

УДК 316.728

О.Пахолок

ОРІЄНТАЦІЯ НА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ: ДО ПРОБЛЕМИ ЛОГІЧНОЇ ФОРМАЛІЗАЦІЇ ОБ'ЄКТА ДОСЛІДЖЕННЯ

У статті порушуються проблема методологічних особливостей дослідження орієнтації на здоровий спосіб життя, а саме логічної формалізації об'єкта дослідження. Концепт "стиль життя" може послугувати придатною формою в контексті концептуального осмислення феномену здорового способу життя. У статті показано, що завдяки цьому поняттю можна отримати логічну модель, яка міститиме в собі структурні, культурні, а також особистісні чинники на рівні міжіндивідуальної, міжгрупової та макросоціальної взаємодії.

Keywords: *healthy lifestyle orientation, lifestyle, habitus, logical formalization.*

Ключові слова: *орієнтація на здоровий спосіб життя, стиль життя, габітус, логічна формалізація.*

Ключевые слова: *ориентация на здоровый образ жизни, стиль жизни, габитус, логическая формализация.*

Здоров'я в сучасному суспільстві є одним із найбільш важливих критеріїв оцінки якості людського життя. Воно, без сумніву, є дуже цінним ресурсом, причому як з погляду своєї функціональної корисності, так і з погляду естетичної привабливості. Цілком виправданим, зважаючи на це, є високий інтерес суспільної свідомості до ідеї здорового способу життя та втілення ідей збереження, відновлення та примноження ресурсів людського здоров'я безпосередньо в життєвих стилях індивідів. Не залишається осторонь даного питання і соціологічна наука: дедалі більших обертів, зокрема на Заході, набирають такі галу-

зеві дисципліни, як соціологія здоров'я та здорового способу життя тощо. При цьому в емпіричних дослідженнях здорового способу життя зазвичай використовується доволі спрощений перелік індикаторів для оцінки того, наскільки людина дбає про своє здоров'я, який містить питання щодо харчування, фізичної активності та шкідливих звичок [15, с. 6–7]. Окрім цього, з погляду орієнтації на здоров'я можуть враховуватися умови праці на робочому місці, публічне та домашнє насильство, репродуктивна поведінка тощо [12, с. 7]. Подібні підходи, на наш погляд, використовують доволі обмежений понятійний набір, що не дає змоги вповні проаналізувати таке комплексне та багатовимірне явище, як орієнтація на здоров'я та здоровий спосіб життя. Така обмеженість зачіпає проблему критичного перегляду представлених у соціологічному дискурсі концептів з метою їх застосування для логічної формалізації об'єкта дослідження означеної проблематики та розкриття їх гносеологічного потенціалу з погляду дослідження. Зокрема, окрему увагу варто приділити виділенню із загального поля проблематики питання реалізації можливостей застосування такого потенційно місткого поняття, як “стиль життя”. На наш погляд, дане поняття розкриває перед дослідниками орієнтації на здоровий спосіб життя широкий горизонт для ґрунтового осмислення концептуальних засад здорового способу життя як феномену соціальної реальності. У даному випадку йдеться про спробу уточнення змісту даного явища як об'єкта дослідження за допомогою уточнення його логічної форми. На наш погляд, найбільш придатні логічні форми для аналізу сутнісного змісту орієнтацій на здоровий спосіб життя може запропонувати саме поняття “стиль життя”.

Підходи до розгляду поняття стилю життя

Переходячи до власне аналізу поняття стилю життя, варто зауважити, що воно отримало досить широке застосування в багатьох галузях суспільного знання та, зокрема,

стало невід'ємним елементом соціологічного тезаурусу. Це абсолютно не дивно, оскільки життя індивідів та соціальних груп тим чи тим чином стилістично забарвлене. При цьому загальний пласт теоретичного матеріалу, присвяченого розробці концепту "стиль життя" можна поділити на дві великі категорії, базове розрізнення між якими, умовно, полягає в дискусії з приводу природи стилю життя, а саме співвідношення в ньому групових та індивідуальних рис. І дійсно, про стиль життя коректно говорити в термінах того, що сутність цього феномену розкривається на межі структурності та агентності. Для того ж, аби розкрити пізнавальний потенціал поняття стилю життя в контексті дослідження орієнтації на здоров'я, розглянемо найбільш помітні підходи до його осмислення як окремої соціальної реалії.

