

DOI 10.26105/SSPU.2023.86.5.013

УДК 316.346.32-053.6

ББК 60.542.15

О.Е. ЯЦЕВИЧ, Н.В. ОМЕЛАЕНКО, Н.А. ТКАЧЁВА,
Л.Н. ШАБАТУРА, В.В. ЮДАШКИНА

**ПАНДЕМИЯ И ПОСТПАНДЕМИЯ
КАК ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ,
ПОВЛИЯВШИЕ НА СОЦИАЛЬНУЮ
АКТИВНОСТЬ МОЛОДЁЖИ**

O.E. IATSEVICH, N.V. OMELAENKO, N.A. TKACHEVA,
L.N. SHABATURA, V.V. IUDASHKINA

**PANDEMIC AND POST-PANDEMIC
AS THE MAIN FACTORS AFFECTING
THE SOCIAL ACTIVITY OF YOUNG PEOPLE**

Социальная активность является ключевым условием для реализации и становления молодёжи как основного гаранта и ресурса, необходимого для дальнейшего существования и развития общества. На активность молодых людей большое влияние оказывают глобальные перемены, с которыми столкнулось человечество в конце 2019 года, что трансформировало образ жизни, сделав привычную ранее деятельность невозможной из-за введённых ограничений в виде социальной дистанции и локдауна, и позволило, в свою очередь актуализировать тему социальной активности молодёжи через призму пандемии и постпандемии.

Выбранная тема является междисциплинарной, что предопределяет подход к её изучению, анализу и интерпретации специфических черт регионального характера. Опираясь на анкетные данные в студенческих группах Тюменского индустриального университета, проведённые осенью 2022 г. при помощи интернет-платформы, авторы выявили факторы, влияющие на социальную активность в условиях самоизоляции; описали трудности, возникшие во время локдауна и повлиявшие на социальную активность молодёжи; интерпретировали и проанализировали полученные данные, делая вывод о том, что адаптационное состояние человека к неспецифическим для него условиям (локдаун и самоизоляция) может пойти на пользу, человек обретает новые знания и навыки, столь необходимые в трансформирующихся условиях. Новый формат социальной активности молодёжи можно последовательно выстроить в перспективную экзистенциальную парадигму, сопровождающуюся непрерывным процессом саморазвития, не вредя при этом своему здоровью.

Social activity is a key condition for the realization and formation of youth as the main guarantor and resource necessary for the further existence and development of society. The activity of young people is greatly influenced by the global changes that humanity faced at the end of 2019, which transformed the way of life, making previously habitual activities impossible due to the restrictions imposed in the form of social distance and lockdown, and allowed, in turn, to actualize the topic of social activity of young people through the prism of a pandemic and a post-pandemic.

The chosen topic is interdisciplinary, which determines the approach to its study, analysis and interpretation of specific features of a regional nature. Based on the questionnaire data in

the student groups of Tyumen Industrial University, conducted in the fall of 2022 using Internet platform, the authors identified factors affecting social activity in conditions of self-isolation; described the difficulties that arose during the lockdown and affected the social activity of young people; we interpreted and analyzed the data obtained, concluding that the adaptation state of a person to non-specific conditions for him (lockdown and self-isolation) can be beneficial, a person acquires new knowledge and skills that are so necessary in transforming conditions. The new format of social activity of young people can be consistently built into a promising existential paradigm, accompanied by a continuous process of self-development, without harming their health.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: молодежь, стресс, самоизоляция, социальная активность, здоровье, ценность.

KEY WORDS: youth, stress, self-isolation, social activity, health, value.

ВВЕДЕНИЕ. Конец 2019 года принёс известие о новом инфекционном заболевании — коронавирусе, вызванном штаммами COVID-19. Заболевание распространялось быстрыми темпами на всех континентах и во всех странах, повсеместно был зарегистрирован высокий летальный исход, что послужило причиной объявления ситуации пандемической, было рекомендовано соблюдать режим самоизоляции, чтобы избежать быстрого роста заболевания.

