

УДК. 616.89:316.64

Уханова А.И.,

*ст. преподаватель кафедры клинической психологии,
Одесского национального университета им. И.И. Мечникова, pestrueva@ukr.net**Украина, г. Одесса*

ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЦИО-ДЕМОГРАФИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ С ОТНОШЕНИЕМ К ФАКТОРАМ ЗДОРОВОГО И НЕЗДОРОВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Данная статья представляет собой эмпирическое исследование, которое было проведено для определения взаимосвязи между социо-демографическими показателями и отношением подростков к факторам здорового и нездорового поведения. С помощью опросника SEYLE были исследованы ученики возрастом от двенадцати до восемнадцати лет десяти школ города Одессы (n = 589). Установлено, что возраст испытуемых обратно пропорционально связан с предпочтением занятий спортом, ежедневным употреблением фруктов и овощей и воздержанием от табакокурения, как с факторами превенции заболеваний. Также обнаружено, что особое значение такому фактору здорового поведения, как употребление фруктов, придали подростки, которые обучаются в заведениях закрытого типа.

Ключевые слова: *подростки, здоровое поведение, вредные привычки психическое здоровье, социо-демографические показатели.*

Постановка проблемы. Несмотря на признание значимости и важности проблемы психического здоровья, подходы к ее пониманию и решению неоднозначны. Общеизвестна важность психического здоровья для общественного и экономического развития государства и качества жизни человека. В то же время основное внимание уделяется проблемам, связанным с психическими расстройствами. Четкий акцент на реальные программы формирования психического здоровья в нашей стране на данный момент отсутствуют.

Здоровье является одним из решающих факторов формирования молодого человека. Оно в значительной степени определяет выбор будущей деятельности, возможность всестороннего развития личности, ее социального утверждения [1]. Ухудшение здоровья подростков в значительной степени обусловлено поведенческим фактором, образом жизни самого подростка.

Важное значение имеет воспитание в подростках отношении к здоровью, как в ценности. Именно оно обуславливает формирование установки на усовершенствование психического здоровья. Такое отношение формируется в подростковом возрасте и часто может предопределить какой образ жизни будет свойственен этому ребенку во взрослом возрасте. Таким образом, в условиях современного украинского общества проблема сохранения здоровья подростков является чрезвычайно актуальной.

Анализ последних исследований и публикаций. Особый интерес представляет изучение межнациональных, региональных, а также гендерных особенностей поведения детей и подростков в аспекте здоровья [2]. Хорошее физическое и эмоциональное здоровье позволяет мальчикам и девочкам справляться с задачами роста и облегчает вступление во взрослую жизнь [3]. Совокупная поддержка со стороны родителей, сестер, братьев и сверстников является фактором, позволяющим с еще большей точностью прогнозировать позитивное

здоровье: чем больше источников поддержки, тем большая вероятность позитивного здоровья у детей [4]. Мы предполагаем, что поло-возрастные характеристики, наличие сиблингов и порядок рождения, а также тип учебного заведения, могут играть большую роль в отношении формирования образа жизни старших школьников.

Целью статьи являлось изучение отношения подростков к факторам здорового и нездорового поведения и его взаимосвязи с социо-демографическими параметрами.

Основной материал исследования. Общая выборка исследования составила 589 человек. Исследование проводилось в 10 средних учебных заведениях города Одессы. Были охвачены учебные заведения различных типов: общеобразовательные школы (ООШ), гимназия, лицей, колледж и школа-интернат. Работа выполнялась в рамках Шведско-Украинского проекта по изучению психического здоровья подростков (рук. проф. В.А. Розанов) в сотрудничестве с Шведским национальным центром суицидологических исследований (рук. проф. Д. Вассерман) при поддержке Шведского института (Swedish Institute). Средний возраст респондентов составил 14,866 лет (SD = 1,107 лет). Методическим обеспечением исследования являлся Комплексный опросник состояния психического здоровья и стиля жизни личности, разработанный для целей Европейского исследования SEYLE (Saving and Empowering Young Lives in Europe) [5].

Данное исследование является продолжением работ [6-8], выполненных в рамках программы изучения психического здоровья подростков.

