ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

фЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТвЕННОЕ Бюджетное ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«Санкт-Петербургский государственный университет»



**Галацан Арина Вячеславовна**

**Выпускная квалификационная работа**

**«Трансформация пищевых практик у иногородних студентов»**

Уровень образования: бакалавриат

Направление «Социология»

**Научный руководитель:**

к.с.н., доцент кафедры культурной антропологии

и этнической социологии СПбГУ

Ивлева Ирина Владимировна

**Рецензент:**

Смелова Алена Андреевна

к.с.н, доцент кафедры экономической социологии

Санкт-Петербург

2022

**Оглавление**

[**Введение** 3](#_Toc103686176)

[**Раздел l: Теоретические и методологические основания исследования** 8](#_Toc103686177)

[1.1 Концепция практик в социальных науках 8](#_Toc103686178)

[1.2. Пищевые практики в социологических исследованиях 15](#_Toc103686179)

[1.3. Образовательная и социальная мобильность у студентов 20](#_Toc103686180)

[**Раздел II. Эмпирическая составляющая исследования** 23](#_Toc103686181)

[2.1. Разработка и дизайн исследования 23](#_Toc103686182)

[2.2 Анализ эмпирических данных 26](#_Toc103686183)

[2.3. Выводы 44](#_Toc103686184)

[Заключение 47](#_Toc103686185)

[Список литературы 49](#_Toc103686186)

[Приложение 53](#_Toc103686187)

# **Введение**

За последние десятилетия становится понятно, что гастрономические привычки людей, которые являются центром внимания в исследованиях социологии и антропологии питания, имеют гораздо более широкое значение, чем предполагалось. Теперь практики питания изучаются не только социологами и антропологами, но и служат объектом исследований для психологов, экономистов, маркетологов. Все это указывает на то, что пища является сложным феноменом, требующим более глубокого изучения. Возникает такое исследовательское направление как «Food studies». Хотя точного аналога в русском языке для этого термина не существует, можно интерпретировать это как «исследования пищи».

Безусловно, в социальной антропологии существует масса важных проблем, связанных с социальными практиками. Этничность, родство, самоопределение личности и др. Однако, по моему мнению, практики питания являются значимыми, даже если на первый взгляд определяются как рутинные. Еда и все, что с ней связано, занимают базовое место в пирамиде потребностей Маслоу[[1]](#footnote-1). Думаю, многие готовы согласиться с фразой: «Не всякий глубоко философский или этический вопрос хочется обсуждать на голодный желудок.»

Но дело не в базовом голоде, а в том, как еда конструирует нашу социальную реальность, как формирует и влияет на наше эмоциональное состояние, как пищевые практики оказывают влияние на других своих сородичей – на иные социальные практики. Социология питания[[2]](#footnote-2)(или социология еды) говорит о многих исследовательских вопросах, связанных с тем, как мы реализуем свои пищевые практики, и какое место в нашей жизни они занимают. Стрелка между пищевыми практиками и теми, кто их реализовывает (индивидами) – двусторонняя. Пищевые привычки формируются и трансформируются (из уже сформированных) во что-то новое под влиянием множества факторов: экономических, социальных, психологических и т.д. Однако, в свою очередь, сами практики оказывают на людей не меньшее влияние, что и делает эти «отношения» «взаимовлияющими».

Однако, есть ли какая- то корреляция между социальными группами людей, их социальными статусами и их привычками питания? Однозначно сказать сложно. Каждый «пищевой» опыт – индивидуален. Каждые несколько лет, особенно в первые годы жизни, человек проходит через глобальные изменения, которые трансформируют его личность, его быт, его повседневность. Наиболее сильным таким изменениям, на наш взгляд, подвергается студенчество.

Бывшие школьники не только обретают новый социальный статус, становясь полноценными членами данной социально-демографической группы, но и также многие из них сталкиваются с абсолютно новой социальной реальностью, следствием которой является переезд из одного города проживания в другой с целью получения образования.

Иногородние студенты – это полноценная социальная группа, которая сталкивается с настоящим жизненным испытанием в виде формирования новой социальной реальности, результат которого чаще всего заключается в обретении определенного количества навыков, необходимых для функционирования в обществе без каких-либо видимых отклонений. Такая серьезная смена обстановки очевидно трансформирует многие социальные практики студентов, в том числе и повседневные практики питания.

**Целью** данного исследования является выявить, как именно трансформировались пищевые практики студентов-выпускников с момента смены жительства. Выявить, какие факторы оказали на это большее влияние, как они связаны с другими социальными практиками студентов, связанными с разными сферами их жизни.

Таким образом, **объектом** исследования являются иногородние студенты-выпускники. **Предметом** исследования в свою очередь являются пищевые практики у иногородних студентов. Иногородними студентами считаются студенты, которые родились и выросли в России, но переехали после окончания школы в Санкт-Петербург из своего родного города с целью получения образования. Студенты-выпускники – это студенты, которые заканчивают бакалавриат.

Исходя из вышесказанного, возникают следующие **гипотезы**:

1. Повседневные пищевые практики человека напрямую связаны с эмоциональным состоянием человека;
2. Пандемия COVID-19 оказала существенное влияние на трансформацию пищевых привычек индивидов;
3. Современная молодежь воспринимает традиционный формат приготовления пищи как способ «эмоциональной разрядки», особый ритуал, лишенный первоначального смысла – банальное утоление голода;
4. Окружение человека, в частности соседство с другими индивидами, оказывает существенное влияние на трансформацию пищевых практик человека;
5. В состоянии «удаленности» от семьи индивиду хочется чаще воспроизводить пищевые практики, которые он реализовывал дома.

Исходя из вышеперечисленного **задачами** исследования выступают:

1. Продемонстрировать теоретические концепции, позволяющие анализировать социальные практики студентов, конструирующие их социальную реальность; продемонстрировать теоретические концепции, которые рассматривают пищевые привычки в дискурсах с точки зрения социологического и антропологического знания;
2. На примере опыта информантов определить, как трансформировались пищевые практики у студентов, выявить основные факторы, повлиявшие на это;
3. Проанализировать гипотезы и определить, какие из них соответствуют действительности в рамках исследовательской работы.

**Теоретическая основа работы**

Теоретическую основу исследования составляют концепция практики П.Бурдье, понятие социальных практик в дискурсе Э.Гидденса, теория структурирования повседневности Ф. Броделя, социальное конструирование реальности Т. Лукмана и П. Бергера, а также свойства социальных практик Г. Гарфинкеля.

**Методология и методика исследования**

Исследование выполнено в качественной стратегии. Основным методом сбора данных было глубинное интервью с информантами. Для проведения глубинного интервью был разработан гайд, состоящий из 7-ми различных блоков, затрагивающих темы пищевых практик. Исследователь встречался лично или созванивался с информантом и проводил интервью. Вся беседа записывалась на диктофон. Важно отметить, что в основе разработанного гайда лежит саморефлексия исследователя о трансформации привычек питания в течение 4-х лет проживания удаленно от семьи, которая находится в другом городе. 4 года отдельного проживания связаны с 4х годичным периодом получения высшего образования в университете. Т.к. исследователь является студенткой-выпускницей бакалавриата, было интересно рассмотреть трансформации пищевых практик именно у студентов-выпускников бакалавриата, т.к. по мнению исследователя практики данной демографической группы наиболее подвержены трансформациям.

В исследовании участвовало 7 студентов-выпускников бакалавриата, сбор данных проходил в период с января по апрель 2022 года.

Такой формат разработки гайда позволил выделить основные факторы, под воздействием которых и произошла трансформация привычек питания. Полученные данные легли в основу эмпирической базы исследования.

## **Раздел l: Теоретические и методологические основания исследования**

# Концепция практик в социальных науках

Повседневная жизнь является самым стабильным компонентом, и при этом она же подвергается изменениям чаще всего, сталкиваясь с огромным количеством влияющих на нее факторов каждый день. В нашей жизни существуют практики, которые кажутся нам совершенно обыденными и повседневными, но при этом любые их изменения в какую-либо сторону сразу же захватывают наше внимание и оказывают определенное значение.

Последние годы использование термина «практики» очень популярно во многих гуманитарных науках, особенно в социологии и социальной антропологии. И по мере того, как социальные практики все чаще становится объектом исследования, становится понятно, что исследования самой по себе повседневности также набирают популярность в научных кругах. Таким образом, ученые как бы выделяют обыденные, повседневные действия в самостоятельную область изучения. Все это позволяет открывать новые подходы к изучению общества с разных сторон, смотря через призму «социальных практик» [Волков, Хархордин, 2008: 16].

Категория «практики» используется не только в словосочетании с прилагательным «социальные». Развитие этой сферы в исследованиях привело к появлению таких словосочетаний как, например, «повседневные практики» или «неформальные практики». Современные социологи и антропологи используют социальные практики как инструмент, способный раскрыть широкий спектр явлений и событий, происходящих внутри общества. Практики можно рассматривать и в рамках исследований «близких» к повседневности, которые затрагивают регулярные действия человеческой жизни, и также они могут быть применимы к событиям широкого масштаба, затрагивающих какие-то глобальные проблемы.

В отличие от социологических теорий, которые стремятся к четкому представлению о поле исследования или к обобщенному теоретическому знанию, изучение практик позволяет сфокусировать внимание на тенденциях. Исследователи, которые работают в сфере теорий практик, пытаются выяснить, как повседневные, обыденные человеческие практики могут оказывать влияние на социальные институты, а также на социальные структуры общества [Шугальский, 2015]. Такие практики как «пищевые» можно с легкостью приписать именно к обыденным, рутинным практикам, однако, на наш взгляд, они оказывают огромное влияние на человеческую повседневность.

В своем труде 1984 года американский антрополог Шерри Ортнер высказалась о том, что, начиная уже с 1980-х годов, такое понятие, как «практика» в словосочетании с прилагательным «социальная» оказывается в центре антропологических исследований. Как считает Ортнер, именно вокруг понятия «социальная практика» начинает выстраиваться новый подход к изучению повседневности [Ortner, 1984: p. 126-166]

К моменту, когда Пьер Бурдье опубликовал «Эскиз теории практики» (1972), сам по себе термин «практика» научному сообществу был еще не слишком понятен. Поэтому вначале представители гуманитарных наук наделили данное понятие скорее символической функцией в науке, нежели какой-то конкретной. Данное понятие помогало раскрыть социальную реальность с более «гуманистической» стороны, чтобы подчеркнуть, насколько важна активная коллективная человеческая деятельность в изменении социальный системы.

Французский социолог Пьер Бурдье рассматривал социальные практики как способность социальных субъектов проверять свои поведенческие акты на соответствие сложившимся представлениям об окружающей действительности. Эти практики определяют образ мысли, а также поведение в обществе среди индивидов в рамках дозволенного и недозволенного, определяют, каким образом будут выстраиваться социальные взаимодействия между ними. Социальной практикой можно считать как целесообразные действия индивидов по преобразованию социального мира, так и каждодневные, привычные поступки, не требующие объяснения и зачастую кажущиеся внешнему наблюдателю лишенными смысла или же нелогичными [Бурдье, 1994: 288].

Пьер Бурдье и его понятие социальных практик

Теория П. Бурдье, конструктивистский структурализм, предполагает, что социальные структуры представляют собой не только рамки и возможности действия, но и то, что обуславливает представления индивидов. Индивиды действуют, производят практики, воспроизводя и изменяя структуры. Здесь практики тоже представляют собой привычные действия, но по характеру спонтанные. Как считает Бурдье, «практика – это все то, что социальный агент делает сам, и с чем он встречается в социальном мире. Следовательно, можно сказать, что практика является изменением социального мира, производимым агентом» [Шматко, 2001: 551]. По мнению П. Бурдье, социальные практики имеют двойственную структуру: с одной стороны, они детерминируются социальной средой, с другой — воздействуют на среду, изменяя ее структуру. Это действия, воспроизводящие привычные, усвоенные и неосознаваемые схемы мышления и деятельности [Шугальский, 2012]. Для описания этих схем Бурдье вводит понятие «габитус» [Бурдье 2001]. Этот термин очень важен для понимания теории социальных практик.

Что же такое габитус? «Габитус определяют как некие устойчивые диспозиции, влияющие на действия индивидов» [Бурдье, 1972: 234]. Габитус — это «система устойчивых и переносимых депозиций». В определении габитуса термин «депозиция» часто заменяется Бурдье на понятие «схема», а габитус определяется как «совокупность схем восприятия, мышления и действия». [Пьенкова, 1996: 28].

Социальные практики в дискурсе Энтони Гидденса

Другой автор, анализирующий «социальные практики» в своих трудах – это Энтони Гидденс. По мнению социолога, «социальные практики – это основа формирования субъекта и социального объекта» [Гидденс, 2003: 15-17]. Все социальные практики так или иначе упорядочены в пространстве и времени, что делает их привязанными к определенному контексту. Также социальные практики формируют социальные структуры. Также, по мнению Гидденса, социальные практики не создаются агентами, а просто постоянно воспроизводятся ими [Гидденс, 2003: 32].

«Согласно нашей теории, предметом социальных наук является не опыт индивидуального актора, и не существование какой-либо формы социетальной тотальности, а социальные практики» [Гидденс, 2003: 40]. Э. Гидденс переосмысляет само понятие «повседневности» через повседневные, общепринятые практики (попросту: рутины), т.е. действия, которые совершаются в ходе повседневной социальной деятельности, и не являются чем-то экстраординарным [Гидденс, 2003: 42].

Ф. Бродель и его структуры повседневности

 Феномен повседневности является достаточно сложной и динамической системой. Сформированный в рамках Школы Анналов, историко-антропологический подход стал ведущим в рамках работ Ф. Броделя, который рассматривает повседневность как часть жизненного макроконтекста людей, охватывающего материальные и нематериальные структуры (психология, ежедневные практики) [Бродель, 1986: 19]. Именно о нематериальных структурах в контексте «структуры повседневности» говорит Бродель в своей работе, потому что, по мнению автора, именно в них реализуются культурные, исторические и психологические сюжеты [Бродель, 1986: 19]. Ментальность людей во многом определяется их образом жизни, а также бытом, привычками, поведением и культурными ориентирами. Ключевое значение имеет понятие «повседневность». История происходит не от случая к случаю, не от события к событию, не от одной формы правления к другой, а ежедневно. Жизнь складывается из огромного числа «мимолетностей», которых люди часто не замечают, настолько они привычны и воспринимаются как «само собой происходящее» или «разумеющееся» [Бродель, 1986: 22]. Именно это значение вкладывает Бродель в ту «базовую» деятельность, которая встречается повсеместно и масштабы которой очень велики. Материальная жизнь, как поясняет Бродель, — это люди и вещи, вещи и люди. Пища и напитки, жилище и строительные материалы, мебель и плиты, костюмы и мода, транспорт и источники энергии, предметы роскоши и деньги, орудия и технические изобретения, болезни и способы лечения, планы деревень и городов — все, что служит человеку, что связано с ним в повседневной жизни [Бродель, 1986: 26].

