



МКУ «Институт развития стратегических инициатив»

150000, Ярославль, ул. Максимова, 8.
Тел.: 72-92-71, 30-24-80; e-mail: info@indsi.ru

**Материалы для городской антинаркотической комиссии
ПО РЕЗУЛЬТАТАМ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО
ИССЛЕДОВАНИЯ**

**«Условия для здорового образа жизни в городе
Ярославле: общественное мнение»**

Ярославль, декабрь, 2017

План

1. Здоровый образ жизни как эффективное направление в профилактике потребления ПАВ.
2. Описание исследования: цель, задачи, методы, выборка.
3. Представления ярославцев о здоровом образе жизни.
4. Отношение различных групп жителей города к здоровому образу жизни.
5. Оценка ярославцами объективных условий для здорового образа жизни в городе.
6. Субъективные условия для соблюдения здорового образа жизни.
7. Специфика понимания проблемы здорового образа жизни ярославцами, потребляющими ПАВ.
8. Выводы.

В соответствии с Антинаркотическим планом мероприятий по профилактике и предупреждению употребления наркотиков и других психоактивных веществ на 2015-2017 гг., утвержденным постановлением мэрии г. Ярославля от 19.12.2014г. №3055, МКУ «Институт развития стратегических инициатив» провело социологическое исследование по теме «Условия для здорового образа жизни в городе Ярославле: общественное мнение». Анализ результатов опроса составляет содержание данного доклада.

Обобщив опыт многих программ антиалкогольного и антинаркотического воспитания, специалисты пришли к выводу, что программы, ориентированные только на информацию о негативных последствиях употребления психоактивных веществ, оказываются не эффективными. Гораздо более эффективными являются программы, обучающие ЗОЖ, адаптивному стилю жизни, навыкам общения, критическому мышлению. Это всесторонние, современные программы, позволяющие людям сформировать здоровый стиль жизни и сопротивляться вредным влияниям, в том числе и приобщению к потреблению психоактивных веществ.

Основная цель этого подхода - формирование здоровой личности, проявляющей здоровый жизненный стиль, влияющий не только на собственное благополучие, но и способствующий позитивным изменениям среды, социальной и культурной ситуации.

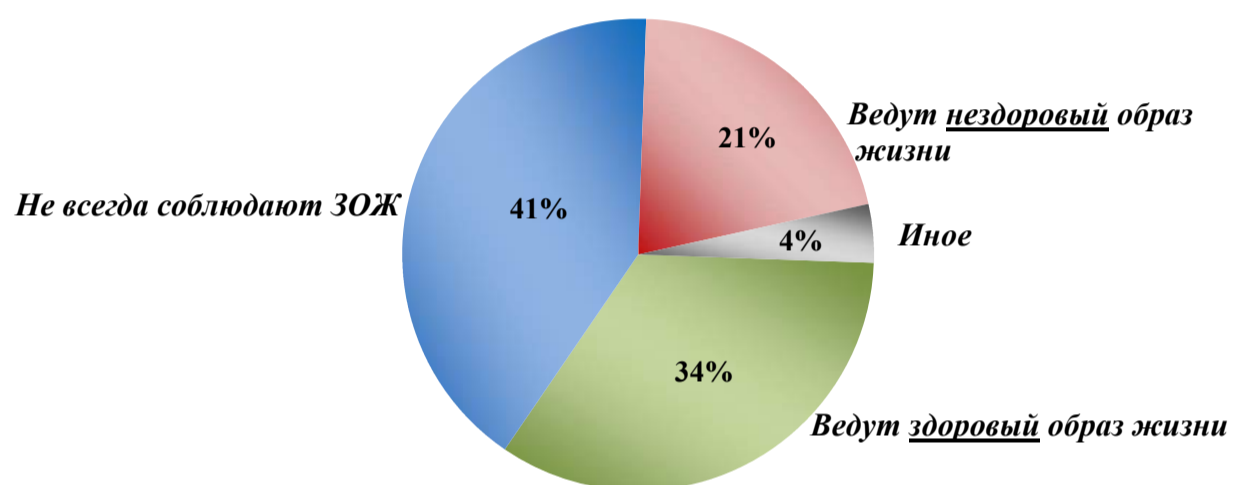
Здоровый образ жизни является фактором, существенно ограничивающим наркотизацию и алкоголизацию населения. Целью нашего

исследования явилось изучение наиболее важных условий формирования здорового образа жизни. Всего методом анкетирования было опрошено 400 человек в возрасте от 18 лет и старше. Выборка была бесповторной, квотной по полу, возрасту и району проживания, т.е. в результатах отражено мнение всех жителей г. Ярославля. Статистическая погрешность результатов составила 5 %.