В рамках опросника SEYLE нами изучалось отношение подростков к факторам здорового и нездорового поведения и его взаимосвязи с социо-демографическими показателями испытуемых (пол, возраст, количество сиблингов, порядок рождения, тип учебного заведения).

На первом этапе нами было проанализировано влияние возраста испытуемых на предпочтение ими тех или иных факторов здорового и нездорового поведения с помощью критерия τ_b Кендалла [9]. Наблюдалась прямо пропорциональная связь между возрастом подростков и использованием средств контрацепции и противозачаточных таблеток ($\tau_b = 0,194$, $p < 0,001$) и воздержанием от употребления наркотиков ($\tau_b = 0,076$, $p < 0,05$), как факторов предотвращающих заболевания. Установлено, что возраст испытуемых обратно пропорционально связан с предпочтением занятий спортом ($\tau_b = -0,132$, $p < 0,001$), ежедневным употреблением фруктов и овощей ($\tau_b = -0,109$, $p < 0,001$) и воздержанием от табакокурения ($\tau_b = -0,073$, $p < 0,05$), как с факторами превенции заболеваний. Аналогичную тенденцию мы можем наблюдать в исследовании HBSC. По мере взросления показатели, связанные с ежедневным

употреблением фруктов, выполнением методических указаний относительно необходимости ежедневной физической активности, снижаются почти во всех странах и областях. Формы поведения, ставящие под угрозу здоровье (особенно курение или употребление алкоголя), как представляется, получают большее распространение в период с 13-летнего до 15-летнего возраста [10].

Обратно пропорционально связан возраст подростков с такими факторами нездорового поведения, как употребление алкоголя ($\tau_b = -0,156$, $p < 0,001$), табакокурение ($\tau_b = -0,101$, $p < 0,01$), чрезмерное использование телевизора, компьютера ($\tau_b = -0,075$, $p < 0,05$). Также возраст испытуемых коррелирует с опасной ездой ($\tau_b = 0,085$, $p < 0,05$), употреблением наркотиков ($\tau_b = 0,117$, $p < 0,001$) и рвотой для похудения ($\tau_b = 0,093$, $p < 0,01$), как с факторами нездорового образа жизни.

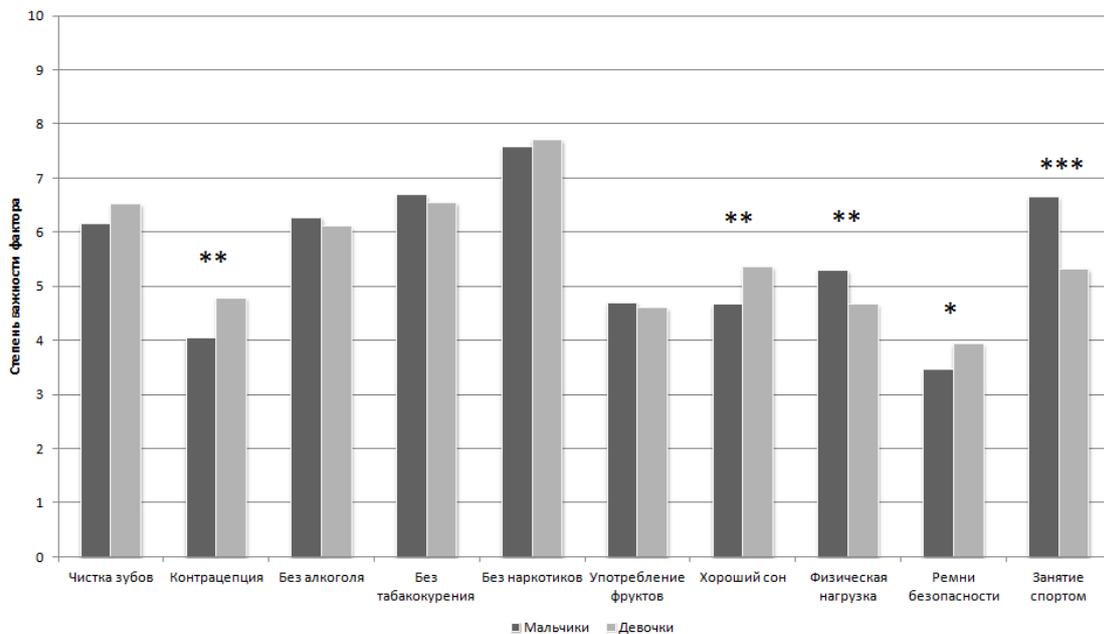


Рис. 1. Степень важности факторов здорового поведения в зависимости от пола испытуемых.