Системы питания в том числе относятся к структурам повседневности, вокруг них выстраиваются различные институты, направленные на обеспечение удовлетворения этой базовой потребности человека. Поэтому важно рассмотреть роль практик в структурах повседневности как таковой.

Социальное конструирование реальности Т. Лукмана и П. Бергера

Т. Лукман и П, Бергер в своей работе «Социальное конструирование реальности» утверждают, что действия также выступают основой социальных процессов [Лукман, Бергер, 1995]. Таким образом, была создана основа для дальнейшей научной разработки категории социальных практик как совокупности социальных действий акторов.

Однако, важно отметить, что практический акт не может ограничиваться только социальными действиями. В повседневности жизни мы часто сталкиваемся с «рутиной». Это процесс «рутинизации» социальных действий. «Рутина обеспечивает целостность личности социального деятеля в процессе его (ее) повседневной деятельности, а также является важной составляющей институтов общества, которые являются таковыми лишь при условии своего непрерывного воспроизводства» [Гидденс, 2003: 111]. Лукман и Бергер также говорят о человеческой деятельности в повседневности в контексте рутинизации. В уже вышеупомянутой работе ученые также выявляют, что всякая человеческая деятельность может подвергаться «опривычиванию». Лукман и Бергер вводят специальный термин для обозначения данного процесса – habitualization или габитуализация, который предусматривает стабильную основу для воспроизведения человеческой деятельности с минимизацией усилий [Бергер, Лукман, 1995: 89-92]. На это понятие ориентируются многие институциональные исследования с целью изучения реальных практик в обществе. Это затрагивает как деятельность в социальной сфере, так и в других сферах науки [Шугальский, 2012].

 Психологический смысл «опривычивания» заключается в том, что он предопределяет набор действий индивида и освобождает его от необходимости постоянного решения одних и тех же вопросов повседневности, что гарантирует спокойствие, уверенность и стабильность в жизни. Процессы габитуализации предшествуют любой институционализации: «Институционализация имеет место везде, где осуществляется взаимная типизация опривыченных действий деятелями разного рода» [Бергер, Лукман, 1995: 89-90]. Эту мысль можно дополнить словами Гидденса: «…многие характерные особенности обыденных социальных действий теснейшим образом связаны с длительными и масштабными процессами воспроизводства социальных институтов» [Гидденс, 1993: 69].

Опираясь на подходы, описанные выше, говоря о раскрытии понятия социальных практик можно заключить, что на начальном уровне любое действие, совершаемое индивидом в обществе, приобретает значение социального [Шугальский, 2012]. Социальное действие, совершаемое индивидом, начинает повторяться, и повторение действия (то есть стадия «опривычивания») приводит его к трансформации в социальную практику. Также далее оно может выйти уже на последний уровень – высший, институциональный. Таким образом оно уже трансформируется в социальный институт [Бергер, Лукман, 1995: 78, 81].

Формальные свойства социальных практик в понимании Г. Гарфинкеля

Основные формальные свойства социальных практик в понимании Г. Гарфинкеля — это «объяснимость практик, их наблюдаемость и сообщаемость, их рефлексивный характер, когда действия, посредством которых индивиды создают ситуации организованной повседневной деятельности и управляют ими, идентичны процедурам, к которым индивиды прибегают для того, чтобы сделать эти ситуации объяснимыми, а смысл поведения должен быть обнаружен в самом поведении» [Гарфинкель, 2007: 9].

Обобщая основные положения концепций изучения рутинных практик – то есть опривыченных действий, выделим основные элементы, характеризующие понятие «социальная практика» в рамках данной исследовательской работы. В настоящей работе **социальная практика** рассматривается как совокупность конкретных рутинных (опривыченных) действий, которые повторяются каждый день индивидом, группой, общностью, организация в режиме реального времени и пространстве. Эти практики обеспечивают успешное функционирование социальных институтов. Характеристики социальных практик заключаются в нормативности, устойчивости, массовости, воспроизводимости.

# 1.2. Пищевые практики в социологических исследованиях

Говоря о рутинных практиках, в нашем сознании может сразу моделироваться конкретное представление о том, какие это практики могут быть. Зависит, конечно, от того, какие практики называть рутинными, потому что несмотря на четко очерченную границу того, как практики «опривычиваются», многие из них носят для разных индивидом совершенной непохожий характер из-за различий в жизненном опыте.

Однако, есть и такие, которые, безусловно, любой человек назвал бы рутинными, и чаще всего такие практики заключены в нашем бытовом естестве. Например, в питании. Потребление еды — важнейший элемент социальной жизни с момента возникновения общества, играющий важную роль в процессе социализации [Зиммель, 2010] Образцы, ритуалы, привычки питания можно рассматривать как фактор формирования социальной структуры, социального порядка. С социологической точки зрения, питание представляет собой не столько физиологический процесс, сколько деятельность по созданию индивидуальных и социальных смыслов. Это многогранный феномен, он имеет физиологические, культурные, эмоциональные и другие аспекты [Ганскау, Минина, Семенова, Гронов, 2014: 42].

Еда, питание и все, что связано с пищевыми практиками, на самом деле, попало относительно недавно в пространство социологического дискурса в качестве объекта исследования. Исследователи начинают смотреть на пищевые практики и их реализацию под совершенно иным углом. Из-за всплеска интереса к данной тематике ежегодные исследования и публикации в этой сфере растут в геометрической прогрессии. Термин «социология пищи» сочетается в социологических дисциплинах в университетах с такими русскими словами как питание, пища, еда и т.д. Это направление в социологии достаточно новое с исторической точки зрения, сравнивая его с другими объектами, которые являлись ориентирами социологического дискурса ранее. [Носкова, 2015: 50].

Социология питания – это одно из перспективных и востребованных направлений исследований в современной социологии. Ее предмет – пищевые практики, нормы и социальные правила, которых придерживаются люди во время воспроизведения этих практик. [Веселов, 2018].

При изучении данной темы возникают логичные вопросы: почему социологи и социальные антропологи в принципе обратились к этой сфере исследований? Что попадает в поле исследования при рассмотрении этой темы? Какими методами изучать эту тему? Какая в принципе практическая польза от социологических исследований питания? Обо всем по порядку.

Почему исследователи обратили внимание на данную тему?

На мой взгляд, говорить о причинах данного феномена можно достаточно долго, поэтому я бы хотела выделить три основные причины возникновения исследовательского интереса в данной сфере:

Во-первых, думаю, следует говорить о последствиях, связанных с экономической и социальной модернизацией западных обществ, влияние которых распространяется с внушительной скоростью. После двух мировых войн последовало преобразование в практиках питания: развитие экономики, а также мощное увеличение распространения научно-технического процесса привели к тому, что общество от ситуации в рамках «нехватки продовольствия» перешло к ситуации «гастрономического изобилия» [Карпова, 2015]. В рамках этой тенденции начинаются изменения в практиках питания. Социальные трансформации общества приводят к возникновению таких концепций, как например «здоровое/правильное питание», «хорошее питание» и т.д. [Носкова, 2014]

У научного сообщества возникает четкое ощущение того, что пищевые практики все больше теряют привычное физиологическое значение и начинают больше зависеть от социальных привычек. Европейские социологи приходят к выводу, что пищевое поведение современных людей – это сложный и комплексный процесс, который регулируется не только социальными нормами, но и нормами диетическими. Социальные нормы в контексте пищевого поведения рассматриваются как нормы или предписания, принятые обществом, относящиеся к условиям и социальным контекстам приемов пищи: времени, типу, месту и т.д. Диетические нормы – это форма питания, которая поощряется в обществе [Носкова, 2015: 53]. Она подразумевает сбалансированное питание, например, свежие овощи или фрукты, правильный способ приготовления белка, который уменьшает количество потребляемых калорий, но при этом не уменьшает количество полезных макро и микроэлементов продукта. Отказ от большого количества продуктов, содержащих жиры, соли, сахар. Важно отметить, что социальные нормы питания и диетические нормы питания иногда могут вступать в конфронтацию между собой. Особенно ярко это заметно на фоне всплеска популярности такого феномена как «Body positive»[[3]](#footnote-3).

Во-вторых, еда становится модной темой для публичного обсуждения. Научно-технический прогресс позволяет людям обмениваться культурами своих стран каждый день через СИК (система интернет-коммуникаций). Помимо прочих элементов культуры, одной из важнейших ее составляющих является именно кухня культуры [Носкова, 2015: 55]. Также, с развитием телевидения и интернета, возникают различные телешоу или интернет-блоги о еде, которые исполняют много функций для людей в их социальном пространстве. Они могут быть как индивидуальным жизненным пособием, так и просто быть частью хобби, оказывать терапевтическое воздействие [Носкова, 2015]. Журналистика в том числе раскручивает и подогревает интерес общественности к питанию, его воспроизводимости в различных практиках. В повседневной жизни также появляется эстетический взгляд на пищу, а также на способы ее приготовления.

И в-третьих, мне кажется, важным аспектом здесь также является методологический и теоретический сдвиг в современной социологии. В социологии XX-XXI века происходит «гуманистический поворот» [Кравченко, 2013: 13]. Суть этого поворота заключается в том, чтобы обратить взгляд исследователей на микропроблемы современности и повседневности и придать им не меньшее значение, чем макропроблемам общества. Такое переключение позволяет уловить и прочувствовать изменения в социальных структурах на каждом уровне социологического знания. При обращении к реальным проблемам индивидов, к реализации их повседневных рутинных практик, можно выявить новые потребности людей [Носкова, 2014]. Фокус на питании повышает также и уровень практического применения таких исследований, ведь «пищевые практики» — это не что-то абстрактное, а ежедневные рутинные практики, которые начинают конструировать повседневность.

Что и как исследуют социологи, изучая практики питания?

Сегодня социология еды (sociology of food) демонстрирует широкий спектр в своих теоретических подходах, методах исследования, эмпирических фокусах. В социальной науке упор в исследованиях делается на то, какую роль играет питание в повседневной жизни современного человека, как эти практики реализуются, какие факторы на это влияют – словом, как питание организует социальную жизнь людей [Барбарук, 2017].

Во время поиска необходимых материалов для теоретической базы исследования, было просмотрено и проанализировано большое количество научных публикаций на данную тему. Если «типизировать» такие публикации по направлениям, то среди работ выделяются следующие общие направления в исследованиях:

- различия в пищевом поведении у мужчин и женщин;

- выбор продуктов питания, пищевые предпочтения;

- различия пищевых привычек у разных экономических слоев населения;

- изменения в потребительских практиках у различных социально-демографических групп;

- отдельные исследования различных тенденций в питании как отдельные феномены: «правильное питание», «вегетарианство», «веганство», «фрукторианство» и т.д.;

- основные факторы влияния на привычки питания: «информационный шум»: мода, реклама, журналы и т.д.

Особую роль для социологического изучения еды и питания играет методологический подход, предложенный П. Бурдье и связывающий стили жизни и потребления с социальной структурой общества [Захарова, 2005]. Еда «различает» людей, делит их на группы и категории. Привычки питания могут сказать многое о человеке. То, как человек ест, что он ест, какие у него в общности сложились пищевые привычки можно судить об общественной позиции человека, его взглядах и убеждениях. Это то, что П. Бурдье относит к габитусу. Регуляция питания создает в коллективном сознании связь между «мной» и «другими», создает идентичность группы. [Веселов, 2018: 183].

Итак, в рамках данного исследования **пищевые практики** представляют собой совокупность ритуалов, правил и норм пищевого поведения у индивидов, регулируемых социальными и диетическими нормами. Также важно отметить, что в рамках исследования рассматриваются не только практики потребления пищи, но и практики ее приготовления, т.к., на наш взгляд, не очень продуктивно рассматривать практики питания в отрыве от практик приготовления пищи.

Любые практики индивидов, в том числе и рутинные, подвергаются изменениям под влиянием группы факторов: экономических, социальных, культурных и т.д. В работе также фигурирует такой термин как **трансформация** пищевых практик, что подразумевает под собой изменения, которым подвергаются практики питания из-за воздействия внешних и внутренних «раздражителей» ⸺ группа факторов, которые приводятся выше.

# 1.3. Образовательная и социальная мобильность у студентов

Несмотря на очевидное доминирование феномена социологии еды в данной работе, в ней также рассматривается такой важный социологический процесс как социальная и образовательная мобильность у студентов.

Отечественное высшее образование в лице региональных вузов за последние несколько десятилетий сталкивалось с принципиальным изменением внешней среды под влиянием процессов глобализации: если в советский период они конкурировали с территориально близкими вузами за абитуриентов, то с введением ЕГЭ их прямыми соперниками в борьбе за выпускников областных школ стали ведущие российские (прежде всего столичные) университеты [Музычук, Анохов, Зыкова, 2018: 481].

В данной работе объектом исследования выступают именно студенты-выпускники, которые также владеют статусом «иногородние». Под **иногородними студентами** в данной работе понимается социально-демографическая группа студентов, которые после окончания школы переехали в Санкт-Петербург из другого города с целью поступления в Университет и дальнейшего получения высшего образования в рамках учебной программы «бакалавриат». Важно отметить, что студенты из рассматриваемой социально-демографической группы не имеют возможности навещать родных в другом городе, например, каждые выходные. Предполагается, что родной город или другой населенный пункт индивидов находится в относительном удалении от Санкт-Петербурга.

Под термином **социальная мобильность** в работе понимается процесс изменения социального статуса индивидов из позиции «школьник» в позицию «студент». В рамках работы данная социальная мобильность рассматривается в качестве вертикальной. Несмотря на то, что и статус школьника, и статус студента часто рассматриваются в качестве обобщенного статуса «учащиеся», переезд в такой культурный центр, как Санкт-Петербург, с целью получения высшего образования является престижным. Вертикальная мобильность предполагает под собой именно продвижение по карьерной лестнице, что подразумевает под собой престиж, личностный успех. Поэтому данная социальная мобильность рассматривается не только как вертикальная, но и еще как восходящая.

Под **образовательной мобильностью** понимается любое изменение образовательного статуса либо социальным субъектом, либо социальной группой.

Причины, по которым вчерашние школьники покидают родные города могут заключаться не только в престиже. Динамика социально-профессиональной мобильности во многом определяется социальным самочувствием человека [Кузнецов, 2015]. Неудовлетворенность своим социальным статусом, местом проживания, поиск своего признания приводят к желанию смены места получения образования, региона проживания и, возможно, дальнейшего места работы. Многие студенты, получив степень образования в одном из ВУЗов города, остаются в нем для поиска работы и дальнейшего профессионального и личностного роста, даже не рассматривая варианты возвращения в родной населенный пункт.

# **Раздел II. Эмпирическая составляющая исследования**

# 2.1. Разработка и дизайн исследования

Изучение трансформации пищевых практик в данной работе представляет собой не только научный, но и глубоко личный интерес, т.к. дизайн исследования разработан на основе саморефлексии исследователя. Исследователь также является иногородней студенткой, пищевые практики которой претерпели сильные изменения после переезда.

