

УДК 796:613-057.875+659.3

Єременко (Спичак) Н. П.

## ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ЗАСОБІВ МАСОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ НА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

*Мета дослідження – визначити особливості впливу засобів масової інформації на формування здорового способу життя студентської молоді. У статті наведено результати досліджень, які проводилися серед студентів Національного університету харчових технологій (НУХТ) у кількості 50 осіб віком 17–20 років. Для вирішення поставлених в роботі завдань використовувалися такі методи: аналіз літературних джерел; педагогічне спостереження; анкетування; методи математичної статистики.*

**Ключові слова:** засоби масової інформації, спосіб життя, студенти.

**Постановка проблеми.** Здоровий спосіб життя є передумовою для розвитку різних сторін життєдіяльності людини, досягнення довголіття і повноцінного виконання соціальних функцій, для активної участі в трудовій, громадській, сімейно-побутовій, досуговій формах життєдіяльності [2; 4]. Проблема здорового способу життя викликана зростанням і зміною характеру навантажень на організм людини у зв'язку з ускладненням громадського життя, збільшенням ризиків техногенного, екологічного, психологічного, політичного і військового характеру, що провокують негативні зрушення у стані здоров'я [1; 6; 9].

Актуальність теми дослідження щодо впливу засобів масової інформації (ЗМІ) на формування способу життя визначена проблемою тенденції до збільшення негативного впливу ЗМІ на спосіб життя особистості, особливо стосовно молодіжної аудиторії, на формування світогляду якої чинить вплив інформація, що надходить з різноманітних джерел, які розповсюджуються через ЗМІ. Визначення ступеню впливу ЗМІ на формування здорового способу життя, а також причин, що можуть призвести до асоціального впливу, є необхідними для можливості відвернути негативні наслідки такого впливу [2; 3; 5; 8].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** З раннього дитинства людина опиняється в інформаційному полі, вона не може жити без інформації, сприймаючи її через безліч каналів, і на основі її обробки формує свою поведінку. ЗМІ створюють своєрідний інформаційний світ, в якому людина, зокрема, молода людина, виробляє певний світогляд щодо життя, способу життя, стилю життя, типів поведінки тощо; хоча інформація, що надходить зі ЗМІ має, здебільшого, несистематизований, а часом і суперечливий характер, тому дана тема являється дуже актуальною [2; 7; 8].

ЗМІ можуть ефективно змінювати ставлення людини до здоров'я, особливо коли вплив супроводжується особистими інструкціями. Зміна ставлення людей до ЗМІ може бути результатом вивчення різних загроз здоров'ю, які виникають завдяки ЗМІ, що може призвести до відповідних змін у поведінці.

Таким чином, ЗМІ відіграють особливу роль у формуванні здорового способу життя. Здатність генерувати усвідомлення великою кількістю людей певної проблеми вважається однією з переваг мас-медіа, однак іноді втручання мас-медіа є не зовсім вдалим у цьому відношенні. Однією з найважливіших функцій ЗМІ є передача простої інформації великій кількості людей. Оволодіння знаннями є вагомим результатом, оскільки це веде до створення бажаного ставлення і стає необхідною умовою для подальшого формування у людини здорової поведінки.

**Мета роботи** – визначити ступінь та наслідки впливу ЗМІ на формування здорового способу життя молоді.

### **Завдання:**

1. Вивчити та узагальнити основні теоретичні аспекти щодо формування здорового способу життя та впливу ЗМІ на цей процес.
2. Визначити загальне відношення до ЗМІ та вплив окремих ЗМІ на формування здорового способу життя.
3. Узагальнити перспективи популяризації здорового способу життя через застосування ЗМІ.

**Матеріали та методи дослідження:** у статті наведено результати досліджень, які проводилися серед студентів Національного університету харчових технологій (НУХТ) у кількості 50 осіб віком 17 – 20 років. Для вирішення поставлених в роботі завдань використовувалися такі методи: аналіз літературних джерел; педагогічне спостереження; анкетування; методи математичної статистики.

**Результати роботи та їх обговорення.** За даними анкетування можна визначити, що прямий вплив на ФЗСЖ здійснюють тематичні передачі про здоров'я, спорт та правильне харчування – 28 % опитаних, однак майже пропорційна кількість (24 %) не переглядають такі передачі. Враховуючи 34 % опитаних, що визнають можливий вплив цих ЗМІ на підсвідомому рівні, можна зауважити, що на більшість (62 %) даний вид ЗМІ напрямують або на підсвідомому рівні таки впливає (рис. 1).