Первоначально рассмотрим, насколько здоровый образ характерен для жителей нашего города.

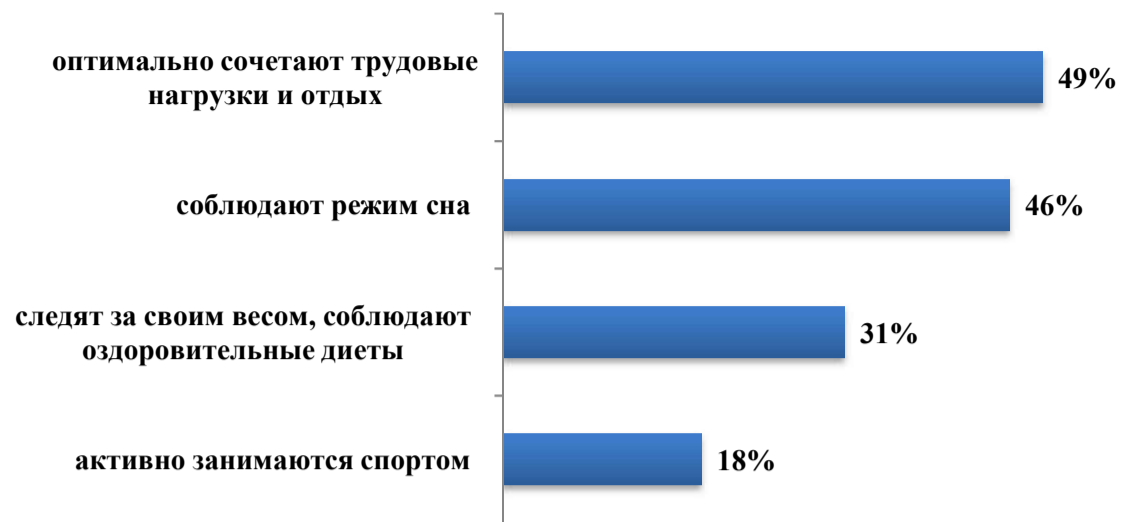
Как мы видим, лишь треть жителей города соблюдают здоровый образ жизни. На первой диаграмме отражено, что 34 % ярославцев считают свой образ жизни здоровым, 41 % не всегда соблюдают ЗОЖ, 21 % ведут нездоровый образ жизни, 4 % ведут иной образ жизни.

Диаграмма 1



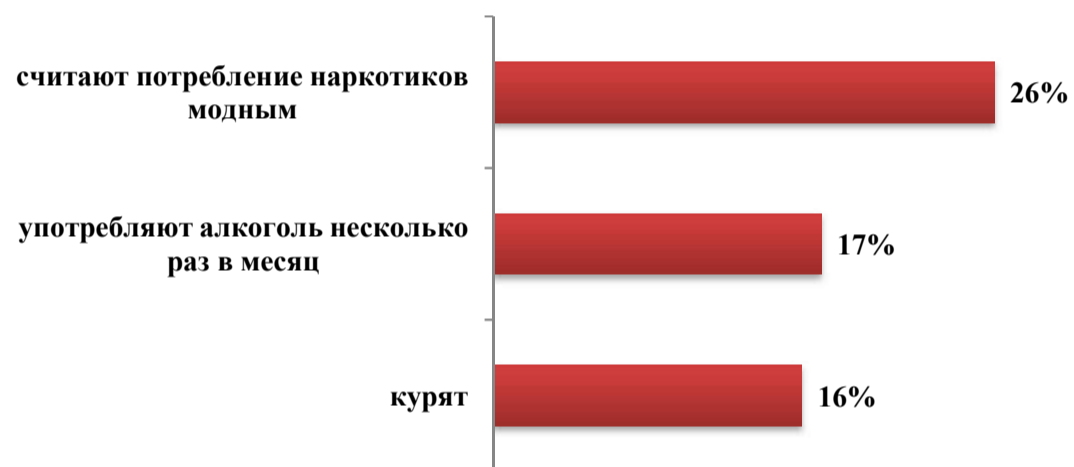
Для ведения ЗОЖ респонденты, прежде всего, стараются оптимально сочетать трудовые нагрузки и отдых – 49 %, соблюдают режим сна (спят не менее 7 часов в сутки) – 46 %, следят за своим весом, соблюдают оздоровительные диеты – 31 %, но только 18 % горожан активно занимаются спортом (посещают бассейны, тренажерные залы и т.д.), закаливанием организма и т.д.

