

# РЕКРЕАЦИОННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ И АКТУАЛЬНОСТЬ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ИДЕИ ДИКОЙ ПРИРОДЫ (с позиции левого биоцентризма)

УДК 159.9:504(38):  
374:372

**МАМЕШИНА О.С.**  
кандидат психологических наук, доцент  
Колледж Прессы и телевидения, г. Николаев

Статья посвящена изучению рекреационных тенденций в образе жизни жителей Украины. Сопоставлены и проанализированы понятия «качество жизни», «образ жизни», «здоровый образ жизни», «рекреация». Главные рекреационные тенденции: значительное влияние социального статуса на досуг украинцев, глубинная потребность в единении с природой. Определена актуальность левого биоцентризма как эффективного экологического движения, защищающего идею дикой природы.

**Ключевые слова:** кризис, качество жизни, образ жизни, рекреация, феномен украинской бедности, досуг богатых и бедных, экологическая психология, идея дикой природы, левый биоцентризм..

## РЕКРЕАЦІЙНІ ТЕНДЕНЦІЇ В СУЧАСНОМУ СПОСІБ ЖИТТЯ ТА АКТУАЛЬНІСТЬ ПОПУЛЯРИЗАЦІЇ ІДЕЇ ДИКОЇ ПРИРОДИ (з позиції лівого біоцентризму)

Стаття присвячена розгляду значення психологічного знання у вирішенні соціально-екологічних проблем і крім цього - ролі екологічних поселень як моделі для напрацювання технологій, що дозволяють прийти до сталого розвитку. Докладно описується сучасний стан проблеми, дається характеристика екологічних криз, розбираються психологічні аспекти створення Екополіс, їх відмінні риси.

**Ключові слова:** екологічно значущі дії, нова екологічна парадигма, домінуюча соціальна парадигма, екологічна позиція особистості.

**Актуальность статьи.** Современный этап развития украинского общества характеризуется обострением экономических, социальных и экологических проблем, что делает все более актуальным сохранение здоровья населения и окружающей природной среды. Социальная картина украинского общества довольно безрадостна – многие системные проблемы не решены, что вызывает определенный пессимизм в прогнозах на ближайшую перспективу [5; 21; 27; 28; 32]. Так, социологический анализ постсоветского трансформационного развития Украины показал, что период с 1991 года можно назвать «дрейфом на обочину»: «из числа передовых стран социализма Украина скатывается в сторону стран третьего мира» [32, с. 445]. Известный социолог Н.А. Шульга рассматривает вопросы, связанные с пониманием образа и стиля жизни, и показывает, в чем состоят **особенности формирующегося ныне образа жизни** и какова специфика стилей жизни населения в обществе беднос-

ти. Описанные им типы современных стилей жизни украинцев существуют практически во всем мире, независимо от уровня технологического развития страны. В этом смысле Украина развивается в общем русле глобализма. Это подтверждает и то, что главной чертой стиля жизни украинцев стало потребительство [27]. Сегодня Украина реально стала рыночной экономикой, близкой к дикому капитализму. Однако большинство населения страны не смогло приспособиться к рыночным реалиям, а также - по-новому идентифицировать себя в новой жизни. Отсюда — пассивность, социальная атомизация, рост недоверия, потеря себя. Как утверждает Н.А.Шульга, Украину поразили **многоголикий моральный кризис**. Он проявляется во всеобщей ориентации на потребительство, в исчезновении общих норм и ценностей, в утрате жизненных ориентации. «Общественная жизнь теперь построена на совершенно других духовных и моральных ценностях, на плюрализме мировоззрений и идеологий. Если раньше главной ценностью провозглашался труд, то теперь — успех» [32, с. 443]. Более половины граждан не удовлетворены своим положением в обществе, которое к тому же крайне поляризовано по уровню доходов населения. **Социологический анализ** показал следующее: сегодня даже популярные в мировой социальной мысли понятия отчуждения, кризиса, диалектических противоречий не в состоянии адекватно описать, а тем более объяснить постсоветскую социальную реальность. Сегодняшние индивиды постоянно заняты поисками собственной идентичности, которую никакие социальные институты уже не могут им гарантировать на достаточно продолжительное время [5]. Результаты исследований массового сознания показали, что в украинском обществе преобладают два типа реакции на длительную аномию — нормативная и ненормативная, которые обуславливают характер и причины социального поведения индивидов (групп). Институциональные и структурные трансформации украинского общества проявляются в изменении социальных правил, в явно выраженном неприятии институциональных требований к социальному поведению. Данные процессы сопровождаются социальным хаосом, дестабилизацией социальной жизни, тотальной социальной дезинтеграцией [5]. Картину кризисного состояния украинского общества можно дополнить последними статистическими данными. Так, Украина занимает второе место в мире по уровню смертности с показателем 15,75 человек на 1000 жителей (1 место - Южная Африка -17,36). При этом по рождаемости Украина - в конце списка, на 227 месте из 232 (-0,63). Средняя продолжительность жизни граждан Украины к концу 2013 года достигнет 74 лет (в Юго - Восточном регионе - 68 лет). Из отчета ООН: в Украине самый низкий в мире естественный прирост населения. По мнению спе-

циалистов, ранняя смертность обусловлена следующими причинами: экономическим кризисом, социальным неблагополучием, условиями труда, безработицей, отсутствием перспектив творческого и профессионального развития и др. [29].