Современный человек подвергся ограничениям в социальной активности: в свободе перемещения, связь с внешним миром осуществлялась посредством интернета, телефона и телевидения. Лимитирование деятельности, страх неизвестности и, как следствие, неуверенность в завтрашнем дне способствовали снижению стрессоустойчивости людей, особенно тех, кто вёл активный образ жизни, и для кого нахождение в центре событий являлось основным жизненным кредо. Чувство радости от долгожданного пребывания дома сменилось унынием из-за невозможности свободно передвигаться, встречаться с родными, друзьями, путешествовать, посещать культурные и спортивные мероприятия.

Самоизоляция, как выяснилось в ходе наблюдения, имеет как положительные, так и отрицательные моменты. Одним из основных преимуществ изоляции стал свободный доступ к различным культурным, научным и социальным ресурсам. Люди получили возможность проявлять онлайн-активность, виртуально посещать художественные галереи, выставки, концертные залы, музеи, библиотеки. Также произошло стремительное внедрение дистанционной формы обучения, были разработаны и апробированы различные онлайн-платформы и приложения, дальнейшее развитие получили дистанционные курсы.

Несмотря на перечисленные плюсы, самоизоляция имеет ряд недостатков: ограничения социальных контактов и свободы передвижения приводят к снижению социальной активности, стрессу, понижается мотивация, что ведёт к низким показателям во многих сферах деятельности человека, появляется чувство неуверенности и нестабильности.

Коронавирус и сопутствующие мероприятия по его сдерживанию во всех сферах социальной жизни стали предметом изучения для исследователей в разных областях знаний, таких как медицина, психология, педагогика, социология и т.д., поскольку эта проблема стремительно приобрела глобальный характер и предопределила междисциплинарный подход к её изучению и анализу.

Авторов статьи, работающих в техническом вузе, в первую очередь, волновали вопросы, связанные с проявлением молодыми людьми социальной активности, с мотивацией при обучении и сохранением их здоровья в трансформирующихся условиях.

ЦЕЛЬЮ статьи является изучение влияния самоизоляции на социальную активность обучающихся Тюменского индустриального университета в условиях пандемии. В соответствии с целью были поставлены следующие ЗАДАЧИ:

- проанализировать подходы к определениям «социальная активность», «здоровье», «стресс»;
- выявить позитивное и негативное воздействие пандемии на социальную активность обучающихся вуза в условиях самоизоляции;
- на основе проведенного анкетирования установить группы студенческой молодежи, на которые пандемия оказала наибольшее влияние.

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ. Понятие социальной активности является предметом обсуждения многих научных зарубежных школ, и в настоящее время не существует единого подхода к определению сущности и роли социальной активности, что говорит о подвижности смыслового ядра понятия. Западные ученые Э. Дюркгейм, Т. Парсонс, Дж. Г. Мид рассматривали социальную активность как процесс социализации индивида, его взаимодействия с обществом. По мнению исследователей, социальная активность формирует личностные качества, которые проявляются в социокультурной деятельности и позволяют гармонично существовать в обществе и, при необходимости, преобразовывать его.

В то же время отечественные исследователи И. В. Арендачук [1], Е. С. Балабанова [2] и М. С. Яницкий [13] характеризуют социальную активность с точки зрения самореализации и саморегуляции личности. Ю. А. Зубок, Ю. В. Березутский [7], Т. Н. Мартынова [8] проводят аналогию между социальной активностью и деятельностью, цель которой определяется потребностями как самой личности, так и общества. Регуляторами социальной активности, по мнению Ю. А. Зубок и Ю. В. Березутского, являются социальные установки и ценностные ориентации молодежи и общества [7].

Анализируя социальную активность, М. С. Яницкий предлагает выстраивать в ней градацию по её направленности и входящим в неё уровням ценностей, что позволяет исследователю выделить следующие ценностные типы: адаптирующийся, социализирующийся и индивидуализирующийся. Данные ценностные типы отличаются по своему происхождению, уровню развития системы ценностей, существенными особенностями в уровне осмысленности жизни, самоактуализации, жизненной стратегии личности, а также регуляции социального поведения. Автор даёт краткие характеристики для каждого типа. Таким образом, адаптирующийся тип отличается высокой тревожностью и фрустрационной напряженностью личности; для представителей социализирующегося типа характерны конформность, зависимость и экстернальность; индивидуализирующийся тип характеризуется такими особенностями, как высокая осмысленность жизни, интернальность и позитивная Я-концепция [13].