Диаграмма 2



При этом следует особо отметить, что в группе респондентов, ведущих ЗОЖ, достаточно большой процент респондентов 16 % курит, 17 % потребляет алкоголь несколько раз в месяц, а 26 % допускает, что потребление наркотиков может быть модным.

Диаграмма 3



Приведенные данные заставляют задуматься, почему же так невелик процент ярославцев, придерживающихся ЗОЖ? Может быть, респонденты не знают, что такое ЗОЖ, или в городе нет необходимых условий?

Все факторы или условия для ЗОЖ можно разделить на две большие группы – объективные и субъективные.

Условия для формирования ЗОЖ

*Объективные
условия*

*Субъективные
условия*

Рассмотрим, какие условия для соблюдения населением ЗОЖ имеются в нашем городе.

Объективные условия ЗОЖ.

Материальные – условия среды обитания, организация мероприятий, уровень доходов.

Социальные – семейные, окружение, профессия, мода, традиции.

Демографические – пол, возраст, образование, место работы.

Объективные условия ЗОЖ

*Материальные - условия
среды обитания,
организация
мероприятий, уровень
доходов.*

*Социальные -
семейные, окружение,
профессия, мода,
традиции.*

*Демографические –
пол, возраст,
образование, место
работы.*

Изучая материальные факторы, способствующие ЗОЖ, в г. Ярославле мы установили, в части среды обитания условия имеются у 62 % опрошенных горожан. Жители отметили, что имеют достаточно благоприятные условия в виде близко находящихся парков, действующих игровых и спортивных площадок, беговых и велосипедных дорожек, теннисных столов и т.п.

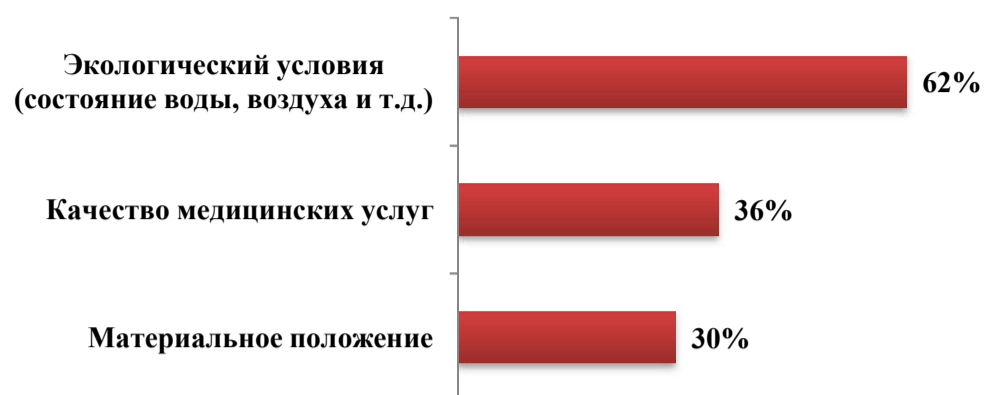
Это мнение 70 % горожан в Заволжском районе, 68 % во Фрунзенском. Наиболее критичны по этому поводу оказались жители Кировского района – только 45 % отметили, что имеются необходимые городские условия для занятий ЗОЖ.

Диаграмма 4



Из группы объективных факторов ЗОЖ, которые негативно сказываются на состоянии их здоровья, ярославцы особо выделяют экологические условия, качество медицинской помощи, материальное положение. Все остальные: условия труда (учебы), условия отдыха, жилищные условия, отношения в семье, отношения на работе, биологическая наследственность, не играют существенной роли в поддержании здоровья.