Примечание: значком *** отмечены коэффициенты ассоциации U Манна-Уитни, статистически значимые на уровне ($p < 0,001$);

значком ** отмечены коэффициенты ассоциации U Манна-Уитни, статистически значимые на уровне ($p < 0,01$);

значком * отмечены коэффициенты ассоциации U Манна-Уитни, статистически значимые на уровне ($p < 0,05$).

Далее с помощью критерия U Манна-Уитни [11] проводился анализ взаимосвязи отношения подростков к факторам здорового и нездорового образа жизни и пола испытуемых. Статистически значимые различия в зависимости от пола испытуемых были отмечены по отношению к некоторым факторам здорового поведения. Девочки придавали большее значение использованию

средств контрацепции и противозачаточных таблеток ($U = 32304,000$, $p < 0,01$), хорошему качеству сна ($U = 32338,500$, $p < 0,01$) и пристегиванию ремней безопасности ($U = 34059,000$, $p < 0,05$). Как мы видим на Рис.1 для мальчиков важнее оказались такие факторы здорового образа жизни, как необходимая физическая нагрузка ($U = 32381,000$, $p < 0,01$) и регулярные занятия спортом ($U = 27371,500$, $p < 0,001$). В австралийском исследовании, в котором изучался вопрос о причинах неучастия девочек в спортивных занятиях, отмечается, что девочки определяют спортивные занятия как «неприкольные»; они чувствовали, что, занимаясь спортом, они нарушают традиционные гендерные границы, и были обеспокоены тем, что их внешность приобретет мужские черты [12].

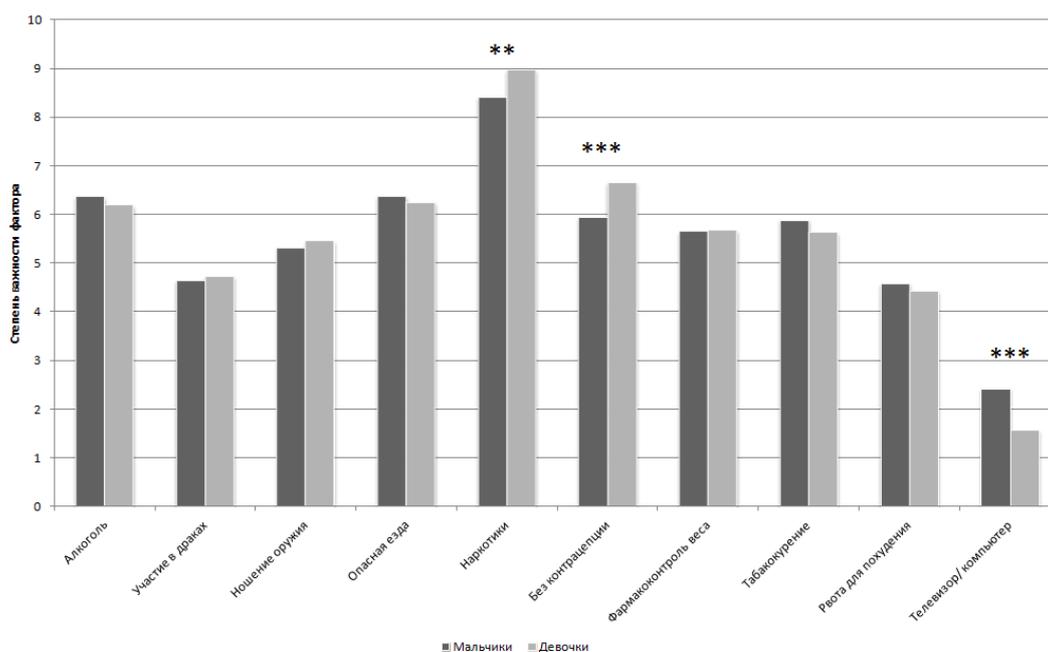


Рис.2. Степень важности факторов нездорового поведения в зависимости от пола испытуемых

Примечание: значком *** отмечены коэффициенты ассоциации U Манна-Уитни, статистически значимые на уровне ($p < 0,001$);

значком ** отмечены коэффициенты ассоциации U Манна-Уитни, статистически значимые на уровне ($p < 0,01$).