**Социальное расслоение** также вызывает тревогу: украинские показатели в десятки раз выше, чем на Западе (как минимум в 40 раз). В целом, по методологии ООН, каждые четверо из пяти украинцев являются бедными, выживая на меньше, чем 14 долларов в день, которые в развитых странах считаются чертой бедности. К Украине в полной мере можно отнести расширенное обозначение бедности, которую в ООН измеряют не только уровнем доходов, но и доступа к нормальному жилью, образованию, медицине и т.п. [6]. То есть – хорошее качество жизни в обществе бедности возможно лишь для небольшой прослойки граждан. Так, по оценкам маркетинговых компаний, которые заинтересованы в точном определении покупательной способности человека, наш средний класс составляет от 5 до 15% населения. Однако политолог В.Ищенко считает, что по стандартам, которые сложились в западном обществе, у нас среднего класса нет [7]. Экономист Л. Ляшенко полагает, что **появление массовой бедности** (около 80% всего населения), способствует угасанию трудовой и жизненной мотивации работающего человека, снижению его квалификации, уменьшает его возможности профессионального роста, создаёт ту среду, в которой бедность воспринимается как нормальное состояние. Особенностью украинской бедности является то, что бедность наблюдается даже среди высококвалифицированных специалистов [16]. Такое массовое обнищание весьма болезненно ощущают люди. Современная народная мудрость гласит: «В Украине уровень и качество жизни так быстро растут, что все меньше людей до них дотягиваются» [21, с.117]. Именно поэтому главной **целью данной статьи** мы считаем определение рекреационных особенностей современного образа жизни (в контексте кризисного состояния украинского социума) и обозначение проэкологических предпосылок изменения данного положения.

**Качество жизни** (англ. - quality of life, сокр. – QOL) - категория, с помощью которой характеризуют существенные обстоятельства жизни населения, определяющие степень достоинства и свободы личности каждого человека. Качество жизни нетождественно уровню жизни, включая и наиболее изощренные виды его определения, например, жизненные стандарты (living standarts) [12]. В понятии «качество жизни» «ведущую и решающую роль играют непосредственные ощущения самим человеком качества жизни, которое зависит как от характеристик этого субъекта, так и от объективных условий его жизнедеятельности» [21, с. 77]. **Качество жизни** зависит

от общественно-политической системы, от достигнутого уровня развития производительных сил и господствующих в обществе социально-экономических отношений, от системы нормативно-ценностных координат и прочих факторов. О **состоянии качества жизни населения Украины** дают представление данные социологических исследований - мониторинг (СМ) который осуществляет Институт социологии НАНУ, и мониторинг международного проекта «Европейское социальное исследование» (ESS), в период с 1992-го по 2012 год. Социологи проанализировали некоторые его индикаторы - здоровье, благосостояние, занятость, жилищно-бытовые условия, экологическую ситуацию, безопасность, досуг, образование, демократическое управление, участие в общественной жизни, социальную защищенность, удовлетворенность жизнью. Расчеты средних показателей по выделенным сферам оценки качества жизни (согласно данным ESS) свидетельствуют о том, что по состоянию на 2011 год **качество жизни населения Украины** находится на самом низком среди исследуемых стран-участниц ESS уровне и составляет 4,0 балла по 10-балльной шкале (у россиян — 4,7 балла, у поляков и финнов - незначительное превышение среднего уровня). Самые низкие показатели Украина имеет в сфере здоровья, досуга, демократического управления и участия в общественной жизни. То есть индекс качества жизни дает оценки, более приближенные к сущности жизни стран, а также показывает более выразительное различие между сообществами. И самое главное — индекс качества жизни легче понять широкому кругу граждан, поскольку он отражает **образ их повседневной жизни в ее сущностном срезе** [21].

Понятие «**образ жизни**» все чаще появляется в различных СМИ, а дискуссии на тему «здорового образа жизни» вызывают неподдельный интерес у населения. Психолог Ю.Г.Фролова проанализировала содержание понятия «**здоровый образ жизни**» и пришла к выводу, что по своему содержанию понятие здорового образа жизни не соответствует социологической категории образа жизни (в большинстве психологических работ существует тенденция рассматривать здоровый образ жизни вне контекста социальной ситуации, с акцентом на сознательных поступках человека). Она обосновала необходимость использовать в качестве индикаторов здорового образа жизни те показатели, которые носят устойчивый характер, выражаются не только в открыто наблюдаемом поведении, но и в намерениях, интересах и ценностях, связаны с социальной позицией индивида, а также являются типичными для определенной социальной группы. Ю.Г.Фролова полагает, что необходимо уточнить понятие «**образ жизни**» и «**здоровый образ жизни**». **Образ жизни** — это устойчивые формы социального бытия, совместной

деятельности людей, типичные для исторически конкретных социальных отношений, формирующиеся в соответствии с генерализованными нормами и ценностями, отражающими эти отношения [30]. К компонентам образа жизни относятся распределение времени, характер труда и потребления материальных благ, активность в сфере культуры и просвещения, политическая активность, отношение к общественным проблемам, религиозная принадлежность, формы общежития людей, способы самоидентификации. **Понятие здорового образа жизни** отличается меньшей определенностью. Оно заменило в научных текстах термин «**санитарная культура**». В число показателей санитарной культуры входят гигиеническое поведение и интерес к проблемам сохранения здоровья. Лишь в начале 1990 гг. определения здорового образа жизни стали более дифференцированными. Утверждалось, что для выделения его наиболее значимых компонентов необходимо соотнести поведенческие показатели с биологическими особенностями человека, а также с особенностями социальной среды. Вариантов здорового образа жизни может быть столько, сколько существует условий жизни. В настоящее время **здоровый образ жизни** определяется как совокупность внутренних и внешних условий жизнедеятельности, обеспечивающих здоровье и трудоспособность, активное долголетие, а также гармоничное развитие личности. Если сравнить данную формулировку с приведенным выше определением образа жизни, становится очевидным, что понятие здорового образа жизни не конкретизировано с точки зрения устойчивости, типичности и социально-исторической специфичности входящих в него компонентов. В целом приходится признать, что любые поступки человека могут повлиять на его здоровье. Это делает понятие здорового образа жизни чрезмерно обширным и расплывчатым [30].