Мы предполагаем, что переезд из родного места проживания в совершенно иную среду – это настоящее испытание для бывшего ребенка – новоиспеченного студента. За 4 года обучения в бакалавриате вокруг индивида может сформироваться совершенно иная социальная реальность или, во всяком случае, некоторые ее сферы могут претерпеть серьезные изменения.

Для проведения глубинного интервью был разработан гайд, включающий вопросы о пищевых практиках информантов. Важно отметить, что перед тем, как разработать гайд, была написана саморефлексия, в процессе которой были выделены группы факторов, оказывающие влияние на трансформацию привычек питания. На основе этих факторов были выделены основные блоки интервью, результаты которого должны раскрыть тему трансформации пищевых практик у иногородних студентов.

Все интервью проводились в формате онлайн-беседы, интервьюер созванивался с информантом, иногда с использованием видео-связи. В этот момент все информанты находились дома, в комфортной для них обстановке, в хорошем расположении духа. Размеры интервью по времени варьируются от 40 до 75 минут. Интервью записывалось на диктофон, затем транскрибировалось и подвергалось кодированию в программе ATLAS.ti, а затем также подвергалось личной интерпретации исследователя. Период сбора данных: январь – май 2022 года.

Сведения об информантах

В исследовании приняли участие 7 студентов-выпускников высших учебных заведений Санкт-Петербурга: среди них студенты СПбГУ, студенты ИТМО, студенты СПГХПА им А.Л. Штиглица и также студенты ЛГУ имени А.С. Пушкина. Среди специальностей они делились на технические, творческие, социальные и естественно-научные. У исследователя не было цели рассматривать студентов какой-то конкретной специальности, направления или университета. Важнейшим фактором в исследовании является курс обучения информанта, а также его статус «иногороднего». Важно отметить, что при анализе данных также используется саморефлексия исследователя в качестве автоэтнографии.

Анализ данных

Как уже говорилось выше, гайд для интервью поделен на смысловые блоки, на основе которых формируются категории для анализа полученного эмпирического материала. Некоторые вопросы из блоков переплетаются между собой или отсылают к другим блокам.

В процессе анализа данных был использован метод открытого кодирования. Каждой фразе информанта в интервью был присвоен определенный код, согласно определенной категории, во многих случаях эти коды пересекались. Помимо кода, для каждой цитаты формулировались комментарии, резюмирующие сказанное информантом.

После окончания процедуры кодирования, был проведен качественный анализ данных. Были выделены следующие категории для последующего анализа.

Категории для анализа

1. **Практики питания до переезда**: в данном блоке интервьюер спрашивает информантов о том, какими были практики питания до переезда из родного города. Они включают в себя вопросы о том, с кем жил информант, какие блюда готовились внутри семьи, кто и как реализовывал практики питания, были ли какие-то традиции или обычаи внутри семьи, которые обязаны были соблюдаться;
2. **«Постоянный желтый ценник»**: данный блок раскрывает то, как информанты распоряжаются материальными средствами, какими стратегиями они руководствуются, когда закупают продукты питания в магазинах, а также, как они распоряжаются финансами, когда речь идет о покупках «любимой, вредной» пищи;
3. **«Еда на вынос»**: данный блок раскрывает отношение информантов к процессу приготовления пищи, также он помогает понять, как часто информанты пользуются услугами доставок еды, какой формат питания кажется информантам наиболее предпочтительным (домашней еды или готовой), много ли информанты тратят на последнюю материальных средств;
4. **«Подражание семейной традиции»**: данный блок помогает раскрыть отношение информантов к «домашней» кухне, есть ли какая-то динамика в отношении к ней, из этого же блока становится понятно, по каким причинам у информантов может чаще возникать или не возникать желание воспроизводить домашние семейные практики питания;
5. **«Влияние ковида»**: этот блок раскрывает, какое влияние оказала пандемия на пищевые практики информантов и оказала ли вообще, увеличивались или уменьшались ли материальные траты на пищу, появились ли практики взаимодействия с едой как с «утешительной»[[4]](#footnote-4);
6. **«Совместное проживание»**: блок, раскрывающий практики «соседства» информантов. Показывает, как трансформируются пищевые практики в процессе сожительства с другими людьми, как еда сближает или наоборот разъединяет людей, служит ли она «социальным клеем» для них;
7. **«Эмоциональный стрим»**: блок, основанный исключительно на саморефлексии исследователя. Появление новой практики приема пищи через видео или аудио-звонок с близким человеком, находящимся в другом городе или не имеющим возможности приехать/встретиться вживую. Через интернет-коммуникацию создается «эмоциональный коридор», который симулирует совместный прием пищи или ее приготовление в очном формате. Это практика, которая, как мы предполагаем, могла появиться во время распространения пандемии на фоне других практик, которые из «офлайн» перешли в «онлайн». Блок показывает, существует ли такая практика в принципе у информантов, как она реализуется, с какой частотой, что побуждает информантов к ее реализации.

# 2.2 Анализ эмпирических данных

Анализ полученного материала будет предоставлен по категориям в форме сплошного текста с вставками из некоторых транскриптов интервью.

Практики питания до переезда

Все информанты жили с родителями до переезда. Обычно в семье готовили женщины: мама или бабушка информантов.

«*Всегда готовила мама, никто из мужчин особо [готовкой] не занимался» (Информантка №3)*

*«Я жила с мамой и бабушкой. В основном у нас готовили мама с бабушкой как раз» (Информантка №1)*

Информанты отмечали, что чаще всего питались домашней едой, из блюд сложно выделить какую-то особенную, необычную кухню, непривычную для русской культуры.

*«Много картошки, супы, часто борщ. Ну, не классический украинский, а с капустой, со свеклой, пирожки, блины, пюрешки всякие, макарон как-то практически не было, много что запекали, много что жарилось.» (Информант №2)*

*«То есть обычно это... Как это можно назвать? Это супы, это какое-то горячее, плюс гарнир и это какие-то варианты овощей, термически обработанных, плюс, когда сезон, свежие овощи.» (Информант №5)*

Только один информант выделил отличную от остальных кухню: дагестанскую. Это обосновано спецификой родины информанта – Дагестана.

*«В основном была именно дагестанская кухня: много мяса, например. Блюда жирные, с большим количеством специй, такое готовили в каждом доме в Дагестане, это же национальная кухня» (Информант №6)*

Говоря о каких-то домашних традициях, информанты чаще всего отмечали, что как таковых не замечали. Чаще всего информанты говорили о том, что старшие члены семьи призывали их использовать хлеб в трапезу, но назвать это семейной традицией сложно, скорее это просто рекомендация от старшего поколения. Один информант отметил, что в его семье было принято вместе принимать пищу, если, например, эту совместную трапезу организовывала мама респондента.

*«Но вот ужин мы собирались вместе: мы вместе сидели, мама приготовит, позовет, все пришли, посидели вместе, поели, разошлись.» (Информант №2)*

 Вывод: все информанты жили с родителями до переезда, никто из респондентов не исполнял какой-то особенной роли внутри своей семьи касательно практик питания, принятых в их семьях. Информанты либо готовили самостоятельно очень редко, либо не занимались этим вообще. Вкусовые предпочтения коррелировались с предпочтениями семьи, информанты не придавали практикам питания особое значение в период совместного с семьей проживания.

Постоянный желтый ценник

Для начала было важно понять, какое в принципе место еда занимает в жизни информантов. На вопрос о том, воспринимают ли информанты пищу как физиологическую потребность или форму наслаждения, они отвечали по-разному. В основном информанты отмечали, что действительно любят поесть, однако, не каждый прием пищи приносит им постоянное удовольствие.

«*Большую часть времени это скорее функциональная потребность. Когда у меня начинаются выходные, я могу потратить время на то, чтобы приготовить что-то вкусное.» (Информант №2)*

*«…да, я люблю покушать, и последнее время я кушаю много…» (Информантка №1)*

Одна информантка отметила, что относится к еде осознанно, тщательно выбирая продукты, которые она принимает в пищу.

*«Я отношусь к еде как к базовому кирпичику, на котором строятся моё здоровье, моя внешность, моя продуктивность, сколько лет я проживу, как буду себя чувствовать. Поэтому я отношусь к этому достаточно внимательно, по крайней мере, пытаюсь*.*» (Информантка № 3)*

К вопросам о финансах: было важно понять, научились ли информанты распоряжаться своими материальными средствами, поскольку это одно из самых базовых и необходимых умений для взрослого человека, который живет отдельно от родителей. Все информанты отметили, что в действительности научились планировать свой бюджет, расставлять приоритеты и контролировать расходы.

*«Ну, да. На первом курсе было трудно, потом денег стало больше, распределяться они стали более правильно на все эти вещи» (Информант №4)*

*«Честно, сначала я постоянно неправильно расставлял приоритеты в тратах, а потом приходилось есть одну фасоль с хлебом в общаге целую неделю. Сейчас я уже всегда откладываю НЗ [неприкосновенный запас], чтобы не оказаться в ситуации, когда только гречу можно есть.» (Информант №5)*

 Потребительская корзина информантов зависит не от скидок или акций, как предполагалось, а от постоянного классического набора продуктов. За эти 4 года информанты уже определись с тем, в каких продуктах они нуждаются повседневно, поэтому на них наличие скидок и акций не влияет.

*«Я стараюсь ориентироваться, в первую очередь, на те продукты... Определяю круг тех продуктов, которые меня устраивают, я готов их взять. А уже из них, скорее всего, какие-то будут подсвечены красными ценниками, и тогда я делаю выбор в пользу этого.» (Информантка № 7)*

*«Я бы сказал, что особо не слежу. Раньше как-то прямо следил, а вот сейчас уже нет. Просто беру уже все, что я хочу.» (Информант №2)*

Раз уж мы рассматриваем пищу не как базовую потребность, а как особый социальный феномен, который конструирует социальную реальность, можно предположить, что информанты делят пищу на категории, например, «необходимая базовая корзина» и «вкусности» -- разновидность еды, которая необходима исключительно для эмоциональной поддержки, а не для утоления голода. Мы спросили информантов, есть ли у них в принципе такая практика: баловать себя? Все информанты дали однозначный положительный ответ. Чаще всего это что-то сладкое, калорийное или жирное. На вопрос насколько особенным должен быть повод для такого небольшого подарка для себя, информанты отмечали, что не считают, что должны заслужить что-то подобное.

*«Я не могу сказать, что воспринимаю это как презент» (Информант №2)*

*«Вообще повода не должно быть. Что, мне нужен повод, чтобы себя порадовать, что ли?» (Информантка №3)*

*«Я просто поднимаю себе этим настроение, это ведь не какая-то огромная трата, просто милый презентик для желудка и для души. Я их даже храню в отдельном шкафу. Если я хочу чего-то вкусного для себя – я не буду ждать тысячу лет, пока «Лента» на него красный ценник повесит.» (Информантка №7)*

Таким образом, можно сделать вывод: студенты-выпускники научились грамотно распределять финансы в процессе отдельного проживания, при этом они сформировали четкую потребительскую корзину, которая соответствует их желаниям и финансовым возможностям. Нельзя утверждать, что при формировании потребительской корзины цены на продукты не играли никакой роли: как раз наоборот. Но при этом за прошедшие годы у информантов сформировалось четкое представление о том, продукты какой ценовой категории они могут себе позволить, а какие – нет.

 Когда заходит речь об эмоциональном поощрении для себя через практики покупок каких-то особых продуктов, информанты не обращают особое внимание на цену и не ищут веского повода, «чтобы порадовать себя» — это естественная практика.

Еда на вынос

Для начала было важно понять отношение информантов к приготовлению пищи в принципе. Отношение к процессу приготовления пищи у респондентов разделилось на два «лагеря»: те, кто положительно отзываются об этом, и те, кто стараются всячески его избегать.

*«Я не люблю готовить. Это не мое, ну вообще нет. Если бы можно было совсем не готовить – я бы всегда питалась чем-то, что приготовили за меня.» (Информантка №7)*

*«К каждодневной — плохо, а вот к нерегулярной, когда есть настроение, когда есть время на это, тогда отношусь положительно» (Информант №4)*

 Однако, для тех, кто отмечал, что действительно любит готовить, важнейшим фактором выступает время, которое при этом тратится. В представлении респондентов приготовление пищи – это медитативный процесс, который должен помочь отвлечься от бытовых забот, а также расслабить их.

*«Люблю, потому что это успокаивает, это приводит мысли в порядок. Чем мне это особенно нравится, [так это тем, что] у тебя, когда ты готовишь, есть какая-то конкретная достижимая цель.» (Информантка №3)
«Для меня это как медитация. Я отключаюсь от всех окружающих вещей, включаю музыку, и просто занимаюсь тем, что слежу за едой, готовлю ее. Потом получаю эстетическое удовольствие*.» (*Информант №2)*

*«Так или иначе у меня всегда есть возможность купить что-то готовое, что не требует много сил и времени, поэтому если я что-то готовлю – это всегда для души, для себя, моя кухонная терапия.» (Информант №5)*

Однако, несмотря на осознанный взгляд на такой рутинный процесс, как приготовление пищи, информанты реализуют практики «готовой еды» довольно часто, и при этом отлично друг от друга. Это зависит от того, что респонденты считают готовой пищей.

*«Я заказываю готовую еду где-то раз в неделю точно. Это не всегда что-то конкретное, просто я могу себе это позволить, а не готовить, например, лень. Еще покупаю готовую еду в супермаркете часто – меня ее качество вполне устраивает.» (Информант №5)*

*«Постоянно покупаю что-то в магазинах готовое рядом, мониторю всякие акции, скидки, купоны, коплю бонусы «СПАСИБО», чтобы их потратить на доставку. Я обожаю готовую еду». (Информантка №7)*

Интересным считаем отметить тот факт, что два респондента упомянули, что не уделяют особое внимание доставкам еды на дом или покупкам готовой продукции из супермаркетов. Но при этом они часто практикуют «еду вне дома», потому что для них становится важным не только факт того, что для них кто-то эту пищу приготовил, но и также атмосфера заведения.

*«Я получаю большее удовольствие, когда я прихожу в ресторан и там ем, а тут скорее способ утолить голод [речь о доставке еды или покупке готовой из супермаркета]». (Информант №2)*

*«Еда, которую кто-то за меня сделал, — это хорошо, если я пришла в заведение, села там, заказала её, там атмосферно, там какая-нибудь музыка, вот я её съела. Если заказывать себе [домой] или брать с собой, что потом съесть её в другом месте... Не знаю, почему я так не делаю». (Информантка №3)*

 Также информанты отмечали, что не жалеют о тратах на такие доставки или покупку готовой продукции, это мотивировано тем же, что и отсутствие жалости к тратам на специальные «особенные» продукты, о которых говорилось в блоке об экономии.

 На вопрос, что хотелось бы респондентам изменить в их практиках: больше готовить или больше покупать готовой пищи, все информанты, кроме информантки №7, отметили, что хотели бы больше готовить.

