. Рубина, Ю.С. Колесниковой, А.Н. Семашенко, Т. В. Ищенко, Л.Д. Столяренко, И.А. Зимней, Б.Г. Ананьева, В.С. Ильина, А.С. Власенко, И.И. Мечникова.

Учеными рассматриваются общие вопросы здоровья студенческой молодежи и ее образа жизни в трудах Н.П. Абаскаловой, Н.А.Агаджанян, А.М. Гендина, О.П. Добромисловой, Г.А. Кураева, В.П. Лавренко, Л.А. Петровской, Д.И.Рыжакова; анализируется влияние различных факторов на формирование правильного образа жизни учащейся молодежи в трудах В. Буйлова, Э. Л. Дисси, Т. А. Ивановой, В. Г. Николаева, А. Н. Пивоварова, Э. Н. Поляковой, В. В. Пономарева, Н. А. Русиной, М. В. Хватовой, А. Г. Щедриной; изучается уровень знаний о здоровом образе жизни у студенческой молодежи в трудах А. В. Белоконь, Г. Василевской,

Ю. М. Политовой, Ю. И. Ротаневой, А. С. Свердлиной, Г. С. Сovenко,
Л. Г. Шаталиной, Л. Г. Шуляковского.

Объект исследования - студенческая молодежь как особая социальная группа

Предмет исследования - социальные факторы и механизмы, влияющие на отношение студенческой молодежи к ведению здорового образа жизни.

Цель исследования - рассмотреть отношение студенческой молодежи к здоровому образу жизни.

Достижение поставленной цели требует решение следующих **задач**:

— изучить имеющиеся в западной и отечественной социологии подходы к определению понятия «молодежь»;

— дать характеристику особенностей студенческой молодежи как социальной общности;

— определить особенности здорового образа жизни студенческой молодежи;

— выявить социальные факторы и детерминанты здорового образа жизни студенческой молодежи региона.

Эмпирической базой выступили статистические материалы, представленные в сборниках Росстата и Саратовстата за период 2016-2018 гг.

В рамках данной работы использовались нормативные акты, в том числе «Концепция долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 года», утвержденная распоряжением Правительства РФ от 17.11.2008 г. № 1662-р; Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 №329-ФЗ (с изменениями на 18.04.2018).

В 2016 году было проведено авторское социологическое исследование на тему «Здоровый образ жизни студенческой молодежи» (всего опрошено 200 человек по квотно - стратифицированной выборке). Результаты данного исследования также являются основанием бакалаврской работы.

Структура работы. Бакалаврская работа состоит из введения, двух разделов, заключения, списка использованных источников и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обосновывается актуальность исследования, раскрывается степень её разработанности, определяются цель, задачи, объект и предмет исследования, описывается эмпирическая база и структура работы.

В первом разделе «Студенческая молодежь как особая социальная общность» было выяснено то, что молодежь выступает как социально-демографическая группа, которая, во-первых, непосредственно связана с обществом, так как составляет его часть. А во-вторых, исследователи акцентируют свое внимание на том, что характер возрастных, социально-психологических и физиологических особенностей молодежи, специфических интересов и потребностей социально обусловлен и они могут быть интерпретированы только в более широком общественном контексте.

В 1968 г. впервые определение «молодежь» было дано советским социологом В.Т. Лисовским. Он считал, что молодежь представляет собой поколение людей, проходящих стадию социализации, в процессе которой она усваивает образовательные, профессиональные, культурные и другие социальные функции; в зависимости от конкретных исторических условий возрастные рамки молодёжи могут колебаться от 16 до 30 лет¹. Спустя некоторое время было дано более полное определение И.С. Коном: «Молодёжь — это социально-демографическая группа, выделяемая на основе совокупности возрастных характеристик, особенностей социального положения и социально-психологических свойств»².

Возрастные критерии определения молодежи как социальной группы необходимы органам государственной власти и местного самоуправления для разработки государственной молодежной политики. Они закреплены в правовых документах РФ. Например, в Стратегии государственной

¹ Лисовский В.Т. Советское студенчество. Социологические очерки. М., 1990. С. 48.

