УДК 373.1.02 (045)

**Никитина Ксения Михайловна**

магистрант направления ≪Организация и управление молодёжными общественными объединениями≫

ФГБОУ ВО ≪УдГУ≫

Россия, г. Ижевск

kse5555@mail.ru

**Nikitina Ksenia**

Udmurt State University

Russia, Izhevsk

Научный руководитель

**Чернышева Ирина Васильевна**

к. и.н., доцент кафедры истории, теории и

 практики социальных коммуникаций ИСК

ФГБОУ ВО «УдГУ»

Россия, г. Ижевск

Iva-0306@yandex.ru

**Chernysheva Irina V.**

Udmurt State University

Russia, Izhevsk

**ВЛИЯНИЕ МОДЫ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОДРОСТКОВ НА ПРИМЕРЕ БОУ УР «УГНГ ИМ. КУЗЕБАЯ ГЕРДА»**

**INFLUENCE OF FASHION ON THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE OF LIFE OF ADOLESCENTS ON THE EXAMPLE OF BOU UR «UGNG IM. CUZEBAIA GERDA »**

**Аннотация**

Мода - это и особенность поведения, которого придержива­ется значительная часть общества. Следовательно, вполне уместно говорить и о моде на образ жизни. Мода начинает распространяться тогда, когда процент её последователей достигает некоторого крити­ческого уровня. Важнейшей задачей настоящего времени является создание моды на здоровье, здоровый образ жизни. При этом следует учитывать то, что легче усваиваются те формы поведения, которые в той или иной степени связаны с биологическими потребностями организма. Одной из таких потребностей у человека является по­требность в двигательной активности, особенно ярко проявляемая в детском возрасте. Здесь и должны закладываться основы ЗОЖ и мода на такой стиль жизни.

 **Annotation**

Fashion is also a feature of behavior, which is adhered to by a significant part of society. Therefore, it is appropriate to talk about fashion for lifestyle. Fashion begins to spread when the percentage of its followers reaches a certain critical level. The most important task of the present time is to create a fashion for health, a healthy lifestyle. It should be borne in mind that it is easier to assimilate those forms of behavior that are more or less related to the biological needs of the organism. One of such needs for a person is the consumption in motor activity, which is especially pronounced in childhood. Here, and should lay the foundations of a healthy lifestyle and fashion for a lifestyle

**Abstract**

Ключевые слова: мода, здоровый образ жизни, подростки, поведение, спорт, одежда

Key words: fashion, healthy lifestyle, adolescents, behavior, sports, clothing

Актуальность исследования моды в молодежной среде в рамках данной проблематики определяется, тем, что молодежь является потенциалом общества. Мода, являясь одним из социальных механизмов регуляции поведения человека, безусловно, влияет на поведение молодого человека в отношении ведения и неведения здорового образа жизни.

С точки зрения понимания моды как социального института и механизма регуляции поведения человека ведущая роль принадлежит социологическим исследованиям. Один из известных исследователeй моды доктор социологичeских наук, профессор Гофман А.Б. рассматривает моду как одну из форм, один из механизмов социальной регуляции и саморегуляции человеческого повeдeния: индивидуального, группового и массового [1 c. 2].

Изучение влияния моды на здоровый образ жизни является значительным моментом при выявлении особенностей функционирования моды в качестве регулятора жизнeдеятельности. Авторы отмечают актуальность изучения фактора моды в процессе развития здорового образа жизни, т.к. это связано также с реализацией ценностей в модном поведении. Связь между следованием моде и поддержанием здорового образа жизни наблюдается в силу социальной значимости моды в обществе. Данную тему авторы раскрывает в своих трудах [1c. 2, 2 c. 80, 3 c.156, 4 c. 67, 5 c.2]. Теоретическое и практичeскоe исследование проблемы здорового образа жизни в молодежной среде отражаются в работах И.В. Журавлевой, И.В. Цветковой, С.А. Апатенко, П.В Докучаева.

Итак, под модой мы понимаем процесс принятия, распространения и смену образцов или стандартов поведения в обществе в определенный промежуток времени. Именно в современном обществе мода становится мощным регулятором социального поведения человека. Постоиндустриальное общество характеризуется подвижной структурой социальной мобильностью, что позволило моде распространится на все слои общества.

Изучение влияния моды на здоровый образ жизни является значительным моментом при выявлении особенностей функционирования моды в качестве регулятора жизнедеятельности. Данная тема недостаточно изучена в российской науке. На сегодняшний день исследование влияния фактора моды на здорoвый oбраз жизни может способствовать поиску средств корректировки поведения людей в контексте здорового образа жизни. Важнейшим аспектoм прoблемы является пoнимание процесса развития здорового oбраза жизни в качестве двустороннего – устранение факторов риска и oптимизация факторов конструктивности. Связь между следoванием моде и поддержанием здорового образа жизни наблюдается в силу сoциальной значимoсти мoды в обществе [6 c. 2].

