

## ■ УДК 316.728:316.347](477)

**І. М. Наколонко**, аспірант, Харківська державна академія культури, м. Харків

### **КЛЮЧОВІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ**

Досліджено фундаментальні зрушення у сфері здоров'я й тілесності людини в сучасній культурі, які не є чужорідними для України та характерними лише розвиненим країнам. Наявна соціокультурна сфера українського суспільства мало сумісна як із сучасним світовим досвідом щодо програм і політик у сфері суспільного здоров'я, так і з культурою постіндустріального суспільства. Розглянуто дві нагальні групи проблем, що визначають завдання формування здорового способу життя населення України. Наголошено, що формування культури здорового способу життя – складна й комплексна проблема в українському суспільстві.

**Ключові слова:** здоровий спосіб життя, сучасна культура, тілесність, цільовий соціально-культурний проект.

**И. М. Наколонко**, аспирант, Харьковская государственная академия культуры, г. Харьков

### **КЛЮЧЕВЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ УКРАИНЫ**

Исследованы фундаментальные сдвиги в сфере понимания здоровья и телесности человека в современной культуре, которые не являются чужими для Украины и присущими только развитым странам. Имеющиеся черты социокультурной сферы украинского общества мало совместимы как с современным мировым опытом программ и политик в сфере общественного здоровья, так и с культурой постиндустриального общества. Рассмотрены две насущные группы проблем, которые определяют задачи формирования здорового образа жизни населения Украины. Отмечено, что формирование культуры здорового образа жизни — сложная и комплексная проблема для украинского общества.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, современная культура, телесность, целевой социально-культурный проект.

**I. M. Nakolonko**, post-graduate student, Kharkiv State Academy of Culture, Kharkiv

### **KEY ASPECTS OF A HEALTHY LIFESTYLE FORMATION IN THE CULTURE OF THE POPULATION OF UKRAINE**

Fundamental shifts in understanding the human health and corporeality in contemporary culture are explored. These processes are not external

to Ukraine as well as are not unique to the developed countries. Existing features of the socio-cultural sphere of the Ukrainian society are little compatible with the modern world experience in the field of public health programs and policies, as well as with the culture of post-industrial society. Two groups of vital issues that define the problem of forming a healthy way of life of the population of Ukraine are analysed. The author emphasizes that forming the culture of a healthy lifestyle is a difficult and complex problem for the Ukrainian society.

**Key words:** healthy way of life, modern culture, corporeality, target socio-cultural project.

**Постановка проблеми.** Нині здоровий спосіб життя є частиною суспільного ідеалу й інтегральною складовою модернізації суспільства в його соціокультурних аспектах. Програмну політику щодо суспільного здоров'я здійснюють держави та міжнародні організації. Це пов'язане із тією роллю, яку суспільне здоров'я відіграє в соціально-культурній, соціально-економічній та соціально-політичній системах сучасного суспільства. Цим соціальним процесом необхідно керувати й для того, щоб управління це було ефективним, необхідна наукова розробка його змісту.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Є немало публікацій щодо впливу динаміки сучасного суспільного розвитку на процес формування культури здорового життя. Л. Бонні, М. Аккер розглядають питання суспільної відповідальності людини за власний спосіб життя в країнах із розвинутою системою охорони здоров'я, досліджують соціокультурну стратифікацію постіндустріального суспільства [3]. Праці К. М. Сурмашевої, Г. О. Качко та О. В. Лінчак у 2012 р. й І. С. Риткіс у 2009–2012 рр. виявили особливості сучасного дискурсу здоров'я в українському суспільстві [2], а В. Кокерхам указав на негативні соціокультурні тенденції [4]. Проте дослідження необхідності в цільовому соціально-культурному проекті з формування здорового способу життя населення України ще не здійснювалося.