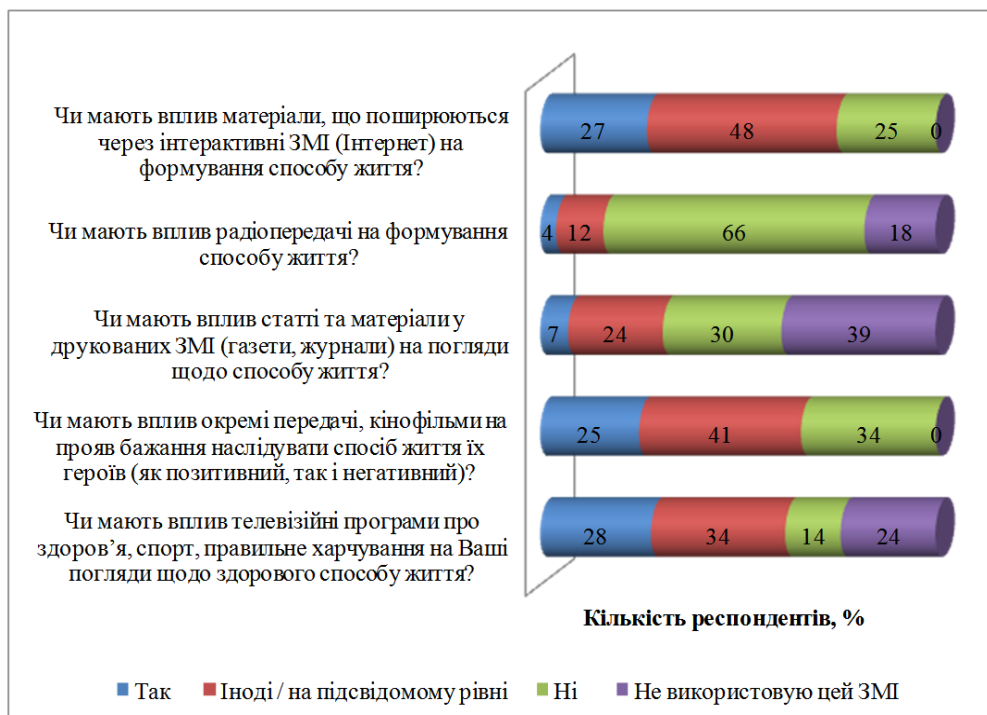


Рис. 1. Вплив різних ЗМІ на ФЗСЖ молоді

Щодо впливу на виникнення бажання наслідувати спосіб життя (як позитивний, так і негативний) героїв кінофільмів та телепередач, то підсвідомий вплив визнає 41 % опитаних, прямий вплив – 25 %, не визнають вплив – 34 %. Отже, знову таки, більшість (66 %) все ж таки відчуває вплив телевізійних ЗМІ на ФЗСЖ.

Найменший прямий чи підсвідомий вплив здійснюють друковані та радіо ЗМІ – 31 % проти 69 % та 16 % проти 84 % відповідно.

Найбільший вплив здійснюють на сьогодні інтерактивні ЗМІ – 27 % визнають прямий вплив та 48 % – підсвідомий, проти 25 % опитаних, що цей вплив на собі не відчувають.

Отже, найбільш впливовими засобами розповсюдження інформації для молодіжної аудиторії є телебачення та інтерактивні ЗМІ (Інтернет). Однак, вагомий вплив цих ЗМІ може бути як позитивним, так і негативним у залежності від того, яку інформацію зі засоби у собі несуть, та яку інформацію готові сприймати представники молодіжної аудиторії.

Наступним кроком аналізу було визначення думки молоді щодо перспективи популяризації ЗСЖ через ЗМІ – результати представлені на рис. 2.