² Кон И.С. Молодежь // Большая советская энциклопедия. 3-е изд. М., 1974.Т. 16. С.478.

молодежной политики в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 18 декабря 2006 г. № 1760-р, молодежь – граждане Российской Федерации в возрасте от 14 до 30 лет¹. По данным Росстата в России на 2016 год численность молодого поколения составляла 31,4 млн. человек от всего населения².

Проанализировав научную литературу, мы приходим к выводу, что проблемы молодого поколения изучались на протяжении многих столетий. Важнейшую роль в исследовании молодежи сыграли различные теоретико-методологические подходы: структурно-функциональный, системный и другие, которые позволили выявить общие тенденции развития данной социально-демографической категории.

Сегодня, большое внимание социологов привлекает конкретно студенческая молодежь, которая является частью молодежи, характеризующейся особыми признаками. Студенчество выполняет особую роль в системе общественного разделения труда, а также является составной частью молодежи, но представляет собой специфическую социальную группу, характеризующуюся особыми условиями жизни, труда и быта, социальным поведением и психологией, системой ценностных ориентаций.

Большую часть теоретических исследований студенческой молодежи представляют работы российских социологов А.И. Запесоцкого, В.Т. Лисовского, С.Н. Иконниковой, А.А. Козлова, Ю. Колесникова, Л.Я. Рубинной, Т.Э. Петровой, Е.Г. Слуцкого. В своих работах авторы при квалификации студенчества, проводят сравнительный анализ сегодняшней динамики ценностных ориентаций с кардинальными переменами системы установок студентов XX века.

¹ Правительство РФ Стратегия развития молодежи Российской Федерации на период до 2025 года [электронный ресурс] URL: <http://government.ru/> (дата обращения: 4.02.2018).

² Федеральная служба государственной статистики [электронный ресурс] URL: http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/population/demography/# (дата обращения: 04.02.2018).

Согласно определению Б.Г. Рубина и Ю.С. Колесникова, студенчество - социальная общность, отличающаяся своими возрастными характеристиками, находящаяся в стадии становления, формирования структуры ценностной системы, выбора профессионального и жизненного пути и не имеющую реального положения на социальной лестнице¹.

Для студента характерны следующие типичные возрастные особенности: биологические (безусловные рефлексы человека, инстинкты, физическая сила и др.); психологические (психологическое состояние личности, внутренние качества и др.); социальные (социальные роли в обществе, качества, принадлежность к определенной общественной группе и т.д.).

Во втором разделе бакалаврской работы «Особенности здорового образа жизни студенческой молодежи» раскрывается социальная сущность образа жизни человека и его влияния на здоровье.

В социологии здоровый образ жизни изучают в рамках таких отраслей, как социология здоровья и медицины, социология повседневности, социология спорта, социология тела и проч.. Составляющие компоненты этого 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.

С социологической точки зрения понятие «здоровый образ жизни» включает в себя ряд основных характеристик. С одной стороны, здоровый образ жизни является проявлением реализации потенциала общества в обеспечении здоровья как индивидуально, так и массово. С другой стороны, здоровый образ жизни отражает степень социального благополучия, понимаемого как единство уровня и качества жизни. И еще, ЗОЖ

¹ Рубин Б., Колесников Ю. Указ. соч. 1968. С. 38.

рассматривается как проекция эффективности социальной организации в отношении к ценности здоровья¹.

По мнению доктора педагогических наук Н.П. Абаскаловой, здоровый образ жизни понимается как многоуровневая система различных причинных связей субъекта с окружающим миром, которая формируется поэтапно, основана на универсальных закономерностях как наиболее эффективной направленности эволюционного развития. Моделирование системы здорового образа жизни и обучение её основам позволит не только сохранить здоровье нации, снять общественную напряжённость, но и сформировать у людей высшие ценностные ориентиры².