Отже, передусім звернемося до наукового спадку одного з класиків соціологічної науки – М.Вебера. За Вебером, стиль життя – специфічна статусно зумовлена поведінка, що очікується від тих, хто виражає бажання належати до певного кола людей (статусної групи). У якій би формі, на думку Вебера, це не було виражено, усі "стилізації" життя або впливають із статусних груп, або підтримуються ними. Навіть якщо головні статусні умовності суттєво різняться, вони все одно залишаються, по суті, певними типовими рисами, особливо серед тих категорій населення, які вважаються в суспільстві найбільш привілейованими [5]. Таким чином, для Вебера стиль життя виступає критерієм соціальної стратифікації та вертикальної диференціації, наявної в суспільному устрої. Це дуже важливий аспект у контексті вибору людиною певного стилю життя, який у нашому обґрунтуванні аналітичної схеми дослідження буде представлений окремою логічною лінією.

Досить близькими, у загальному розумінні, до позиції Вебера, є погляди П.Бурдьє. Відповідно до них соціальний простір має властивість функціонувати як символічний простір життєвих стилів і статусних груп, які характери-

зуються різним стилем життя [3]. За Бурдьє, діалектику взаємодії життєвих шансів та життєвого вибору можна подати у вигляді схеми, у якій стиль життя визначається життєвим вибором індивіда в межах його життєвих шансів [14, с. 3]:



Бачимо, що тут фактично повторюється логіка Вебера щодо структурної зумовленості стилю життя. При цьому Бурдьє для нас, окрім іншого, цікавий завдяки одному доволі важливому у контексті нашої проблематики поняттю, яке ввів у соціологічний дискурс саме він. Йдеться про дуже плідний з погляду аналітичної розробки проблематики стилів життя концепт *габітусу*. За Бурдьє, габітуси – системи стійких та переносних *диспозицій*, структуровані структури, що мають властивість функціонувати як структуруючі структури, тобто як принципи, що породжують і організують практики та уявлення, які, хоча й можуть бути об’єктивно адаптованими до їх мети, однак не передбачають усвідомленої спрямованості на неї і неодмінне оволодіння необхідними операціями для її досягнення [4]. Іншими словами, габітус формує загальну неперехідну схильність індивіда діяти певним чином, яка має систематичне та універсальне застосування необхідності, притаманної умовам засвоєння – проте понад тим, що було безпосередньо засвоєно [14, с. 1]. У контексті поглиблення нашого розуміння стилю життя як феномену соціальної реальності це означає, що він є не просто відоб-

раженням певної розстановки сил у межах соціальної структури суспільства, а виступає як “одночасне втілення та вираження соціальних позицій, практик та результуючих когнітивних структур” [16, с. 187]. Фактично габітус підводить нас до постійних способів буття, бачення, дій та думок, систем тривалих схем та структур сприйняття, осмислення та дій. При цьому габітус як система набутих індивідуальних характеристик залишається продуктом соціальних умов. Відповідно ці характеристики можуть частково або повністю збігатися у тих людей, які перебувають в однакових соціальних умовах [13, с. 43, 45]. Отже, завдяки Бурдье ми отримуємо нове бачення проблематики стилю життя у веберіанському дусі. У даному випадку підхід Вебера, який пропонував розглядати стиль життя як похідну соціально-структурної позиції індивіда, доповнюється тим, що між структурою та індивідом з’являється проміжний осередок – певна структуруюча структура, яка визначає параметри повсякденно-стилістичного оформлення конкретного людського життя.

Корисні акценти до розуміння ідеї стилю життя в контексті орієнтації на здоров’я додає залучення підходу Т.Веблена, зокрема, йдеться про запропоновані ним концепти “вільного класу” та “демонстративного споживання”. Так, Веблен, розглядаючи походження та природу традиційного вільного класу, а також витoki індивідуальної власності як освяченого традицією права, говорить про те, що найбільш ранньою диференціацією, з якої виникло розшарування суспільства на вільний клас та клас, що працює, є підтримуване на нижчих сходинках варварства розрізнення між чоловічою та жіночою роботою. При цьому найбільш ранньою формою власності, на думку Веблена, є власність на жінок з боку здорових чоловіків громади. Ідея дослідника така, що вільний клас існує і до сьогодні, будучи своєрідним стандартом, взірцем для наслідування [6]. Ці ідеї додають до нашого розуміння поняття “стиль життя” феномен суспільного впливу певних (“зразкових”) категорій суспільства, які диктують у

суспільстві моду на певний (здоровий) стиль життя. У даному випадку розуміння стилю життя як такого, що визначається соціальною структурою та габітусом, децю розширюється в площину культурних чинників, адже ідея демонстративного споживання передбачає існування певних культурних зразків поведінки, наявність деякого соціально цінного способу організації індивідуальної життєдіяльності.

