
**СОЦИАЛЬНАЯ ЭКОЛОГИЯ.
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ОБЩЕСТВА И ПРИРОДЫ**
SOCIAL ECOLOGY. THE SOCIETY AND NATURE INTERACTION

УДК 316.034

© 2013 Беляев Е.В.¹, Благинин В.С.²

**ИССЛЕДОВАНИЕ ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ
ГОРОДА ЛИПЕЦКА: СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ**

В статье анализируются итоги проведенного в апреле–мае 2013 г. исследования, посвященного вопросу информированности молодых людей о сферах здорового образа жизни и конкретных способов его поддержания, распространенности пагубных привычек молодых липчан, выявление трудностей, препятствующих ведению здорового образа жизни.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: *здоровый образ жизни, вредные привычки, физическая активность.*

¹канд. ист. наук, доц. ЛЭГИ, г. Липецк, Россия; e-mail: gack1@yandex.ru

²ЛГПУ, г. Липецк, Россия; e-mail: kibervlad@mail.ru

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время особую тревогу вызывает ухудшение состояния здоровья молодежи г. Липецка, которая является важной социальной силой, необходимой для социально-экономического и культурного развития региона. Следует отметить, что данная тенденция характерна не только для жителей Липецкой области: поданным Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации, доля здоровых детей снизилась до 32%, хроническую патологию сегодня имеют около 5 млн. юных граждан. За этот же период отмечается увеличение показателей заболеваемости детей в возрасте до 14 лет на 42,5%, а у подростков в возрасте от 15 до 17 лет – на 64%. Среди учащихся образовательных учреждений почти две тре-

ти имеют различные функциональные нарушения [1]. По данным современных исследователей, до 70% населения не занимается физкультурой, распространенность гиподинамии среди школьников достигла 80%, более 30% населения имеет дефицит веса и столько же – избыточный вес из-за нерационального питания [2].

Анализ литературы показывает недостаточность изучения данной проблематики на муниципальном уровне, с привлечением конкретного эмпирического материала. В этой связи нами было проведено описательное социологическое исследование, основной целью которого была объективизация данных о здоровом образе жизни (ЗОЖ) молодежи города Липецка. Основные задачи исследования:

- анализ информированности молодых людей о сферах ЗОЖ и конкретных способов его поддержания;

- исследование распространенности пагубных привычек молодых липчан (употребления алкогольных напитков, табакокурения, наркотических веществ);

- выявление трудностей, прежде всего инфраструктурных, препятствующих ведению здорового образа жизни (отсутствие спортивных объектов и сооружений).

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Социологическое исследование проводилось в апреле-мае 2013 г., в анкетировании приняли участие 505 человек: 277 женщин (54,85%) и 228 мужчин (45,15%) в возрасте от 14 до 30 лет. Возрастное распределение респондентов выглядит следующим образом: от 14 до 18 лет – 180 человек (35,64%), 19-24 лет – 150 человек (29,7%), 25-30 лет – 175 человек (34,65%). В опросе приняли участие молодые люди, представляющие разные территориальные округа г. Липецка: 179 человек (35,45%) – из Октябрьского округа, 124 человека (24,55%) – из Правобережного округа, 115 человек (22,77%) – из Левобережного округа, 87 человек (17,23%) из Советского округа. При обработке результатов исследования использовались статистические методы, реализуемые с помощью программного продукта IBM SPSS 21.0.

Структурно анкета состояла из 4-х блоков: информированность молодежи о ЗОЖ, распространенность пагубных привычек молодежи города Липецка, удовлетворенность условиями для занятий физической культурой в месте проживания респондентов, блок вопросов для выявления социально-демографических характеристик респондентов.