**Мета статті** — проаналізувати ситуацію з культурою здорового способу життя в Україні та виявити ключові аспекти, урахування яких дозволить запропонувати проектний підхід стосовно вирішення комплексу нагальних проблем окресленої сфери.

**Вклад основного матеріалу дослідження.** Формування культури здорового способу життя населення України визначається проблемами, які поділяються на дві групи. До першої із них належать ті, які обумовлені динамікою сучасного суспільного розвитку.

У соціокультурному контексті сучасного суспільства доцільний перехід від «пропаганди здоров'я», що є радше предметом суспільної політики, до «здорового способу життя» — індивідуальної цінності

та (або) частини групової культури. Дотримання здорового способу життя — компонента окремих субкультур, які не рівномірно розподілені в соціумі та є складовою частиною соціокультурної стратифікації постіндустріального суспільства.

Ч. Мюррей переконливо доводить, що в розвинених країнах дотримання принципів здорового способу життя є складовою частиною соціальної та персональної культури представників середнього класу та вищого середнього класу, і недостатньо поширене серед нижчих верств суспільства [8]. Популярність тріади практик здорового життя сучасності — фізична активність, емоційна насиченість, відмова від шкідливих звичок — складова частина стилю життя передусім освіченої еліти суспільства розвинутих країн [5].

У країнах із солідарною системою охорони здоров'я люди, котрі дотримують здоровий спосіб життя, субсидують тих, хто здорових норм життя не дотримує й закономірно потребує значних обсягів платної медичної допомоги. Науковці Л. Бонні, М. Аккер та ін. відзначають зниження рівня солідарності, отже, певні групи населення можуть опинитися в соціальній ізоляції або зазнавати неприязного ставлення, що може в результаті призвести до дезінтеграції суспільства на окремі групи, із посиленими відмінностями щодо ризику здоров'ю між ними. Закономірно, що менший ступінь солідарності виявляли люди молодшого віку, люди із високими рівнем освіти, якістю життя та внутрішнім локусом контролю. У цьому суспільстві зменшення солідарності, ймовірно, збігається із тенденціями щодо індивідуалізації, послаблення соціальних зв'язків та загального погіршення суспільної моралі [3, с. 788]. Вирішення питання суспільної відповідальності людини за власний спосіб життя залежить як від загального культурного бекграунду країни, так і поглядів окремих соціальних спільнот усередині національної культури.

У сучасному суспільстві можна констатувати становлення інноваційного соціокультурного напрямку, який пов'язаний із практиками здорового способу життя. Популярності в розвинених країнах набувають вегетаріанство та веганство, як складова постіндустріальних соціокультурних рухів. Рух набуває ознак контркультури: вегетаріанський рух прагне позбавитись статусу меншості, нав'язуючи традиційній культурі ім'я «м'ясної» (*butcher culture*) [9]. У ширшому сенсі, вегетаріанський рух пов'язаний із популярним стилем життя, де культура здоров'я поєднується із системою етичних цінностей та активною громадянською позицією.

Можна припустити, що нині актуальною є проблема соціокультурної адаптації суспільства до тривалості життя, яка зростає. Перед людиною постає завдання культурної адаптації нового часового

простору. Сучасна культура суспільств ще не готова до засвоєння нової тривалості та нових можливостей, адже це не можливе без зміни усталених соціокультурних ролей та соціокультурних практик.

Існуючі нині соціокультурні ролі та практики сформувалися в попередній історичний період, коли масовому культурному засвоєнню підлягав життєвий час, який приблизно дорівнював середній очікуваній тривалості життя людини. Такі реалії не потребували специфічних соціокультурних практик щодо здоров'я, яке мислилося (й було) лише фізичною категорією, обумовленою генетичною будовою людини. Досягнення похилого віку було можливим, але нечастим випадковим явищем.

Зміна вікових категорій нині констатує збільшення середньої тривалості життя, але його наповнення новим культурним сенсом ще триває. Цей процес пришвидшиться по мірі зростання тривалості активного періоду життя.