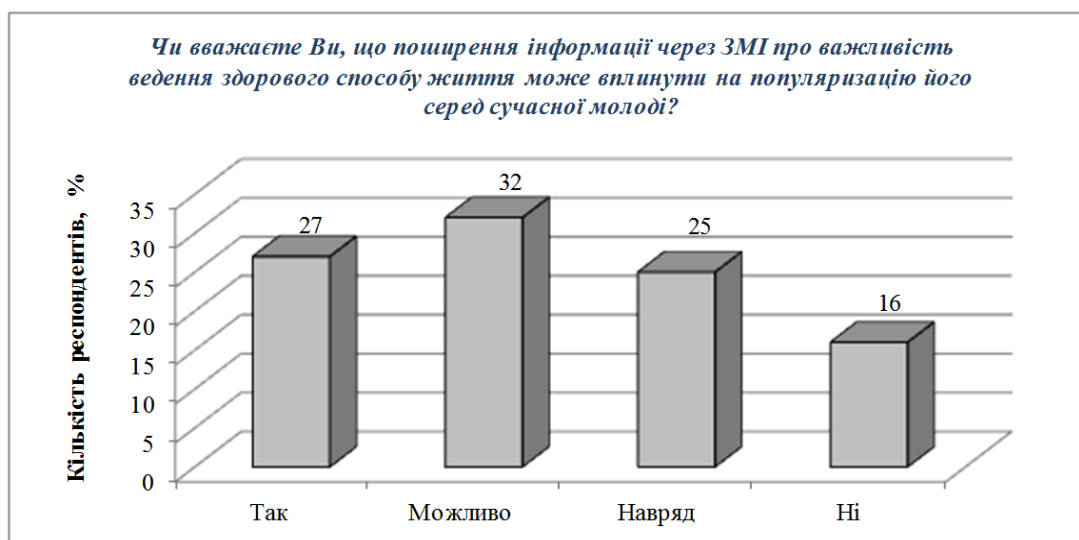


Рис. 2. Перспективи популяризації ЗСЖ через ЗМІ

Отже, 59 % респондентів вважають, що популяризація ЗСЖ через ЗМІ можлива, 25 % – сумніваються щодо дієвості ЗМІ у цьому напрямі, а 16 % категорично відвертають таку можливість.

Для тих 41 % опитаних, що сумніваються або відвертають можливість популяризації ЗСЖ через ЗМІ було поставлено додаткове запитання, що дозволяє встановити причини такої позиції (рис. 3).