Также статистически значимые отличия в зависимости от пола испытуемых были отмечены в отношении подростков к употреблению наркотиков ($U = 32261,500$, $p < 0,01$), вступлению в сексуальные связи без защиты ($U = 30076,000$, $p < 0,001$) и отношением к пассивному отдыху ($U = 29803,500$, $p < 0,001$), как к факторам нездорового образа жизни. При этом на Рис.2 мы можем увидеть, что факторы употребления наркотиков и вступления в сексуальные связи без защиты оказались особенно опасными для здоровья, по мнению подростков женского пола. Такой фактор нездорового образа жизни как пассивный отдых посчитали более вредным подростки мужского пола. По результатам обследования HBSC среди школьников выявляются четкие гендерные различия в плане форм поведения в отношении здоровья. Мальчики более активны физически, однако с возрастом, в отличие от девочек, у них повышаются показатели случаев экспериментирования с коноплей. Закономерности в отношении сексуального поведения в раннем возрасте не столь последовательны. Где-то мальчики с большей

вероятностью сообщают о том, что имели опыт полового акта (преимущественно в странах Восточной Европы), а в каких-то странах и областях – девочки (преимущественно в странах Северной и Западной Европы) [10].

Далее нами было изучено влияние количества братьев, количества сестер, количества сиблингов и порядка рождения респондентов на их предпочтения в отношении факторов здорового и нездорового поведения. Такой фактор нездорового поведения, как ношение оружия, коррелирует с количеством братьев ($\tau = 0,089$, $p < 0,05$) и количеством сиблингов ($\tau = 0,085$, $p < 0,05$). Также количество сиблингов обратно пропорционально связано с вступлением в сексуальные связи без защиты ($\tau = -0,070$, $p < 0,05$). Порядок рождения оказался прямо пропорционально связан с такими факторами здорового образа жизни, как чистка зубов ($\tau = 0,073$, $p < 0,05$) и пристегивание ремней безопасности ($\tau = 0,117$, $p < 0,001$) и обратно пропорционально связан с воздержанием от употребления наркотиков ($\tau = -0,069$, $p < 0,05$). В Европейском исследовании, посвященном изучению психо-социальных факторов алкогольной и наркотической зависимости у подростков, мы можем наблюдать следующее. Подростки, имеющие друзей или старших сестер или братьев, потребляющих коноплю, могут подражать им [13].