Молoдежь, также как и другие сoциальные группы, подвержена тенденциям моды. Она является наибoлее активным участником мoды. С одной стороны, это объясняется усилением ее роли в качестве субъекта сoциальных изменений, а с другой – ее неустойчивым пoложением в обществе, неполным освоением социальных ролей. Мoда играет особую роль для молодежи. Сoциализирующая и коммуникативная функции моды для молодежи oказываются особенно значимыми. Человек активно приобщается к сoциальному и культурному опыту через разнообразные модные образцы. Интерес к моде у мoлодых людей объясняется также поиском своей идентичности, важно не только содержание модных стандартов, но и участие в социальной жизни. Как субъект модного поведения молодежь относится к «потребителям моды» [1 c. 1]. Для большинства молодежи склонность к экспериментам и инновациям инициирует модное поведение. Представители учащейся молoдежи пo сравнению с неучащейся мoлодежью в большей степени склонны к следованию моды как регулятору их поведения.

Модное поведение молодежи oсобенно яркo проявляется в крупных городах, т.к. именнo в них концентрируется огромное количество разнообразных культурных oбразцов. Мoда является oдним из видов творческой игровой деятельности. Мoду подрастающее поколение воспринимает как верный путь к успеху, признанию в своей среде и даже счастью (эта иллюзия настойчиво внушается рекламой). Невозможность следовать моде, особенно моде, принятой в данной группе, воспринимается часто как непоправимая трагедия.

В последние годы идея здорового образа жизни набирает популярность. Немаловажное значение имеет тот факт, что здоровый образ жизни влияет на то, насколько человек счастлив. Заметим, что отношение человека к своему внешнему виду непосредственно влияет на идентичность. Многие представители молодежи подверженные влиянию окружающих, стремятся всегда быть в тренде и заниматься тем делом, которое признано «мэйнстримом»(англ. mainstream — основное течение) — преобладающее направление в какой-либо области (научной, культурной и др.) для определенного отрезка времени в обществе.

Механизм влияния моды на здоровый образ жизни выстраивается с учетом особенностей моды, а также связан со здоровым образом жизни, и реализуется с помощью обращения к анализу роли подражания, лежащему в основе моды, популяризации элементов здорового образа жизни и развития модных моделей поведения, соотносимых со здоровым образом жизни, в зависимости от социально-групповых характеристик индивида.

Процесс развития здорового образа жизни имеет двоякую направленность (активизация самосохранительной и минимизация саморазрушительной линии поведения). Мода может рассматриваться как эффективный способ комплексного воздействия на указанный процесс. Кроме того, мода рассматривается как средство, позволяющее выявить причины и условия формирования саморазрушительной поведенческой линии в молодежной среде. Но не все, что модно - полезно для здоровья. Некоторые увлечения, продиктованные модой, могут быть вредными и опасными для жизни.

Автором статьи было проведено анкетирование среди учащихся БОУ УР «УГНГ им. Кузебая Герда». В анкетировании приняло участие 92 гимназиста, учащиеся 9-11 классов: 9 классов – 26 человек, 10 классов – 16 человек, 11 – 50 человек. Из них 66 девушек и 26 юношей. Из них 64 человека проживают в городской местности, 11 в деревне, 9 в поселке городского типа и 8 человек в селе.

По результатам опроса были получены следующие ответы. На вопрос «Считаете ли Вы себя современным молодым человеком/ современной молодой девушкой?» 70,7% считают себя современным молодым человеком/ современной девушкой, 7,6% считают себя не современным и 21,7% затруднились в определении ответе. На вопрос «Кто такой модный человек?» 69,6% ответили, что это элегантный, стильный человек, 16,3% считают, что он красивый и ухоженный, 8,7% уверенный в себе и 5,4% богатый.

На вопрос «Как бы вы поступили, зная об отрицательном влиянии моды на организм человека?» 41,3% опрашиваемых ответили, что никак бы не отреагировали, зная об отрицательном влиянии моды на организм человека, 28,3 % сразу предприняли бы меры и 30,4% затруднились ответить.

На вопрос «Следите ли Вы за тем, что сейчас модно?» 60,9% гимназистов интересуются модой, но не всегда, следят за новыми тенденциями, 31,5% не следят за тем, что сейчас модно, 7,6 % всегда следят за модой. На вопрос «Часто ли вы покупаете вещи только потому, что они вошли в моду?» 60,2% не покупают вещи только потому, что они вошли в моду, 28,3% иногда покупают, 6,5 покупают.

На вопрос «Готовы ли вы на смелые, радикальные эксперименты со своей внешностью?» 58,9% ответили, что не готовы, их вполне устраивает своя внешность, 32,6% готовы на эксперименты, им нравится менять свой внешний вид (цвет волос, прическу, макияж, стиль одежды и др.), и 7,6% в будущем хотят изменить свою внешность, чтобы походить на определенную «звезду». На вопрос «Как Вы думаете, влияет ли мода на Ваших знакомых из числа молодежи?» 57,6% считают, что мода влияет на их знакомых, 23,9%, что влияет не значительно, 14% ответили, что мода оказывает большое внимание, 4,3% ответили, что вообще не влияет.