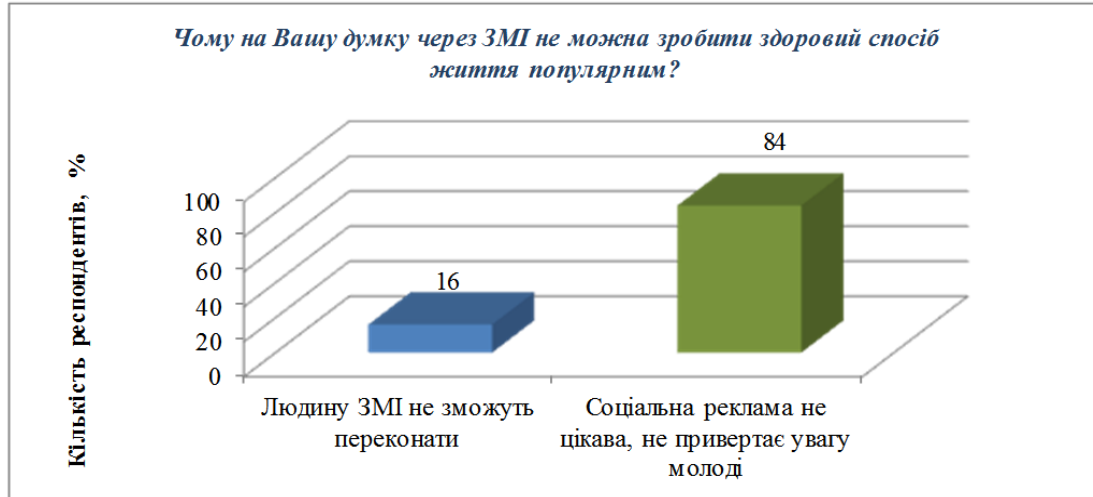


Рис. 3. Причини відвертання можливості впливу ЗМІ на ФЗСЖ

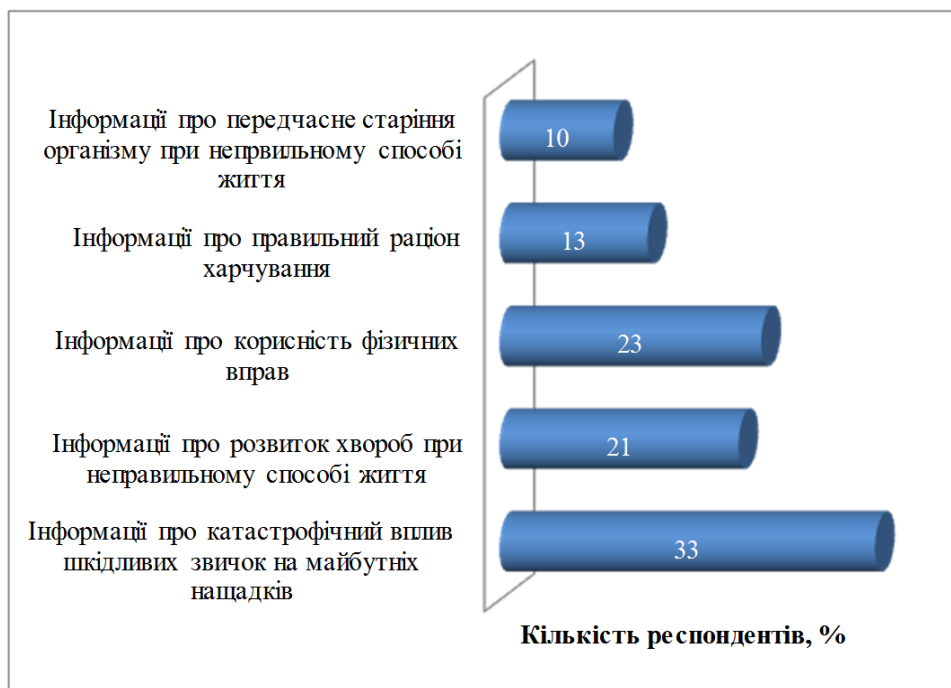
Для тих 84 %, хто вважає, що причиною відсутності можливості популяризації ЗСЖ через ЗМІ є невідповідність соціальної реклами, поставлене ще одне додаткове питання щодо пропозицій молоді відносно спрямування такої реклами, яке, на їх думку, дасть можливість привернути увагу молоді (рис. 4).



Рис. 4. Пропозиції молоді щодо змісту соціальної реклами у ЗМІ

Більшість опитаних роблять акцент на присутності у ЗМІ порівняння так званого "правильного" та "неправильного" способу життя та відображення наслідків "неправильного" способу – 41 та 32 % відповідно. У даному аспекті молодь вважає, що це може змусити замислитися над своїми життєвими принципами, спричинити можливий поштовх до змін. Важливість почуття гумору та яскравих відтінків у соціальній реклами визнають 23 %.

Для тих, хто вважають популяризацію ЗСЖ через ЗМІ можливою, було поставлено відкрите питання щодо визначення інформації, якої бракує зараз у сучасних ЗМІ. Тобто точку зору прихильників цієї думки також враховано. Результати наведені на рис. 5.



**Рис. 5. Інформація, яку хочуть бачити у ЗМІ представники молодіжної аудиторії**

За наведеними даними, представники молодіжної аудиторії хочуть бачити у ЗМІ більше інформації про пагубний вплив шкідливих звичок на нащадків – 33 %, про вплив неправильного способу життя на розвиток хвороб – 21 %, передчасне старіння організму – 10 %, про позитивний вплив та користь фізичних вправ – 23 % та інформацію про правильний раціон харчування – 13 %.

Останнім питанням, що було досліджено було визначення видів ЗМІ, які молодь вважає ефективними для розповсюдження інформації про ФЗСЖ (рис. 6).

На думку молодіжної аудиторії, визначено три найефективніші ЗМІ, що можуть доносити інформацію про ФЗСЖ – Інтернет (29 %), телебачення (26 %) та зовнішня реклама (26 %).

### **Висновки**

1. Вивчили та узагальнили основні теоретичні аспекти щодо формування здорового способу життя та впливу ЗМІ на цей процес. Здоров'я – це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороби або фізичних дефектів. Сучасні теорія і практика формування здорового способу життя (ФЗСЖ) вирізняють шість рівнів здоров'я світової спільноти, структурованих за кількісною ознакою – від окремого індивіда до людства в цілому. Засоби масової інформації – засіб донесення інформації (за принципом широкомовного каналу, що охоплює велику аудиторію і діє на постійній підставі). ЗМІ відіграють особливу роль у формуванні здорового способу життя, оскільки мають здатність генерувати усвідомлення великою кількістю людей певної проблеми, що вважається однією з переваг мас-медіа. ЗМІ можуть ефективно змінювати ставлення людини до здоров'я, особливо коли вплив супроводжується особистими інструкціями. Зміна ставлення людей до ЗМІ може бути результатом вивчення завдяки ЗМІ різних загроз здоров'ю, що може призвести до відповідних змін у поведінці.