Доктор философских наук В.З. Коган утверждал, что отношение к здоровью выражается в действиях того или иного человека, его мнении относительно факторов, влияющих на физическое и психическое здоровье. Исследователь считает, что отношение человека к своему здоровью может быть адекватное и неадекватное, в силу своей значимости для его жизнедеятельности. В связи с этим, В.З. Коган выдвигает новый подход к формированию здорового образа жизни человека, обращаясь к внутреннему состоянию личности, ее целостной структуре. Он рассматривает человека в качестве субъекта здоровья, который занимается созданием своего физического, психического и социального благополучия, а также творческого долголетия³.

В современном мире появились различные социологические теории, изучающие здоровый образ жизни: социоструктурный подход (Е. Дмитриева, Л. Геращенко, Б. Юдин), социокультурный подход (Л. Сабурова, Л. Шилова,

¹ Социология: Энциклопедия. / Сост. А.А. Грицанов, В.Л. Абушенко, Г.М. Евелькин, Г.Н. Соколова, О.В. Терещенко. – Электронный ресурс <http://voluntary.ru/dictionary/568/word/zdorovyi-obraz-zhizni> (дата обращения: 20.05.2018)

² Абаскалова Н. П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе «школа-вуз»: автореф. дисс. ... д-ра пед. наук / Н. П. Абаскалова. – Барнаул, 2000. – С. 13.

³ Коган, В.З. Отношение к здоровью и пути его адекватного формирования как проблема общественного здоровья / В.З. Коган // Общественное здоровье и профилактика заболеваний. – 2006. – № 4. – С. 31-34.

Ф. Смирнов), анализ социальных практик (Л. Иванова, К. Хабибуллин, Л. Цыпленкова)

По данным Росстата, в 2016 году средняя продолжительность жизни в России достигла рекордного показателя – 71,87 года. Сообщается, что за последние пять лет средний уровень продолжительности жизни в стране поднялся с 70,2 года (2012 год) до 71,87 года (2016 год). Эксперты обозначили причины роста продолжительности жизни в стране. Основными причинами роста продолжительности жизни в регионах были: экологический фактор, мода на здоровый образ жизни, что подразумевает под собой избавление от лишнего веса, а также снижение потребления табака и алкоголя, вызванное законодательными ограничениями¹.

Таким образом, понятие «здоровый образ жизни» рассматривается как: активная деятельность человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья; отказ от вредных для здоровья факторов; культура здоровьесберегающего поведения; деятельность, характерная для конкретных социально-экономических, политических, экологических и прочих условий; разумно-нравственное поведение человека, гармоническое единство духа и тела. Основные компоненты здорового образа жизни: культура здоровья, здоровьесберегающие активности и условия, обеспечивающие реализацию культуры здоровья индивида в здоровый стиль жизни.

В третьем разделе бакалаврской работы «Социальные факторы и механизмы здорового образа жизни студенческой молодежи региона» рассматриваются основные социальные факторы и детерминанты, определяющие здоровый образ жизни студенческой молодежи.

Было выяснено, что 71% работающих студентов ответили, что ведут здоровый образ жизни, 46% - «скорее веду, чем нет», 36,4% - «скорее не веду, чем веду», 35% - «не веду». 59% безработных студентов, ответили, что

¹ Здоровый образ жизни и экономика: что влияет на продолжительность жизни россиян [электронный ресурс] URL:<https://www.m24.ru/articles/Rossiya/29062017/145259> (дата обращения: 30.04.18)

скорее не ведут здоровый образ жизни, чем ведут, 65% - «не ведут», 54% - «скорее веду, чем нет», 29% - «да, веду». Эти данные свидетельствуют о том, что большинство работающих, студентов ответили, что ведут здоровый образ жизни, скорее всего, это говорит о том, что работающие студенты, несмотря на свою занятость, заботятся о своем здоровье, ведут здоровый образ жизни, а именно, придерживаются принципов здорового питания, регулярно посещают врача, не имеют вредных привычек, в общем, заинтересованы в сохранении и улучшении своего здоровья.