Розширює спектр пізнавальних можливостей поняття стилю життя у сенсі культурних чинників також концепт життєвої форми, запропонований Е.Шпрангером. Так, він визначає життєві форми як “спроєктовані структури індивідуальної свідомості, які утворюються, коли цінність у житті піднімається як домінанта”. Шпрангер при цьому розглядає шість чистих типів життєвих форм у людини, це: (1) *теоретична* людина (спрямована переважно на пізнання; теоретична пізнавальна установка в такої людини домінує); (2) *естетична* людина (спрямована на прекрасне, на мистецтво; мало схильна до абстрактного мислення в поняттях і формулах, а переважно користується наочним спогляданням, до всіх подій, що оточують її життя, у тому числі й тих, які для інших є предметом гострої боротьби, вони підходять головним чином із споглядально-естетичної точки зору); (3) *економічна* людина (на першому місці для неї – матеріальні блага, вона підходить до всього з погляду утилітарності); (4) *політична* людина (людина з пануючою установкою на могутність, владу; усе, що така людина робить, виходить із волі й влади); (5) *соціальна* людина (спрямована на служіння іншим людям); (6) *релігійна* людина (уся поглинена установкою на кінцеву, тотальну цінність існування) [8]. Ідея Шпрангера передусім вносить у нашу розробку теоретичних підвалин аналізу наголос на наявності певної цінності, яка, виступаючи як домінанта, конвертується у певну життєву форму – стиль життя конкретної особистості. Зокрема, ми тут можемо вести мову про цінність здоров’я як життєвий пріоритет, трансфор-

мований у відповідний стиль життя, орієнтований на здоров'я. І хоча сам дослідник не виділяє цінність здоров'я як одну з можливих домінант та відповідний тип життєвої форми як окрему категорію, запропоновані ним типи багато в чому можуть бути співвіднесені з ідеєю стилю життя, головною орієнтацією якого є здоров'я. Зокрема, можна говорити про те, що людина, яка своїм стилем життя сповідує установку на здоров'я, поєднує в собі риси кількох типів людей, за Шпрангером, – естетичної, економічної та релігійної.

Ще однією цікавою концепцією, що активно використовує поняття “стиль життя”, є теорія структурації Е.Гідденса. Зокрема, Гідденс говорить про сучасний перехід від “політики емансипації” до “життєвої політики”, іншими словами, від боротьби за втілення в життя ідеалів свободи, рівності, справедливості до вибору життєвого стилю на основі відповіді на запитання про те, як слід жити. Фактично йдеться про те, що діяльність індивіда дедалі більшою мірою зав'язується на “рефлексивному проєкті себе” і усе меншою мірою залежить від зовнішніх обставин, пов'язаних наперед із визначеними стосунками з іншими індивідами та групами [10, с. 147]. Такий погляд на стиль життя загалом можна, словами У.Бека, описати так: “те, як живе людина, стає біографічним вирішенням системних протиріч” [2, с. 67]. Тут ми фактично підходимо до основ аналізу стилю життя в термінах особистісних чинників, тобто йдеться про суб'єкта як фактор формування стилю життя.

Ідеї Гідденса у даному випадку суголосні ідеям Н.Еліаса, запропонованим ним у його теорії соціогенетичного розвитку. Його підхід полягає в тому, що він розглядає цивілізацію як процес одночасної історичної еволюції (трансформації) макросоціальних та особистісних структур. На рівні суспільства йдеться про утворення стійких централізованих інституційних систем; на рівні ж особистості говориться про “приборкання афекту”, тобто зростання потреби індивідуального самоконтролю з боку кожного

окремого члена суспільства [7]. У контексті питання вибору індивідуального стилю життя говоримо про те, що багато в чому цей вибір визначається внутрішніми – суто особистісними чинниками, здатністю людини “приборкати свої афекти” та застосувати свої особистісні риси для вибору власної стратегії поведінки в повсякденному житті.