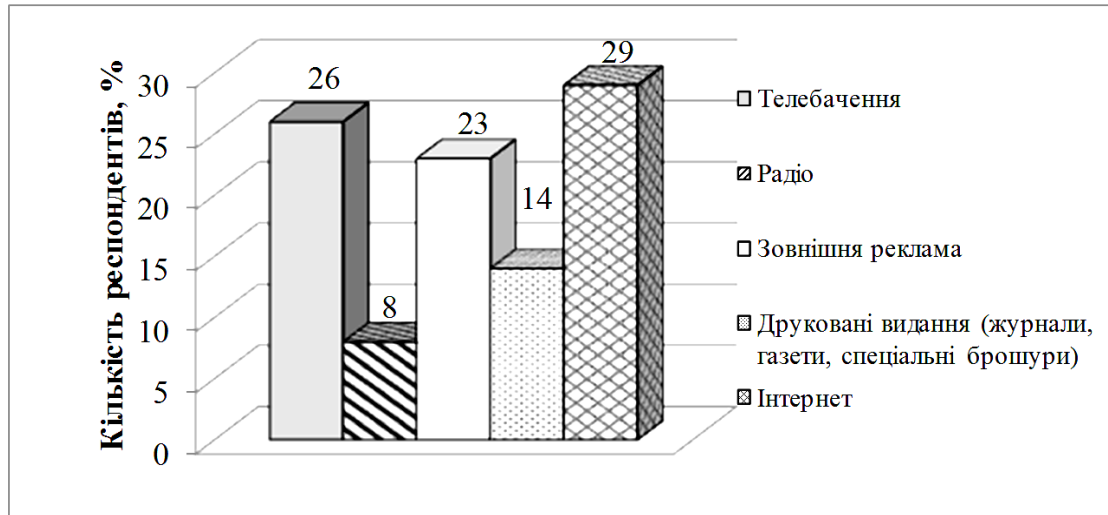


Рис. 6. Ефективні ЗМІ для пропагування ЗСЖ

2. Визначили загальне відношення до ЗМІ та вплив окремих ЗМІ на формування здорового способу життя. Таким чином, 59 % респондентів вважають, що популяризація ЗСЖ через ЗМІ можлива, 25 % – сумніваються щодо дієвості ЗМІ у цьому напрямі, а 16 % категорично відвертають таку можливість. 84 % респондентів вважають, що причиною неможливості популяризувати ЗСЖ через ЗМІ є нецікавість, невідповідність соціальної реклами, що не здатна привернути увагу молоді; 16 % вважають, що вплив на думку молоді через ЗМІ взагалі неможливий.

За наведеними даними, представники молодіжної аудиторії хочуть бачити у ЗМІ більше інформації про пагубний вплив шкідливих звичок на нащадків – 33 %, про вплив неправильного способу життя на розвиток хвороб – 21 %, передчасне старіння організму – 10 %, про позитивний вплив та користь фізичних вправ – 23 % та інформацію про правильний раціон харчування – 13 %.

На думку молодіжної аудиторії, визначено три найефективніші ЗМІ, що можуть доносити інформацію про ФЗСЖ – Інтернет (29 %), телебачення (26 %) та зовнішня реклама (26 %).

3. Узагальнили перспективи популяризації здорового способу життя через застосування ЗМІ. Отже, найбільш впливовими засобами розповсюдження інформації для молодіжної аудиторії є телебачення та інтерактивні ЗМІ (Інтернет). Однак, вагомий вплив цих ЗМІ може бути як позитивним, так і негативним у залежності від того, яку інформацію ці засоби у собі несуть, та яку інформацію готові сприймати представники молодіжної аудиторії. На думку сучасної молоді, у третині випадків ЗМІ здатні чинити вплив на ФЗСЖ. Позитивний вплив ЗМІ, за даними анкетування, переважає над негативним, однак лише на 5 %. Існує тенденція до популяризації ЗСЖ через ЗМІ, у чому в цілому молодь відчуває потребу вже зараз, оскільки навіть прибічники негативної позиції щодо ЗСЖ вважають, що правильно розроблена соціальна реклама здатна змусити їх замислитися над вибором життєвих пріоритетів.