**Изучение образа жизни** становится все чаще объектом исследований психологов (например, в психологии здоровья, в экологической психологии) [10; 13; 19; 30; 31]. Именно в **категории образа жизни** интегрируются деятельностный и личностный аспекты взаимоотношений человека с окружающей средой. Сегодня прямые, непосредственные формы взаимодействия человека с природой стали крайне ограниченными как во времени, так и в пространстве, более того - зачастую это взаимодействие приобретает опосредованный, разрушающий характер. Этот новый фактор, обусловленный техногенным воздействием на человека, уже привел к значительным изменениям в формах и средствах жизнедеятельности людей, и его действие все более усиливается. Поэтому **к главным направлениям исследований в экологической психологии** мы относим *изучение проблем, связанных с определением роли*

*разнообразных средовых факторов в развитии личности и становлении современного образа жизни.*

Актуальность данного направления подтверждают участвовавшие аварии и катастрофы, которые не только вызывают стресс у людей, но и разрушают устоявшийся образ жизни. Например, авария на ЧАЭС привела к существенным изменениям в привычном образе жизни большого количества людей, после чего психологи особо отметили опасность Чернобыльской аварии, суть которой выражается в непоследовательном и плохо осознаваемом изменении образа жизни большого сообщества людей [13]. Исследования подобного рода регулярно проводились в лаборатории экологической психологии Института психологии им.Г.С. Костюка НАПН Украины. Данные работы позволили сделать следующее допущение: специфическим содержанием понятия образа жизни выступают формы организации жизнедеятельности индивида и групп людей. Ю.М. Швалб полагает, что наиболее соответствующими этим требованиям будут те регулятивные механизмы деятельности, которые ухватывают «единство сознания и деятельности», к которым он относит «процессы постановки целей деятельности и принятия ответственности за результаты деятельности». То есть **психологическая модель образа жизни** описывается в координатах «целеполагание» - «ответственность» [31]. В целом же речь идет о деятельности - от выбора цели, принятия (свободного или вынужденного) решения действовать до выбора (свободного или вынужденного) способа действия и самого действия – усилия по достижению желаемого результата [10].

Ю.М.Швалб отмечает следующее: «В социокультурном плане образ жизни представляет собой объективную характеристику средств социального взаимодействия в наиболее значимых сферах жизни общества - в производстве, потреблении, управлении, обеспечении защиты и т.п. В психологическом плане образ жизни представляет собой набор ценностей и норм, которые детерминируют распространение и передачу от поколения к поколению определенных моделей поведения» [31, с.67]. То есть при нарушении постоянных способов интеракции и отсутствии знаний и умений адекватно реагировать на возникшую угрозу, вместо новых конструктивных моделей поведения населения большинство демонстрирует апатично-депрессивные или конфликтно-агрессивные формы поведения. Аналогичные мысли развиваются и в работах О.Н. Гарнец, Е.С.Килимник, Е.Н.Кузьменко, А.М.Левочкиной, П.В.Лушина, В.Г.Панка, В.В.Поповича, Е.В.Рудомино-Дусятской, В.А. Скробца. Теоретический анализ различных источников по вопросу об образе жизни позволяет нам принять следующее определение: **образ жизни** - это совокупность типичных для данного общества видов жизнедеятельности, взятых в единстве с условиями последней. С по-

зиций системного подхода более продуктивным следует признать следующее: **образ жизни** – это общая интегральная категория, «относительно которой такие понятия, как «стиль жизни», «уровень жизни» или «качество жизни», представляют собой конкретизацию и разные «срезы» этого очень сложного по своей структуре и составу социального явления» [13].

Необходимо признать – в кризисное время исследований образа жизни, его особенностей **явно недостаточно**. Среди самых перспективных – **исследование потребительских трендов** (в рамках проекта Trendwatching Ukraine). Целью данного проекта является изучение потребительских и социально-культурных трендов, а также мониторинг изменений в образе жизни современных украинцев. Руководитель проекта К. Скикевич отметил следующее: «Исследование трендов – trendwatching, позволяет спрогнозировать стиль жизни, предпочтения потребителей в ближайшем будущем. Исследование направлено на изучение культурно-социальных трансформаций, которые возникают в обществе и способны влиять на систему ценностей, стиль жизни и поведение украинцев» [22]. То есть имея данные об уже существующих трендах, можно спрогнозировать какими будут украинцы завтра: какие у них будут ценности, приоритеты, о чем будут мечтать, что любить. Исследования, используемые в данном проекте, базируются на качественной и количественной методологии. В основе качественной части исследования – интервью с экспертами и трендсеттерами, мониторинг блогосферы, социальных сетей, передовых СМИ. В количественных исследованиях – опрос жителей больших городов (возрастные критерии от 18 до 35 лет, активные пользователи интернета). Можно отметить следующее: развитие и проявления трендов в различных сферах жизнедеятельности зависит от социальных вызовов – состояния мировой экономики, технопрогресса, ситуации на Украине. По данным последнего исследования выявлены **несколько основных трендов**: развитие интеллектуальных технологий; активизация тренда «здоровый образ жизни» и внимание к экологическим проблемам; мода на саморазвитие (как в личностном, так и профессиональном плане); мобильное потребление (он-лайн супермаркеты); качественное изменение формата проведения досуга (появление альтернатив барам и кафе, в частности – клубов закрытого типа, а также заведений – трансформеров) [22].