Диаграмма 5



Большую роль в организации ЗОЖ играет администрация предприятия (организации, учебного заведения), на котором работает человек. В нашем городе работодатели в лучшем случае организуют регулярные медицинские осмотры сотрудников. Это отметили 35 % опрошенных. 18 % сталкивались с мерами по ограничению и борьбы с курением (созданы места для курения, практикуется материальное поощрение некурящих и др.)

Диаграмма 6

Меры предпринимаемые администрацией по улучшению здоровья



Главными учреждениями, которые в наибольшей степени способствуют созданию условий для формирования здорового образа жизни, ярославцы считают учреждения физкультуры и спорта (спортивные секции, ФОКи). 76,8% придерживаются данного мнения.

Помимо материальных условий к группе объективных условий относится и окружающая социальная среда. Важным социальным условием для приобщения к тому или иному виду поведения является мода, традиции. Большинство ярославцев считает, что сейчас модно вести ЗОЖ – 66 %. В отношении моды на потребление ПАВ дали отрицательный ответ следующее количество респондентов:

Диаграмма 7



Настораживает большое количество граждан, не определившихся в этом вопросе: 43 % дали ответы «Скорее да, чем нет», «Скорее нет, чем да» в отношении моды на потребление алкоголя и 16 % также колеблются в отношении моды на наркотики.

К важнейшим социальным условиям приобщения к ЗОЖ относится семья. 77 % ярославцев считают воспитание в семье, личный пример главными факторами формирования ЗОЖ. В 93 % опрошенных ярославских семей доминирует заботливое и доброжелательное отношение друг к другу. 77 % семей уделяет должное внимание вопросам питания, 56 % - просмотру телепрограмм о здоровье, 72 % соблюдают рекомендации врачей и т.п.

Вместе с тем в 38 % семей не принято заниматься физкультурой, закаляться. Более того, в 20 % семей существует традиция проводить совместно досуг, потребляя алкоголь. В семьях ярославцев, совершенно не соблюдающих ЗОЖ, практически отсутствуют семейные традиции приобщения к профилактике здоровья.

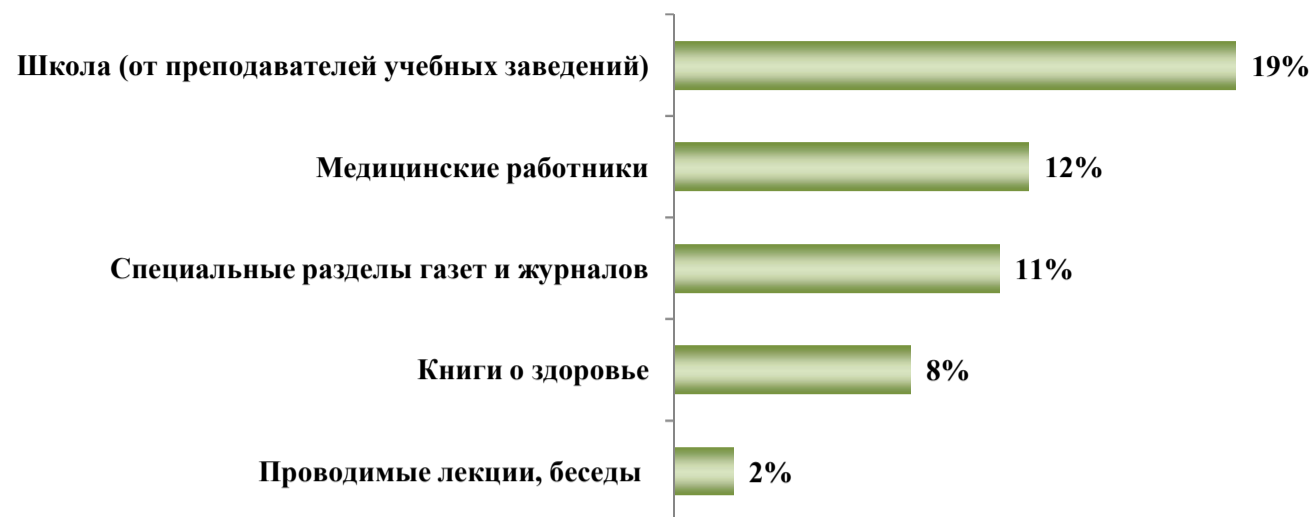
Объективные условия, безусловно, очень важны для приобщения к ЗОЖ, но, сколько бы ни было в городе спорткомплексов и парков, тренажеров, больниц и мероприятий, без субъективных факторов ЗОЖ не возможен. К этой группе мы относим: осведомленность, мотивацию, личностную активность, аддиктивное поведение (потребление ПАВ).