**Перспективи подальших досліджень** пов'язані з отриманням нових знань та реалізацією отриманих результатів; з цілеспрямованим впливом на процес формування здорового способу життя студентської молоді, та більш детальним вивченням впливу окремих факторів, та виявленням нових. Це дозволить сприяти популяризації здорового способу життя серед студентської молоді.

#### Використані джерела

1. Борисенко Н. Ф. Основные направления работы по формированию здорового образа жизни / Борисенко Н.Ф., Мовчанюк В.О., Меламент Л.Е., Рудь Г.В. // Лікарська справа. – 2008. – № 5–6. – С. 181.
2. Вакуленко О. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя / Вакуленко О., Жаліло Л., Комарова Н. та ін. – К., 2000. – С. 45–58.
3. Волков В. Л. Проблема розробки технології управління фізичною підготовкою сучасної студентської молоді / В. Л. Волков // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 2. – С. 41 – 47.
4. Дутчак М. В. Теоретичні аспекти впливу способу життя на здоров'я молоді / М. В. Дутчак, О. Л. Благий // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2011. – Випуск 91. – Т. I. – С. 147–149.

5. Єременко (Спичак) Н. П. Особливості впливу різних факторів на формування здорового способу життя студентської молоді / Н. П. Єременко (Спичак) // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова, Вип. 2 (43). Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – Київ, 2015. – С. 16–22.
6. Єременко (Спичак) Н. П. Здоров'я у системі цінностей студентів / Єременко (Спичак) Н. П. // Здоровий спосіб життя-здорова людина-здорове суспільство : матер. міжнародної науково-практичної конференції. – Кіровоград, 2012. – С. 78–80.
7. Саєнко О. Програмна структура національного телебачення як необхідна умова духовної консолідації українського суспільства / О. Саєнко, А. Саєнко // Україна на порозі третього тисячоліття: духовність як основа консолідації суспільства. – К., 1999. – С. 583.
8. Andersen K. Physical fitness and all-cause mortality : A prospective study of healthy men and women / Andersen K., Rutenfrans J., Masironi R. et al. – "JAMA". – 2009. – V. 262. – № 17. – P. 2395-2401.
9. Irwin J. D. Prevalence of university students' sufficient physical activity: A systematic review / Irwin J. D. // Perceptual and Motor Skills. – 2004. – V. 98. – P. 927–943.

*Eremenko (Spichak) N. P.*

#### THE FEATURES OF MEDIA INFLUENCE ON THE PROMOTING OF A STUDENTS' HEALTHY LIFESTYLE

*A healthy way of life is a pre-condition for development of different parties of vital functions of man, longevity achievement and valuable implementation of social functions, for active voice in labour, public, domestically-domestic and leisure forms of vital functions. The problem of healthy way of life is caused by increasing and changing of character of loading on the man's organism in connection with public life complication.*

*The actuality of research theme about mass-media influence on forming of way of life is certain. The problem of tendency of increasing of negative influence on the personality's way of life, especially in regard to a youth audience, information, acting from different sources widespread through mass-media, makes influence on forming of its world view. The determination of influence degree of mass-media on forming of healthy way of life, and also reasons that can cause to asocial influences are over needed for possibility to avert the negative consequences of such influence.*

*The target of the study is to define the features of influence of different factors on forming of healthy way of life of student young people. The task is to study and generalize basic theoretical aspects on forming of healthy way of life and influence of mass-media on this process; to define common attitude toward mass-media and influence separate on forming of healthy way of life; to generalize the prospects of popularization of healthy way of life through application of mass-media.*

*The results of studies, conducted among students of the National University of Food Technologies (NUFT) of 50 persons aged 17 – 20 years, are presented in the article. To achieve the tasks the following methods were used: analysis of literary sources; pedagogical supervision; questionnaires; methods of mathematical statistics.*

*The prospects of further researches are related to the receiving of new knowledge and to the realization of the got scores; and to purposeful affecting process of forming of healthy way of life of student young people, and to study the influence of separate factors and the discovery of new.*

**Key words:** *media, lifestyle, students.*

*Стаття надійшла до редакції 12.01.2017 р.*