Следовательно, для изучения изменений образа жизни украинцев, новых тенденций в различных сферах человеческой деятельности нужны будут исследования самых разных ученых – социологов, психологов, экологов, антропологов и т.д. и т.п. Однако особенно востребованными могут быть исследования в области рекреологии, науки о рекреации. Приведем следующее определение:

**«Рекреация** представляет собой определенные занятия во время досуга, осуществляемые по собственной воле, — отдых, развлечения, совершенствование знаний, повышение квалификации, участие в общественной жизни» [24]. Приведенное определение наиболее адекватно отражает сущность данного феномена, позволяет выделить основные его признаки: наличие разнообразных видов активности человека — физической, психической и социальной, различные формы ее направленности — познавательной, преобразовательной, коммуникативной, ценностно-ориентационной [24]. Время, которое занимает человеческая деятельность, не связанная непосредственно с удовлетворением материальных потребностей, условно именуется «временем отдыха» или «свободным временем». Культура организации и проведения свободного времени является важнейшей составной частью духовной культуры нации, во многом определяющей её здоровье и судьбу, поскольку люди и народы, не умеющие отдыхать или делающие это неэффективно, в конце концов исчерпывают свои энергетические, биологические, духовные ресурсы, обессилив, заболевают и, выродившись, прекращают своё существование [14].

**Рекреологические проблемы в зарубежных научных школах** разработаны в гораздо большей степени, чем на постсоветском пространстве. Отечественные специалисты занимаются исследованиями в сфере досуга, рекреативного образа жизни, изучением рекреационных потребностей и даже созданием собственной психологической службы рекреации, однако сама рекреация не является доминантой их исследований [9; 11; 17; 20; 24]. Е.В.Георгинский отмечает, что среди западных ученых нет единого мнения по концептуальному определению рекреации: определяя рекреационные процессы и явления, обычно используют **понятия «досуг», «отдых» и «рекреация»**, которые зачастую сливаются. Термин **«рекреация»** является малораспространенным и многие специалисты вкладывают в него значение восстановления сил, перемены деятельности, осуществления процесса отдыха (т.е. наполняют его содержанием элементами релаксации и регенерации). Дж. Келли полагает, что рекреация всегда связана с восстановлением сил - духовных и физических, однако ей должна предшествовать какая-то деятельность. Он утверждает, что различия между рекреацией и досугом лежат в сфере социального, и рекреация всегда имеет социальные цели. Именно поэтому рекреация как самостоятельный социальный институт чаще всего встречается в урбанизированном обществе с высокоразвитыми организационными структурами [3]. Дж. Шиверс предлагает определить рекреацию как добровольное проведение досуга с целью удовольствия или удовлетворения (как средства достижения релаксации или восстановления организма) [3]. В истории



социопсихологических научных направлений можно выделить несколько общепризнанных теорий. Это теории, основанные на признании инстинкта как основного действующего мотива в рекреационной деятельности, а также теории, рассматривающие в качестве основного мотива рекреации удовольствие. Это и теория гомеостаза, явления, связанного с поддержанием равновесия организма не только на физическом уровне, но и на психологическом, путем определенной мотивации поведения человека. Из всего вышеизложенного следует: единого мнения о том, что такое «рекреация» у ученых не существует - зачастую речь идет о некоем социально-биологическом феномене. Наиболее значимые научные открытия в сфере рекреации были сделаны в западной школе, а отечественная научная школа рекреационными проблемами интересовалась мало [3].

**Рекреационные проблемы жизнедеятельности** гораздо полнее освещены в СМИ, в журналистских расследованиях на тему отдыха украинцев. По данным социологов, в 2013 году на Украине появилось такое явление как массовый отказ от отдыха [18]. Ученые хотели определить, как и сколько украинцы собираются отдыхать. Оказалось, что 68% наших граждан отдыхать вообще не собираются (тенденция роста численности «не отдыхающих» украинцев растет - в 2011 году таких было 66%). Однако 21% наших граждан отказались от отдыха потому, что не могут себе позволить куда-либо поехать. А, соответственно, 47% украинцев отдыхать попросту не хотят. Это очень много, поэтому журналистское расследование Л.Мониной было направлено на выяснение следующих задач: 1) Определить, чем занимаются эти «не отдыхающие» люди, узнать наиболее предпочитаемые виды отдыха; 2) сравнить количество «трудоголиков» и тех, кто не собирается отдыхать - они ли это? Расследование показало, что сроки, указанные гражданами, распределились так: 8,6% хотят отдохнуть за две недели, 38,2% ответили, что отдыхать нужно месяц, а 10,5% желают отдыхать в течение всего лета, и, наконец, 5,9% вообще заявили, что отдыхать нужно целый год. А 2,7% заявили, что после двух дней отдыха им хочется вернуться на работу. Данные числа - 2% и 68% - никак не объясняют, почему подавляющее большинство украинцев согласны с необходимостью отдыха, а отдыхать не хотят. Посему другая часть этого расследования была посвящена изучению того, а «как вообще украинцы отдыхают?». Согласно данным социологов, самым популярным среди наших граждан способом отдыха является поездка в Крым, Карпаты и другие курортные места Украины. В 2011 году таких отдыхающих оказалось 16%, в 2013 - 13%. Возникает вопрос: Удовлетворяют ли наши зоны отдыха рекреационным потребностям украинцев? Вот некоторые качественные показатели такого

