

Социологические исследования по изучению уровня счастья среди москвичей старшего возраста

И. В. Богдан¹, М. Д. Горностаев¹, А. А. Скорик², Я. Р. Шляпина²

¹ Научно-исследовательский институт организации здравоохранения и медицинского менеджмента Департамента здравоохранения города Москвы

² Государственное бюджетное учреждение «Московское долголетие»

Формирование человекоцентричного здравоохранения невозможно без качественной обратной связи. Особенно ее важно иметь с людьми старшего возраста, которые априори находятся в зоне риска по заболеваемости. Примером такой обратной связи может служить совместное исследование социологов и «Московского долголетия».

Центр компетенций в области социологии

Для принятия управленческих решений в области здравоохранения очень важно выявить запросы, установки, реакции на принимаемые решения различных групп населения, включая уязвимые. В этой связи критически важно обеспечить высочайший методологический уровень применения социогуманитарных подходов. Важнейшим центром компетенций в этой области является Центр цифровой социологии и социогуманитарных технологий в здравоохранении НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента Департамента здравоохранения города Москвы. Это ведущее экспертное учреждение

в области методологической экспертизы по социогуманитарным исследованиям в московском здравоохранении. Сотрудники центра ежегодно проводят более 20 крупных исследований, опрашивают более 8 тысяч респондентов, анализируют более 800 тысяч сообщений в социальных медиа и более 16 тысяч социологических наблюдений.

В основу уникальных решений исследований центра заложена сервисная человекоцентричная модель. Такой подход позволяет выстроить механизмы коммуникации с целевыми группами в максимально понятной и удобной форме.

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ — НЕОТЪЕМЛЕМАЯ ЧАСТЬ ВСЕХ СТАНДАРТОВ УПРАВЛЕНИЯ КАЧЕСТВОМ В ОБЛАСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Коммуникации с населением, анализ обратной связи

В интересах пациентов и населения в целом центр реализует ряд комплексных проектов, направленных на сбор обратной связи от целевых групп и выработку прикладных рекомендаций по итогу ее анализа.

Эти работы включают:

- тестирование коммуникативных программ и цифровых продуктов для улучшения их понятности и полезности для конечных потребителей;
- анализ потребностей и запросов населения к системе здравоохранения для разработки рекомендаций по улучшению текущих процессов в отрасли.

Обратная связь — неотъемлемая часть всех стандартов управления качеством в области здравоохранения, поскольку

потенциальный получатель медицинской помощи может указать на слабые стороны помощи и дефекты, которые не видны при других формах контроля.

Изучая уровень удовлетворенности и лояльность пациентов и населения в целом, специалисты центра регулярно анализируют их запросы к системе здравоохранения, выделяют из них основные, определяют «зоны роста» и «лучшие практики» с позиции обратной связи. Анализ проводится в разрезе различных целевых групп и форм помощи.

Второе важное направление — сбор отзывов, связанных с предпочтениями по оказанию помощи, которые позволяют предсказать, какие организационные формы получат большую поддержку населения.

Изучая уровень удовлетворенности и лояльности пациентов и населения в целом, специалисты центра регулярно анализируют их запросы к системе здравоохранения, выделяют из них основные, определяют «зоны роста» и «лучшие практики».

Исследование уровня счастья среди участников «Московского долголетия»

Одна из работ центра была посвящена исследованию уровня счастья среди участников «Московского долголетия».

В рамках исследования изучалась связь различных факторов с уровнем счастья участников «Московского долголетия», для чего среди них с 15 по 23 июля 2023 года был проведен онлайн-опрос, в котором приняли

участие 8482 человека. Анкета составлена как на основе авторских вопросов, так и используемых Всероссийским центром изучения общественного мнения (ВЦИОМ) для исследования счастья. Использование валидированного в предыдущих исследованиях инструментария является хорошей практикой в рамках социологических исследований¹. >>>



В марте 2018 года по инициативе мэра Москвы стартовал городской проект «Московское долголетие», нацеленный на то, чтобы помочь старшему поколению поддерживать активный и здоровый образ жизни, создать максимум возможностей для самореализации москвичей «серебряного» возраста. За 6 лет к проекту «Московское долголетие» присоединилось более 570 тысяч горожан. За это время он превратился в настоящую экосистему для старших москвичей, где участники могут посещать занятия по 40 направлениям активностей под руководством профессиональных преподавателей на площадках 1,3 тысяч столичных организаций, а также создавать собственные клубы по интересам в более чем 130 центрах московского долголетия. Сейчас таких сообществ уже открыто более 5 тысяч. Все центры имеют локации и специальное оборудование для людей с разными интересами: кулинарные мастерские, медиагостиные с компьютерами, спортивные, тренажерные и актовые залы, бильярдные столы и другое.