*«Я бы хотела больше работать, чтобы больше тратить денег на готовую еду и совсем забыть о ежедневной готовке.» (Информантка №7)*

Можно выделить следующее: информанты воспринимают практики приготовления пищи как ритуал или медитативный процесс, а вот практики покупки готовой еды скорее приобретают рутинный характер, то есть практики по своему социальному значению фактически меняются местами. И, возможно, именно по этой причине большинство информантов хотели бы начать больше именно готовить, т.к. этот процесс ассоциируется у них с чем-то приятным и спокойным, не требующим спешки. Также одна информантка упоминала, что предпочитает формат готовой пищи по той причине, что ей неудобно готовить на общей кухне в общежитии, однако, когда в ее комнате появилась переносная плитка – она стала чаще реализовывать практики приготовления пищи, т.к. для этого появилась комфортная среда.

Подражание семейной традиции

 В данном блоке важно понять, влияет ли удаленность от семьи на пищевые практики респондентов, и каким образом это происходит.

Большая часть информантов (6 из 7) отметили, что их отношение к процессу приготовления пищи действительно подверглось трансформации за несколько лет отдельного от родителей проживания. Процесс приготовления пищи либо стал приносить больше удовольствия, либо отношение к нему стало более осознанным, либо неприязнь практически сошла на нет.

*«Может показаться, что я ненавижу готовить, но это не так. Я, конечно, уже говорила, что хотела бы полностью перейти на готовое питание, но сейчас я задумалась об этом и…я не ненавижу готовить, во всяком случае, больше нет. Как-то терпимее стала к этому относиться, что ли…надеюсь, я не слишком себе противоречу?» (Информантка №7)*

*«Появилось вообще осознание, что такое готовка, что мне в ней нравится, что не нравится. По сути, у меня в жизни появилась новая социальная практика.» (Информант №6)*

Исключением стал информант №4, который перенес отношение к приготовлению пищи без изменений:

*«…нет, не поменялось. Потому что я могу видеть, что моё отношение к готовке похоже на отношение к готовке моих родственников, в том числе моего отца. Он, наверное, так же относится к этому, как какому-то небольшому событию, и готовит нерегулярно. Я отношусь к этому так же.»*

Было важно понять, пытаются ли информанты воспроизводить какие-то «домашние» блюда, что их к этому мотивирует, и нужен ли для этого особый повод.

Информанты отмечали, что такое желание возникает, и возникает оно вне зависимости от того, есть ли для этого какая-то причина или нет.

*«Вот... Блюдо вызывает исключительно тёплые воспоминания, и я не знаю, что меня останавливает, я бы его и здесь готовил». (Информант №4)*

*«Но когда есть силы и желание, потребность что-то приготовить, я могу ориентироваться на то, что было до этого, что чаще появлялось на столе у нас дома.» Информантка №1*

*«Иногда меня захлестывают воспоминания, и мне хочется приготовить что-то из маминой стряпни, как будто я снова дома живу. И я беру и готовлю. Сразу появляется чувство принадлежности к чему-то, что так далеко от меня: моя семья.» (Информантка №7)*

Однако, среди информантов было два человека, которые никаким образом не воспроизводят семейные блюда. Однако, причины разделились. Информант №6 не может готовить домашние блюда в своей бытовой практике.

*«Здесь [в Санкт-Петербурге] мясо совсем другое на вкус, а дагестанская кухня очень специфичная, богатая на мясо. Мне просто не нравится вкус местной говядины и курицы, свинину я не ел никогда, потому что в Дагестане религия – Ислам. Так что мне просто не из чего готовить плов, например». (Информант №6)*

*Здесь же: «…иногда мама мне присылала тесто и специи посылкой, это были те самые продукты, которые здесь нигде не найти. И я из таких продуктов что-то готовил. Но ведь мясо, например, она прислать мне не сможет посылкой, поэтому я по-прежнему не могу готовить домашнюю кухню в Петербурге, ем ее только, когда возвращаюсь в Дагестан.»*

*«Нет, вообще нет». (Информантка №3) – на вопрос, воспроизводила ли она когда-либо практики домашней кухни и хотелось ли ей этого в принципе.*

Подведем итоги: отношение к процессу приготовления пищи у информантов стало более осознанным, терпимым, стало приносить удовольствие. В ситуации отдельного проживания от семьи, респондентам хочется воспроизводить домашние блюда, чтобы прочувствовать ощущение домашнего уюта и тепла, которого они лишены из-за расстояния между информантами и их семьями. Однако, не всегда эти практики реализуются только из-за сантиментов, информант может просто не располагать большими знаниями в сфере кулинарии, поэтому воспоминания о домашней пище – это единственный его поварской ориентир, который кажется знакомым и проверенным.

Влияние ковида

Пандемия стала катализатором огромного количества социальных изменений, задев практически все сферы общественной жизни. Поэтому было так важно выяснить, есть ли какие-то изменения в пищевых практиках у респондентов под влиянием пандемии. Пандемия повлияла также на работу общепита в целом: рестораны и кафе работали только «навынос», а некоторые и вовсе были закрыты на некоторое время.

На вопрос, повлияла ли как-то пандемия на пищевые практики информантов, на удивление исследователя, все информанты ответили, что не заметили каких-то особых изменений. Только один респондент отметил, что такие изменения произошли, но они связаны не с социальными или эмоциональными трансформациями, а исключительно с физиологическими.

*«Я перестал есть вареные яйца, некоторое мясо, лук, еще какие-то овощи. На самом деле, меня это расстроило, потому что раньше я часто использовал эти продукты в своем рационе, а теперь меня от них тошнит». (Информант №5)*

Также было интересно узнать, существует ли какая-то динамика в тратах на продукты питания за последние два года, т.к. предполагается, что пандемия могла оказать на это определенное влияние. Это предположение тоже не подтвердилось. Информанты упоминали, что в их тратах на пищу действительно существует динамика, но она связана с экономией или осознанным потреблением.

*«Какая-то динамика есть, но я бы не связал ее с ковидом. Бывают периоды, когда я только готовлю дома, бывают периоды, когда я питаюсь только доставками. Это просто естественный процесс, который не связан напрямую с ковидом». (Информант №2)*

*«Динамика есть, она очевидна, но она не связана непосредственно с пандемией. Она связана с моим образом жизни, с тем, как у меня он настроился, с тем, насколько я была осознанна или не осознанна в отношении того, как я питаюсь». (Информантка №3)*

*«Не думаю, что именно ковид как-то на это повлиял. Я последнее время стала чаще готовить, но это больше связано с тем, что у нас в комнате появилась плитка, и не приходится ходить на кухню. Но ковид – нет». (Информантка №1)*

В рамках исследовательской работы существует и используется термин «утешительная еда». Он предполагает специальный вид еды, который воспринимается информантами не как способ утоления голода, а как способ поднять себе настроение или успокоиться. О похожем уже говорилось выше, во втором блоке: об экономии на пищевых продуктах, однако важно установить, есть ли какая-то корреляция между эпидемией и «утешительной едой».

Однако, как показали ответы респондентов на вопрос об этом, такие практики опять же не связаны с пандемией. Если практики «радовать себя» были у респондента до этого (а были они у всех информантов, как показал анализ ответов) – они такими и остались, без изменений. Один из респондентов отметил, что в принципе страдает от того, что «заедает» стресс, но такие компульсивные переедания преследовали его уже давно, еще до возникновения пандемии.

*«Мне кажется, это больше не пандемия, а то, что я заедаю стресс». (Информантка №7)*

*«Желание [побаловать себя] со мной всю жизнь, мне кажется. То есть именно пандемия на него как-то мало повлияла, потому что в принципе она на мне слабо отразилась, скажем так. Я знаю, что многие люди прям страдали, прям страдали из-за масок, прям страдали из-за стресса, страдали от отсутствия поездок, страдали от учёбы [в дистанционном формате], ещё что-то. На меня особо нет, то есть я как-то более легче это всё воспринимала». (Информантка №3)*

*«Я стал больше покупать такой еды, но это связано с другими стрессами». (Информант №4)*

Итоги: пандемия не оказала существенного влияния на практики еды информантов, она не повлияла ни на их пищевые привычки, ни на желание успокаивать себя чаще продуктами питания, которые могут улучшить эмоциональное состояние. Если какие-то изменения и происходили, то это были какие-то другие внешние раздражители, не имеющие ничего общего с пандемией как таковой.

Это первая категория для анализа, которая полностью не соответствует тем результатам, которые были получены на выходе после написания саморефлексии. Именно то, что пандемия оказала значительное влияние и на пищевые практики, и на практики «утешения» исследователя, мотивировало разработать данный блок в гайде для глубинного интервью, отсюда же возникла гипотеза о том, что эпидемия оказала существенное влияние на пищевые практики студентов-выпускников.

Совместное проживание

Мы предполагаем, что между пищевыми практиками студентов и их окружением[[5]](#footnote-5) может быть взаимосвязь. То есть подразумевается, что окружение человека влияет на его эмоциональное состояние, а также влияет и на его пищевые практики.

У каждого информанта были практики соседства. Это либо практики проживания в общежитии, которые само собой подразумевают наличие соседей, либо практики съемного жилья, но уже с соседом или без него – это частные случаи, которые нужно рассматривать в отдельности.

Все информанты имели опыт проживания в общежитии, некоторые из них уже съехали на съемные квартиры, некоторые нет. Важно отметить, что в рамках исследования рассматриваются не только долговременные соседства, но и кратковременные (от одного месяца). Это уточнение важно для каких-то отдельных случаев среди респондентов.

Важно было узнать, считают ли в принципе информанты, что совместное проживание с другим человеком может влиять на эмоциональное состояние и на пищевые практики.

*«Определенно. Ты очень много времени проводишь с другим человеком. Если тебе с ним некомфортно, то оно точно будет влиять на твое состояние. На твое общее ощущение.» -- о влиянии соседей на эмоциональное состояние»;*

*Здесь же о влиянии на пищевые практики: «Да, у тебя появляются определенные ограничения по еде. В какие-то моменты ты понимаешь, что не хочешь готовить, потому что у тебя там сосед. Что-то ты не будешь готовить, что-то ты не будешь в это время есть. Либо сосед начинает что-то готовить или есть, и у тебя появляется отвращение к этой еде – ты уже никогда не будешь ее есть. Например, из-за запаха.» (Информант №2);*

*«И на пищевые практики влияет. Я чувствую некоторые не состыковки в привычках своего соседа, и важный фактор — то, что я могу их принять, а он может принять мои привычки в пище.» (Информант №4).*

Мы также попросили информантов рассказать, как непосредственно на их привычки питания или эмоциональное состояние повлияло соседство с другими людьми:

*«Из плохого: я не могла есть мясо какое-то время, потому что однажды у соседки стухла говядина в сломанном холодильнике. Это было ужасно. Но если из хорошего, и смотреть на это как-то более широко – то я, например, стала есть гораздо больше овощей, жидкостей [супы], потому что другая соседка постоянно это готовила и угощала нас. Мне нравилось это гастрономическое разнообразие, и я копировала ее поведение на кухне». (Информантка №7);*

*«Как-то я жил с подругой, которая начала веганить [придерживаться практик питания веганство]. Так что я последовал ее примеру – мне вообще-то ничего не мешало, как я уже говорил, я не могу есть местное [в Санкт-Петербурге] мясо, и мне было легко отказаться от него». (Информант №6)*

Информанты говорили больше о том, как трансформировались их привычки питания, нежели о том, какое влияние в глобальном смысле оказал на них опыт проживания с другими людьми в одной квартире/комнате.

Когда мы говорим о пище в данной работе, а также о процессе ее приготовления – мы подразумеваем, что она может служить «социальным клеем» для людей. Ранее мы выяснили, что для информантов процесс приготовления пищи это не рутинная практика, а скорее процесс медитации, ритуал. Было важно понять, используют ли респонденты процесс приготовления пищи как способ выражения своих чувств по отношению к другому человеку (чувства не обязательно романтического характера).

*«У меня есть такое. Если человек мне приятен – мне хочется для него что-то приготовить, чем-то угостить его. У меня был период, когда я жил со своей подругой, мы снимали двушку. Она работала рядом с домом. Бывало, я приносил ей что-то на работу поесть, т.к. я знал, например, что она не выспалась. Когда я хорошо к человеку отношусь – я понимаю, что ему будет приятно, а мне это ничего не стоит, поэтому почему бы и нет.» (Информант №2);*

*«Бывало, когда я специально готовил какие-то блюда дагестанской кухни, для которых, например, не требуется мясо, или у меня были нужные ингредиенты. Я-то уже давно все распробовал, всем насладился. Мне хотелось угостить человека, важного для меня, дагестанской кухней, удивить его как-то.» (Информант №6);*

*«Да-да. Бывало, еще пару раз, когда я еще жила дома, сделать что-то маме с бабушкой – что-то простенькое. Или если я готовила что-то себе, всегда хотелось прибежать к бабушке и сказать: вот, хочешь, бери. И она говорила: нет, у меня от этого живот болеть будет. Но поделиться все равно хотелось. Именно приготовить что-то для кого-то – да, тоже. Вот когда мы с Ильей летом в общаге жили вдвоем, то хотелось очень услышать положительный отклик от человека о еде, чтобы сказали: да, мне понравилось то, что ты приготовила, в том числе какие-то моменты, когда Илья возвращался поздно вечером, были мысли что-то сделать к его приходу, сварить супчик, например. Как будто это делится, что ты готовишь и для себя, и при этом осознаешь, что кто-то еще будет это есть, и тебе хочется, чтобы человек это поел, чтобы ему было приятно.» (Информантка №1);*

*«Такое есть, когда я человека очень люблю, очень уважаю, забочусь о нём, мне хочется ему готовить. Для меня это какая-то вообще максимальная степень близости, потому что я, в принципе, опасаюсь людей кормить своей едой, потому что у меня это один из таких загонов, я знаю, что у людей разные пищевые привычки, разные предпочтения, разные взгляды на то, каким должно быть то или иное блюдо, и я совершенно не хочу того, чтобы человек ел то, что ему не нравится, и не мог мне об этом сказать. Я не хочу, чтобы мне говорили о том, что кому-то не нравится моя еда, потому что меня это очень обидит.» (Информантка №3)*

По мнению информантов, еда также очень помогает сблизиться людям, развеяться и хорошо провести время вместе.

*«Еда — это вообще очень хорошая штука, чтобы как-то радовать людей, настроить их на позитивный лад.» (Информантка №3);*

*«…если я хочу с кем-то сблизиться, я обязательно приглашу его на ужин. Дело не только в том, что, например, девушку, которая нравится, принято приглашать в ресторан. Я очень раскрепощаюсь за едой, так все комфортнее обсуждать». (Информант №5)*

Выводы: становится понятно, что для информантов совместная трапеза – это достаточно интимный процесс, который можно разделить не с каждым человеком. По всей вероятности, из-за того, что процесс приготовления пищи является чем-то большим, чем просто рутинным и каждодневным, приготовить что-то для «другого» — это ценная и сложная практика, через которую информанты выражают свои чувства и привязанности к другим людям. При этом некоторые из респондентов могут болезненно отреагировать на критику их блюд, что опять же объясняется важностью самого процесса с социальной точки зрения.