Субъективные условия ЗОЖ



Если человек не знает, что такое ЗОЖ, или имеет представление только об его отдельных элементах, то, конечно, не может идти речь о том, чтобы его придерживаться. Ярославцы достаточно хорошо информированы о содержании ЗОЖ. Основными источниками информации о здоровом образе жизни являются СМИ, ТВ программы, радиопередачи – 44,5 % жителей черпают информацию из них, из интернета – 43,0 %, от родителей и других родственников – 29,3 %, от коллег и друзей – 22,5 %.

Диаграмма 7



Имеющейся информации явно недостаточно: 75 % жителей города заинтересованы в том, чтобы иметь больше информации по вопросам сохранения и укрепления здоровья. Особенно это важно, как показал опрос, для респондентов до 20 лет и от 40 до 59 лет.

Высокая осведомленность в вопросах ЗОЖ не является залогом его соблюдения. Самое главное – проявление личностной активности человеком. Жители нашего города демонстрируют недостаточно высокую активность. В спортивных мероприятиях, соревнованиях, массовых кроссах за последний год участвовало – 13 % опрошенных. 14,5 % горожан посещали ближайшие спортивные площадки (уличные тренажёры, дорожки для бега, площадки для хоккея и т.п.) В других городских мероприятиях, посвященных сохранению здоровья, за последний год принимали участие очень мало ярославцев: в акциях – антитабачных, антиалкогольных, против наркотиков – 4 %, в обучающих семинарах, лекциях, беседах – 3,8 %, на Днях и праздниках здоровья («Ярзарядка, «Мама, папа, я – спортивная семья» и др.) – 4,8 % жителей.

Диаграмма 8

Активность участия ярославцев в городских мероприятиях, посвященных ЗОЖ



Об очень низкой активности в отношении ЗОЖ свидетельствуют и ответы на вопрос «Как Вы думаете, что может помешать человеку вести здоровый образ жизни?». 70 % респондентов ответили, что главным сдерживающим фактором является лень.