¹ Индекс счастья: мониторинг ВЦИОМ URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/indeks-schastja-monitoring> (дата обращения: 06.06.2024)

Фиксируется зависимость между длительностью участия в «Московском долголетии» и ростом уровня счастья. Минимальные значения счастья фиксируются среди участников, посещающих «Московское долголетие» менее 1 месяца (табл. 1).

Статистически значимый рост счастья относительно «новичков» (77 %) отмечается после первых 6 месяцев участия в «Московском долголетии» (82 %, $p=0,034$). Аналогичную тенденцию мы видим и для роста индекса счастья.

Участие в «Московском долголетии» связано не только с большей долей счастливых людей, но и с меньшим количеством несчастных: количество несчастных людей сокращается с 10 % в первый месяц до 6 % для людей, занимающихся более полугода ($p=0,019$).

Также отмечается связь между самооценкой здоровья и счастьем (табл. 2). Респонденты, которые лучше оценивают свое здоровье относительно сверстников, значимо более счастливы — 88 % ($p\leq 0,001$), чем считающие, что их здоровье хуже, чем у сверстников — 64 %.

Результаты исследования показывают, что «Московское долголетие» добивается успеха в улучшении и физического, и ментального здоровья, маркером которого может являться субъективное чувство счастья. С другой стороны, связь может быть и обратной, так

как само ощущение счастья за счет улучшения эмоционального фона может улучшать самоощущение состояния здоровья.

Ментальное состояние социального окружения также демонстрирует связь с уровнем счастья.

41 % участников «Московского долголетия» считают, что в их окружении больше счастливых людей. Следует обратить внимание, что только 7 % респондентов заявили о том, что вокруг них больше несчастных людей (рис. 1).

Отмечается зависимость между самооценкой счастья и восприятием социального окружения. Респонденты, которые заявили, что в их окружении больше счастливых людей, значительно счастливее, 96 % ($p\leq 0,001$), чем участники программы, которые считают, что несчастных людей в их окружении больше 43 %.

Представленные выводы о влиянии на самооценку уровня счастья людей старшего возраста таких факторов, как здоровье и благополучие социального окружения, подтверждаются также результатами анализа ответов на открытые вопросы.

Самой большой радостью в жизни 52 % респондентов назвали семью. Благополучие семьи играет важную роль в формировании уровня счастья: «54 года совместной жизни, трое детей, внуки, что еще надо для счастья» (рис. 2). >>>

Таблица 1 | Влияние длительности участия в «Московском долголетии» на уровень счастья (N = 8482)

	Менее 1 месяца	От 1 до 6 месяцев	Более 6 месяцев
Скорее счастливы >	77 %	81 %	82 %
Скорее несчастливы >	10 %	8 %	6 %
Затрудняюсь ответить >	13 %	11 %	12 %
Индекс счастья >	66	73	75

Таблица 2 | Связь самооценки здоровья и уровня счастья участников «Московского долголетия» (N=8482)

	Скорее лучше здоровье, %	Такое же, %	Скорее хуже здоровье, %	Затрудняюсь ответить, %
Скорее счастливы >	88	78	64	80
Скорее несчастливы >	5	8	18	5
Затрудняюсь ответить >	7	14	18	15