Первый блок, посвященный информированности молодежи города Липецка о способах ведения ЗОЖ, состоял из семи вопросов. На общий вопрос: «знаете ли Вы, что такое здоровый образ жизни», утвердительно ответили 89,5% респондентов, отрицательно ответили 10,5% опрошенных. Когда респондентов попросили оценить уровень своих знаний о здоровом образе жизни по пятибалльной шкале, данные распределились следующим образом: 48,12% оценили свой уровень на 4 балла, 23,76% – на 5 баллов, 16,04% – на 3 балла, 6,14% – на 2 балла, 5,94% – на 1 балл. Таким образом, подавляющее большинство молодых липчан считают уровень своих знаний о ведении здорового образа жизни достаточным. На вопрос о том, о каких сферах ЗОЖ молодежь города Липецка достаточно осведомлена, было предложено 7 вариантов: правильное питание, физическая активность, трудовая деятельность, основы медицинских знаний, правила личной гигиены, отказ от вредных привычек, развитие иммунитета. Ответы на этот вопрос представлены на рис. 1.

Данные свидетельствуют о распространенности среди молодежи представлений о таких сферах ведения ЗОЖ, как «физическая активность» (66,2%), «отказ от вредных привычек» (71,2%), «правила личной гигиены» (65,8%), «правильное питание» (57,3%). Таким образом, валеологические знания молодых липчан, по их собственным представлениям, вполне достаточны. В то же самое время данные опроса доказывают необходимость усиления работы по информированию молодежи об основах медицинских знаний (всего 25% респондентов осведомлены об этой сфере) и способах развития иммунитета (26,4% респондентов считают себя

информированными об этой сфере). Очевидно также, что представление о трудовой деятельности как об одном из способов поддержания ЗОЖ не коррелирует с позицией большинства опрошенных: всего 18,1% считают ее сферой ЗОЖ.

На вопрос «Ведете ли Вы здоровый образ жизни?» утвердительно ответили 74,8%, отрицательно – 25,2% респондентов. В вопросе, о том, что мешает вести здоровый образ жизни, были предложены следующие варианты: недостаток знаний о ЗОЖ, нехватка времени,

нехватка денег, состояние здоровья, лень, недостаток спортивных сооружений, низкий уровень медицины, отсутствие единомышленников. Кроме того, был предусмотрен ответ «ничего не мешает, я веду здоровый образ жизни». Распределение ответов представлено на рис. 2.

Как видно из рис. 2, подавляющее большинство респондентов (41,4%) называет основным фактором, препятствующим ведению здорового образа жизни, лень, на втором месте (12,0%) – отсутствие единомышленников.

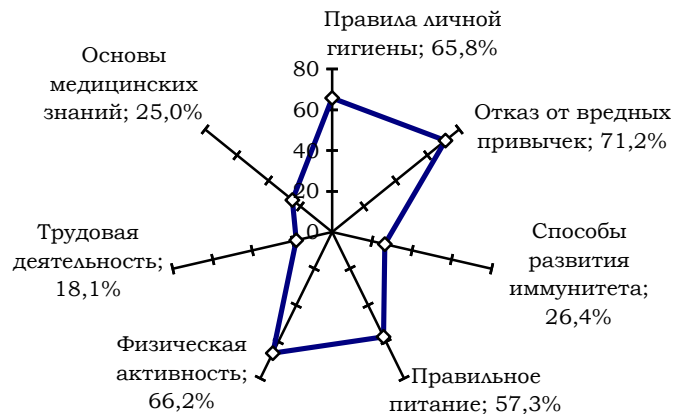


Рисунок 1 – Осведомлённость респондентов о сферах здорового образа жизни (допускался выбор нескольких вариантов ответа)

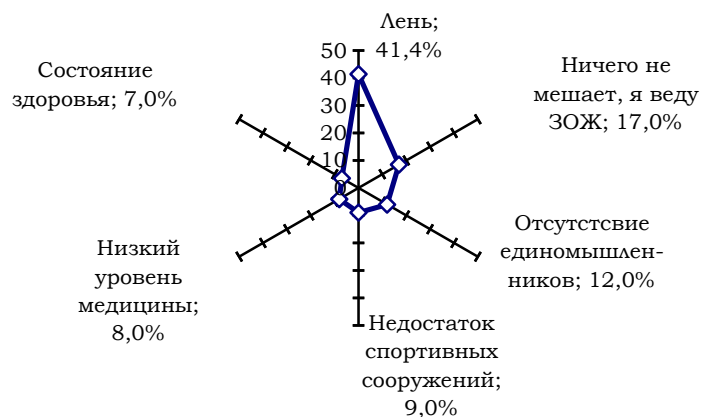


Рисунок 2 – Препятствия к ведению здорового образа жизни

Данные факторы являются, по сути, субъективными, не зависящими от социально-экономической обстановки в городе или уровня доходов респондентов. Недостаток спортивных сооружений и низкий уровень медицины не являются детерминирующими факторами, препятствующими ведению ЗОЖ.