вида отдыха как путешествие к морю: а) дорога настолько утомительна и некомфортна, что некоторые отдыхающие сравнивают ее с пыткой, которая порождает вопросы следующего вида: вошла ли на самом деле Украина в XXI век?; б) качество проживания таково, что отдыхать будет хуже и дороже, чем на иностранном курорте; в) ограниченность природных территорий - зоны отдыха приватизируются, превращаясь в коммерческие объекты, паразитирующие на любви населения к природе и наживаясь на удовлетворении рекреационных потребностей граждан (это и закрытые пляжи, и километровые заборы, и «заповедные» зоны с охраной); г) напряженная экологическая ситуация в курортных местах; д) героические усилия и напряжение всех сил отдыхающих, которое приводит к «эффекту выгорания» – «а, может ну его совсем, этот отдых». Таким образом, получается, что 47% украинцев, которые якобы не хотят отдыхать, вероятнее всего, просто хотят отдыхать иначе, но пока не попали в 2% отдыхающих за рубежом, которые могут себе это позволить [18]. Именно поэтому в списке *рекреационных тенденций в современной образе жизни украинцев в качестве главной и определяющей мы называем появление досуга для богатых и бедных.*

В России социологический анализ досуга российских бедных был сделан социологом Е.С.Берковченко в работе [1]. Анализ современных досуговых концепций позволил ей разработать собственный подход, связанный с рассмотрением досуга в контексте социальной стратификации общества, что предполагает изучение бедности как социального феномена. Именно в контексте досуговой деятельности наиболее очевидна степень социального участия личности в деятельности общества. Так, виды деприваций, связанные с лишениями в сфере досуга, могут напрямую не ассоциироваться в массовом сознании с бедностью, но в то же время могут означать отказ от тех видов деятельности, которые характеризуют общепринятый в конкретном социуме уровень жизни» [1].

Мы полагаем, что изучение образа жизни украинцев, их рекреационных потребностей следует дополнить анализом украинской бедности, психологическим исследованием качества рекреационной деятельности тех социальных слоев, которые можно отнести к бедным, установлением взаимосвязи социальных позиций украинских бедных с их поведенческими стратегиями в сфере досуга и рекреации.

В сфере досуга социологи выделяют следующие **тенденции, которые можно обозначить как рекреационные** [26]; *досуговая миграция* (как следствие концентрации досуга в конце рабочего дня, рабочей недели, во время отпусков); *растущая взаимосвязь рабочего и свободного времени, досуга* (основной тенденцией является адекватное соответствие содержания труда и досуговой деятельности); *отставание содержания и форм досуговой деятельности от содержания и*

степени сложности труда в рабочее время; *экстремальные виды досуговой деятельности* становятся все более распространенными как среди бедных, так и среди обеспеченных людей; *тенденции «одомашнивания» досугово-рекреационной деятельности*, которое специалисты объясняют перераспределением функций социальных институтов и учреждений культуры и семьи; *возросшее время общения с телевизором - TV* (появился термин «фонового» просмотра TV, слушания радио, совмещенного с другой работой); *рост разнообразия любительских увлечений* - жилая среда становится творческой лабораторией для одних, местом тоскливого безделья для других и притонном для третьих; *дом, квартира становится центром хозяйственной и культурной деятельности* (это и склад, и заготовительный цех, и творческая мастерская, и офис фирмы, и мини-спортзал, где сочетается труд, досуг и отдых) ; *фундаментальные изменения самого механизма взаимодействия человека с культурой* (принцип избирательного отношения к искусству), а также *тенденции одомашнивания культурной деятельности*, что изменяет характер коммуникации между производителем и потребителем ценностей культуры; *потребление становится основной доминантой современного образа жизни* (интересы людей изменились в сторону потребительских); *сокращение общения по интересам в культурных центрах, потеря навыков самоорганизации и самоуправления*, которые уступают по масштабности стихийным досуговым сообществам (массовым аудиториям поп-звезд и фанатов спортивных команд); *появление различных самодельных объединений, молодежных инициатив, обогащающих содержание культурной активности*; *ренессанс деятельности садово-огородных кооперативов* (испытание радости от физического напряжения, соединенного с непосредственным общением с природой); *увеличение числа трудящихся «надомников»* (к ним сегодня можно отнести ученых, работников культуры, преподавателей, работников фирм; *рост потребности в овладении дополнительными функциями* не только отдыха, но и самообразования, творчества; *возрастание роли СМИ* в руководстве такой рекреационной деятельностью, которая способствует развитию способностей и самовыражения человека [26].

Социологическое исследование особенностей современной социокультурной среды дало возможность определить наиболее значимые **способы рекреационной деятельности** [25]. Вот некоторые из них:

1. *Высокий темп информационного потребления, и как следствие, снижение эмоциональной восприимчивости, впечатлительности.* В рекреационных запросах это явление проявляется в потребности необычных, ярких впечатлений. Тяготение к «шоковости» получаемых эмоций, склонность к испытанию эмоций с негативной коннотацией, выполняющих зачастую функцию «переключения», разрядки [25]. 2. *Повышение лояльности общества к проявлению*

индивидуальности, демократизация образа жизни (свобода выбора во всем), определенная размытость морально-нравственных ориентиров и принципов. Это позволяет человеку выбирать линию поведения исходя лишь из собственных побуждений, осуществлять поиск ценных субъективных эмоций различными способами. Смена ролей: это участие в акциях и концептуальных мероприятиях различного толка (например, флеш-моб), и нетрадиционное времяпровождение (игры в божей, путешествия в отель-тюрьму), и событийный туризм [25]. 3. *Высокая степень риска* (экономической, политической, социальной) окружающей среды, объективная невозможность уберечься от опасности

различного генезиса. Как следствие – риск воспринимается как некое нормальное явление повседневности. Отсюда – распространение занятий травмоопасным спортом или активной деятельностью (роупджампинг, стритрейсинг, диггерство и т.п.), повышение спроса на приключенческие туры (конные маршруты, сплавы по горным рекам, сафари и т.п.). Так некоторые отдыхающие *получают «настоящий адреналин»* [25].