Можно сделать логический вывод о том, что социальная активность является необходимым условием развития личности и общества. Социальная активность несёт в себе смысловую доминанту подвижности и может быть связана с различными антиномийными, на первый взгляд, факторами. В данном исследовании авторы проводят взаимозависимость между пандемией / постпандемией и социальной активностью.

Здоровье является одной из универсальных ценностей человека, поэтому его изучение всегда было в центре внимания не только медицины, но и социально-гуманитарных наук. Вопросы здоровья актуализировали в своих исследованиях как классические социологи М. Вебер [5], Э. Дюркгейм [6], Т. Парсонс [11] и др., так и современные — П. Бурдьё [15], Т. Абель, В. Коккерем [17]. Они рассматривали основные факторы, влияющие на здоровье, постепенно усиливая акцент на исследовании личной ответственности человека за состояние своего здоровья, определяемого как системой индивидуальных установок, так и социокультурными нормами, образом жизни.

В последние три года распространение COVID-19 и его воздействие на физическое и ментальное состояние не только взрослого населения, но и молодежи стало причиной

возникновения многочисленных проблем, связанных с ограничением социальной активности, что привело их к состоянию стресса. Изучению такого состояния у молодых людей посвящены работы отечественных исследователей О.В. Бессчетновой [3], М.Н. Бородастой [4], Л.Л. Мехришвили, Н.А. Ткачевой [9], Д.П. Петренко [12], О.Е. Яцевич, В.В. Юдашкиной, Л.Н. Шабатуры, Н.А. Ткачевой [14] и иностранных исследователей S.J. Carter [16], K. Meier [18] и др.

Эпидемия COVID-19 оказала огромное влияние на все слои общества, но большие её последствия испытала на себе молодёжь, не привыкшая к тому, чтобы быть ограниченной рамками. Для того чтобы справиться с последствиями пандемии и быть готовыми вернуться к постпандемии, необходимо изучить социальную активность, поскольку социальный феномен изоляции привёл к трансформации всех видов активности.

На всеобщее состояние обучающихся в период изоляции оказали большое влияние не только социально-экономические факторы, но и дистанционное обучение и окружающая среда. В совокупности оба эти фактора значительно повышают уровень тревожности обучающихся.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ. Пандемия и постпандемия дали толчок исследователям разных сфер деятельности для изучения интересующей их ниши в определённой области знания.

Исследователей Тюменского индустриального университета волновали вопросы, связанные с пандемией и постпандемией как основными факторами, влияющими на социальную активность молодёжи. В рамках исследования в ноябре 2022 года была составлена авторская анкета на базе платформы Survio, которую обучающиеся проходили онлайн. В анкетировании приняли участие обучающиеся (N=100) Тюменского индустриального университета 1-2 курса бакалавриата, специалитета и 1-2 курса магистратуры, очной и заочной форм обучения технического и гуманитарного профиля. Возрастные рамки включали в себя: 17-20-летних обучающихся (91,3%), 21-23 года (5,8%), 24-26 лет (1%), старше 30 лет (1,9%). Из 100 опрошенных 98,1% являются студентами очной формы и 1,9 заочной формы обучения. 76% респондентов обучаются на платной основе, 24% являются бюджетниками.

Результаты опросов позволили сделать выводы об основных формах проявления социальной активности у молодых людей в различное время (до вспышки пандемии / во время и после пандемии).

В данном исследовании авторы рассматривают социальную активность как форму проведения свободного времени, когда молодые люди могут заниматься тем, что им интересно, в соответствии с их ценностями и потребностями. Согласно анкетированию, до пандемии молодёжь предпочитала проводить свободное время в интернете, смотреть телевизор и встречаться с друзьями.

Во время пандемии процент молодёжи, посвятившей свой досуг интернету, увеличился почти на 10%; количество читающих выросло с 33% до 45%. Число тех, кто стал больше уделять времени самообразованию увеличилось с 14% до 34%. Можно отметить резкое сокращение числа молодёжи посещающих кино и театры (с 45% до 12%), а также занимающихся спортом (с 45% до 14%).

И, если ситуацию с кино и театрами можно объяснить тем, что они были закрыты, то причину отказа от спортивных занятий нужно анализировать, так как многие фитнес-центры продолжали проводить занятия в малых группах, на открытом воздухе, были возможны индивидуальные и самостоятельные тренировки.

