

Štúdia Health Behaviour in School-aged Children – hlavné zistenia vo vybraných oblastiach zdravia školákov

D. Husárová

Ústav psychológie zdravia, Lekárska fakulta UPJŠ

Z. Boberová

Katedra pedagogiky, Filozofická fakulta UPJŠ

J. Kopčáková

Ústav psychológie zdravia, Lekárska fakulta UPJŠ

Anotácia: Štúdia Health Behaviour in School-aged Children (ďalej len HBSC) je medzinárodná prierezová štúdia, ktorej cieľom je monitorovať zdravie a so zdravím súvisiace správanie školákov v ich sociálnom kontexte. Príspevok stručne prezentuje hlavné zistenia v oblasti zdravotných ťažkostí školákov, rizikového správania, rodinného prostredia a otázky nastavenia pravidiel v rodine, využívania voľného času a školy a školského prostredia. Súčasťou prezentovania výsledkov je aj porovnanie výsledkov v regióne krajín V4 i trendov v štúdiách HBSC v jednotlivých krajinách. V závere navrhujeme odporúčania pre prax s možnosťami na využitie štúdie HBSC v praxi.

Kľúčové slová: školáci, zdravie, rizikové správanie, voľný čas, rodina, škola.

≡ Úvod

Štúdia Health Behaviour in School Aged Children (HBSC) je jedna z prvých medzinárodných prierezových štúdií, ktorá začala ako iniciatíva troch krajín v roku 1983 (Spojené kráľovstvo, Fínsko a Nórsko). Postupne sa pridávali i ďalšie krajiny, štúdia bola prijatá Svetovou zdravotníckou organizáciou (1983) a v súčasnosti na nej spolupracuje 44 krajín Európy a Severnej Ameriky. Štúdia sa realizuje vo štvorročných intervaloch a zameriava sa na školákov vo veku 11, 13 a 15 rokov. Jej cieľom je monitorovať zdravie a so zdravím súvisiace správanie školákov v ich sociálnom kontexte a prehĺbiť porozumenie mechanizmov ovplyvňujúcich rozdiely a zmeny v zdraví a v rizikovom správaní školákov. Štúdia je prierezová, avšak svojím dizajnom umožňuje vytvárať harmonizované dátové súbory, ktoré ponúkajú možnosť porovnávania výsledkov a sledovania trendov jednak na národnej úrovni, medzinárodnej úrovni, ale i na úrovni geografických regiónov.

Hlavné oblasti výskumu sa zameriavajú na ukazovatele zdravia, rizikové či nutričné správanie, školské prostredie, rodinu a rovesníkov, či voľnočasové aktivity školákov. Aplikačnou rovinnou štúdie HBSC je dôležitý význam pri tvorbe národných politík a stratégií v oblasti zdravia detí a mladých ľudí. Zároveň je monitorovanie oblastí v uvedenom rozsahu dôležité pre zhodnotenie efektívnosti súčasného nastavenia verejnej podpory zdravia na národnej, ale i na medzinárodnej úrovni.

Slovensko participuje na štúdiu od roku 1998 a doteraz sú k dispozícii výsledky z piatich zberov. Posledný zber sa uskutočnil v školskom roku 2013/2014. Výsledkom každého zberu dát je príprava národnej, ako i medzinárodnej správy a ich cieľom je poukázať na aktuálnu situáciu v danej krajine v sledovaných zdravotných a zdravie ovplyvňujúcich parametroch a tiež ich porovnanie na úrovni zúčastnených krajín. Cieľom príspevku je stručne poukázať na vybrané základné zistenia o zdraví, so zdravím súvisiacom správaní, ako aj o sociálnom kontexte školákov na Slovensku, v porovnaní regiónu krajín V4 i trendov v štúdiách HBSC v jednotlivých krajinách.

≡ Výskumná vzorka

Výskumná vzorka bola vytvorená v súlade s medzinárodným protokolom štúdie HBSC tak, aby odrážala vzdelávací systém na Slovensku. Bola stratifikovaná podľa regiónu a typu školy (základná škola, osemročné gymnázium). Sú v nej zastúpené školy s vyučovacím jazykom maďarským, ako aj školy v spádových oblastiach rómskych osád; cirkevné, súkromné i štátne školy. Náhodným výberom uskutočneným v HBSC Data Management Centre (Bergen, Nórsko) bolo vybraných 151 škôl, z toho 130 sa zúčastnilo vo výskume, čo predstavuje 86,1 % mieru odozvy na úrovni škôl. Celkovo dotazník vyplnilo 10 179 školákov, čo predstavuje 78,8 % mieru odozvy. Dôvodom nevyplnenia dotazníka bolo odmietnutie účasti rodičom alebo samotným žiakom, prípadne účasť na vedomostných, či športových súťažiach. Konečný počet školákov, ktorý vyplnili dotazník, bol 9 836 vo veku 11, 13 a 15 rokov.