4. *Распространение цифровых технологий и активное вовлечение современных средств коммуникации* (мобильная связь, Интернет, GPRS) в организацию досуга, что приводит к включению досуговой деятельности в глобальную систему. Появляются общемировые игры (геокешинг и т.п.), игры в масштабах страны («Ночной дозор» и т.п.). Однако в отличие от обычных компьютерных игр, эти игры связывают виртуальное пространство с реальным, где и происходит игровое событие (при этом цифровая технология – это фундамент возникновения и техническое обеспечение игры) [25].

Наблюдение, анализ фактов и событий украинской реальности, отраженных в СМИ, дискуссии в Интернет-пространстве, позволили нам дополнить **список рекреационных тенденций**: четко проявляется *тенденция к «экономии на отдыхе»* – украинцы переключаются на внутренний продукт (зеленый, или сельский туризм, в ближайшее время будет более востребован; *усиление негативных тенденций детского отдыха* на Украине (происходит постепенная трансформация рекреационных услуг от более качественных и оздоровительных на менее затратные (например, отдых в школьных лагерях); *досуг бедных и богатых украинцев* принимает существенные различия, которые можно увидеть в следующем: 1) *тенденции досуга бедных* – сохранение доступности некоторых форм заполнения досуга (телевидение, религиозное участие и т.п.), однако уже общение с друзьями, чтение новых книг, посещение театров и т.п., сокращается по мере движения вниз по социальной лестнице. У тех, кто беден, отсутствуют возможности использования различных компонентов внедомашнего отдыха и досуга. Именно в группе бед-

ных в последние годы обнаруживается заметное снижение планки собственных духовных притязаний, именно из-за хронического отсутствия средств люди отказываются от того стиля и образа жизни, который для них являлся наиболее предпочтительным, следствием чего часто бывает постепенная деградация; 2) *тенденции досуга богатых* - рост различных видов внедомашней досуговой активности (например, посещение кафе, ресторанов), рост посещаемости концертов, кинотеатров и т.п. Возрастает общественный и политический компонент их досуга - участие в деятельности клубов, ассоциаций, отмечается падение интереса к телевидению. Туризм выступает как показатель социального статуса: создаются виртуальные сообщества путешественников, где обсуждается «мода сезона», оттачиваются нормы поведения нового украинского среднего класса. Зачастую у них завышенные требования к сервису, что является неотъемлемой частью поведенческой модели «короля на час» и феномена пикового потребления.

**Сравнение досуга богатых и бедных украинцев** показало следующее: большинство занятий в свободное время (даже бесплатных) бедных привлекает реже. Их свободное время проходит менее увлекательно, они реже задумываются о его смысле, а также реже говорят о чтении, саморазвитии, общении, больше внимания уделяют зрелищам, собственно отдыху. В развитии досуга наблюдаются две противоположные тенденции: одна – в его упрощении, обеднении (многие воспринимают доступные им формы досуга как вынужденные, что оборачивается острым чувством скуки, тоски, одиночества, у них резко снижается ощущение свободы выбора). Другая тенденция – это усложнение, возвышение форм досуга, которую можно определить как тенденцию саморазвития личности. Таким образом, эмпирические данные весьма неоднозначно указывают на то, что тип досуга и *отношение к своему свободному времени становятся неотъемлемыми чертами принадлежности к определенному социальному слою*. Необходимо отметить, что данные исследования досуга богатых и бедных россиян и украинцев очень похожи, что можно объяснить общей историей, принадлежностью к православной цивилизации, «родством душ» и т.п. [4].

Отдельно выделим **тенденции, сформулированные специалистами в области формирования рекреационной среды**: рост потребности в пребывании в дикой природной среде (со всем разнообразием зрительных образов, звуков и запахов) [2]; накопление «усталости от одиночества», что предполагает увеличение число единиц признания – так называемых «поглаживаний» [20]; рост потребности в естественной природной среде в черте самого города, актуализация борьбы за свободные городские территории, где человек может уединиться и наслаждаться общением с природой [23];

рост потребности в увеличении доли рекреационного времени, а также – потребности в повышении или выявлении рекреационной функции всякой деятельности человека [8].