После пандемии самыми популярными вариантами досуга стали «провожу время с друзьями» (64%), «занимаюсь спортом» (56%), «хожу в кино, театр» (49%). На высоком уровне сохранилось число, занимающихся самообразованием — 29% (Рис. 1).



Рис. 1. **Актуальные виды деятельности до пандемии/во время пандемии/после пандемии**

Таким образом, можно сделать вывод о том, что в период до / во время и после пандемии изменилась направленность социальной активности молодёжи. И если до пандемии молодёжь предпочитала пассивное времяпрепровождение (Интернет, просмотр телевизора), то после пандемии активность молодёжи стала больше направлена на межличностную коммуникацию, посещение мероприятий и самообразование.

Проблемы, поднятые в анкетировании, акцентируют внимание на отсутствии альтернативной организации досуговой деятельности, которая предоставляла бы молодёжи возможность посещать заведения по интересам на бесплатной основе, что отвлекло бы её от пассивного времяпрепровождения и позволило бы социализироваться и реализоваться в общественной деятельности. Молодёжь смогла бы приобрести, таким образом, положительные качества, которые так необходимы не только самой развивающейся личности, но и обществу в целом.

Рисунок 2 иллюстрирует в процентном соотношении последствия перенесенного заболевания и самоизоляции. 58% опрошенных утверждает, что они не испытывали эмоциональных симптомов стресса во время пандемии. При этом примерно каждый четвертый респондент (26,5%) отметил упадок сил, а 18,4% опрошенных зафиксировали нарушение сна.

Также популярными ответами оказались «наличие стресса» «депрессия и апатия». Таким образом, мы можем наблюдать противоречия, с одной стороны, молодые люди утверждают, что перенесли пандемию бессимптомно, а с другой стороны, выделяют такие проблемы, как стресс, усталость, повышенная тревожность. Более того, многие отметили, что не хотят возвращения изоляции и дистанционного обучения.



Рис. 2. **Последствия после перенесенного заболевания и самоизоляции**

Следует отметить, что трудности в эпоху перемен происходят не только в сферах, сопряженных со здоровьем, но и на бытовом уровне (Рис. 3).

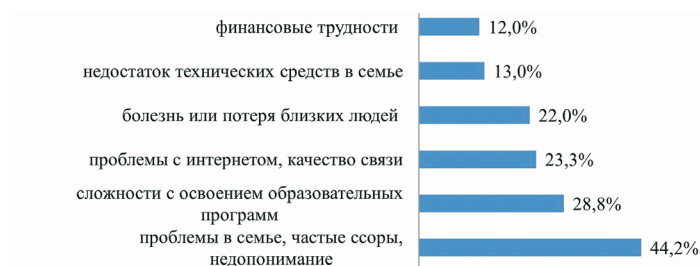


Рис. 3. Бытовые трудности во время пандемии COVID-19

Во-первых, почти половина респондентов (44,2%) столкнулась с семейными проблемами, так как в период изоляции все члены семьи вынуждены были находиться дома. При переходе на удаленный режим обучения и работы в рамках одной семьи возникли трудности с очередностью пользования техническими средствами, что послужило дополнительным источником напряженности или финансовых затрат.

Во-вторых, трудности молодые люди испытали при освоении основных образовательных программ, которые предполагали использование дистанционных технологий, (28,8% респондентов). Это может быть частично связано с недостатком технических средств в семье (13% опрошенных). Многие респонденты отметили существенное увеличение времени, проводимым за компьютером, что вызвало огромную нагрузку на интернет-сети и привело к снижению качества связи (23,3%).

В-третьих, немалое количество трудностей было связано с финансовыми проблемами (12%), поскольку многие потеряли постоянные источники дохода или они существенно снизились.

В ходе анкетирования молодым людям было предложено оценить уровень своей тревожности по шкале от «0» до «4», где «4» расценивается как экстремально высокий уровень тревожности, а «0» как её отсутствие. Анализируя данные показатели, авторы выявили зависимость между уровнем стресса, возрастом и полом. Интерпретация данных, касающихся зависимости уровня тревожности от возраста, выявила нарастание тревожности от возраста (чем старше респондент, тем чаще выбирали показатель «3» и «4»).

Анализ зависимости уровня тревожности от пола показал, что респонденты женского пола чаще испытывали чувство стресса, шкалу «4» выбрали 7% респондентов женского пола и ни один респондент мужского пола.