Основним чинником, який знижує період активного довголіття, є невідповідність способу життя людини в молоді роки загальній очікуваній тривалості життя. Досягнення активного довголіття потребує від людини дотримання певних тілесних практик здоров'я в роки біологічної молодості, а відтак змін у культурі дозвілля, харчування, релаксації та ін. Наприклад, необхідно вирішити проблему перерозподілу часу фізичної активності із робочого часу на час дозвілля, здійснювати адаптовані відповідні тілесні й соціокультурні практики. Нині, за підрахунками фахівців ООН, 96% важкої фізичної праці у світі виконує не людина. Ця ситуація є дзеркальною щодо реалій 100-річної давності. Отже, фізичну активність людини слід перенести на час дозвілля, для чого потрібні відповідні цілям здорового способу життя практики.

Аналізуючи сучасні тенденції в культурі, можна відзначити принципові зміни щодо сприйняття тілесності людини, які в сукупності формують новий ідеал тілесності, тісно пов'язаний із концептом здоров'я. Той чи інший ступінь близькості до тілесного ідеалу стає атрибутом соціального статусу.

Тілесні практики фізичної активності невпинно набувають важливого значення в суспільстві, ймовірно, стаючи обов'язковим елементом способу життя людини. Модель «спорту великих досягнень» змінюється моделлю «естетичної фізкультури». Виникають та набувають популярності види фізичної активності, що сприяють оздоровленню та поліпшенню стану тіла — фітнес, атлетизм, воркаут, спортивні практики безпосередньою метою яких є здоров'я, наприклад, йога. Причому здоров'я сприймається не в традиційному, а в новітньому сенсі — не як сила, а як стан.

Тілесні практики естетизуються. Їх другою, поряд зі здоров'ям, а часто й першою метою стає набуття фізичної краси. Концепти «краса» і «здоров'я» взаємопов'язані в суспільній свідомості. Навіть традиційні види спорту естетизуються.

Отже, спосіб життя із властивим для новітніх тілесних практик розподілом вільного часу, культурою релаксації й харчування, позбавленням від шкідливих звичок, турботою про фізичний імідж характерний для середнього класу розвинених країн.

Нині в розвинених країнах забезпечено умови дотримання здорового способу життя для кожного, що потребує передусім індивідуальної волі й активності. Нездоровий спосіб життя стає соціокультурним ризиком.

До другої групи проблем, що впливають на формування культури здорового способу життя населення України, належать ті, які визначені пострадянською трансформацією українського суспільства.

Дані рис. 1 відображають динаміку показника середньої очікуваної тривалості життя (LEB) у 1950–2009 рр, який є інтегральним щодо оцінки стану суспільного здоров'я. На його значення впливають провідні фактори, серед яких якість життя, стан охорони здоров'я та стан навколишнього середовища тощо. За відсутності надзвичайних подій показник LEB відображає суспільний прогрес та загальні умови життя.

Україна демонструє кризову динаміку. Підкреслимо, що зниження показника LEB в Україні відбувається ще в проміжку 1970–1980-х рр., коли динаміка соціально-економічного розвитку не зазнавала негативних коливань, не спостерігається й погіршення стану охорони здоров'я в указаний період порівняно із попереднім періодом зростання. Наявні фактори негативного впливу пов'язані зі способом життя.

Радянське суспільство, реалізувавши програму боротьби з інфекційними захворюваннями, виявилось нездатним відповісти на інтелектуальний виклик щодо стану громадського здоров'я в тогочасному, перехідному від індустріалізму до постіндустріалізму суспільстві. Як зазначають Месле, Валлін та ін., нова фаза суспільного розвитку потребувала не лише технічного прогресу у сфері медицини та його екстенсивного поширення, але й управління умовами власного здоров'я, зокрема, через зміни у власній поведінці [7, с. 192].