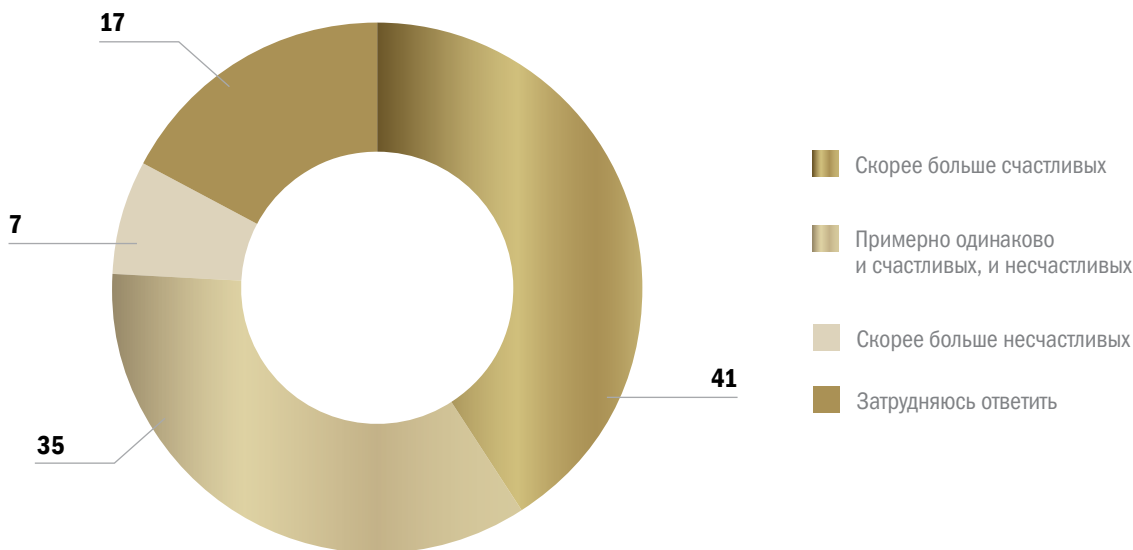


Рисунок 1 | Распределение ответов респондентов на вопрос «Как Вам кажется, среди Ваших знакомых и близких больше счастливых людей или несчастных?» (N=8482), %