На вопрос «Какие способы закалывания организма Вы предпочитаете?», большинство респондентов (52,7%) ответило, что не закаливается, 11,1% обливаются холодной водой, 34,1% предпочитают контрастный душ, 7,1% обтираются снегом, 9,3% предпочитают закаляться с помощью купания в проруби.

В качестве средств, укрепляющих иммунитет, более половины (55%) назвали витамины, 17,7% – минеральные вещества, 7,1% – аминокислоты, 6,3% – пищевые волокна, 3,1% – антиоксиданты. Кроме того, чуть более трети опрошенных (34,2%) заявили, что ничего не принимают для укрепления иммунитета.

Таким образом, можно отметить, что большинство опрошенных считает, что в той или иной степени ведет ЗОЖ, а в качестве факторов, препятствующих этому, называются собственная лень или отсутствие единомышленников. В целом, липецкая молодежь информирована о ЗОЖ, имеет представление об основных сферах и способах его ведения. В то же самое время, внушает определенные опасения неосведомленность респондентов об основах медицинских знаний. Полагаем, необходимо не только активизировать работу по информированию жителей Липецка в этой области, но и провести практические занятия, особенно в части оказания первой медицинской помощи. Практические навыки в этой сфере являются

особенно значимыми в различных чрезвычайных ситуациях.

Второй блок анкеты, посвященный изучению распространенности пагубных привычек молодежи города Липецка, состоял из трех вопросов. Основная задача данного блока – выяснить, какая доля из опрошенных подвержена табакокурению, алкоголизму, употребляет наркотические вещества.

Распределение ответов на вопрос о частоте употребления алкогольных напитков приведено на рис. 3.

Считаем, что в данном вопросе содержится неточность в части формулировки варианта ответа «с друзьями за компанию», поскольку данный ответ не содержит данных, измеряющих частоту употребления алкогольных напитков. Вместе с тем, следует предположить, что с друзьями молодые люди встречаются достаточно часто, по крайней мере, несколько раз в неделю. Поэтому результаты следует, на наш взгляд, трактовать совершенно определенным образом: 17,8% респондентов употребляют алкоголь достаточно часто, по крайней мере, один-два раза в неделю. 3,2% респондентов употребляют алкоголь каждый день, 5,3% опрошенных делают это по выходным. Наконец, 40,2% респондента употребляют алкогольные напитки по праздникам. Лишь 33,5%, то есть треть от опрошенных молодых липчан утверждают, что не употребляют алкоголь.

Распределение ответов, данных на вопрос анкеты о частоте курения приведены на рис. 4.