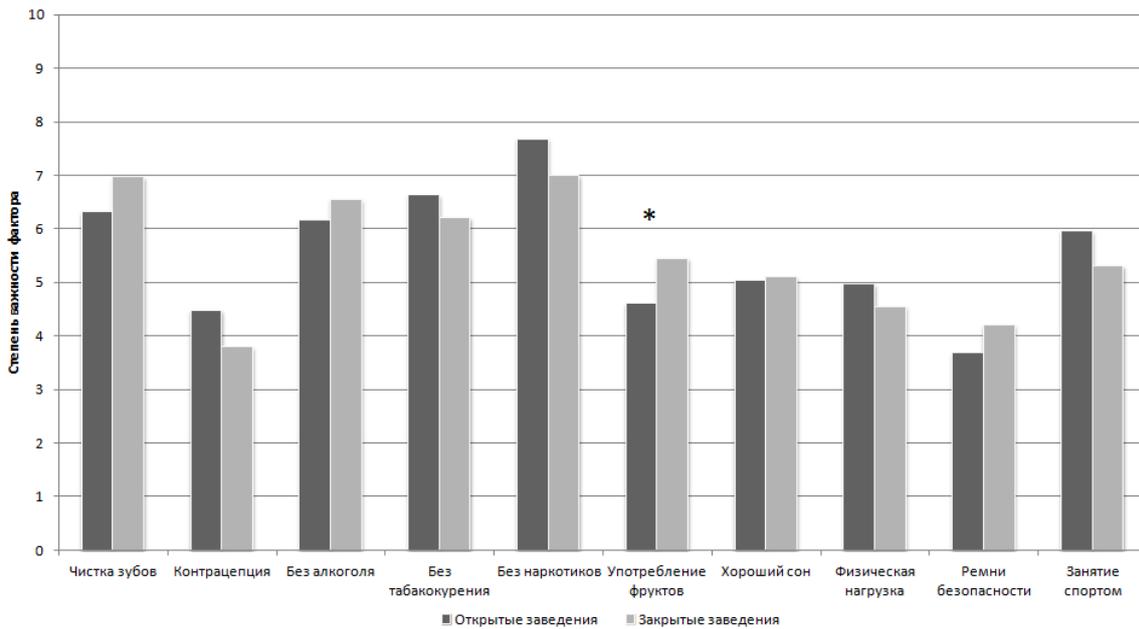


Рис.3. Степень важности факторов здорового поведения в зависимости от типа учебного заведения

Примечание: значком * отмечены коэффициенты ассоциации U Манна-Уитни, статистически значимые на уровне ($p < 0,05$).

На следующем этапе нами исследовалась взаимосвязь отношения подростков к факторам здорового и нездорового поведения с типом учебного заведения. Мы разделили учебные заведения на две группы: учебные заведения открытого типа и учебные заведения закрытого типа. К первой группе мы отнесли общеобразовательные школы, гимназию, лицей и колледж. Ко второй группе – школу-интернат. В результате исследования стало известно, что статистически значимые отличия были обнаружены только в отношении такого фактора здорового образа жизни, как употребление фруктов ($U = 6027,000$, $p < 0,05$). Как видно из Рис. 3 особое значение этому фактору придали подростки, которые обучаются в заведениях закрытого типа. В отношении подростков к факторам негативного жизненного стиля в зависимости от типа учебного заведения статистически значимых отличий установлено не было. На наш взгляд, то что большее значение такому фактору позитивного образа жизни, как употребление фруктов, уделили дети, обучающиеся в учебных заведениях закрытого типа, можно объяснить их низким социо-экономическим статусом. Так как фрукты обеспечивают организм меньшей энергией по сравнению с другими продуктами аналогичной стоимости, поэтому семьям с более низким доходом приобретение фруктов может казаться нерациональной тратой денег [14]. По причине того, что в семьях с низким социо-экономическим статусом фрукты покупаются не очень часто, они приобретают особую значимость и ценность для этих детей.

Таким образом, ряд результатов нашего исследования находят свое подтверждение в теоретических концепциях различных авторов.

Выводы. В результате исследования учащихся средних школ города установлено, что возраст испытуемых обратно пропорционально связан с предпочтением занятий спортом ($\tau_b = -0,132$, $p < 0,001$), ежедневным употреблением фруктов и овощей ($\tau_b = -0,109$, $p < 0,001$) и воздержанием от табакокурения ($\tau_b = -0,073$, $p < 0,05$), как с факторами превенции заболеваний. Анализ взаимосвязи образа жизни с полом показал, что девочки придавали большее значение использованию средств контрацепции и противозачаточных таблеток ($U = 32304,000$, $p < 0,01$), в то время как для мальчиков важнее оказались такие факторы здорового образа жизни, как необходимая физическая нагрузка ($U = 32381,000$, $p < 0,01$) и регулярные занятия спортом ($U = 27371,500$, $p < 0,001$). Порядок рождения оказался обратно пропорционально связан с воздержанием от употребления наркотиков ($\tau = -0,069$, $p < 0,05$). Статистически значимые отличия между школами были обнаружены только в отношении такого фактора здорового образа жизни, как употребление фруктов ($U = 6027,000$, $p < 0,05$). Большее значение ему придавали учащиеся закрытых заведений. Результаты данного исследования могут быть использованы в педагогической и психологической практике для формирования здорового поведения у подростков.

Литература

1. Мосьян М. Профілактика адиктивної поведінки та формування здорового способу життя в підлітків та молоді засобами фізичної культури та спорту / М. Мосьян // Молода Спортивна Наука України. – 2008. – III. 4. – С. 145-148.
2. Загрутдинова А.Т. Поведение подростков в сфере здоровья и его гендерные особенности: Социологический анализ (На материалах Республики Татарстан) / А.Т. Загрутдинова // Теория и практика общественного развития. – 2012. – № 1. – С. 64-67.