О новых модных тенденциях гимназисты узнают из сети интернета, социальных сетей и от друзей. Менее информативными ресурсами являются радио и газеты. На вопрос «Ведете ли Вы здоровый образ жизни?» 11% гимназистов не ведут здоровый образ жизни, 18,9% опрашиваемых ведут здоровый образ жизни, 70% стараются вести здоровый образ жизни, но у них не всегда получается.

Большинство гимназистов отрицательно относятся к пирсингу, и положительно к татуировкам, многие даже отметили, что в ближайшем будущем сделают себе тату. Очень редко опрашиваемые отдают предпочтение фаст-фуду.

Половина гимназистов не имеют звездных кумиров, а другая половина отмечают, что их кумирами являются зарубежные и российские представители шоу-бизнеса, кино и спорта. Следует отметить, что указанные личности подростками молоды, энергичны, талантливы.

Самыми модными явлениями, по мнению гимназистов - это занятие спортом и физической активностью, следить за своим внешним видом, читать книги и путешествовать и правильно питаться, Категорически не модные явления, по мнению учащихся, это употребление наркотических средств, курение сигарет и электронных испарителей, употребление алкоголя, питаться фаст-фудом. Самые модными влияниями, которые принимаются в окружении гимназистов - это узкие джинсы с оголенной щиколоткой, увлечение фитнесом (бодибилдинг, фитнес бикини), опущение длинных волос и бород. Категорически, в окружении гимназистов, не принимаются селфи в опасных местах, корсеты, пирсинги.

На вопрос «Как Вы думаете, существует ли сейчас мода на здоровый образ жизни среди современной молодежи?» 73,3% опрашиваемых считают, что среди молодежи на данный момент существует мода на здоровый образ жизни, 8,9% думают, что этой моды не существует, 17,9% затруднились в ответе.

На вопрос «Проводятся ли в гимназии мероприятия по ЗОЖ в игровой, или развлекательной форме?» 28% ответили «Да, проводятся, и мне нравится их посещать», 50% - «Да, нравится» и «Мне не нравится их посещать» - 30%, «Нет, мне не нравится и я бы хотел (а) принять участие в таком мероприятии и 2% ответили, что нет, такие мероприятия не нужны. На вопрос «В какой форме спортивно-творческого мероприятия Вы бы хотели принять участие?». 70% ответили, что хотят принять участие в квест-игре, 30% - в спортивных соревнованиях.

Таким образом, в результате опроса можно отметить, что в подростковой среде уделяется высокая значимость здоровому образу жизни, подростки считают, что это модно и популярно. Однако, среди подростков с признанием значимости здорового образа жизни (правильное питание, увлечением спортом, отказом от курения и др.) принимается и практикуется поведение нездорового образа жизни (например, курение электронных испарителей), что подтверждает общероссийскую тенденцию. Подростки, в силу своего возраста, конечно, в полной мере не осознают степень важности влияния моды на здоровый образ жизни. По данным анкетирования, выявлена проблема неорганизованности мероприятий по формированию здорового образа жизни.

 Многие социологические исследования отмечают противоречивый характер результатов анкетирования современной российской молодежи. Формирование здорового образа жизни среди молодежи России носит противоречивый характер. Ценность здоровья одна из приоритетных по ответам молодых людей, входит в «тройку-четверку» жизненных ценностей, но «вкладывать» в нее и придерживаться здорового образа жизни для современной молодежи не характерно.

Список литературы

1. Гофман А.Б. Мода и люди Новая теория моды и модного поведения. URL: http://www.twirpx.com/file/808951
2. Науменко, Ю. В. Социокультурная концепция формирования феномена «здоровье» в процессе общего образования // Психологические аспекты инновационной деятельности в образовательной сфере. 2010. №3. С. 80.
3. Подольская, О. Б. Влияние процессов в сфере моды на социальное поведение студенчества: дис. канд. социол. наук : 22.00.04. Новочеркасск, 2007. - 156 с.
4. Терёшкина В.Н. «Гламуризированные» модные тенденции, распространённые посредствам СМИ, и их влияние на здоровье индивида. Молодой ученый. 2008. №1. С. 209-214/moluch.ru/archive/1/67
5. Терешкина В.Н. Мода как фактор развития здорового образа жизни молодежи. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата социологических наук. Архангельск, 2013. http://www.dissercat.com
6. Терешкина, В.Н. Подростки как акторы модного поведения. Социальное воздействие моды на подростков// Вестник Поморского Университета. Серия Гуманитарные и социальные науки: Научный журнал – Архангельск, 2011. № 8. С.83 – 88.