Таким образом, **в числе приоритетных рекреационных тенденций** - глубинная потребность в общении с нетронутой, дикой природой. Технократический образ жизни окончательно оторвал человека от природы, и это в разной степени и формах осознают все большее количество людей. Все наши сегодняшние проблемы связаны с исчерпанием тех оснований, на которых строилось отношение человека к природе на протяжении нескольких тысяч лет. Осознание нашей ответственности за благополучие природного мира и человека в нем, изменение существующего этического отношения к природе являются первыми симптомами необходимости смены всей системы координат. То есть необходимо создавать новые схемы организации жизнедеятельности, соразмерные Природе как Партнеру по жизнедеятельности [31]. Поэтому надо с чего-то начинать. Так, среди множества проэкологических организаций и движений мы выделяем **левый биоцентризм**, который представляет собой одновременно «зеленую» философию и активизм (термин «биоцентризм» означает скорее «экоцентризм»). Перечислим некоторые **особенности данного движения**, которые в наибольшей степени соответствуют украинской реальности [15]: 1) коллективное обсуждение проблем является отличительной чертой левых биоцентристов (лефтбиос) - данное движение рассматривает себя как часть более общего движения за глубинную экологию и принимает его экоцентрические ценности; 2) выгодно отличают лефтбиос от других следующие положения - социальная справедливость, политический радикализм, революционный идеализм; 3) лефтбиос признают системный характер существующих проблем, поэтому не очень доверяют тому, что изменение личного образа жизни будет способствовать созданию экологического общества. Они не преуменьшают необходимости персональной ответственности и инициативы, однако они полагают, что наша коллективная приверженность потреблению, перенаселение и засилие техники – главные причины безответственности, подрывающие всякие личные усилия [15]; 4) истинно устойчивому обществу необходимы такие социальные и политические структуры, которые будут поощрять экологические практики и препятствовать обратным тенденциям; 5) цель, которую преследуют лефтбиос - это «солидарность со всей жизнью, а не только с человеческой». Согласно этому мировоззрению, природа, а не прибавочная стоимость – главный источник богатства, и это богатство разделяется другими формами жизни. Это истинное общее, священное достояние – и поэтому фундаментально не может быть приватизировано [15]. Тесная связь духовности с политикой – как

на индивидуальном, так и коллективном уровне - придает движению лефтбоис особую силу. Мы не можем пока сказать, насколько влияние левого биоцентризма ощутимо, но хотелось бы надеяться, что он будет приобретать все большую поддержку в обществе, так как именно лефтбоис чаще других актуализируют экологические проблемы в Повестке дня на 21 век.

Следует признать – экологическое движение в странах СНГ не очень обеспокоено проблемой охраны дикой природы, и обычно сосредотачивается на вопросах выживания человека, качества городской и сельской окружающей среды. Конечно, наше общество, пораженное материализмом, цинизмом и антропоцентризмом, еще не подготовлено к активному восприятию идеи дикой природы. Однако начинать надо с продвижения идеи дикой природы. Это поможет значительно улучшить решение природоохранных проблем. Более того: возможно, интерес к сохранению дикой природы будет стимулироваться у нас реакцией людей на утрату общественных идеалов гармонического мира, на поиски «утраченного рая» [2]. Однако для того, чтобы идея дикой природы была понятна и поддерживалась населением, его нужно обучать ценностям дикой природы. В популяризации современной идеи дикой природы большое значение имеет не столько распространение экологических знаний, сколько моральных норм. Здесь особенно важен воспитательный, а не только образовательно-просветительский эффект, воздействие на эмоциональную составляющую. Создание культа дикой природы может заключать в себе формирование моды на защиту флоры и фауны, осознание населением священности участков дикой природы, рекламу «живых символов» страны и ее регионов, пропаганду соответствующих стереотипов реального поведения [2]. Человечество должно вновь открыть для себя мифологическое, сказочное, поэтическое измерение дикой природы, а также научиться уважать ее независимость, права, достоинство, свободу и автономию. Нужно стремиться к тому, чтобы восприятие, понимание людьми дикой природы, ее ценностей постоянно расширялось, необходимо распространить понятие демократии на дикую природу.

### Литература

1. Берковченко Е.С. Досуг российских бедных: социологический анализ // Эл.ресурс: [www.dissland.com-catalog...rossiyskih\\_bednih...analiz.html](http://www.dissland.com-catalog...rossiyskih_bednih...analiz.html)
2. Борейко В. Современная идея дикой природы // Гуманитарный экологический журнал. - №2. – 2011. – С.1- 69. – [www.ecoethics.ru](http://www.ecoethics.ru)
3. Георгинский Е.В. Концептуальные определения рекреации // Электронный ресурс: [oldwww.history.kemsu.ru/public/read/s2/geo.htm](http://oldwww.history.kemsu.ru/public/read/s2/geo.htm)
4. Годжаева Э.Б. Досуг богатых и бедных // Эл ресурс: [www.BestReferat.ru/referat-209553.html](http://www.BestReferat.ru/referat-209553.html)