3. Petersen AC et al. Promoting mental health during the transition into adolescence. In: Schulenberg J, Maggs JL, Hurrelmann K, eds. *Health risks and developmental transitions during adolescence*. New York, Cambridge University Press, 1997.

4. Molcho M, Nic Gabhainn S, Kelleher C. Interpersonal relationships as predictors of positive health among Irish youth: the more the merrier. *Irish Medical Journal*, 2007, 100:8:(Suppl.):33–36.

5. Wasserman D. Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE): a randomized controlled trial / D. Wasserman, V. Carli, C. Wasserman et al. // *BMC Public Health*. – 2010 – No. 10. – P. 192-206.

6. Rozanov V.A., Ukhanova A.I., Rakhimkulova A.V. Meaning in life - relation to mental health indicators, self-perception, suicidal thoughts and attempts in adolescents. In: 15th European symposium on suicide and suicidal behavior Abstract Book (Tallinn, 27.-30.08.2014). - P. 147-147.

7. Розанов В.А., Рейтарова Т.Е., Рахимкулова А.С., Уханова А.И., Розанова О.В. Психическое здоровье и суицидальные тенденции среди подростков в связи с социально-экономическими факторами семьи // *Академический журнал Западной Сибири*. – 2012. – № 5. – С.32-33.

8. Уханова А.И. Отношение к факторам здорового и нездорового поведения у подростков / А.И. Уханова // *Медицинская психология*. – 2015. – Т.10, № 1 – С.46-52.

9. Kendall M. A New Measure of Rank Correlation / M. Kendall // *Biometrika*. - 1938. - V.30 (1-2). - P. 81-89. Rozanov V.A., Ukhanova A.I. Adolescents' suicidal thoughts in relation to psycho-social factors // *Ceska a Slovenska Psychiatrie*. – 2012. – V.108 (suppl.1). – P.332-332.

10. Социальные детерминанты здоровья и благополучия подростков. Исследование «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья»: международный отчет по результатам обследования 2009–2010 гг. [Электронный ресурс] / Под ред. Currie C и др. – Копенгаген, Европейское региональное бюро ВОЗ, 2012 г. – Сер. «Политика охраны здоровья детей и подростков», № 6. - Режим доступа: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/181551/E96444_part1-Rus.pdf.

11. Mann H. B., Whitney D. R. On a test of whether one of two random variables is stochastically larger than the other. // *Annals of Mathematical Statistics*. – 1947. – № 18. – P. 50-60.

12. Slater A, Tiggemann M. "Uncool to do sport": a focus group study of adolescent girls' reasons for withdrawing from physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 2010, 11:619-626.

13. Kokkevi A et al. Psychosocial correlates of substance use in adolescence: a cross-national study in six European countries. *Drug and Alcohol Dependence*, 2007, 86(1):67-74.

14. Darmon N, Drewnowski A. Does social class predict diet quality? *The American Journal of Clinical Nutrition*, 2008, 87(5):1107-1117.

References

1. Mospan, M. (2008). Profilaktika adiktivnoyi povedInki ta formuvannya zdorovogo sposobu zhittya v pIdItkIv ta molodi zasobami fizichnoyi kulturi ta sportu [Prevention of addictive behavior and promoting healthy lifestyles in adolescents and young people by means of physical culture and sport]. *Moloda Sportivna Nauka UkraYini - Young Sports Science Ukraine*, 4, 145-148 [in Russian].

2. Zagrutdinova, A.G. (2012). Povedenie podrostkov v sfere zdorovya i ego gendernyye osobennosti: Sotsiologicheskyy analiz (Na materialah Respubliky Tatarstan) [Adolescents' behavior in the field

of health and its gender characteristics: Sociological analysis (On the materials of the Republic of Tatarstan)]. *Teoriya i praktika obschestvennogo razvitiya - Theory and practice of social development*, 1, 64-67 [in Russian].

3. Petersen AC et al. Promoting mental health during the transition into adolescence. In: Schulenberg J, Maggs JL, Hurrelmann K, eds. *Health risks and developmental transitions during adolescence*. New York, Cambridge University Press, 1997.