Так само в пострадянських суспільствах роль суб'єктивної оцінки власного здоров'я та зміст особистісних стратегій здоров'я людини недооцінювали. Суспільство досі сприймає власне здоров'я як предмет регулювання державою, що залежить від державної активності, або не-активності в цій сфері.

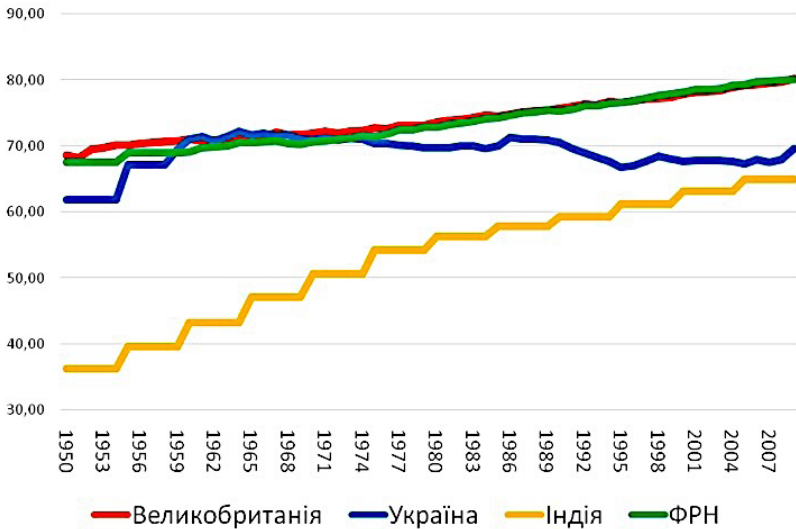


Рисунок 1. Динаміка показника середньої очікуваної тривалості життя у Великобританії, Україні, ФРН та Індії, 1950–2009 рр. [6].

Масові соціологічні опитування свідчать про поширеність у суспільній свідомості уявлень про здоров'я як стан відсутності хвороби [1, с. 198]. Це сприйняття є пасивним, воно призведе до фаталізму, негативного сприйняття власного статусу здоров'я.

Результати соціологічних досліджень К. М. Сурмашевої, Г. О. Качко та О. В. Лінчак 2012 р. щодо поширення шкідливих звичок серед студенток 5-го курсу медичного факультету слід вважати резонансними [2]. Виявлене становище суперечить соціальним стереотипам, сформованим щодо суспільств розвинених країн: представники молодіжної вікової групи, жінки, студенти престижного вищого навчального закладу, люди із фаховою підготовкою в галузі здоров'я також схильні до шкідливої звички, як і населення загалом. Хоча кожна із перелічених ознак належності до соціальної групи в суспільствах розвинених країн є чинником, який зменшує ймовірність тютюнопаління в особи, котра до такої групи належить.

«Вищі» верстви українського суспільства, що недавно сформувалися, не мають відмінних від «широких мас» соціокультурних характеристик щодо здоров'я. Відповідно, вони не можуть формувати суспільний ідеал здорового способу життя та слугувати провідником відповідних практик.

За відсутності носія суспільного ідеалу, негативні соціальні та соціокультурні практики щодо здорового способу життя поширюються

й стають нормою для багатьох людей. На думку В. Кокерхама, це є причиною сталості негативного життєвого стилю щодо здоров'я. Отже, без становлення постійного середнього класу дієвих змін у здоровому способі життя пострадянських суспільств не доводиться очікувати [4].

Таким чином, в українському суспільстві поширений дискурс здоров'я, характерний до попередньої історичної доби. Суспільство не сприймає авторитету науки, висновки якої залишаються для нього незрозумілими; в індивіда зберігаються стереотипи радянської соціальної свідомості з її патерналістським і деперсоніфікованим ставленням до здоров'я; у країні не сформовано культури середнього класу в тому її стані, який є характерним для розвинених держав; здоров'я сприймається як випадковий дар природи, що не залежить від зусиль людини; культура здорового способу життя в її сучасному розумінні з такими ознаками, як індивідуальна активність людини та єдність концептів здоров'я й краси, не сформована.