Эмоциональный стрим

Эта категория анализа основана на совершенно новой практике, которая сформировалась у исследователя. Она представляет собой практики преодоления физического расстояния путем разделения трапезы (или иногда процесса приготовления пищи) с другим человеком, находящимся в другом городе. Это может быть член семьи или любой другой близкий человек.

Для начала нужно понять, существуют ли вообще подобные практики у информантов. На удивление, только три информанта из семи подтвердили, что в принципе сталкивались с подобными практиками совместной трапезы через Интернет. Остальные информанты либо реагировали с удивлением на подобные практики, и удивление в данной ситуации рассматривается скорее в позитивной коннотации, как возможные практики, которые стоит опробовать:

*«Прикольно. У меня такого никогда не было, но это звучит прикольно. Было бы интересно попробовать». (Информантка №1)*

Либо просто отрицательно отвечали на вопрос или реагировали удивленно уже в негативной коннотации, считая, что это попросту странно – смешивать практики пищи и практики общения.

*«Я никогда даже не думал об этом, потому что редко говорю с родителями по телефону. Я вообще редко звоню – обычно звонят мне. Я даже не задумывался, что так можно, звучит странно». (Информант №6);*

*«Нет, никогда. Даже идеи такой не было. Я вообще в принципе никогда о таком не задумывалась и даже не слышала». (Информантка №3);*

*«Нет, это странно и, наверное, нелепо. Почему? Потому что тут как будто совмещаются две практики: одна практика общения, видеосвязь, а другая практика — покушать. Мне кажется, это плохо сочетается». (Информант №4)*

Однако те из информантов, кто сталкивался с подобной практикой, описывают ее скорее как случайную. То есть, заранее у информантов не было цели устроить «интернет-ужин» с близким человеком, чтобы использовать это как сокращение физического расстояния.

*«Да, такие ситуации возникают, но не целенаправленно. Бывает, я сижу ем, мой друг сидит ест – и мы сидим едим и разговариваем [по видео-связи]. У нас и с алкоголем такое бывает. Сидим, пьем пиво по Скайпу». (Информант №2);*

*«Бывают ситуации, когда я обедаю или завтракаю, а мама уже пришла с работы в это время и хочет поговорить со мной. Тогда я ставлю ноут[бук] перед собой, и она смотрит, как я ем, что ем, мы болтаем, разговариваем о всяком. Она тоже что-то приносит, ставит телефон на стол и начинает тоже есть. И получается, что мы едим вместе, но при этом физически разделены. Это всегда происходит случайно, я никогда не думала, что можно заранее такое планировать». (Информантка №7);*

*«Иногда мама звонит во время ужина, мы разговариваем по громкой связи, я в это время тоже сажусь есть». (Информант №5)*

Несмотря на то, что целенаправленно никто из информантов эту практику не воспроизводит, а некоторые даже отнеслись к ней с недоверием, на вопрос, может ли такая практика помочь укрепить отношения между людьми, которые разделены расстоянием, все респонденты в равной степени ответили положительно.

Таким образом, можно сделать следующий вывод: это уже вторая категория для анализа, которая практически не нашла отклика среди повседневных практик студентов. Несмотря на это, среди респондентов нашлись те, кто сталкивался с практиками совместной интернет-трапезы, даже если это было случайное совпадение. Возможно, некоторые из респондентов могут взглянуть по-новому на подобный опыт взаимодействия с близкими после интервью.

# 2.3. Выводы

После анализа данных необходимо еще раз взглянуть на гипотезы для того, чтобы понять, какие из них соответствуют эмпирическим данным исследования, а какие нет.

*Повседневные пищевые практики человека напрямую связаны с эмоциональным состоянием человека*;

Эта гипотеза подтверждается. Анализ качественных данных говорит о том, что информанты по-разному справляются, например, со стрессом: могут заедать его или реализовывать практики приготовления пищи для того, чтобы отвлечься, успокоить себя приятной на вкус, но калорийной, «вредной» пищей, главная функция которой – улучшение эмоционального состояния. Некоторые информанты отмечали, что не чувствуют голода при сильных эмоциональных потрясениях.

*Пандемия COVID-19 оказала существенное влияние на трансформацию пищевых привычек индивидов;*

Эта гипотеза не подтверждена. Ни один из информантов не считает, что какие-то изменения в их питании могли произойти под влиянием пандемии. Если какие-то стрессовые ситуации и происходили, то информанты связывали их с другими факторами, которые никак не касаются эпидемии. Несмотря на то, что эта гипотеза подтверждается только единожды в рамках автобиографии исследователя – это по-прежнему не является показателем того, что гипотеза работает. Это просто частный случай, без какой-то либо закономерности.

*Современная молодежь воспринимает традиционный формат приготовления пищи как способ «эмоциональной разрядки», особый ритуал, лишенный первоначального смысла – банальное утоление голода*;

Эта гипотеза полностью подтверждается. Несмотря на то, что не абсолютное большинство индивидов получают удовольствие от приготовления пищи, каждый из информантов упоминал, что не воспринимает этот процесс в качестве рутинного. Для студентов-выпускников процесс приготовления пищи играет роль медитативного процесса, который успокаивает и расслабляет. Возможно, по этой причине большинство респондентов ответили, что хотели бы преумножить эту практику в своей жизни. Также становится понятно, что помимо «разряжающей» функции, приготовление пищи для студентов является одним из актов заботы о близких людях, способом выразить свои чувства. Этот процесс является достаточно интимным, и для того, чтобы разделить данную практику с информантом, у другого человека должна быть крепкая социальная связь с ним.

*Окружение человека, в частности соседство с другими индивидами, оказывает существенное влияние на трансформацию пищевых практик человека*;

Эта гипотеза также подтверждается. Все информанты отмечали, что чувствовали себя гораздо лучше с «приятными» соседями, возникало желание «разделить трапезу» с человеком, в компании которого респонденты чувствовали себя комфортно. Эта гипотеза частично пересекается с предыдущей гипотезой о трансформации практик приготовления пищи. Именно в условиях совместного проживания у информантов чаще всего возникало желание «угостить» хорошего друга. Также при длительном проживании вместе (например, в общежитии) пищевые практики (как и любые другие бытовые практики) у людей «переплетались». Таким образом, информанты развили в себе новые пищевые привычки, которые распространились на вкусовые предпочтения, на практики приготовления пищи и на формирование «потребительской корзины».

*В состоянии «удаленности» от семьи индивиду хочется чаще воспроизводить пищевые практики, которые он реализовывал дома.*

Эта гипотеза подтверждается частично. Среди полученных ответов, было несколько, которые указывали на то, что респондентам не хочется чаще возвращаться к «домашним блюдам». Тем не менее, ответов, которые указывали на обратное, было получено гораздо больше. Респонденты объясняли это желанием прочувствовать снова домашний уют и тепло, а также мысленно воссоединиться с близкими, от которых оторваны территориально. Также информанты отмечали, что подобного рода практики не имеют под собой какой-то конкретной причины (то есть для приготовления подобных блюд не имеет значения какой-то праздник или другой особенный день) – такие мысли приходят к ним случайно. Они также отмечали, что замечают появление подобных желаний только в последние 1-2 года, что объясняют повышением уровня сентиментальности.

# Заключение

Пищевые привычки и пристрастия формируются в результате взаимодействия многих факторов: физических, психологических и культурных. В настоящее время признается важность психологического отношения к питанию, восприятию данной практики как целостного феномена, который оказывает существенное влияние на конструирование социальной реальности человека.

Представленная работа была посвящена трансформации пищевых практик у иногородних студентов, где пищевые практики рассматривались как социальные практики в контексте повседневности, которые оказывают влияние на социальную реальность индивидов и сами изменяются под воздействием экономических, культурных, социальных и др. факторов.

Базовой теоретической концепцией выступали теория социальных практик П. Бурдье и теория структурирования повседневности Ф. Броделя. Также в работе были рассмотрены и другие теоретические концепции на данную тему.

Итак, первая глава была посвящена рассмотрению теоретических и методологических концепций, которые являются теоретической базой исследования. В ней рассматривались социальные практики в рамках «гуманистического поворота», который предполагает рассматривать человеческую повседневность не только на макро, но и на микроуровне -- таким образом исследователи смогут найти больше ответов на вопросы об изменениях в социальных структурах общества. Также в главе освещается феномен социологии еды, где пищевые практики и все, что с ними связано, рассматриваются как новый предмет, вокруг которого выстраиваются исследования в рамках социологического и антропологического дискурсов. В данных исследованиях практики питания рассматриваются как сложная и структурированная система. Также освещались вопросы, связанные с образовательной мобильностью у студентов, т.к. объектом исследования являются иногородние студенты из других городов, обучающиеся в Санкт-Петербурге.

Во второй главе приведены результаты эмпирического исследования, посвященного трансформации пищевых практик у иногородних студентов. Был проведен анализ глубинных интервью со студентами-выпускниками бакалавриата, переехавшими из родного города в Санкт-Петербург с целью получения образования. На основе анализа были выявлены основные изменения, которые произошли с пищевыми практиками информантов. Также были выделены основные факторы влияния, которые оказали наибольшее воздействие на трансформацию практик пищи.

В заключение хотелось бы сделать небольшое пояснение -- пищевые предпочтения и отказы в еде становятся частью имиджа молодых людей, способом идентификации себя с определённым сообществом, культурой или субкультурой [Носкова, 2014: 62]. Говоря о современных практиках питания студентов, уместно вспомнить классическую метафору «лодка на аллеях парка», которую ввёл в социальную науку известный шведский социолог Пер Монсон. По словам учёного, она описывает «отношение между обществом как упорядоченной структурой, или системой, и действующими в ней индивидами... С одной стороны, все свободны... Но, с другой стороны, индивиды всегда поступают вполне определённым образом» [Монсон, 1994; 32].

# Список литературы

1. Бурдьё П. Практический смысл / Пер. с фр.: А.Т. Бикбов, К.Д. Вознесенская, С.Н. Зенкин, Н.А. Шматко; Отв. ред. пер. и Послесл. Н.А. Шматко. — СПб.: Алетейя, М.: «Институт экспериментальной социологии», 2001 г.
2. Бродель Ф. Структуры повседневности: возможное и невозможное // Бродель Ф. Материальная цивилизация, экономика и капитализм: XV-XVIII вв.: в 3-х т. М.: Прогресс, 1986. Т. 1.
3. Бурдье П. Различение: социальная критика суждения // Экономическая социология . 2005. Т. 6 . № 3 . С. 25-48.
4. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания. – М.: Медиум, 1995.
5. Волков В. В. Теория практик / В. В. Волков, О. В. Хархордин. - Санкт-Петербург: Европ. ун-т в СПб, 2008.
6. Гидденс Э. Устроение общества: Очерк теории структурации.- 2-е изд. - М.: Академический Проект, 2003.
7. Гарфинкель, Г. (2007) Исследования по этнометодологии. СПб. : Питер.
8. Розенберг Н.В. Структурирование культуры повседневности: методологические подходы // Известия ВУЗов. Поволжский регион. Гуманитарные науки. 2010. №2.
9. Шугальский С.С. Социальные практики: интерпретация понятия // Знание. Понимание. Умение. 2012. №2.
10. Шматко Н.А. На пути к практической теории практики. Послесловие // Бурдье П. Практический смысл. СПб., 2001. С. 548–562.д
11. Зиммель Г. Социология трапезы // Социология: теория, методы, маркетинг, 2010. № 4. С. 187–192.
12. Веселов Ю.В. Современная социальная система питания // ЖССА. 2015. №1.
13. Носкова А.В. Питание: методологические подходы к исследованию и повседневные практики // Вестник МГИМО. 2014. №6 (39).
14. Носкова А.В. Питание как объект социологии и маркер социального неравенства // Вестник Института социологии. 2015. №3 (14).
15. Ирина Троцук Социологическая «калорийность»: кулинарное, культурное и пространственное «измерения» еды // Социологическое обозрение. 2018. №1.
16. Карпова Д.Н. Еда как контркультура или движение антикапитализма // Вестник Института социологии. 2015. №3 (14).
17. Фещенко А.В. Инновационный подход в социологии еды: стили питания как фактор социальной структурации // Инновации и инвестиции. 2014. №8.
18. Музычук Т.Л, Анохов И.В., Зыкова В.А. Образовательная мобильность студентов региональных вузов России // Вестник Удмуртского университета. Серия «Экономика и право». 2018. №4.
19. Епихина Ю.Б. Образовательная мобильность и первое место работы // Научный результат. Социология и управление. 2017. №4 (14).
20. Бринев Н.С. Академическая мобильность студентов как фактор развития процесса интернационализации образования / Н.С. Бринев. – Омск, 2004. – С.31-34.
21. Канарш Григорий Юрьевич Мультикультурализм: социальная концепция и социальные практики // Знание. Понимание. Умение. 2011. №1.
22. Карпова Дарья Николаевна Еда: трансформация в электронно-сетевых общностях // Вестник МГИМО. 2014. №4 (37).
23. Антонова Н.Л., Пименова О.И. Гастрономические практики как предмет социологического анализа: направления исследований // Дискуссия. 2016. №2 (65).
24. Т. М. Дридзе Две новые парадигмы для социального познания и социальной практики // Россия реформирующаяся. 2001. №1.
25. Добреньков, В. И., Кравченко, А. И. (2001) Социология : в 3 т. М. : Инфра-М. Т. 3 // Социальные институты и процессы.
26. Иванова Н.А. Социальные практики: условие возможности, сущность и многообразие форм // Вестник ЧелГУ. 2014. №17 (346).
27. Зарубина Н.Н. Трансформации практик питания в современной России: детерминанты // Вестник МГИМО. 2014. №6 (39).
28. Сохань И.В. Трансформации современной гастрономической культуры и тоталитет фастфуда // Экономическая социология. 2013. №5.
29. Ковальжина Л.С. Социальные практики здоровьесбережения и модели поведения студентов в условиях инфодемии covid-19 // Известия вузов. Социология. Экономика. Политика. 2021. №1.
30. Ганскау Е.Ю., Минина В.Н., Семенова Г.И. Гронов Ю.Е. Повседневные практики питания жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области // ЖССА. 2014. №1.
31. Минина В.Н., Иванова М.С., Ганскау Е.Ю. Здоровое питание в контексте повседневной жизни россиян // ЖССА. 2018. №4.
32. Santich B. (1994) Good for you: beliefs about food and their relation to eating habits. Australian Journal of Nutrition and Dietetics, 51: 68-73.
33. Антонова Н.Л., Хафизова В.Р. Город как сцена молодежного активизма: локальные практики в условиях пандемии // Общество: социология, психология, педагогика. 2020. №6.
34. Зайцева А.Т. Повседневность как исследовательская проблема // Вестник Томского государственного университета. Культурология и искусствоведение. – 2013 г. – №2(10). – С. 5-11.
35. Щербаков Г.А. Влияние и последствия пандемии covid-19: социально-экономическое измерение // МИР (Модернизация. Инновации. Развитие). 2021. №1.
36. Корнев В.В. Проблематизация категории «Повседневность» // Известия АлтГУ. 2008. №2.).
37. Сохань И.В. Как исследовать гастрономическое? К вопросу о дефинициях и подходах // Вестн. Том. гос. ун-та. Культурология и искусствоведение. 2013. №1 (9).
38. Кравченко С.А. Становление сложного социума: за гуманистический поворот // Вестник МГИМО. 2013. №6 (33).
39. Дрожжина Н.А., Максименко Л.В. Организация питания студентов // Вестник РУДН. Серия: Медицина. 2013. №1.
40. Ortner Sh. Theory in Anthropology since the sixties / Sh. Ortner // Comparative Studies in Society and History. – 1984. – Vol. 26. – P. 126–166.