ВЫВОДЫ. Социальную активность молодёжи можно определить как доминантную составляющую, которая тесно связана с её физическим ментальным состоянием. Ограничение в активности, невозможность её проявления приводят молодых людей к стрессу, что показали результаты анкетирования. Интерпретация анкетных данных обозначила трансформацию социальной активности молодёжи во время и после пандемии.

В этой связи можно определить локдаун и самоизоляцию как адаптационное состояние человека к неспецифическим для него условиям, которые ранее не были зафиксированы его жизненным опытом, к которым он вынужден был стремительно приспосабливаться, используя различные ресурсы для сохранения своего здоровья, а также саморазвития (интернет-ресурсы, книги, семейные игры, аутотренинги и др.). Кроме того, сложившаяся ситуация способствовала приобретению новых навыков работы с компьютерной техникой, стимулировала самостоятельность и формирование навыков планирования.

Как показало исследование, существует нетождественность в отношении к пандемии, которая продиктована половозрастными отличиями и уровнем дохода. Респонденты женского пола более чутко переживают глобальные перемены. Также к изменениям в обществе более уязвимы респонденты с более низкими доходами.

Для нивелирования и снижения чувства тревожности необходимо обучить студентов стратегиям управления таким состоянием, что помогло бы им справиться с тревожностью и депрессией. Для этого предлагается использовать мероприятия по повышению социальной активности.

Все вышеперечисленные составляющие помогут уменьшить негативное воздействие пандемии и её последствий и быстрее приспособиться к постпандемийным условиям. Считаем, что немаловажным является использование разных технологий по повышению социальной активности, которые были бы направлены на создание позитивных эмоций (выбор музыкальных произведений, кинофильмов, организация встреч с близкими родственниками и друзьями, в том числе для совместных заочных путешествий путешествия и др.); открытие горячей линии, на которой психологи, IT-специалисты, медицинские работники могли бы ответить на самые актуальные вопросы.

Для преодоления негативных последствий во время учебной деятельности в период пандемии и других социально-экономических перемен, необходимо поддерживать у обучающихся мотивацию к продолжению социальной активности: научить студентов использовать возможности новых учебных платформ, предлагая им для ознакомления четкий и понятный алгоритм действий по их освоению; разработать нормы времени работы за компьютером, необходимые на выполнение тех или иных заданий для избегания перегрузки и сохранения здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Арендчук И.В. Ценностно-смысловые характеристики социальной активности молодежи в зависимости от форм ее проявления // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2018. Т. 18, Вып. 4. С. 425–432.
2. Балабанова Е.С. Социально-психологический подход к исследованию социальной активности молодежи // Знание. Понимание. Умение. 2018. № 3. С. 210–218.
3. Бессчетнова О.В., Кадуцкий П.А., Борисов А.Б., Магомадов Р.А. Психологическое здоровье студентов вузов в условиях пандемии COVID-19 // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2021. Т. 29. № S2. С. 1417–1422. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47210853> (дата обращения: 30.10.2022).
4. Бородатая М.Н., Волченкова Е.В. Стресс и психологическое благополучие студентов в период пандемии COVID-19 // Открытые данные — 2021: Материалы форума, Севастополь, 30 сентября — 02. 2021 года / Под редакцией А.Ю. Саркисовой. Томск: Национальный исследовательский Томский государственный университет, 2021. С. 16–33
5. Вебер М. Избранные произведения Пер. с немецкого Сост., общ. ред. и послесл. Ю. Н. Давыдова; Предисл. П. П. Гайдено. М.: Прогресс, 1990. 808 с.
6. Дюркгейм Э. Социология. Ее предмет, метод и назначение. URL: https://booksafe.net/read/dyurkgeym_emil-sociologiya_ee_predmet_metod_i_naznachenie-235951.html#p2 (дата обращения: 30.03.2023)./
7. Зубок Ю.А., Березутский Ю.В. Социальная активность молодежи: мировоззренческие основания саморегуляции // Власть и управление на Востоке России. 2020. № 2 (91). С. 89–105.
8. Мартынова Т.Н., Яницкий М.С., Зеленин А.А., Пфетцер С.А. Добровольческая деятельность как форма социальной и гражданской активности студенческой молодежи // Профессиональное образование в России и за рубежом. 2019. № 1 (33). С. 160–167.
9. Мехришвили Л.Л., Ткачева Н.А. Формирование нового отношения жителей крупного города к здоровью // Россия реформирующаяся. 2020. № 18. С. 444–465. [http:// DOI 10.19181/ezheg.2020.20](http://DOI.10.19181/ezheg.2020.20).