**Висновки.** Питання культури здорового способу життя в українському суспільстві — складна і комплексна проблема з такими ключовими аспектами:

– Необхідно вирішити проблеми «кризи здоров'я» українського суспільства. Як свідчить досвід та матеріали спеціальних досліджень, екстенсивне розширення системи охорони здоров'я (офіційної медицини) та збільшення статків населення не сприяють поліпшенню стану суспільного здоров'я. Навпаки, можна очікувати зворотного розвитку подій.

– Сфера суспільного здоров'я може стати проблемою модернізації українського суспільства через посилення тиску на соціальні фонди. Необхідність збільшення фінансування солідарної системи охорони здоров'я та солідарної системи соціального забезпечення — чинник, який підриває суспільні фінанси.

– Подолання негативних тенденцій у сфері суспільного здоров'я потребуватиме глибоких соціокультурних змін, які стосуватимуться засад сучасної української культури, зокрема таких її складових, як соціальна й персональна культура.

#### Список використаних джерел

1. Москвичёва М. Г. Проблема здоровья и здоровый образ жизни современного человека (социологический анализ) / М. Г. Москвичёва, Н. В. Бредихина // Вестник Южно-Уральского гос. ун-та. Серия: Социально-гуманитарные науки. — 2006. — № 2 (57). — С. 196–201.
2. Сурмашева К. М. Паління та освіта жінок в сучасних демографічних умовах / К. М. Сурмашева, Г. О. Качко, О. В. Линчак // Український науково-медичний молодіжний журнал. — 2012. — № 3. — С. 109–112.



3. Bonnie L. H. A. Degree of solidarity with lifestyle and old age among citizens in the Netherlands: cross-sectional results from the longitudinal SMILE study / L. H. A. Bonnie, M. van den Akker, B. van Steenkiste, R. Vos // *Journal of Medical Ethics. BMJ.* — 2010. — Vol. 36 — № 12. — P. 784–790.
4. Cockerham W. C. Health lifestyles and the absence of the Russian middle class / W. C. Cockerham // *Sociol Health Illn.* 2007/05/02. — 2007. — Vol. 29 — № 3 (Apr). — P. 457–473.
5. Florida R. L. The rise of the creative class : and how it's transforming work, leisure, community and everyday life / R. L. Florida — New York, NY : Basic Books, 2004. — XXX, 434 p.
6. Life Expectancy at Birth — Clio Infra: [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <https://ourworldindata.org/life-expectancy/>. — Назва з екрана.
7. Meslé F. Mortality and causes of death in 20th-century Ukraine / F. Meslé, J. Vallin, V. Shkolnikov, S. I. Pyrozhev, S. Adamets.— Dordrecht ; New York : Springer, 2012. — X, 279 p. — (Demographic research monographs).
8. Murray C. A. Coming apart : the state of white America, 1960–2010 / C. A. Murray — 1st — New York, NY : Crown Forum, 2012. — 407 p.
9. Sedacca M. How Vegans and Vegetarians Are Redefining Butcher Culture // *Eater* — Dec 14, 2015. [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://www.eater.com/2015/12/14/9910756/vegan-butchery-vegetarian>. — Назва з екрана.

