

Здоровье как ценность в условиях пандемии: оценки представителей разных поколений россиян

Научный руководитель – Шиняева Ольга Викторовна

Миляев Артем Алексеевич

Студент (бакалавр)

Ульяновский государственный технический университет, Гуманитарный факультет,
Кафедра политология, социология и связи с общественностью, Ульяновск, Россия

E-mail: hekiartem@gmail.com

Пандемия разграничила привычный уклад жизни людей на до и после. Так или иначе, она привнесла значительные изменения в важные сферы деятельности людей: трудовую, учебную, досуговую, здравоохранения. Здоровье, его профилактика, стали краеугольным камнем в контексте поддержания социальной стабильности. Достижение цели по сокращению заболеваемости встает на передний план. Наряду с проблемой массового вакцинирования, немаловажным аспектом остается укрепление иммунитета и поддержания жизненного тонуса. Успешный исход возможен при вовлечении в данный процесс большинства населения. Физическая активность, и как следствие психическая стабильность, в любом ее проявлении поможет сократить шанс угрозы здоровья каждому человеку. *Целью данной статьи* является рассмотрение проблемы поддержания здоровья и его ценность в общественном мнении россиян.

Психоэмоциональное напряжение, которое вызвано условиями самоизоляции, привело к подрыву здоровья каждого человека. Изменения, которые прежде можно классифицировались, как внезапные, спонтанные и неконтролируемые, не идут ни в какое сравнение с теми обстоятельствами, с которыми встретились люди при пандемии, как на уровне физического, так и психологического здоровья [2, с.18]. Возникла ситуация, при которой невозможно человеку реализовать свои внутренние потребности: мотивы, стремления, желания, ценности. Во время пандемии граждане оказались сильно ограниченными в своих движениях. Исходя из утверждения, что удовлетворение первичной физиологической потребности человека в сохранности здоровья является индикатором социального самочувствия и счастья в целом. Можно сделать вывод, что сидячий образ жизни и низкий уровень физической активности являются причиной сильного снижения здоровья и, как следствие, качества жизни, а длительный карантин вызывает тяжелый стресс и подрывает психическое здоровье, которое необходимо в условиях современности.

По данным всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), который проводил исследование на тему «Счастье в эпоху пандемии», чаще всего россияне считают себя счастливыми благодаря хорошему уровню здоровья и жизни своей и своих близких (79%). Этот ответ является показательным, применительно к ценности здоровья. И.И. Брехман в описывает уникальную информационно-психологическую трактовку сущности здоровья: «Здоровье человека - его способность сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров потока сенсорной, вербальной и структурной информации» [1, с.27]. Можно сказать, что здоровье человека, в частности, психическое равновесие, зависит от благоприятных межличностных отношений и взаимодействий друг с другом в малых, средних и больших социальных группах. Контроль потока информации, устойчивость к текущим событиям в мире сохраняют здоровье и общую удовлетворенность жизнью.

Мы провели собственное социологическое исследование среди жителей крупного города

разных поколений; опрошено 460 жителей Ульяновска от 18 до 65 лет. На вопрос «Как часто Вы занимаетесь активным и оздоровительным досугом» самыми популярными оказались ответы - «часто, несколько раз в месяц» (49%), «регулярно, несколько раз в неделю» (34%). В связи с нависшей угрозой заболевания и важностью укрепления иммунитета, горожане разного возраста стали чаще заниматься спортом и другими оздоровительными процедурами. Три четверти респондентов старше 56 лет выбрали вариант ответа «Часто, несколько раз в месяц»; это говорит о понимании важности старшим поколением поддержания здоровья и укрепления сопротивляемости вирусу путем физических нагрузок.

В вопросе о форме активного досуга, который наиболее эффективный для поддержания здоровья лидируют ответы: «Занятия на свежем воздухе (ходьба, бег)», «Плавание в бассейне, водоеме», «Регулярные занятия спортом в секции, клубе». Спортивная активность на свежем воздухе всегда была самой популярной, в связи с доступностью для всех категорий населения. Из-за послабления карантинных мер стали открыты физкультурно-оздоровительные комплексы, бассейны, секции и фитнес клубы. Они являются хорошей альтернативой в холодный период года занятиям на открытом воздухе.

Больше половины опрошенных (58%) отметили, что «здоровье - это ресурс, который зависит от образа жизни; его запасы надо поддерживать». Наиболее популярен данный ответ среди респондентов старше 45 лет. Какой бы потенциал при рождении не получил человек, более важен образ жизни, который граждане в состоянии регулировать и направлять в нужное русло. Больше двух третей респондентов в разной степени опасаются заболеть новой болезнью (70%). Подсчет индекса страха путем сжатия порядковой шкалы позволил выделить социально-демографические и социально-экономические сегменты, переживающие указанную проблему с разной остротой. Самый высокий уровень тревожности и страха перед инфекцией наблюдается у жителей старше 60 лет. Данный показатель совпадает с результатами опроса ВЦИОМ: чем старше жители, тем больше страх заболеть. Итак, необычные события создают в общественном мнении ситуацию маятника - из крайности в крайность, пока не будут понятны перспективы. Результаты опроса показали, что мнения россиян колеблются от отрицания передовых свойств вакцины до согласия с низкой грамотностью населения как барьера борьбы с коронавирусной инфекцией. Перспективы завершения пандемии пока не ясны, поэтому общественное мнение не может прийти к определенной точке зрения по многим вопросам. Но здоровье как главный ресурс и ценность воспринимается во всех поколениях россиян. Крайне важно поддерживать это мнение и создавать необходимые условия для сохранения физического и психологического здоровья в разных местах проживания.

Источники и литература

- 1) Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье: ФиС, 2007 С.20-27
- 2) Попович Ю.Г., Рахимова Р.Ж., Ахметжанова Д.О. COVID 19 – новая инфекция XXI века // Наука и Здравоохранение. Т.22. №4. 2020. С.15-23