10. Мид Д.Г. Избранное: Сб. переводов; Центр социал. научн.-информ. исследований. Отд. социологии и социал. психологии; Сост. и переводчик В.Г. Николаев. Отв. ред. Д.В. Ефременко / Д. Г. Мид. — М., 2009. 290 с.
11. Парсонс Т. О структуре социального действия. М.: Академический Проект. 2002. 880 с.
12. Петренко Д.П. Стрессы в период пандемии Covid-19 и после неё // Форум молодёжной науки. 2021. № 2. С. 60–67. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44939480> (дата обращения: 10.12.2022).
13. Яницкий М.С. Система ценностных ориентаций личности и социальных общностей: структурно-динамическая модель и ее применение в психологических исследованиях и психологической практике // Вестник Кемеровского государственного университета. 2020. Т. 22, № 1. С. 194–206.
14. Яцевич О.Е., Юдашкина В.В., Ткачева Н.А., Шабатура Л.Н. Социокультурная активность во время пандемийных ограничений: опыт Германии // Russian Economic Bulletin. 2022. Т. 5, № 2. С. 56–62.
15. Bourdieu P. Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste. London: Routledge, 1984. 450 с.
16. Carter S.J., Baranaukas M.N., Raglin J.S., Pescosolido B.A., Perry B.L. Functional Status, Mood State, and Physical Activity Among Women With Post-Acute COVID-19 Syndrome. Int J Public Health. 2022. URL: <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604589>. PMID: 35755951; PMCID: PMC9218064. (дата обращения 28.05.2023).
17. Cockerham W., Rutten A., Abel T. Conceptualizing contemporary health lifestyles: moving beyond Weber // The Sociological Quarterly. 1997 Vol. 38.
18. Meier K., Glatz T., Guijt M.C., Piccininni M., van der Meulen M., Atmar K., et al. Public perspectives on protective measures during the COVID-19 pandemic in the Netherlands, Germany and Italy: A survey study. 2020. PLoS ONE 15(8): e0236917. URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236917> (дата обращения 12.06.2023).

REFERENCES

1. Arendachuk I.V. *Cennostno-smyslovye harakteristiki social'noj aktivnosti molodezhi v zavisimosti ot form ee proyavleniya* [Value-based meaningful characteristics of social activity of youth, depending on the forms of its manifestation] // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya Filosofiya. Psihologiya. Pedagogika. 2018. T. 18, Vyp. 4. S. 425–432. (In Russian).
2. Balabanova E.S. *Social'no-psihologicheskij podhod k issledovaniyu social'noj aktivnosti molodezhi* [Social and psychological approach to the study of young people's social activity] // Znanie. Ponimanie. Umenie. 2018. № 3. S. 210–218. (In Russian).
3. Besschetnova O.V., Kaduckij P.A., Borisov A.B., Magomadov R.A. *Psihologicheskoe zdorov'e studentov vuzov v usloviyah pandemii COVID-19* [Psychological health of university students in the context of the COVID-19 pandemic] // Problemy social'noj gigieny, zdavoohraneniya i istorii mediciny. 2021. T. 29. № S2. S. 1417–1422. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47210853> (data obrashcheniya: 30.10.2022). (In Russian).
4. Borodataya M.N., Volchenkova E.V. *Stress i psihologicheskoe blagopoluchie studentov v period pandemii COVID-19* [Stress and psychological well-being of students during the COVID-19 pandemic] // Otkrytye dannye — 2021: Materialy foruma, Sevastopol', 30 sentyabrya — 02. 2021 goda / Pod redakciej A.YU. Sarkisovoj. Tomsk: Nacional'nyj issledovatel'skij Tomskij gosudarstvennyj universitet, 2021. S. 16–33. (In Russian).
5. Veber M. *Izbrannye proizvedeniya* [Selected works] Per. s nemeckogo Sost., obshch. red. i poslesl. YU. N. Davydova; Predisl. P.P. Gajdenko. M.: Progress, 1990. 808 s. (In Russian).
6. Durkheim E. *Sociologiya. Ee predmet, metod i naznachenie*. [Sociology. Its subject, method and purpose] URL: https://booksafe.net/read/dyurkgeym_emil-sociologiya_ee_predmet_metod_i_naznachenie-235951.html#p2 (data obrashcheniya: 30.03.2023). (In Russian).