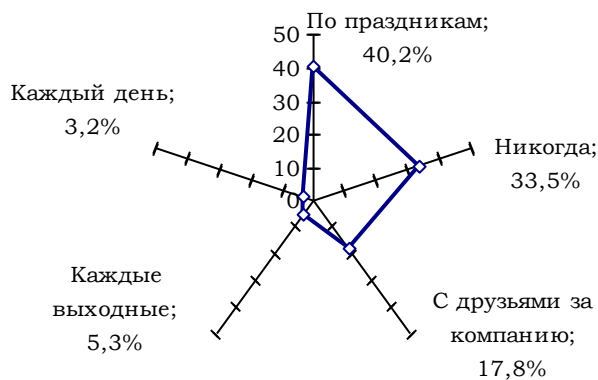


Рисунок 3 – Частота употребления алкоголя

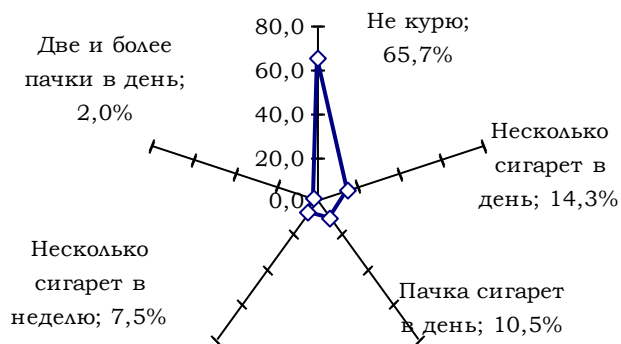


Рисунок 4 – Частота курения

Как видно, подавляющее большинство принявших участие в опросе липчан (65,7%) ответили, что отрицательно. В то же самое время, 14,3% заявили, что выкуривают несколько сигарет в день, 10,5% вы-

куривают пачку в день, 7,5% – несколько сигарет в неделю, 2% – выкуривают две и более пачки в день. Результаты ответа на вопрос «Пробовали ли Вы наркотические вещества?» представлены на рис. 5.

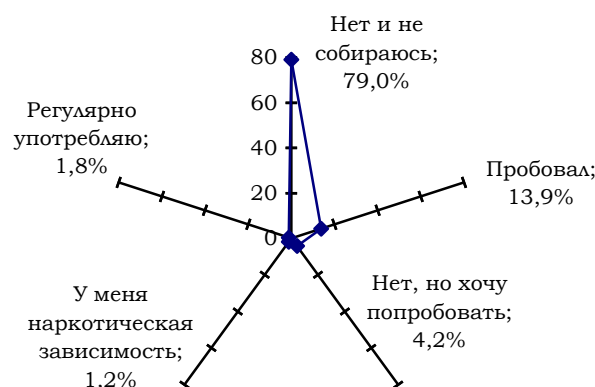


Рисунок 5 – Употребление наркотических веществ

Как видно, абсолютное большинство респондентов (79,0%) не употребляет наркотические вещества и не собирается этого делать в будущем. В то же самое время, 13,9% из опрошенных молодых людей заявили, что пробовали наркотики, 4,2% хотели бы попробовать, 1,8% регулярно их употребляет, 1,2% опрошенных признались в наличии наркотической зависимости. Таким образом, практически каждый пятый представитель молодежи находится в зоне опасности, связанной с наркотическими веществами.

В целом, результаты исследования вредных привычек молодежи Липецка практически совпали с результатами предыдущих областных исследований, что говорит об объективности полученных данных [3].

Таким образом, анализ распространенности пагубных привычек среди молодежи города Липецка, позволяет сделать некоторые обобщающие выводы. Во-первых, достаточно высок процент молодых людей, употребляющих алкогольные напитки. В общей сложности, более 65% из числа опрошенных, в той

или иной мере, употребляют алкоголь. Данная тенденция, на наш взгляд, является не просто нарастающей, она принимает угрожающий характер. В этой связи мероприятия органов государственной власти по ограничению рекламы и продажи алкогольных напитков, в том числе и пива, представляются единственно верными.

Во-вторых, более трети из числа опрошенных (34,3%) курят сигареты. Полагаем, следует также поддержать весьма жесткие меры по ограничению курения в общественных местах, предусмотренных Федеральным законом «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» [4]. Несмотря на предусмотренные Законом нормы, правоприменительная практика касательно ограничения курения в общественных местах практически отсутствует. Наконец, вызывают опасения данные опроса об употреблении наркотических веществ. Более 20% употребляли наркотики, около 4% регулярно употребляют и имеют наркотическую зависимость.

Настораживает и то обстоятельство, что более 4% из числа опрошенных еще не пробовали, но хотели бы попробовать наркотики. Все это говорит о том, что существующие меры по борьбе с этим тяжким пристрастием, явно недостаточны. Следует более эффективно информировать население о последствиях употребления наркотических веществ. Считаем, что работа в этом направлении фактически провалена. Федеральные каналы не транслируют социальную рекламу, содержащую тематику отказа от наркотиков. Мероприятия властей не носят системного свойства, имеют локальный характер.

Наконец, третий блок, посвященный удовлетворенности условиями для занятий физической культурой в месте проживания респондентов, содержал 6 вопросов.