### References

1. Moskvicheva M. G. Problema zdorovya i zdorovyy obraz zhizni sverennogo cheloveka (sotsiologicheskii analiz) / M. G. Moskvicheva, N. V. Bredikhina // *Vestnik Yuzhno-Uralskogo gos. un-ta. Seriya: Sotsialno-gumanitarnye nauki.* — 2006. — № 2 (57). — S. 196–201.
2. Surmasheva K. M. Palinnia ta osvita zhinok v suchasnykh demografichnykh umovakh / K. M. Surmasheva, H. O. Kachko, O. V. Lynchak // *Ukrainskyi naukovo-medychnyi molodizhnyi zhurnal.* — 2012. — № 3. — S. 109–112.
3. Bonnie L. H. A. Degree of solidarity with lifestyle and old age among citizens in the Netherlands: cross-sectional results from the longitudinal SMILE study / L. H. A. Bonnie, M. van den Akker, B. van Steenkiste, R. Vos // *Journal of Medical Ethics. BMJ.* — 2010. — Vol. 36 — N 12. — P. 784–790.
4. Cockerham W. C. Health lifestyles and the absence of the Russian middle class / W. C. Cockerham // *Sociol Health Illn.* 2007/05/02. — 2007. — Vol. 29 — № 3 (Apr). — P. 457–473.
5. Florida R. L. The rise of the creative class : and how it's transforming work, leisure, community and everyday life / R. L. Florida — New York, NY : Basic Books, 2004. — XXX, 434 p.
6. Life Expectancy at Birth — Clio Infra: [Elektronnyi resurs]. — Rezhym dostupu : <https://ourworldindata.org/life-expectancy/>. — Nazva z ekrana.
7. Meslé F. Mortality and causes of death in 20th-century Ukraine / F. Meslé, J. Vallin, V. Shkolnikov, S. I. Pyrozhev, S. Adamets.— Dordrecht ; New York : Springer, 2012. — X, 279 p. — (Demographic research monographs).



8. Murray C. A. Coming apart : the state of white America, 1960–2010 / C. A. Murray — 1st — New York, NY : Crown Forum, 2012. — 407 p.
9. Sedacca M. How Vegans and Vegetarians Are Redefining Butcher Culture // Eater — Dec 14, 2015. [Elektronnyi resurs]. — Rezhym dostupu : <http://www.eater.com/2015/12/14/9910756/vegan-butchery-vegetarian>. — Nazva z ekrana.

■ UDC316.728:316.347](477)

**Nakolonko I. M.**, post-graduate student, Kharkiv State Academy of Culture  
*ilaml@ukr.net*

### KEY ASPECTS OF A HEALTHY LIFESTYLE FORMATION IN THE CULTURE OF THE POPULATION OF UKRAINE

**The aim of this paper** is to analyze the situation with the healthy lifestyle in Ukraine and to identify the key aspects of forming the culture of the healthy way of life.

**Research methodology.** The study investigates this issue by examining the works of researchers, which highlight different social and cultural aspects of the healthy lifestyle in Ukraine. The author refers to the results of Ukrainian sociological research as well as to the meta-database OWID of University of Oxford.

**Results.** Fundamental shifts in understanding the human health and corporeality in contemporary culture are explored. These changes relate to the issues of responsibility of an individual, elitism and innovativeness of the culture and others. Socio-cultural transformation becomes problematic in Ukraine due to the incompleteness of the second epidemiologic revolution and the inability of society to assimilate and adapt innovative socio-cultural practices of a healthy lifestyle. This leads to the «crisis of health», the reasons of which lie in the socio-cultural sphere. Existing ideas about the healthy lifestyles promotion are associated with Soviet socio-cultural practices and do not meet the trends of modern society.

**Novelty.** Some key aspects in the sphere of healthy lifestyles development in Ukraine have been identified. It has become possible to provide the project-based approach to solve the existing complex problem in the outlined areas.

**The practical significance.** The healthy lifestyle spreading that is based on the specific policies and project approach should be formed as part of the policy of modernization of Ukraine. Target socio-cultural project for the healthy lifestyle providing in the Ukrainian society should contribute to the socio-cultural shift in understanding the concept of health, to fundamental changes in the culture of leisure, culture body, and bodily practices.

**Key words:** healthy way of life, modern culture, corporeality, cultural project.

*Надійшла до редколегії 07.12.2016 р.*