7. Zubok Yu.A., Berezhutskij Yu.V. *Social'naya aktivnost' molodezhi: mirovozzrencheskie osnovaniya samoregulyacii* [Social activity of youth: ideological foundations of self-regulations] // *Vlast' i upravlenie na Vostoke Rossii*. 2020. № 2 (91). S. 89–105. (In Russian).
8. Martynova T.N., Yanickij M.S., Zelenin A.A., Pfetcer S.A. *Dobrovol'cheskaya deyatel'nost' kak forma social'noj i grazhdanskoj aktivnosti studencheskoj molodezhi* [Voluntary activity as a form of social and civil activity of student youth] // *Professional'noe obrazovanie v Rossii i za rubezhom*. 2019. № 1 (33). S. 160–167. (In Russian).
9. Mekhrishvili L.L., Tkacheva N.A. *Formirovanie novogo otnosheniya zhitelej krupnogo goroda k zdorov'yu* [Formation of a new attitude of residents of a large city to health. Russia is reforming.] // *Rossiya reformiruyushchayasya*. 2020. № 18. S. 444–465. [http:// DOI 10.19181/ezheg.2020.20](http://DOI.10.19181/ezheg.2020.20). (In Russian).
10. Mid D.G. *Izbrannoe* [Favourites]: Sb. perevodov; Centr social. nauchn.-inform. issledovaniy. Otd. sociologii i social. psichologii; Sost. i perevodchik V.G Nikolaev. Otv. red. D.V. Efremenko / D.G. Mid. M., 2009. 290 s. (In Russian).
11. Parsons T. *O strukture social'nogo dejstviya*. [On the structure of social action]. M.: Akademicheskij Proekt. 2002. 880 s. (In Russian).
12. Petrenko D.P. *Stressy v period pandemii Covid-19 i posle neyo* [Stresses during and after the Covid-19 pandemic] // *Forum molodyozhnoj nauki*. 2021. № 2. S. 60–67. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44939480> (data obrashcheniya: 10.12.2022). (In Russian).
13. Yanickij M.S. *Sistema cennostnyh orientacij lichnosti i social'nyh obshchnostej: strukturno-dinamicheskaya model' i ee primeneniye v psichologicheskikh issledovaniyakh i psichologicheskoy praktike* [System of value orientations of personality and social communities: structural and dynamic model and its application in psychological research and psychological practice]. // *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*. 2020. T. 22, № 1. S. 194–206. (In Russian).
14. Yacevich O.E., Yudashkina V.V., Tkacheva N.A., Shabatura L.N. *Sociokul'turnaya aktivnost' vo vremya pandemijnyh ogranichenij: opyt Germanii* [Sociocultural activity during pandemic restrictions: German experience] // *Russian Economic Bulletin*. 2022. T. 5, № 2. S. 56–62. (In Russian).
15. Bourdieu P. *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. London: Routledge, 1984. 450 s. (In English).
16. Carter S. J., Baranauskas M. N., Raglin J. S., Pescosolido B. A., Perry B. L. *Functional Status, Mood State, and Physical Activity Among Women With Post-Acute COVID-19 Syndrome*. *Int J Public Health*. 2022. URL: <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604589>. PMID: 35755951; PMCID: PMC9218064. (data obrashcheniya 28.05.2023). (In English).
17. Cockerham W., Rutten A., Abel T. *Conceptualizing contemporary health lifestyles: moving beyond Weber* // *The Sociological Quarterly*. 1997 Vol. 38. (In English).
18. Meier K., Glatz T., Guijt M.C., Piccininni M., van der Meulen M., Atmar K., et al. *Public perspectives on protective measures during the COVID-19 pandemic in the Netherlands, Germany and Italy: A survey study*. 2020. *PLoS ONE* 15(8): e0236917. URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236917> (data obrashcheniya 12.06.2023). (In English).