В ходе исследования было выяснено, что 77% студентов с уровнем дохода 6001-7500 не ведут здоровый образ жизни, скорее всего, из-за того, что уровень дохода ниже уровня прожиточного минимума Саратовской области. 44% ответили, что «скорее не веду, чем веду», 32% - «скорее веду, чем нет». 47% студентов с уровнем дохода 7501-9000 ведут здоровый образ жизни. Анализируя полученные данные, мы приходим к выводу, что в Саратове студенты с уровнем дохода на одного человека ниже прожиточного минимума реже или вообще не занимаются своим здоровьем из-за нехватки денег в семье. Однако стоит отметить, что студенты со средним уровнем дохода одного члена семьи, который составляет прожиточный минимум и чуть выше ведут чаще здоровый образ жизни.

Состояние здоровья молодежи является важнейшим слагаемым здорового потенциала нации, поэтому сохранение и развитие здоровья студентов и формирование у них здорового образа жизни, сегодня имеет приоритетное значение. Анализируя полученные данные, мы выявили, что курение ухудшает здоровье подрастающего поколения. Студенты, которые имеют данную вредную привычку, оценивают свое состояние здоровья как удовлетворительное. Те студенты, которые не курят, занимаются спортом и следят за своим режимом питания, намного здоровее, чем другие студенты, которые ведут неправильный образ жизни. Также хотелось бы отметить, что в Саратове наркотической зависимости среди студенческой молодежи не обнаружено.

Итак, среди субъективных факторов, влияющих на ведение здорового образа жизни студенческой молодежи можно выделить наличие работы, материальное положение, наличие вредных привычек, состояние здоровья и другие.

В заключении подводятся итоги исследовательской работы и формулируются основные выводы.

В приложении представлен инструментарий исследования (анкета по теме исследования).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Молодежь выступает как социально-демографическая группа, которая, во-первых, непосредственно связана с обществом, так как часть его. А во-вторых, исследователи акцентируют свое внимание на том, что характер возрастных, социально-психологических и физиологических особенностей молодежи, специфических интересов и потребностей социально обусловлен и они могут быть интерпретированы только в более широком общественном контексте.

Сегодня, большое внимание ученых привлекает конкретно студенческая молодежь, которая является частью молодежи, характеризующейся особыми признаками. Студенчество выполняет особую роль в системе общественного разделения труда, а также является составной частью молодежи, но представляет собой специфическую социальную группу, характеризующуюся особыми условиями жизни, труда и быта, социальным поведением и психологией, системой ценностных ориентаций.

Повседневная культура студента включает в себя в первую очередь посещение вузовских занятий, лекций, семинаров, то есть занятия учебной и научной деятельностью. Следующий компонент повседневности студента - досуг. Для студента досуг представляет собой свободное от учебы время, целью которого является удовлетворение культурных потребностей индивида. Среди популярных видов досуга выделяют спортивный досуг, домашний (пассивный) и развлекательный.

Спортивный вид досуга студентов характеризуется активной рекреацией, ориентацией на укрепление и совершенствование тела, на здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни представляет собой совокупность определенных норм и правил повседневной культурной жизнедеятельности человека, основанных на рациональных ценностях, укрепляющих приспособляемые возможности организма. Правильно выбранный образ жизни обеспечивает гармоничное развитие всего тела, защищает от неблагоприятных воздействий окружающей среды, сохраняет и укрепляет здоровье, а также позволяет развивать наиболее ценные качества человека, необходимые для стабильного динамического развития в обществе.

Анализируя полученные данные, мы приходим к выводу, что в Саратове студенты с уровнем дохода на одного человека ниже прожиточного минимума реже или вообще не занимаются своим здоровьем из-за нехватки денег в семье. Однако стоит отметить, что студенты со средним уровнем дохода на одного члена семьи, который составляет прожиточный минимум и чуть выше ведут чаще здоровый образ жизни.

Мы выяснили, что большинство студентов подвержены стрессовым состояниям и главным помощником в борьбе с плохим настроением и депрессией являются занятия спортом.

В ходе проведения социологического исследования было выявлено, что девушки чаще следят за состоянием своего здоровья, чем юноши. Скорее всего, это происходит потому что, женщина еще с детства осознает, что она должна тщательно следить за своим здоровьем, потому что, именно она в будущем будет вынашивать и рожать детей.