# Приложение

Список информантов:

1. Мария, 21 год, студентка 4 курса факультета журналистики СПбГУ. Переехала в Санкт-Петербург 4 года назад из Москвы для получения высшего образования. Снимает квартиру, раньше жила в общежитии ПУНК. Живет с молодым человеком. Постоянной работы нет, материально зависит от семьи.

2) Александр, 23 года, студент 4 курса факультета программирования ИТМО. Переехал в Санкт-Петербург 4 года назад, до этого 1 год жил и учился в Москве. Родился и вырос в Екатеринбурге. Снимает квартиру, до этого жил в нескольких общежитиях с двумя парами соседей: в Москве и Санкт-Петербурге. Живет один. Материальное положение выше, чем у всех остальных информантов, т.к. имеет постоянный стабильный заработок выше среднего.

3) Полина, 21 год, студентка 4 курса факультета теории и истории искусств СПГХПА им А.Л. Штиглица. Переехала в Санкт-Петербург 4 года назад из города Иркутск. Живет в общежитии, одна в комнате. Постоянной работы нет, но есть временные подработки, также высокая социальная стипендия.

4) Владимир, 21 год, студент факультета психологии ЛГУ имени А.С. Пушкина. Переехал 4 года назад из Иркутска. Живет в общежитии ЛГУ, с одним соседом. Есть постоянно низкооплачиваемая работа, также высокая социальная стипендия.

5) Данил, 22 года, студент биологического факультета СПбГУ. Переехал из Иркутска 4 года назад. Снимает квартиру с девушкой, на первом курсе 1 год жил в общежитии ПУНК с двумя соседями. Имеется стабильный низкий заработок, также есть материальная помощь от семьи.
6) Арслан, 21 год, студент факультета социологии СПбГУ. Переехал из Дагестана 4 года назад. Живет в общежитии ПУНК с двумя соседями. Имеет постоянный средний заработок.

7) Кристина, 22 года, студентка физического факультета СПбГУ, переехала из Хабаровска 4 года назад. Первые 2 года жила в общежитии ПУНК с двумя соседками, следующие 2 года (по настоящее время) снимает квартиру, живет одна. Имеется высокая социальная стипендия, низкооплачиваемая постоянная работа, материальная помощь со стороны семьи.

Транскрипты интервью:

Интервью с информантом №3(Полина)

**Интервьюер**: Расскажи, как тебя зовут, сколько тебе лет, где ты учишься и откуда приехала?

**Респондент**: Ещё раз, тебе нужны там ФИО, возраст и всякое такое?

**И**: Да-да-да, это «паспортичка», я её специально всегда записываю, потому что потом, когда транскрипт пишу, я обычно забываю... Ну, то есть у меня много интервью, мне надо все их... Поэтому расскажи кратко о себе, ну, просто «био».

**Р**: Окей. Полина Завьялова, 20 лет. 21 через две с небольшим недели. Учусь в Санкт-Петербургской государственной художественно-промышленной академии имени Александра Людвиговича Штиглица на искусствоведа, специальность теории и истории искусства, четвёртый курс бакалавриата. Приехала [в Санкт-Петербург] из Иркутска, получается, четыре года назад. Сейчас идёт четвёртый год, как я здесь живу. Хотя я провела дома [в Иркутске] за период обучения во время ковида суммарно, получается, наверное, около года, около того. Вот. Ещё какая-то [информация нужна]?

**И**: Нет, это всё. Отлично. Теперь пара вопросов о твоей прошлой жизни до переезда. Расскажи, пожалуйста, с кем ты жила до переезда?

**Р**: С кем? Ну, получается, до... Давай так: до шести лет мы жили с родителями, то есть мама и папа. Потом мама с папой развелись, папа переехал, жил в другом месте, и следующие где-то 11-12 лет жили с мамой и отчимом. Потом отчим маме изменил, они развелись, и отчим съехал. То есть я... До переезда я жила, получается, с ними: с мамой и с отчимом. Он переехал уже после моего переезда, и, когда теперь я возвращаюсь [в Иркутск], мы живём только с мамой. Хотя я часто бывала у бабушек и дедушек.

**И**: Хорошо. Расскажи, пожалуйста, вкратце о своих практиках питания до переезда. То есть часто ли готовили, какая была еда, может, какие-то блюда, сразу которые на ум могут прийти?

**Р**: Всегда готовила мама, никто из мужчин особо [готовкой] не занимался. Но мама сама готовить никогда особо не любила, потому что она это воспринимает, скорее, как необходимую часть забот о членах семьи. Не то что бы это ей нравилось, и если бы ей не нужно было готовить на нас, она бы спокойно себе варила, допустим, кастрюлю супа на неделю и ела его, или тушила капусту каждый день, или вообще не парилась, вообще никак. Но, поскольку она жила не одна и готовила для нас, это, в принципе, всегда была разнообразная полноценная еда — у мамы есть представления о правильном питании, и она, в принципе... И она умеет выбирать качественные продукты, поэтому это всегда было что-то сложное, где был и белок, и овощи и всякое такое. Но в целом она не эксперименталист, она совершенно не занимается выпечкой. То есть обычно это... Как это можно назвать? Это супы, это какое-то горячее, плюс гарнир и это какие-то варианты овощей, термически обработанных, плюс, когда сезон, свежие овощи. У неё есть ряд блюд, какие она как бы чередует через некоторое время. На вскидку вспоминается, опять же, капуста в различных формах, всякая там тоже тушёная, вспоминаются запеканки мясные с картошкой с какой-нибудь, вспоминаются кальмары с овощами. Всё довольно простое, без изысков, но она хорошо готовит. Ещё отмечу, что, поскольку значительно недалеко живут бабушка и дед в деревне, они могут отправлять сумки с едой деревенской, то есть, опять же, и мясо, и овощи, поэтому как бы... Это удобно.

**И**: Хорошо.

**Р**: Я ещё добавлю, что сама я... Бывало такое, что я готовила, допустим... Нет, честно говоря, нет, на мне такой обязанности не было. До того, как я переехала, в принципе, меня готовить никогда не просили, но, если я хотела есть и дома, допустим, не было еды (потому что у мамы такое бывает, что ей лень и она не готовит), я могла сама себе что-то сделать. Но обычно я просто, несмотря на то что я могла, не заморачивалась, делала всё простое: какие-нибудь условные яйца или салат, варила какой-то гарнир, то есть не запариваясь.

**И**: Хорошо. Скажи, пожалуйста, были какие-то особенные привычки, какие-то особенные вещи, которые были до того, как ты переехала, в твоей семье? Например, всегда кушать с хлебом или всегда есть вместе в одно время или всегда ужинать вместе, то есть вот что-то такое, какая традиция, может?

**Р**: Так. Так, это надо подумать чуть-чуть... Да, даже если что-то и было, то, мне кажется, я этому не следовала, поэтому я так вспомнить не могу. Единственное, что приходит на ум, это тот факт, что есть... Как это было: у меня и у мамы у моей есть привычка — ну, по крайней мере, была привычка — есть не на кухне за столом, а, допустим, где-то в зале или в комнате, лёжа. За чтением, за просмотром [телевизора], что-то такое вот. То есть мама и сейчас так делает, я — далеко не всегда. И отчим меня за это очень сильно критиковал, насколько я помню. Честно говоря, это как-то стирается из памяти немножко, но, мне кажется, мне прилетало, если я носила еду в свою комнату, в принципе. То есть мне кажется, меня заставляли на кухне есть, но я не уверена.

**И**: Хорошо. Смотри, это было о прошлом, теперь о настоящем. Первый блок [вопросов] называется «Постоянный жёлтый ценник». Вообще какое место еда занимает в твоей жизни? То есть ты получаешь от неё удовольствие именно или рассматриваешь это, скорее, как необходимую потребность в пирамиде Маслоу?

**Р**: Я отношусь к еде как к базовому кирпичику, на котором строятся моё здоровье, моя внешность, моя продуктивность, сколько лет я проживу, как буду себя чувствовать. Поэтому я отношусь к этому достаточно внимательно, по крайней мере, пытаюсь. Тут я скажу, что, в принципе, моя жизнь, моё устройство жизни цикличное, но эти циклы с каждым прожитым мною годом сокращаются. То есть если раньше у меня мог быть огромный цикл какого-то упадка, апатии, потом какой-то маленький подъём и снова [упадок], то сейчас они довольно быстрые. То есть я долгое время спокойно живу качественно, питаюсь, слежу за этим, всё хорошо, потом вдруг заканчиваются ресурсы, я уставшая, так получается, и ресурса на это не хватает, такое, бывает, продолжается какое-то время, но я знаю, что я снова его [ресурс] восстановлю. Поэтому я довольно много внимания на это на всё обращаю. И [еда представляет из себя] источник получения удовольствия, естественно, тоже. Вот эти периоды упадка, когда много нужно дофамина, когда мозг его требует, ты ешь.

**И**: Хорошо. Расскажи о любимой еде. Может, кухня, блюдо? То, что больше всего любишь.

**Р**: Не знаю, мне кажется, у меня нет чего-то прям любимого. Я люблю еду, которая мне приятна по текстуре, которую приятно жевать. Ещё под эту категорию попадают всякие хлебобулочные штуки, всякая лапша, всякие крупы, которые можно прям пожевать. Я не могу сказать, что это моя любимая еда, но я получаю от неё больше всего удовольствия, наверное. [Еда], которая прям жуётся, текстурная. Так, в целом, любимым блюдом я... Не знаю, я от многой еды получаю удовольствие и не скажу, что есть что-то прям особенное.

**И**: Хорошо. Как тебе кажется, с момента переезда ты научилась грамотно распределять свои финансы, если, например, ты до переезда этого делать не умела?

**Р**: Финансы... Я не могу сказать, что в полной мере научилась, поскольку я не могу сказать, что я склонна к каким-то особо импульсивным покупкам или ещё чему-то, то есть такого в принципе нет. Но прогресс ощутим. Если полтора-два года назад у меня постоянно такое было, что я, допустим, тратила деньги и потом занимала-возвращала-занимала-возвращала в мелких суммах, чтобы дотянуть до стипендии, например, то сейчас такого нет, потому что я заработала себе на большую стипендию и, если надо, я могу подработать. То есть распоряжаться финансами я лучше не стала, у меня стало просто больше финансов. В целом, я не могу сказать, что у меня какое-то расточительное отношение к деньгам, на [бесполезные вещи] я не трачу; даже если покупаю что-то такое, то оно хорошее. Поэтому, в целом, ответ на вопрос: да, умение появилось.

**И**: Хорошо. Вообще часто ходишь в магазин продуктов, именно за покупками продуктов? И расскажи про свою такую «классическую» корзину.

**Р**: Во-первых, зависит именно от моего состояния. Бывает такое, что я буквально неделями не хожу в магазин и не готовлю, ем где-то в заведениях, потому что у меня нет сил, потому что у меня нет энергии на это, потому что, ну, не хочется, всё. Бывает, наоборот, когда я никуда не хожу, ни в какие заведения и ем только еду, которую я сама приготовила. Так что бывает по-разному. В целом, да, довольно часто [хожу в продуктовые магазины], и бывает такое, что я могу ходить и ежедневно и покупать довольно много вещей — просто в один раз ты покупаешь какие-то более основные вещи, а-ля мясо, гарнир, овощи какие-то, в другой день ты заходишь за фруктами и сладким, в третий ты покупаешь что-нибудь [ещё]. Короче, абсолютно по-разному, никакой закономерности нет. «Классическая» продуктовая корзина — это какие-то крупы, разные крупы, это какое-то мясо, мясо птицы, в основном. Иногда покупаю рыбу, иногда покупаю какую-нибудь морскую капусту, хлеб не покупаю. Овощи, салаты, зелень, всё, что угодно, пока позволяют цены. Из фруктов [это] — яблоки, апельсины, виноград, но это более редко. Постоянно ем творог, постоянно ем йогурты, это прям «классика». Если я не знаю, что мне нужно есть, если у меня мало денег, то, скорее всего, я куплю пачку творога или йогурт. Овощи, которые замороженные — фасоль какая-нибудь или смесь овощная. Ну, и на сладкое уходит, конечно, куча денег: это шоколад, это булки, это [пирожные], это что угодно, потому что вроде как нет такой потребности [в сладком], бывает такое, что ты перестаёшь есть сладкое, потому что не хочется, долгое время не ешь, а потом съедаешь одно и всё, и снова «погнали». Да, не без этого. Ну, мне кажется, я всё основное назвала.

**И**: Хорошо. Часто обращаешь внимание на жёлтый или красный [скидочный] ценник в магазине?

**Р**: В целом, я бы не сказала. Например, я знаю, в каком магазине я беру какие виды продуктов. В том же условном «Вкусвилле» я не беру овощи, потому что столько денег у меня нет, но я знаю, что я там могу взять, в принципе, не глядя на ценники, потому что у них довольно постоянные цены. В «Пятёрочке» я могу обратить внимание на ценники, если я хочу себя чем-то побаловать и купить что-то нетипичное [для своего рациона], но не хочу тратить много денег, тогда, скорее всего, я выберу что-то дешёвое. Некоторые продукты я покупаю только по скидкам, потому что на них, например, всегда скидки. В принципе, не смотрю, но если могу взять дешевле, то возьму дешевле.

**И**: Хорошо. То есть всё-таки если так резюмировать: ты стараешься брать больше по акции или ты особо не следишь за этим?

**Р**: Нет, намеренно не стараюсь.

**И**: Хорошо. Про вкусности теперь. Вообще ты часто себя ими радуешь, вот этими вкусностями, и есть ли у тебя такая привычка вообще радовать себя?