5. Загороднюк Т. Трансформация российского и украинского общества в концепциях Т.И.Заславской и Н.В. Паниной: сравнительный анализ // Социология: теория, методы, маркетинг. – 2013. - № 2. – С. 73-88.
6. Зануда А. Имущественное неравенство в Украине: хуже, чем на «Диком Западе» //Эл ресурс: [www.bbc.co.uk](http://www.bbc.co.uk)□
7. Зануда А. Средний класс в Украине: немногочисленный и невлиятельный //Эл ресурс:[www.bbc.co.uk](http://www.bbc.co.uk)□
8. Зорин И.В.Рекреационная сущность экологического туризма / Эл.ресурс: [lib.sportedu.ru/Press/tpfk/2002n11/p9-13.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/tpfk/2002n11/p9-13.htm)□
9. Иванищкая А.Е., Кабачкова А.В. Рекреационные потребности в структуре потребностей личности (на примере студенческой молодежи) // Эл.ресурс: [www.scienceforum.ru/2013/14/4903](http://www.scienceforum.ru/2013/14/4903)□
10. Килимник Е.С. Опасности и риски как неотъемлемые оставляющие современного образа жизни/В сб. Эколого-психологические факторы современного образа жизни: Монография / Под ред. Ю. М. Швалба. - 2-е изд., пере-раб. и доп.- Житомир: Изд-во ЖДУ им. И. Франко, 2009. – С.231-245.
11. Клеменко А.Э. Психологические факторы разработки и реализации программ физической рекреации в сфере организованного отдыха //Эл. ресурс: <http://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-factory-razrabotki-i-realizatsii-programm-fizicheskoi-rekreatsii-v-sfere-#ixzz2YYzn2G6N>
12. Крупнов Ю.В. Качество жизни/Эл.ресурс: [www.rusmir.in.ua](http://www.rusmir.in.ua); // [www.kroupnov.ru/5/42\\_1.shtml](http://www.kroupnov.ru/5/42_1.shtml)
13. Кузьменко Е.Н. Экологические катастрофы и образ жизни сообщества /В сб. Эколого-психологические факторы современного образа жизни: Монография / Под ред. Ю. М. Швалба. - 2-е изд., пере-раб. и доп.- Житомир: Изд-во ЖДУ им. И. Франко, 2009. – С.365-392.
14. Культура отдыха и организации свободного времени //Электронный ресурс: [www.ukrstor.com/ukrstor/mirosnickenko-novist-18.html](http://www.ukrstor.com/ukrstor/mirosnickenko-novist-18.html)□
15. Кэрри П. Экологическая этика.// Гуманитарный экологический журнал. - №2. – 2012. –С.1- 30. - [www.ecoethics.ru](http://www.ecoethics.ru)
16. Ляшенко Л. Экономические показатели бедности в Украине //Эл.ресурс: [www.roadnews.wordpress.com/2012](http://www.roadnews.wordpress.com/2012)
17. Мирошник И.М., Гаврилин Е.В. ЛОК-терапия и синергетическая музыкацветотерапия как базовые методы рекреативной психологической помощи //Вестник физиотерапии и курортологии. - №3. - 2008 г.- С. 25-3.
18. Моница Л. Как украинцы пользуются своим конституционным правом на отдых //Эл. ресурс: <http://from-ua.com:81/news/3951c7b058255.html>
19. Никифоров, Г. С. Психология здоровья: учеб. пособие / Г. С. Никифоров. – СПб.: Речь, 2002. – 256 с.
20. Паршин А. Секреты усталости: как научиться отдыхать?//Эл.ресурс: <http://rekreologiya.blogspot.com/>
21. Петрушина Т., Саенко Ю. Качество жизни — главный критерий состояния общества //Социология: теория, методы, маркетинг. – 2013. - № 2. – С.117-141.



22. Потужная М. Интервью с К. Скикевичем. Изучение трендов в образе жизни современных украинцев // Электронный ресурс: [www.marketinglife.com.ua](http://www.marketinglife.com.ua) > Информационный ресурс о маркетинге №1. □
23. Рекреационные зоны мегаполиса берегут душевное равновесие / Эл.ресурс:
24. [www.proponent.ru/.../248-rekreationsnyye-zony-megapolisa-beregut-dus...](http://www.proponent.ru/.../248-rekreationsnyye-zony-megapolisa-beregut-dus...) □
25. Рьжжкин Ю.Е. Социально-психологические основы физической рекреации / Электронный ресурс: [www.cyberleninka.ru](http://www.cyberleninka.ru)
26. Семенова А.А. Отражение социокультурного портрета члена транзитивного общества в способах рекреационной деятельности // Электронный ресурс: [www.lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov\\_2007/17/semenova\\_aa.doc.pdf](http://www.lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2007/17/semenova_aa.doc.pdf) □
27. Социология досуга / Эл.ресурс: [www.freeusb.narod.ru/Akimova.doc](http://www.freeusb.narod.ru/Akimova.doc) □
28. Титаренко Л. Постсоветская трансформация общества сквозь призму оценок российских и украинских социологов // Социология: теория, методы, маркетинг. – 2013. – № 2. – С. 199-209.
29. Українське суспільство. Двадцять років незалежності. Соціологічний моніторинг: у 2 т. Т. 1 : Аналітичні матеріали / за ред. В.М. Ворони, М.О. Шульги. – К.: ІС НАНУ, 2011.- 576с.
30. Украина заняла второе место в мире по уровню смертности // Эл.ресурс: [www.MIGnews.com.ua](http://www.MIGnews.com.ua)
31. Фролова Ю.Г. Здоровый образ жизни как объект психологического исследования // Эл. ресурс: <http://spirit.by/jurnal>
32. Швалб Ю.М. Эколого-психологическое измерение образа жизни // В сб. Эколого-психологические факторы современного образа жизни: Монография / Под ред. Ю. М. Швалба. - 2-е изд., пере-раб. и доп.- Житомир: Изд-во ЖДУ им. И. Франко, 2009. - С.65-74
33. Шульга Н. А. Дрейф на обочину: двадцать лет общественных изменений в Украине / Шульга Н.А. – К.: Друкарня «Бізнесполіграф», 2011. – 448 с.

Article is devoted to studying of recreational tendencies in a way of life of inhabitants of Ukraine. The concepts “quality of life”, “way of life”, “healthy lifestyle”, “recreation” are compared and analyzed. Main recreational tendencies: considerable influence of the social status on leisure of Ukrainians, deep need for a unification with the nature. Relevance of the left biocentrism as the effective ecological movement protecting idea of the wild nature is defined.

**Key words:** *crisis, quality of life, way of life, recreation, phenomenon of the Ukrainian poverty, leisure rich and poor, ecological psychology, idea of the wild nature, left biocentrism.*