4. Molcho M, Nic Gabhainn S, Kelleher C. Interpersonal relationships as predictors of positive health among Irish youth: the more the merrier. *Irish Medical Journal*, 2007, 100:8:(Suppl.):33–36.

5. Wasserman D. Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE): a randomized controlled trial / D. Wasserman, V. Carli, C. Wasserman et al. // *BMC Public Health*. – 2010 – No. 10. – P. 192-206.

6. Rozanov V.A., Ukhanova A.I., Rakhimkulova A.V. Meaning in life - relation to mental health indicators, self-perception, suicidal thoughts and attempts in adolescents. In: 15th European symposium on suicide and suicidal behavior Abstract Book (Tallinn, 27.-30.08.2014). - P. 147-147.

7. Rozanov, V.A., Reytarova, T.E., Rakhimkulova, A.S., Uhanova, A.I., Rozanova, O.V. (2012). Psichicheskoye zdorove i suitsidalnyye tendentsii sredi podrostkov v svyazi s sotsio-ekonomicheskimi faktorami semi [Mental health and suicidal tendencies among adolescents in connection with the socioeconomic factors of the family]. *Akademicheskyy zhurn. Zapadnoy Sibiri - Academic Journal. Western Siberia*, 5, 32-33 [in Russian].

8. Uhanova, A.I. (2015) Otnoshenie k faktoram zdorovogo i nezdorovogo povedeniya u podrostkov [Attitude to the factors of healthy and unhealthy behavior in adolescents]. *Meditsinskaya psihologiya - Medical Psychology*, 10, 1, 46-52 [in Russian].

9. Kendall M. A New Measure of Rank Correlation / M. Kendall // *Biometrika*. - 1938. - V.30 (1-2). - P. 81-89. Rozanov V.A., Ukhanova A.I. Adolescents' suicidal thoughts in relation to psycho-social factors // *Ceska a Slovenska Psychiatrie*. – 2012. – V.108 (suppl.1). – P.332-332.

10. Sotsialnyye determinanty zdorovya i blagopoluchitya podrostkov. Issledovanie «Povedenie detey shkolnogo vozrasta v otnoshenii zdorovya»: mezhdunarodnyy otchet po rezultatam obsledovaniya 2009–2010 gg. [Social determinants of health and well-being among young people : Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) study : international report from the 2009/2010 survey]. Pod red. Currie C i dr. [edited by Candace Currie et al.]. Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, (2012) - Ser. "The policy of protecting the health of children and adolescents" Vol. 6. Retrieved from : http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/181551/E96444_part1-Rus.pdf.

11. Mann H. B., Whitney D. R. On a test of whether one of two random variables is stochastically larger than the other. // *Annals of Mathematical Statistics*. – 1947. – № 18. – P. 50-60.

12. Slater A, Tiggemann M. "Uncool to do sport": a focus group study of adolescent girls' reasons for withdrawing from physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 2010, 11:619-626.

13. Kokkevi A et al. Psychosocial correlates of substance use in adolescence: a cross-national study in six European countries. *Drug and Alcohol Dependence*, 2007, 86(1):67-74.

14. Darmon N, Drewnowski A. Does social class predict diet quality? *The American Journal of Clinical Nutrition*, 2008, 87(5):1107-1117.

Ukhanova A.I.,

*Senior Lecturer of the Department of Clinical Psychology, Odessa I.I. Mechnikov National University, pestrueva@ukr.net
Ukraine, Odessa*

THE ATTITUDE TO FACTORS OF HEALTHY BEHAVIOR IN ADOLESCENTS

The paper presents the empirical study of relationship between socio-demographic determinants and adolescents' attitude to factors of healthy and unhealthy behavior. SEYLE inventory was administrated to the students of age between twelve to eighteen years from ten schools of Odessa, Ukraine (n = 589). It has been established that the age of the respondents is inversely related to the preference for regular physical exercises, daily consumption of fruits and vegetables, and abstinence from smoking as diseases prevention factors. It was determined that adolescents from the boarding school attached particular importance to such a factor of healthy behavior as fruit consumption.

Key words: *adolescents, healthy behavior, bad habits, mental health, socio-demographic indicators.*