**Р**: Привычка есть, привычка сознательная. Есть тема с повышением настроения, то есть если мне [плохо], то нужно съесть кусок торта. Я не могу назвать это каким-то... Бывает такое в связи с [расстройствами пищевого поведения] или ещё что-то, но тогда это обычно неосознанно. Я со своим психологом это как-то обсуждала, она говорит, что, в принципе, если ты это осознаёшь, ты говоришь: «мне нужна эта шоколадка, её сейчас я съем, но потом-то я не буду есть кучу [других] штук», то это более-менее нормально. Вот у меня что-то такое. Я знаю, что мне нужен кусок торта, я его съем, но это не будет компульсивным перееданием или ещё что-то такое. Привычка есть, но в те периоды моей жизни, когда я начинаю больше задумываться о своём организме, скорее всего, когда я начинаю снова заниматься спортом с перерывами, желание [баловать себя едой] как будто пропадает. То есть оно становится меньше, и я нуждаюсь в меньшем количестве [«утешительной» еды]. Сладкое обычно приходит тогда, когда у меня мало энергии, мало сил, нужно как-то подкрепляться, нужно больше того же условного дофамина, больше углеводов организму. То есть когда у меня периоды апатии, скажем так. Когда я более уверенно себя чувствую по жизни, обычно мой мозг так много сладкого не требует. Но вообще я это всё люблю, конечно, я люблю вкус сладкого, я люблю вкус всяких булок, короче, в принципе, очень люблю.

**И**: Хорошо. Насколько особенным должен быть повод, чтобы порадовать себя? То есть это какой-то праздник, это желание себя утешить, это личностный успех, может, или это всегда как-то случайно происходит?

**Р**: Вообще повода не должно быть. Что, мне нужен повод, чтобы себя порадовать, что ли?

**И**: Хорошо. У нас есть новый блок [вопросов], он называется «Еда на вынос». Опять чуть-чуть про готовку, ты уже начала затрагивать эту тему. Вообще любишь готовить? И почему тебе это нравится или не нравится?

**Р**: Люблю, потому что это успокаивает, это приводит мысли в порядок. Чем мне это особенно нравится, [так это тем, что] у тебя, когда ты готовишь, есть какая-то конкретная достижимая цель. Во время процесса ты погружаешься в достижение этой цели и можешь больше ни о чём не думать, то есть параллельно никакие мысли не крутить. Это очень разгружает, как медитация. Медитация — это очень приятно. Плюс, это форма заботы о себе, я уже говорила, что для меня это в принципе очень важно, неотъемлемая часть. И я иногда по таким признакам, если я не могу внутренне как-то своё состояние определить как какое-то плохое или хорошее, я смотрю на то, как у меня обстоят дела: чисто ли в помещении, часто ли я готовлю, что готовлю. Если я вижу какие-то проседания, значит, это повод задуматься о состоянии. Я по тому, что я готовлю, могу легко определить, стоит ли мне обратить внимание на какие-то моменты в моём состоянии, вот такие вещи. То есть если я понимаю, что я не готовила уже неделю, ем какую-то [фигню], это значит, что мне как-то [плохо], надо как-то... [Это —] аргумент в пользу того, что мне реально [плохо], что я это не придумала. Короче да, готовка — это прикольно, это расслабляет, это приятно, иногда скучно, иногда не хочется, но, в целом, это вкусно. Я люблю себя радовать, поэтому, да, как будет возможность, буду готовить классно и постоянно. Мне, в принципе, нравится [готовка] как концепт. То есть домашняя еда, которую ты делаешь сама для себя, — это более качественная еда, чем тебе делают в некоторых заведениях. Именно такая еда, как ты хочешь. Короче говоря, это просто такой показатель качества жизни, что ли, если ты можешь позволить себе готовить постоянно и то, что ты хочешь.

**И**: А вообще часто перекусываешь? На ходу, на работе, на учёбе, во время отдыха? Вот именно какие-то мелкие перекусы?

**Р**: Не знаю, скорее, нет. У меня как-то бывает два варианта: либо это буквально три приёма пищи в день и всё, без перекусов, либо я, наоборот, весь день что-то жую. И ты не можешь назвать это перекусами, потому что это просто какой-то один нескончаемый приём пищи. Что как бы неполезно, но такое бывает. То есть как бы либо это, либо это.

**И**: Поняла. Расскажи, пожалуйста, теперь о своих практиках еды на вынос. Вообще, как часто покупаешь готовую еду и откуда чаще всего: рестораны, супермаркеты? Вот именно еда, которую ты сама выносишь?

**Р**: На самом деле, я так не делаю. То есть если я ем в заведениях, то я ем внутри. Пришла, посидела. Если я у себя, то я чаще всего готовлю. Бывает такое, единственное, что мы можем заказать, когда сидим с подружками, какую-то еду из «Бургер Кинга», из [«Макдональдса»], какую-нибудь лапшу заказать. Но это только в тех случаях, когда мы собрались вместе и мы сидим и нам нужна еда, готовить лень. Сама я так, в принципе, не делаю. Я иногда заказываю продукты в «Самокате». Продукты — да, но готовая еда — нет.

**И**: Хорошо. Тебе это вообще нравится-не нравится? Это, скорее, как нужда, наверное, да, я так понимаю?

**Р**: Заказ еды?

**И**: Да, именно концепция готовой еды, которую кто-то за тебя сделал.

**Р**: Еда, которую кто-то за меня сделал, — это хорошо, если я пришла в заведение, села там, заказала её, там атмосферно, там какая-нибудь музыка, вот я её съела. Если заказывать себе [домой] или брать с собой, что потом съесть её в другом месте... Не знаю, почему я так не делаю. Не то что бы это какая-то нужда или что-то ещё, просто, наверное, это как-то не очень удобно для меня чисто по каким-то физическим характеристикам, что ли. Не знаю, просто почему-то не делаю этого.

**И**: Поняла, хорошо. И всё-таки, как тебе кажется, ты всё-таки чаще что практикуешь: домашнюю готовку или покупку уже приготовленной пищи?

**Р**: Именно из этих вариантов? Потому что, если добавить, что я ем, сидя где-то [в заведении], кофейня...

**И**: Это тоже считается. То есть именно еда, приготовленная твоими руками, и еда, приготовленная не тобой, не важно где.

**Р**: Тогда аще ем приготовленную кем-то. Когда вот в предыдущем вопросе, когда я сказала, что еду, которую кто-то приготовил в тех местах, которые мне нравятся, что-то вот такое. То есть я не так часто готовлю сама, как хотелось бы, и далеко не всегда мне это в принципе комфортно, кажется. Как бы я переплачиваю, но, конечно, это вкусно.

**И**: Тебе бы хотелось что-то в этом поменять? То есть, например, начать чаще готовить или, наоборот, начать есть где-то в приятных тебе местах? Или тебя всё устраивает?

**Р**: Нет, меня устраивает не всё. Я бы хотела сама готовить чаще, я бы хотела, чтобы у меня было больше места для хранения еды. Например, здесь [в общежитии] у меня маленький холодильник, и в него помещается не всё, в нём нет морозилки, есть только охлаждающий отсек, это как бы тоже... Здесь у меня не так много места, не такие условия в принципе, чтобы позволить себе готовить всё, что я хочу. Когда я буду жить на съёмной квартире, у меня будет больше места, больше приборов.

**И**: Понятно, хорошо. Так, с этим блоком [вопросов] мы закончили, начинается новый, четвёртый блок, он называется «Подражание семейным традициям». Как тебе кажется, за эти несколько лет отдельного проживания от семьи, твоё отношение к готовке поменялось вообще и в какую сторону?

**Р**: 100% да и всё в лучшую, более зрелую сторону. Потому что если посмотреть на это на всё как на процесс, то готовка сама по себе никогда не вызывала у меня сложностей. То есть, грубо говоря, если у меня стоит задача приготовить что-то, я просто беру рецепт, делаю, и не было такого, чтобы у меня что-то не получалось или получалось плохо, кроме совсем детства, когда всё не умеешь. То есть каких-то проблем с этим не было, но мне до определённого момента готовка в принципе не нравилась, не приносила удовлетворения, и я ей просто не занималась, например, дома, до переезда. И когда я переехала, я первое время делала что-то, не знаю... Вот сейчас постфактум я понимаю, что это был не лучший выбор блюд, не лучший выбор еды, то есть это были какие-то нелепые, неловкие решения неопытного человека. Это был выбор не самых хороших блюд, может быть, у меня не было в рационе овощей, ещё чего-то. То есть готовка не приносила никакого удовольствия, я готовила, потому что нужно готовить. Потом был какой-то долгий период, когда я ела, наверное, вообще, в принципе, только в заведениях — я говорила, что такое бывает, что я трачу на это деньги и всё. Но в данный момент, сейчас, я от готовки получаю удовольствие, знаю, какая она должна быть, я знаю, как комбинировать, составлять свой рацион, чтобы они были наиболее качественными, цельными, полезными тебе. Короче говоря, отношение изменилось, в лучшую сторону, я просто научилась [готовить], и надо сказать, что я отошла от семейных каких-то концептов в том плане, что мне это никогда подробно не проговаривалось, не объяснялось, что, например, ужин должен быть таким, в нём должно быть то-то, то-то и то-то. В семье, наоборот, обычно такое было, что меня, скорее, гнобили за то, что я много ем, что ем много сладкого, что-то такое. То есть у мамы была концепция, а-ля надо худеть ей самой и всем окружающим. Несмотря на то, что она имеет представление о правильном питании, в принципе, готовит какие-то здоровые вещи, тем не менее, у меня тогда не было понимания того, что эти вещи здоровые, то есть для меня это была просто еда. Это, наверное, главное. Я до переезда и, в принципе, до, может,  последних полутора лет, я в принципе не рассматривала еду как источник веществ, компонентов, которые непосредственно влияют на твоё здоровье. Я вообще еду никак не рассматривала, для меня еда была просто едой. А сейчас благодаря тому, что я много по этому поводу читала, научилась понимать, как это работает, я не могу относится к еде просто как к еде, для меня это — штука, которая непосредственно на меня влияет, поэтому такого в семье не было никогда, мне кажется. У меня в голове это так работает.

**И**: Я так понимаю, что... У меня просто [следующий] вопрос связан с привычками в питании или готовке, которые ты смогла реализовать только после того, как ты уехала. И правильно ли я понимаю, что основная твоя привычка в питании и готовке после того, как ты уехала, заключается именно в том, что ты в принципе начала готовить самостоятельно и планировать свои привычки питания?

**Р**: По сути, да.

**И**: Хорошо. Во время каких-нибудь праздников — любых, Новый год, день рождения, день Святого Валентина, всё, что угодно, — ты стараешься приготовить что-то самостоятельно или ты покупаешь готовую пищу или заказываешь её откуда-то? Не важно, где угодно, в том числе, поход в ресторан тоже считается.

**Р**: Скорее, второе, потому что я не могу вспомнить ни одного случая, чтобы я что-то готовила на праздники сама, вообще ни одного случая не помню. В семье как раз принято готовить на праздники. Даже необязательно меня в это вовлекают, я чаще всего самоустраняюсь от этих процессов, если только не настаивают, но в семье никогда ничего не заказывали. При этом у меня, скажем так, в ценностях, в идеалах — это чтобы я могла готовить [на праздники] или, по крайней мере, не прямо кучи-кучи еды, а, допустим, что-то небольшое испечь или какое-то одно конкретное блюдо. Но это, скажем так, когда-нибудь потом, чтобы было для кого. Концепция приготовить на день рождения стол еды меня вообще не привлекает, [фигня] какая-то.

**И**: Понятно. Бывало ли такое, что у тебя возникало желание приготовить что-то особенное в какой-то особенный день? То, что может потребовать, может быть, много сил, каких-то особенных ингредиентов?

**Р**: Не знаю, в связке с событием — точно нет. У меня бывает желание приготовить что-то необычное, что я до этого не готовила, чаще всего это связано с выпечкой, скорее всего, в тех или иных формах, но никогда до этого это не было привязано к событию, не важно: праздник или моё личное событие, такого не было.

**И**: Хорошо.

**Р**: Стой, сейчас добавлю. Опять же, бывает, когда мы в коллективе с теми же подружками в общаге, тогда бывает. Масленица — значит, мы что-то печём на Масленицу. У нас Хэллоуин, на Хэллоуин мы делали кучу еды разной, вообще было классно. Но это редкие случаи, просто, скорее, по приколу, но сама бы я не стала это делать.

**И**: Ты когда-нибудь пыталась или, может быть, иногда всё ещё продолжаешь пытаться воспроизвести традиционные домашние блюда, которые когда-то готовила твоя семья?

**Р**: Нет, вообще нет.

**И**: Хорошо. У нас есть новый блок [вопросов], называется «Влияние ковида». Как тебе кажется вообще, за эти два года... Когда я писала этот гайд [для интервью] — маленький оффтоп — понятное дело, самой большой проблемой тогда был ковид, поэтому, как вообще тебе кажется, за эти два года эпидемия как-то вообще повлияла на твои практики и как она повлияла, если повлияла, конечно?

**Р**: Вообще никак не повлияла.

**И**: Ага, хорошо, отлично. Можешь немножечко подумать, я имею в виду, ну, не пофантазировать, вернуться в прошлое, как тебе кажется, есть ли какая-то динамика в изменении твоих трат на еду в течение пандемии? То есть, например, когда она только началась, ты больше тратилась на именно готовую пищу, не важно, где она сделана, а сейчас ты, наоборот, чаще готовишь или как-то всё ровно? Это просто пример, чтобы было понятнее, что я хочу.

**Р**: Динамика есть, она очевидна, но она не связана непосредственно с пандемией. Она связана с моим образом жизни, с тем, как у меня он настроился, с тем, насколько я была осознана или не осознана в отношении того, как я питаюсь, и зависит ещё от того, где я была, то есть в Петербурге или в Иркутске. Поскольку большую часть пандемии я провела в Иркутске, соответственно, тогда я на еду тратилась очень мало — случайное зайти в магазин, купить там что-то на свои деньги. Обычно всё равно если я где-то с матерью, то она расплачивается за общую еду, если она сама заходит [в продуктовый магазин]... У меня затраты были минимальные, и я мало где ела в принципе в заведениях в Иркутске. А в Петербурге, да, в начале пандемии я тратила много на еду в заведениях и, по-моему, мало готовила или почти не готовила. Под конец пандемии я трачу много на еду в заведениях, я трачу много на продукты, из которых готовлю. Я очень много трачу на еду, мне кажется, прям очень много. На всё остальное остаётся довольно мало денег.

**И**: Хорошо. А заказываешь, кстати, продукты на дом? Знаешь, доставки из «Ленты», из «Магнита», вообще часто?

**Р**: «Самокат». Кроме «Самоката», я не пользуюсь ничем. В одно время заказывала часто, когда сидела с растяжением ноги, не могла ходить, когда сидим с подружками, тоже бывает, когда всем хочется есть, но лень готовить, лень идти [в магазин]. Короче, иногда бывает, по желанию, не системно. Потому что я поход в магазин рассматриваю как способ прогуляться, проветриться, для меня это не трата времени, для меня это, скорее, прогулка. Но если я знаю, что мне нужно допустим, купить много всего, то я предпочту, чтоб мне это привезли, чем я ходила сама и потом несла это, я не люблю носить тяжести.

**И**: Хорошо. А кажется ли тебе, что ты стала покупать для себя больше так называемой «утешительной» еды после пандемии? Не возникло ли у тебя после наступления пандемии желание порадовать себя, утешить себя едой? Вот именно какой-то специальной, вкусненькой?