Зрештою, свого роду “крайній погляд” на стиль життя як прояв людської індивідуальності пропонує австрійський психолог, психіатр і мислитель А.Адлер. Його ідея така, що стиль життя включає в себе унікальне поєднання рис, способів поведінки та звичок, які, узяті в сукупності, визначають неповторну картину існування індивіда [1]. Теорія Адлера дає важливі з погляду орієнтації на здоров’я наголоси. Зокрема, йдеться про формування стилю життя у відповідь на прагнення людини досягти певної мети та подолати деякі свої недоліки. Людина, що позбавлена якихось здібностей, за Адлером, може відчувати труднощі, живучи в умовах ізоляції, проте успішно компенсувати свої недоліки в гарно організованому суспільстві; у кожній людини є концепція мети або ідеал, необхідний для того, аби досягти більше того, що можливо для неї в актуальній життєвій ситуації, долати недоліки і труднощі теперішнього завдяки постулюванню конкретної мети майбутнього [1].

**Синтез підходів: використання поняття
“стиль життя” для аналізу орієнтації
на здоровий спосіб життя**

Варто зазначити, що загалом, як свідчать сучасні дослідження стилів життя у Європі та США, найчастіше при застосуванні даного поняття робиться акцент на самодостатності автономного індивіда, якому передається обов’язок безперервної самоактуалізації та опори на самого себе [9]. Дійсно, ми побачили, що ряд дослідників говорять про індивідуальні внутрішні особливості людини як про ті чинники, що визначають вибір стилю життя. Поряд із цим, на наш погляд, не варто недооцінювати й зовнішні обставини життєвого досвіду індивіда, функціонування

яких також може мати суттєвий вплив на стилістичне оформлення життя людини, у тому числі й у контексті реалізації його орієнтації на здоров'я. Тут ми, звичайно, говоримо про зв'язок між соціально-стратифікаційною системою суспільства, становищем індивіда у соціальній ієрархії та особливостями його стилю життя. Таким чином, ми шукатимемо деяку проміжну позицію, ідея якої полягає в тому, що завдяки концепту стилю життя можна вдало поєднати, у сенсі теоретичного осмислення, такі феномени, як людська поведінка та група, у чому, власне, і полягає основа гносеологічного потенціалу даного поняття в контексті логічної формалізації об'єкта дослідження в контексті аналізу орієнтації на здоров'я та здоровий спосіб життя. Людська поведінка є надзвичайно різноманітною, відкритою, творчою та часто непередбачуваною, однак відповідно до ідеї стилю життя вона є обмеженою певними рамками [13, с. 44–45]. До того ж ці рамки мають системний характер та представлені комплексом *структурних* та *культурних* особливостей суспільства.

Отже, на наш погляд, пізнавальні можливості поняття “стиль життя” полягають у тому, що воно дає змогу аналітично охопити єдиним контекстом такі аспекти як:

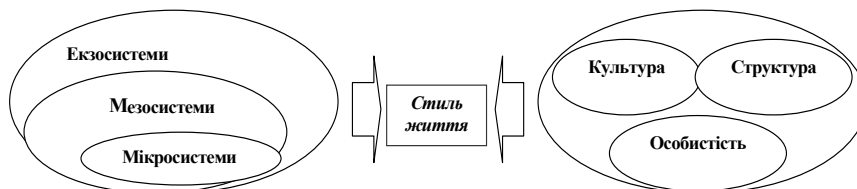
1 – позиція індивіда в соціальній структурі та його становище в соціальному просторі;

2 – місце та роль процесу соціалізації та культури загалом;

3 – реалізація внутрішнього локусу контролю індивіда.

Крім того, потужним потенціалом поняття стилю життя є багаторівнева структура цього концепту. Так, незважаючи на те що стиль життя є характеристикою індивідуальною, його прояви отримують відображення на рівні мікросоціальної взаємодії (сім'я, виховання, особистість), мезосоціального середовища (школа, сусіди, робота), а також на щаблі мікросоціальних явищ (соціальна структура та культура) [11, с. 440].