На вопрос анкеты, «Насколько Вы удовлетворены условиями для занятий физической культурой и спортом в месте Вашего проживания», получены следующие ответы: 24,2% респондентов вполне удовлетворены, 20% – скорее удовлетворены, чем нет; 26,5% – скорее не удовлетворены, 14,3% – не удовлетворены. Наконец, 15% затруднились ответить. В оценке удобства расположения спортивных сооружений большинство респондентов (44,36%) ответили, что сооружения расположены удобно, 31,09% считают их неудобно расположенными. Наконец, 24,55% заявили об отсутствии их на территории проживания.

Важным является вопрос о доступности спортивных сооружений. Очевидно, наличие бесплатных или недорогих спортивных сооружений способствует большей вовлеченности молодежи в спорт. Отвечая на вопрос анкеты «Каких спортивных сооружений, платных или бесплатных, больше в месте Вашего про-

живания?», лишь 7,5% респондентов ответили «все бесплатные», 13,5% – ответили «большинство бесплатные, но есть платные», 12,5% – «примерно одинаковое количество платных и бесплатных», 25,3% – «большинство платных, но есть бесплатные», 23,2% – ответили «все платные». Таким образом, половина опрошенных проживает в местах, где спортивные сооружения либо преимущественно платные, либо все платные. Нельзя говорить об улучшении спортивной инфраструктуры города, если строятся только спортивные и фитнес-центры, занятия в которых платные. Для развития массового спорта в Липецке необходимо строительство новых и ремонт существующих спортивных площадок в шаговой доступности от мест проживания.

Отвечая на вопрос анкеты «Насколько приемлема для Вас стоимость посещения платных спортивных площадок, стадионов, секций в месте Вашего проживания?», 61,39% респондентов ответили «приемлема», 27,13% считают цену слишком высокой, 11,49% – низкой.

Данные опроса означают, что в целом респондентов удовлетворяет расположение спортивных сооружений, а цена оказания услуг является приемлемой.

ВЫВОДЫ

Образ жизни непосредственно влияет на состояние здоровья человека. Благополучное состояние здоровья молодежи – это гарантия устойчивого развития общества в ближайшем будущем. В результате социологического исследования ЗОЖ молодежи Липецка были выявлены узкие места в трёх блоках. В блоке информированности о ЗОЖ было выявлено, что о способах развития иммунитета осведомлены 26,4% респондентов, а основами медицинских знаний владеют всего

25% респондентов. Молодежь меньше всего осведомлена о том, как сделать свою трудовую деятельность безопасной для здоровья. В блоке, посвященном вредным привычкам молодежи, было определено, что каждый пятый молодой липчанин находится в зоне риска, связанной с употреблением наркотиков. В третьем блоке, выявляющем удовлетворенность условиями для занятия физкультурой, был выявлен недостаток бесплатных спортивных площадок и объектов шаговой доступности для массового занятия физкультурой и спортом.

Список литературы

1. Янбухтин Т.А. К проблеме формирования здорового образа жизни подростков и включенности их в досуговую

спортивно-оздоровительную деятельность в условиях мегаполиса // Педагогика и психология. – 2011. – № 2. – С. 43.

2. Попов И.А. Пути формирования здорового образа жизни // Вестник новых медицинских технологий. – 2005. – Т. XII, № 3-4. – С. 13.

3. Молодёжный потенциал муниципальных образований на этапе муниципального развития региона (на примере Липецкой области): Монография / Ю.В. Шмарион, Е.Е. Кузьмина, В.С. Благинин, Б.Т. Дуспаев. – Липецк: ЛГПУ, 2013. – 172 с.

4. Федеральный закон от 23 февраля 2013 г. N 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

Поступила в редакцию 12.11.2013 г.

Belyaev E.V. (LECI, Lipetsk), Blaginin V.S. (LSTU, Lipetsk)

THE RESEARCH OF THE YOUTH LIFESTYLE IN LIPETSK: SOCIOLOGICAL ANALYSIS

The given article is devoted to the results of the research which was held in April-May 2013. It concerns young people knowledge about healthy lifestyle and concrete ways of its support.

Key words: healthy lifestyle, harmful habits, physical activity.