**Р**: Желание со мной всю жизнь, мне кажется. То есть именно пандемия на него как-то мало повлияла, потому что в принципе она на мне слабо отразилась, скажем так. Я знаю, что многие люди прям страдали, прям страдали из-за масок, прям страдали из-за стресса, страдали от отсутствия поездок, страдали от учёбы [в дистанционном формате], ещё что-то. На меня особо нет, то есть я как-то более легче это всё воспринимала, и на мои обстоятельства семейные это до последнего времени не влияло, всё-таки произошла неприятность, но до этого со всем всё было в порядке.

**И**: Хорошо.

**Р**: У меня, в принципе, есть привычки как-то себя радовать или утешать. Не столько утешать, скорее, радовать и возвращать силы какими-то вкусностями — да.

**И**: Хорошо. Следующий блок [вопросов], он называется «Совместное проживание». Расскажи вообще о своих практиках соседства. Понятно, оно у тебя было, потому что ты живёшь в общежитии. Много ли у тебя было соседей?

**Р**: У меня была одна соседка в первые полгода моей жизни здесь, после этого я живу одна, потому что она держит за собой комнату, но она живёт у парня у своего. То есть я, в принципе, одна живу.

**И**: Понятно, то есть ты больше ни с кем не жила потом, то есть ты не съезжалась ни с кем?

**Р**: На продолжительное время — нет. Были периоды, допустим, когда мы с девочками куда-то вместе едем и несколько дней живём в, допустим, какой-то съёмной квартире, какие-то сутки. С [другом] Вовой мы в Иркутске некоторое время, ну, не в полной мере жили вместе, потому что я уходила ночевать домой, но я торчала у него [дома] приличное количество времени, но, тем не менее, назвать это полноценным «жили вместе» я не могу. Так что только с моей соседкой первые полгода [после переезда] — это если продолжительное, постоянное соседство.

**И**: Но это всё равно какое-никакое сожительство. Как тебе кажется, какое было самым приятным, а какое, скорее, наоборот?

**Р**: Какое из всех этих сожительств?

**И**: Да, даже которые, как тебе кажется, не совсем «полноценные», то есть ты всё равно находилась с человеком [на] одной жилплощади хоть какой-то.

**Р**: С Вовой было самое приятное, и [это] как бы очевидно, потому что мы друг друга, в принципе... Мы друг друга не бесим, а со всеми другими людьми это рано или поздно случается, даже если ты это замалчиваешь или если ты это высказываешь, всё равно какие-то расхождения.

**И**: Такой философский вопрос: как тебе кажется, соседство влияет на эмоциональное состояние?

**Р**: Разумеется, влияет.

**И**: А на пищевые практики влияет?

**Р**: Тоже влияет.

**И**: Хорошо, а как тебе кажется, на тебя твои соседства оказывали такое влияние?

**Р**: Оказывали стопроцентно, потому что, скажем так, зависит от ситуации, но, как правило, люди, которые живут вместе, вынуждены друг под друга подстраиваться в какой-то мере. Хотя у меня есть подружка, у которой есть прям чёткие привычки, и, скорее, все подстраиваются под неё, но, тем не менее, я не такой человек. С тем же условным Вовой мы готовили всегда что-то вместе. То есть мы решали, что мы хотим, допустим, как-то это готовили. Мы не прям часто, на самом деле, этим занимались, потому что мы обычно занимались другим. Короче, обычно это было, вот как раз когда мы с ним жили, условно, тогда [готовка] была как раз чем-то вроде необходимости — нужно поесть, но в этом главным был он, и я просто высказывала какие-то желания, а решения как-то были за ним, получается, это было два года назад, даже больше, наверное. Сейчас бы, конечно, это было несколько иначе. С девочками когда где-то жили, то это тоже всегда коллективное что-то. Бывает, что вы приходите в магазин: «чем мы сегодня ужинаем?», «я не знаю», «я тоже не знаю», «ну, окей, давайте я выберу», и я что-то говорю, что купить, что мы будем готовить. Так бывало, но это всегда что-то усреднённое, может быть, не то, что ты хочешь, или сам хочешь что-то одно, а для них это, допустим, дорого по финансам. Вот такая проблема, кстати, в принципе, часто встречающаяся, что я замечаю, что люди не хотят тратить на еду или тратят меньше, чем я это делаю, меньше, чем я считаю нужным, как для тебя комфортно. А когда с соседкой жили, я была на первом курсе, и как-то мы не готовили вместе. Мы попытались как-то в начале нашего совместного житья, у нас не очень хорошо получилось, мы друг друга не критиковали, но мы увидели, что нам не нравится то, что мы готовим, и потом ели как-то самостоятельно всю еду свою. Я не помню, чтобы у меня было особое стеснение готовить при ней, что странно, мне кажется, сейчас оно могло бы вполне возникнуть, но его, кажется, не было. Я не могу сказать, что её присутствие прям как-то повлияло на мои привычки ключевые, потому что они у меня тогда в принципе формировались, прям при тебе. Хотя я помню момент, когда... Я на первом курсе, наверное, курса до третьего очень скептически относилась к фастфуду, в принципе, к такой вот еде в [«Макдональдсе»], в [«Бургер Кинге»], где угодно. То ли я в Иркутске этого не ела, не знаю, почему. И я помню разговор, когда соседка сказала: «Блин, нет микроволновки», я [спросила]: «Зачем микроволновка?», она говорит: «Ну, как, разогреть бургер, который я принесла из “Макдональдса”». У меня щёлкает, что люди относятся к этому как к чему-то нормальному, я такая: ого, ничего себе. Короче, не знаю, какие-то такие истории странные, ничего конкретного...

**И**: Среди твоих приятных соседств бывало ли так, что тебе хотелось разделить свою трапезу с соседом или приготовить что-то специально для него?

**Р**: Такое есть, когда я человека очень люблю, очень уважаю, забочусь о нём, мне хочется ему готовить. Для меня это какая-то вообще максимальная степень близости, потому что я, в принципе, опасаюсь людей кормить своей едой, потому что у меня это один из таких загонов, я знаю, что у людей разные пищевые привычки, разные предпочтения, разные взгляды на то, каким должно быть то или иное блюдо, и я совершенно не хочу того, чтобы человек ел то, что ему не нравится, и не мог мне об этом сказать. Я не хочу, чтобы мне говорили о том, что кому-то не нравится моя еда, потому что меня это очень обидит. В общем, какой-то комок противоречий, поэтому я обычно избегаю готовить для кого-то, но, если я это делаю, это значит — всё, это, я не знаю, неземная любовь. Короче, для меня это очень многого стоит. Так что да, такое бывало. И на счёт поделиться: когда я жила в Иркутске, у меня в принципе не было привычки предлагать кому-то то, что я ем, и часто в доме возникали конфликты на почве того, что меня обвиняли в том, что я, допустим, всё съела и не оставила человеку, всё съела и не поделилась, не предложила или съела самое вкусное и оставила что-то [не самое вкусное]. Со временем эта привычка исчезла, сейчас я, наоборот, всегда всем всё предложу, оставлю, если я в магазине, я могу написать подружкам в общаге: «девки, что вам купить, что вам взять?». То есть вот эта привычка абсолютно ушла и как только появились люди, выбранные мной, о которых я сознательно забочусь, я всегда всё предложу... Ну, готовить не предложу, но купить, поделиться — это запросто.

**И**: А у тебя когда-нибудь возникало желание выразить свои чувства по отношению к другому человеку через готовку? Необязательно романтические чувства, любые.

**Р**: Возникало. В принципе, я как считаю это актом заботы о себе, я считаю это актом заботы о другом человеке, чтоб снять с него часть каких-то вот этих повседневных забот и, в принципе, порадовать, потому что это вкусная еда, но, повторюсь, мне нужно, чтобы это были прям реальные чувства, сильные, во-вторых, быть уверенной, что мы совпадаем во взглядах на эту еду, что я точно знаю, что ему нравится, что ему не нравится, что можно, что нельзя, я точно должна знать вкусы человека, знать его предпочтения, знать то, каким, как он считает, блюдо должно или не должно быть. Если я всего этого не знаю, я в принципе не буду трогать, никак не буду пытаться его кормить или что-то ещё. Побоюсь.

**И**: Хорошо. Скажи, пожалуйста, у тебя бывали случаи в жизни, когда ты использовала совместную трапезу или совместную готовку именно для сближения со своим соседом или с любым другим человеком, с которым ты, может быть, не живёшь?

**Р**: Случаи были, но инициатором была не я. Был случай, когда меня пригласили поужинать вместе, и это было очень красиво, очень приятно. Но, чтобы это была моя инициатива, такого, наверное, не было. Хотя нет, было, было. На первом курсе с теми девочками, с которыми я сейчас дружу, мы тогда ещё особо не общались, только начинали, было такое, я даже не помню, как, но одна из девочек попросила приготовить еды и накормить её, потому что у неё то ли не было денег, то ли не было сил, и я буквально приготовила, какое-то там было мясо, картошка, салат и всё принесла и мы это ели, это было страшно. Короче да, такое бывает, видимо, даже довольно часто.

**И**: Это помогало сблизиться?

**Р**: Да. Еда — это вообще очень хорошая штука, чтобы как-то радовать людей, настроить их на позитивный лад.

**И**: Хорошо. Сейчас у нас начинается последний блок [вопросов], он называется «Эмоциональный стрим». Вообще ты часто созваниваешься с близкими, которые живут в другом городе? Речь не только о семье, может, о каких-то других людях, которые далеко от тебя.

**Р**: С членами семьи... Я не звоню первой, звонят обычно мне. В целом, на мой взгляд, мы созваниваемся часто, на их взгляд, мы почти не разговариваем, в этом дело. С друзьям — в основном, переписки. Созваниваюсь с Вовой, поскольку мы видимся редко, но мы чаще переписываемся, иногда говорим в Discord’е, ещё где-то, бывает, по телефону.

**И**: Предпочитаешь аудио- или видеосвязь?

**Р**: Аудио. У меня, скорее, просто нет привычки к видеосвязи. Я не имею ничего против, но и не особо за. Чаще аудио.

**И**: У тебя когда-нибудь возникало желание провести совместный ужин через звонок?

**Р**: Нет, никогда. Даже идеи такой не было.

**И**: То есть не было такого? А совместная готовка, например? Когда ты разговариваешь с человеком и вы параллельно готовите что-то или едите вместе, то есть у вас этот интернет-поток есть, но вы не рядом?

**Р**: Я вообще в принципе никогда о таком не задумывалась и даже не слышала. Первый раз, когда я с этим столкнулась, был недавно, когда финский друг моей подружки, который не умеет готовить абсолютно, у него всё сгорает, он очень захотел приготовить оладьи. И тогда подруга предложила ему позвонить и по видеосвязи контролировать процесс, чтобы он готовил. Для меня это что-то максимально интимное, какой-то процесс сближения дичайший, но у меня такого не было, ни идеи, ни мысли, я в принципе о таком не слышала, короче, абсолютно нет.

**И**: Как тебе кажется, такие практики позволяют людям преодолевать вот это физическое расстояние между ними, сближает их?

**Р**: Честно говоря, не особо. Это сближает, это интересный формат общения, но он... Мне кажется, такие штуки даже иллюзии не создают того, что человек рядом, особенно, если вы это практиковали вместе, когда вы были физически рядом, это не заменяет, вообще никак, ни в какой мере, на мой взгляд.

**И**: Хорошо. Как тебе кажется, ты стала чаще прислушиваться к так называемому старшему поколению, перенимать их опыт именно, может быть, в вопросах, связанных с готовкой? Ты звонишь маме, говоришь: «Алло, мама, помнишь, ты в детстве пекла классный пирог, я хочу повторить?». Я поняла, что твоя мама не пекла пироги, просто как пример.

**Р**: Нет, у меня пекла всё бабушка, она мне даёт советы, которых я не прошу, но это всё полезные советы, но, в целом... Подожди, что-то недавно я спрашивала, не помню, что я спрашивала, но что-то было. Скажем так, ответ на вопрос, скорее, нет, потому что, если мне нужно какая-то информация, я, скорее, обращусь к интернету, к блогерам, которым я доверяю, к лидерам мнений ещё что-то такое, но не потому, что я как-то меньше уважаю свою семью в этих вопросах, а просто потому, что... Не знаю, почему... Скорее всего, просто позвонить бабушке или маме и спросить: «а что, как ты там это готовила?» — это не будет моей первой мыслью. Хотя, я говорю, недавно что-то такое было, я сейчас сходу не могу вспомнить, но я точно что-то спрашивала, что-то про готовку. Значит, это касалось конкретного блюда и какого-то конкретного момента... Нет, я не помню. Но что-то было.

**И**: Это, на самом деле, не важно.

**Р**: Короче, скорее, нет, но иногда возможно, если случай подходящий.

**И**: Это все, спасибо!

1. **Пирамида потребностей** — общеупотребительноеназвание [иерархической](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%80%D1%85%D0%B8%D1%8F) [модели](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D1%8C) [потребностей](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C) [человека](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A7%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA_%D1%80%D0%B0%D0%B7%D1%83%D0%BC%D0%BD%D1%8B%D0%B9), представляющей собой упрощённое изложение [идей](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%B4%D0%B5%D1%8F) американского [психолога](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3) [Абрахама Маслоу](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D1%81%D0%BB%D0%BE%D1%83%2C_%D0%90%D0%B1%D1%80%D0%B0%D1%85%D0%B0%D0%BC_%D0%A5%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%B4). [Пирамида](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B8%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B8%D0%B4%D0%B0) потребностей отражает одну из самых популярных и известных теорий мотивации — теорию иерархии потребностей. [↑](#footnote-ref-1)
2. **Социология питания** – динамично развивающаяся отрасль исследований современных этнологов, социальных и культурных антропологов. Исследование взаимодействия между [биологией человека](https://www.hmong.press/wiki/Human_biology) , [экономическими системами](https://www.hmong.press/wiki/Economic_systems) , [состоянием питания](https://www.hmong.press/wiki/Nutrition) и [продовольственной безопасностью](https://www.hmong.press/wiki/Food_security). [↑](#footnote-ref-2)
3. Бодипозитив ([англ.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) body-positivity; от body — «тело» и positive — «позитив, нечто положительное») — [общественное движение](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B1%D1%89%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%28%D1%81%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F%29), выступающее за право комфортно ощущать себя в своём теле при любом внешнем виде, свободно самовыражаться, а также принимать тела других людей такими, какие они есть. Движение выступает за позитивное восприятие как своего [образа тела](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7_%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B0), так и за принятие тел других людей независимо от физических способностей, размера, пола, расы или внешнего вида. [↑](#footnote-ref-3)
4. «Утешительная еда» -- термин, использующийся в интервью, подразумевающий под собой еду, которая поднимает настроение или успокаивает людей, снижает уровень их стресса, носит не физиологический (утоление голода), а скорее эмоциональный характер. [↑](#footnote-ref-4)
5. В данную категорию входят друзья, близкие и обязательно соседи информантов, т.к. у всех респондентов был опыт соседства с людьми, не являющимися их кровными родственниками (то есть после переезда). [↑](#footnote-ref-5)