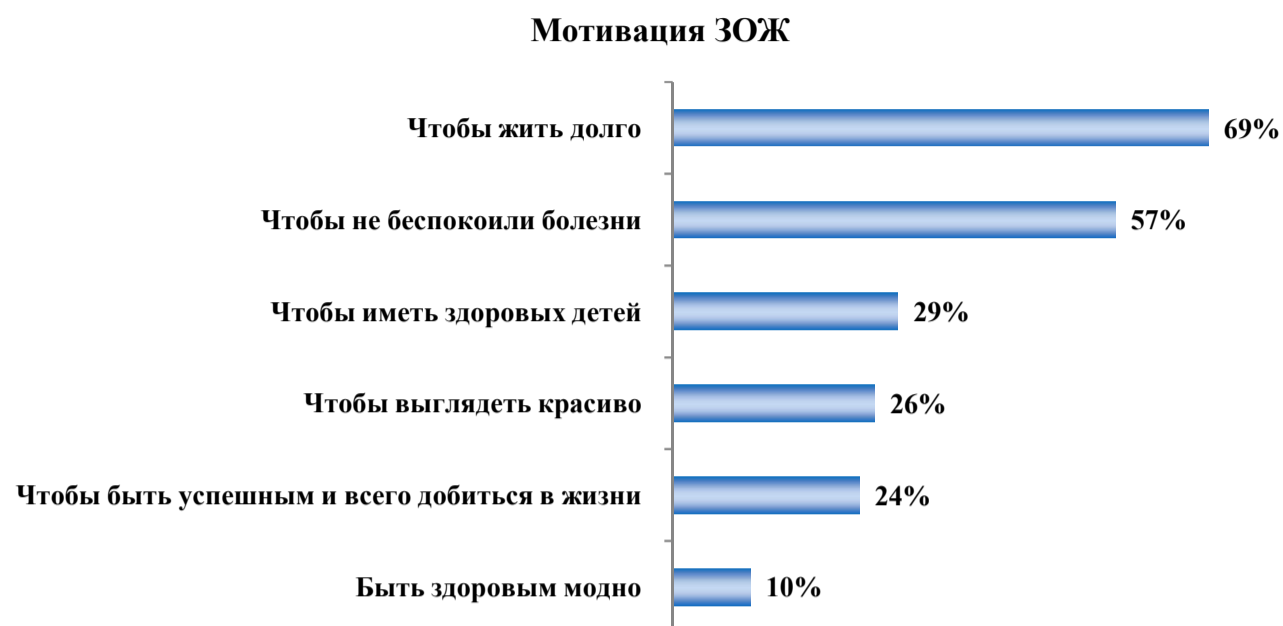
Диаграмма 9

Факторы мешающие вести ЗОЖ



Мотивы, заставляющие ярославцев все-таки соблюдать ЗОЖ, достаточно традиционны и распределились следующим образом...

Диаграмма 10



Потребление ПАВ противоречит самой сути идеи ЗОЖ. Вместе с тем, хотим напомнить данные из нашего опроса 2016 года: 83 % мужчин – ярославцев с разной степенью активности потребляют алкоголь. Обстановка за прошедший год изменилась незначительно: 77 % жителей сохраняют свои пристрастия. Группа активно потребляющих (их 23 % всей выборки), в наименьшей степени склонна к соблюдению ЗОЖ, именно за счет неё идет прирост всех негативных тенденций в плане приобщения к ЗОЖ.

В завершающей части доклада необходимо сказать о пожеланиях ярославцев. Наиболее результативными способами привлечения к ЗОЖ они считают:

Воспитание в семье, личный пример	77%
Повышение доступности условий и услуг оздоровления	48%
Привитие навыков физической культуры в учреждениях образования	22%
Массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия	22%
Социальная реклама в СМИ, в общественных местах	20%
Личный пример авторитетных людей, кумиров	16%
Специальные акции за здоровый образ жизни	15%
Специальные городские программы, направленные на создание условий для здорового образа жизни	10%

Горожане считают, что в городе Ярославле необходимо организовать следующие мероприятия:

Организация в шаговой доступности (в каждом микрорайоне города) мест для занятий физическими упражнениями (бассейн, парк с организованной дорожкой для бега, уличные тренажеры, площадки для хоккея, футбола и т.п.)	56%
Организация бесплатных физкультурно-оздоровительных занятий с инструктором на территории города	51%
Создание культурно-досуговых центров для людей пожилого возраста	27%
Вовлечение детей и подростков в исследовательскую и пропагандистскую деятельность, направленную на здоровый образ жизни	25%
Создание телефона «Здоровья», где работают специалисты, консультирующие по различным аспектам здорового образа жизни	23%
Организация работы по формированию здорового образа жизни через социальные сети	23%
Создание «здоровой» рекламы	14%
Организация спортивных мероприятий, квестов	13%
Работа с алкоголиками и наркоманами	12%
Проведение дней бесплатного посещения музеев, театров	9%

Выводы

1. Приобщение населения к здоровому образу жизни является важным направлением в профилактике потребления ПАВ.
2. По мнению жителей в городе Ярославле имеются благоприятные материальные условия среды для поддержания здорового образа жизни: это большое количество учреждений физкультуры и спорта, парков, действующих игровых и спортивных площадок, беговых и велосипедных дорожек и т.п.
3. Социальные условия в виде моды, семейных традиций в городе Ярославле не всегда способствуют формированию и соблюдению здорового образа жизни.
4. Анализ субъективных факторов показывает, что большинство населения города Ярославля недостаточно информировано о содержании ЗОЖ, проявляет невысокую личностную активность и слабо мотивированы на ведение ЗОЖ.
5. Направлениями дальнейшего совершенствования работы, по мнению ярославцев, может быть повышение доступности условий и услуг оздоровления, создание благоприятных условий для ЗОЖ и проведение оздоровительных мероприятий непосредственно в учреждениях и на предприятиях, организация бесплатных физкультурно-оздоровительных занятий с инструктором на территории города, организация в шаговой доступности мест для занятий физическими упражнениями.
6. Совершенствование социальных условий ЗОЖ должно идти в сфере работы с семьями, пропаганды ЗОЖ, создания моды на ЗОЖ.