

Влияние современных масс-медиа (интернета и социальных сетей в частности) на изменение концепта «здоровый образ жизни» среди молодежи

Максимушкина Е. А.¹, Верина Т. П.²

¹Максимушкина Екатерина Алексеевна / Maksimushkina Ekaterina Alekseevna – студент, Институт филологии, журналистики и межкультурной коммуникации;

²Верина Татьяна Петровна / Verina Tatyana Petrovna – научный руководитель, доцент, кафедра физической культуры, Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону

Аннотация: в статье анализируется концепт «здоровый образ жизни» и его изменение с момента начала употребления в 1980-х годах XX века до настоящего времени. Поскольку в течение последнего десятилетия появились новые сферы влияния на общественное сознание, представляющие собой платформы, открытые для любого мнения, возникла иная движущая сила, которая трансформировала идею ЗОЖ в нечто новое, что и рассматривается в данной статье.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, масс-медиа, социальные сети, пропаганда, молодежь.

Термин «здоровый образ жизни» довольно молод. Появился он относительно недавно в связи с глобальным изменением условий существования человека: наряду со значительным прорывом в области медицины, здравоохранения, науки и технического развития наблюдается столь же стремительное ухудшение экологии. Сочетание данных факторов создает негативные условия, как для физического, так и ментального здоровья.

Пропаганда здорового образа жизни ведется с момента формирования данного понятия. Согласно национальному корпусу русского языка, впервые словосочетание «здоровый образ жизни» стало использоваться во второй половине 1980-х годов, причем количество упоминаний в периодических печатных изданиях намного превышает их число в книгах [3]. Однако, если в конце XX века основными масс-медиа, используемыми для влияния на общественное мнение были газеты и радио, а затем и телевидение, то в последние годы огромное значение приобрел интернет, предлагая бесчисленные варианты взаимодействия с многомиллионной аудиторией.

Для того чтобы понять, как изменился концепт здорового образа жизни, нужно разобрать наиболее общее определение данного термина. К настоящему времени не сформировалось какой-либо общепринятой формулировки понятия. Например, хирург с мировым именем Н. М. Амосов пишет, что здоровье – это «состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни» [2, с. 52]. А значит и здоровый образ жизни должен включать в себя не только физический аспект, но и духовный. А. М. Митяева наряду с приведенными компонентами выделяет также соматическое («текущее состояние органов и систем организма человека») и нравственное («комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной сферы жизнедеятельности») здоровье [1, с. 6].

Оправдан тот факт, что пропаганда здорового образа жизни всегда исходила от государства. Ведь чем здоровее население, тем меньше затраты на здравоохранительную сферу, расходуемую значительную часть государственного бюджета. Инициатива от государства исходит и сейчас. Регулярно проводятся городские спортивные мероприятия, главы государств включают в свои речи высказывания о необходимости следить за своим здоровьем. Однако действительно популярным среди молодежи концепт «ЗОЖ» стал благодаря интернету и социальным сетям. На национальном корпусе русского языка количество употреблений словосочетания резко возрастает в 2009 году.

А теперь рассмотрим даты появления крупнейших социальных сетей:

- Facebook – 2004 год;
- ВКонтакте – 2006 год;
- Twitter – 2006 год;
- Instagram – 2010 год.

Учитывая, что иностранным проектам нужно некоторое время, чтобы завоевать признание в России, начало стремительного роста их популярности совпадает с тем временем, когда здоровому образу жизни стали уделять огромное внимание в СМИ.

Несомненно, положительным фактором в этой ситуации стала легкость донесения информации до широкой аудитории. Любой человек, который обладает некими знаниями в той или иной теме, может высказаться на просторах интернета. Практически из ниоткуда появилось множество людей, которые стали примером для подражания, а восприимчивые подростки легко возвели их в разряд кумиров. Вести здоровый образ жизни стало модно, а это одна из сильнейших мотиваций для молодежи. Так в социальной сети для обмена и оценки фотографий и коротких видеороликов Instagram по хештегу (от англ. hash – символ «решетка» – короткое слово с символом #, позволяющее объединить сообщения со

схожей тематикой) #healthylifestyle (с англ. – здоровый образ жизни) можно обнаружить более 11 с половиной миллионов публикаций [4].

Однако есть в наблюдаемой популярности здорового образа жизни в социальных сетях и отрицательная сторона. Далеко не все люди, пишущие о ЗОЖ, компетентны в этой теме. А массовость некоторых ошибочных суждений заставляет молодежь думать, что являются истинными. Так, благодаря социальным сетям стали популярны такие явления, как детокс, воркаут, веганство и сыроедение, кроссфит, вейпинг и т. д. Но далеко не все из них являются полезными, и абсолютно все из них требуют серьезного, осмысленного подхода. Рассматривая красивые фотографии и читая убедительные тексты, молодежь ошибочно полагает, что нужно идти на крайние меры для быстрого достижения результата, демонстрируемого их кумирами. Вводя себя в состояние стресса, подростки забывают, что неотъемлемой частью здорового образа жизни является духовное развитие и гармония.

Таким образом, социальные сети действительно могут быть полезными в популяризации здорового образа жизни. Но внося резкие или значительные изменения в свою жизнь, необходимо обращаться к серьезной литературе и советоваться со специалистами.

Литература

1. Митяева А. М. Здоровый образ жизни. М.: Академия, 2008. 144 с.
2. Амосов Н. М. Моя система здоровья. // Наука и жизнь, 1998. № 5. С. 52–59.
3. Национальный корпус русского языка [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://search2.ruscorpora.ru/search.xml?env=alpha&mydocsize=&dpp=&spp=&spd=&text=lexform&sort=gr_tagging&lang=ru&nodia=1&req=%E7%E4%EE%F0%EE%E2%FB%E9%20%EE%E1%F0%E0%E7%20%E6%E8%E7%ED%E8&mode=paper (дата обращения: 01.11.2016).
4. Instagram. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.instagram.com/explore/tags/healthylifestyle/> (дата обращения: 01.11.2016).