Загалом логіку розгляду феномену стилю життя у контексті аналізу концептуальних можливостей застосування цього поняття для дослідження орієнтації на здоров'я можна підсумувати у вигляді схеми:



Отже, у рамках даної статті була здійснена спроба розкрити гносеологічний потенціал поняття “стиль життя” з погляду можливостей його застосування для обґрунтування аналітичної схеми осмислення феномену здорового способу життя та орієнтації на здоров’я. Для цього, взявши за основу теоретичні погляди на поняття стилю життя Вебера, Бурдье, Веблена, Шпрангера, Гідденса, Еліаса та Адлера, ми виділили такі головні аспекти цього поняття:

1 – стиль життя як відображення позиції індивіда в соціальній структурі та його становище в соціальному просторі;

2 – стиль життя як продукт процесу соціалізації та відображення культури;

3 – стиль життя як реалізація внутрішнього особистісного локусу контролю індивіда.

Окрім “горизонтальної” багатовимірності поняття стилю життя, його пізнавальний потенціал збагачений за рахунок можливості цього концепту відбивати структуру досліджуваного феномену у “вертикальному” зрізі. Так, його прояви отримують відображення на рівні мікросоціальної взаємодії, мезосоціального середовища та на рівні мікросоціальних явищ.

Загалом “стиль життя”, як було показано, виступає як своєрідне загальне забарвлення повсякденного способу життя, причому, спираючись на комплекс розглянутих теоретичних підходів, ми отримали логічно формалізовану модель для аналізу орієнтації на здоровий спосіб життя в термінах *структурних*, *культурних* та *особистісних* чинників на рівні особистісної, групової та макросоціальної взаємодії, що є необхідним підґрунтям для подальшої емпіричної формалізації орієнтації на здоров’я та здоровий спосіб життя.

Література

1. Адлер А. Наука жить / А.Адлер. – К. : Директмедиа Паблишинг, 1997. – 288 с.
2. Бек У. Общество риска. На пути к новому модерну / У.Бек. – М. : Прогресс-Традиция, 2000. – 384 с.
3. Бурдье П. Социальное пространство и символическая власть / П.Бурдье // THESIS. – 1993. – Т.1, №2. – С.137–150 [<http://www.ecsocman.edu.ru/db/msg/90824>]
4. Бурдье П. Структура, габитус, практика / П.Бурдье // Журнал социологии и социальной антропологии. – 1998. – Том 1, № 2. – С. 44–59 [<http://www.soc.pu.ru/publications/jssa/1998/2/4bourd.html>]
5. Вебер М. Основные понятия стратификации / М.Вебер // Социологические исследования. – 1994. – №5. – С.147–156.
6. Веблен Т. Теория праздного класса / Т.Веблен. – М. : Прогресс, 1984. – 368 с.
7. Елиас Н. Процесс цивилизації. Соціогенетичні і психогенетичні дослідження / Н.Елиас. – К. : Альтернативи, 2003. – 672 с.
8. Рубинштейн С. Психология Шпрангера как наука о духе / С.Л.Рубинштейн // Человек и мир [Текст] / [отв. ред. К. А. Абульханова-Славская, А. Н. Славская]. – М. : Наука, 1997. – 189 с.
9. Сафарян А. Понятие “стиль жизни” в социологии / А.В.Сафарян // Знание. Понимание. Умение. – 2008. – №3. [<http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/2008/3/Safarian/>]
10. Giddens A. Modernity and self-identity: self and society in the late modern age / A.Giddens. – Ca: Stanford University Press, 1991. – 264 p.
11. Handbook of Psychology: Health psychology / [Weiner I., Freedheim D., Nezu A., Nezu C., Geller P.]. – New Lersey : John Wiley and Sons, 2003. – 688 p.
12. Huss-Ashmore R. Health and Lifestyle Change. – Т. 9 / R.Huss-Ashmore, J.Schall, M.Hediger – Penn. : UPenn Museum of Archaeology, 1992. – 144 p.
13. Hillier J. Habitus: a sense of place / J.Hillier, E.Rooksby. – Farnham : Ashgate Publishing, Ltd., 2005.– 427 p.
14. Korp P. The symbolic power of ‘healthy lifestyles’ / P.Korp // Health Sociology Review. – 2009. – Vol. 17 Issue 1. – P. 18–27.
15. Kinger L. Focus on lifestyle and health research / L.Kinger. – N.Y. : Nova Publishers, 2005. – 224 p.
16. Robson K. Quantifying Theory: Pierre Bourdieu / K.Robson, C.Sanders. – New York : Springer, 2009. – 228 p.