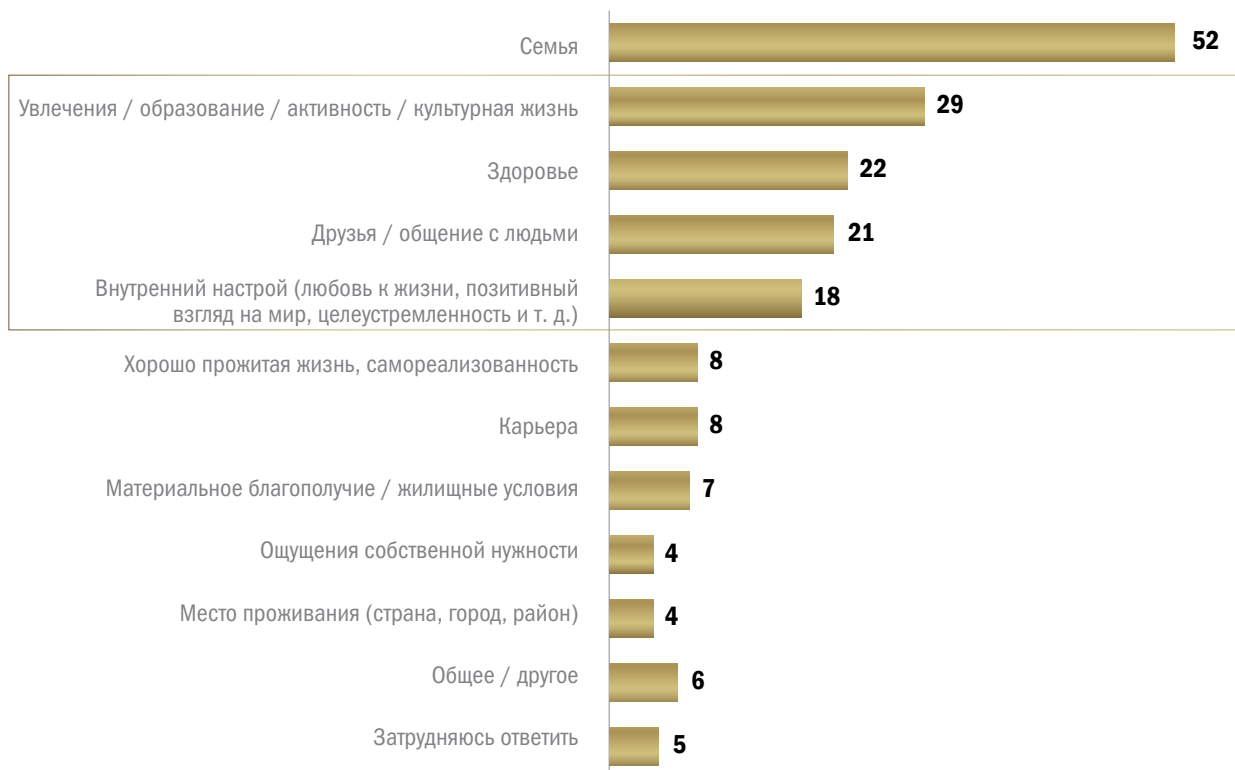


Рисунок 2 | Распределение ответов на вопрос «Если Вы ощущаете себя счастливым человеком, то скажите, пожалуйста, почему?» (открытый вопрос, N=568). Сумма ответов больше 100 %, т. к. респондент мог предлагать несколько вариантов, %

УЧАСТИЕ В «МОСКОВСКОМ ДОЛГОЛЕТИИ» СВЯЗАНО НЕ ТОЛЬКО С БОЛЬШЕЙ ДОЛЕЙ СЧАСТЛИВЫХ ЛЮДЕЙ, НО И С МЕНЬШИМ КОЛИЧЕСТВОМ НЕСЧАСТНЫХ



Анна Скорик

Заместитель директора ГБУ
«Московское долголетие»:

«Проект “Московское долголетие” задумывался на старте как досуговый. Было важно сделать так, чтобы жизнь людей старшего возраста оставалась насыщенной. Чтобы люди старшего возраста не теряли интереса к жизни, нашли себе занятия по душе. Однако проведенные исследования показали, что “Московское долголетие” имеет еще и оздоровительный эффект, положительно влияя на самочувствие и укрепление здоровья людей старшего возраста. Это отмечают и сами участники проекта, а также их взрослые дети, которые готовы рекомендовать своим родителям участие в “Московском долголетии”».

Факторы счастья могут и напрямую культивироваться в «Московском долголетии». В топ-5 ведущих попали увлечения и хобби — 29 %, сохранение и укрепление здоровья — 22 %, общение с людьми — 21 %, сохранение внутреннего позитивного настроения — 18 %.

Важность здоровья, семейного благополучия, материального достатка, любви и взаимопонимания подчеркивалась другими исследователями².

В целом полученные данные говорят о том, что «Московское долголетие» может служить поддержкой в формировании уровня счастья.

Самый распространенный фактор несчастья (28 %) — это проблемы в общении с людьми, вызванные семейными конфликтами, одиночеством и чувством ненужности: «нет любви от родных».

К сожалению, по большинству факторов несчастья участникам «Московского долголетия» сложно оказать прямую помощь, так как данные факторы описываются ими как внешние процессы, вне контроля человека. Однако видится, что занятия «Московского долголетия» могут во многом изменить к лучшему их эмоциональный настрой и отношение к различным аспектам жизни.

Были исследованы «зоны роста» для повышения счастья. Во многом они аналогичны причинам счастья. В первую очередь это благополучие социального окружения (семьи) — 27 % и хорошее здоровье — 26 %.

Отметим, что женщины (28 %) чаще мужчин (16 %) называют благополучие семьи фактором формирования счастья ($p=0,03$).

Также важными предикторами счастья, которые культивируются в «Московском долголетии», являются поддержка различных хобби / активностей (14 %) и общение с людьми (8,5 %). Участие в различных социокультурных, физкультурно-оздоровительных и волонтерских мероприятиях может позитивно влиять на социальную активность пожилых людей.

Улучшение здоровья чаще важно для участников «Московского долголетия», которые считают, что их здоровье хуже, чем у большинства сверстников (44 %), относительно тех, кто считает, что их здоровье лучше — 19 % ($p<0,001$). Этот запрос может быть удовлетворен за счет многочисленных оздоровительных активностей как в центрах московского долголетия, так и на занятиях у поставщиков-организаций «Московского долголетия» под руководством профессиональных преподавателей. Важная роль в отношении сглаживания дефектов системы оказания медицинской помощи видится в запущенном при участии НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента в центрах московского долголетия проекте «Школа здоровья». **М**

² Булкина Н. А. Особенности представлений о счастье в детском и пожилом возрасте. Вестник Кемеровского государственного университета. 2022. Т. 24. № 4. С. 440–445. <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2022-24-4-440-445>