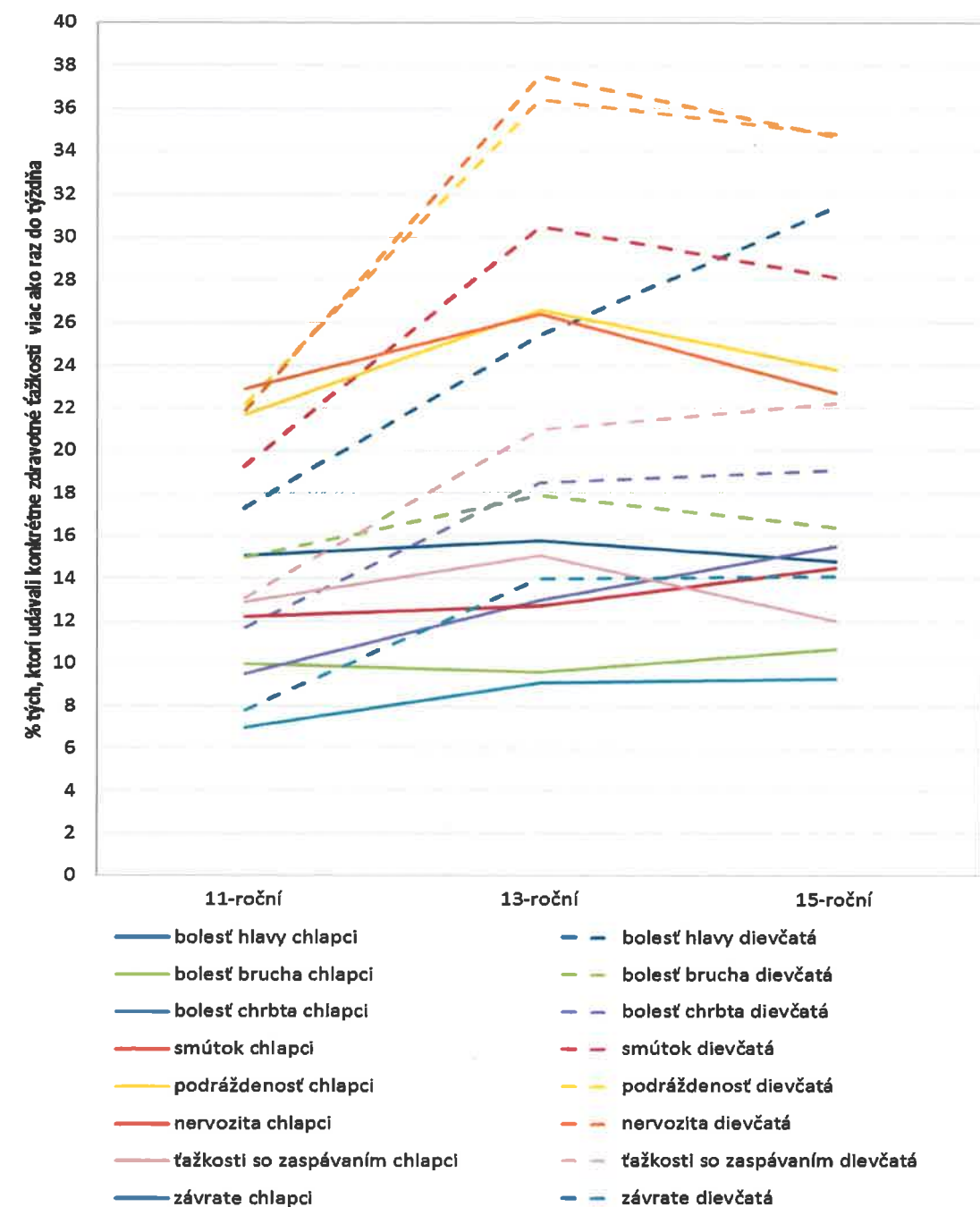
≡ Metodika výskumu

Pre každý zber údajov je vypracovaný výskumný protokol, ktorý obsahuje teoretické východiská pre jednotlivé cieľové oblasti, povinné moduly dotazníka s podrobnými inštrukciami, požadované procedúry pre výber vzorky, zber údajov a prípravu národnej databázy údajov, pokyny k používaniu medzinárodnej databázy a pravidiel distribúcie. Zber dát sa realizoval prostredníctvom sebaopisujúcich dotazníkov, ktoré boli administrované vyškoleným administrátorom počas jednej vyučovacej hodiny bez prítomnosti učiteľa. Žiakom bola stručne prezentovaná štúdia HBSC a prečítaná štandardná inštrukcia. Vyplňanie dotazníkov trvalo 25 – 45 minút. Pre potreby administrácie v školách s vyučovacím jazykom maďarským boli dotazníky preložené aj do maďarského jazyka. Štúdia bola schválená Etickou komisiou Lekárskej fakulty UPJŠ.

≡ Výsledky výskumu

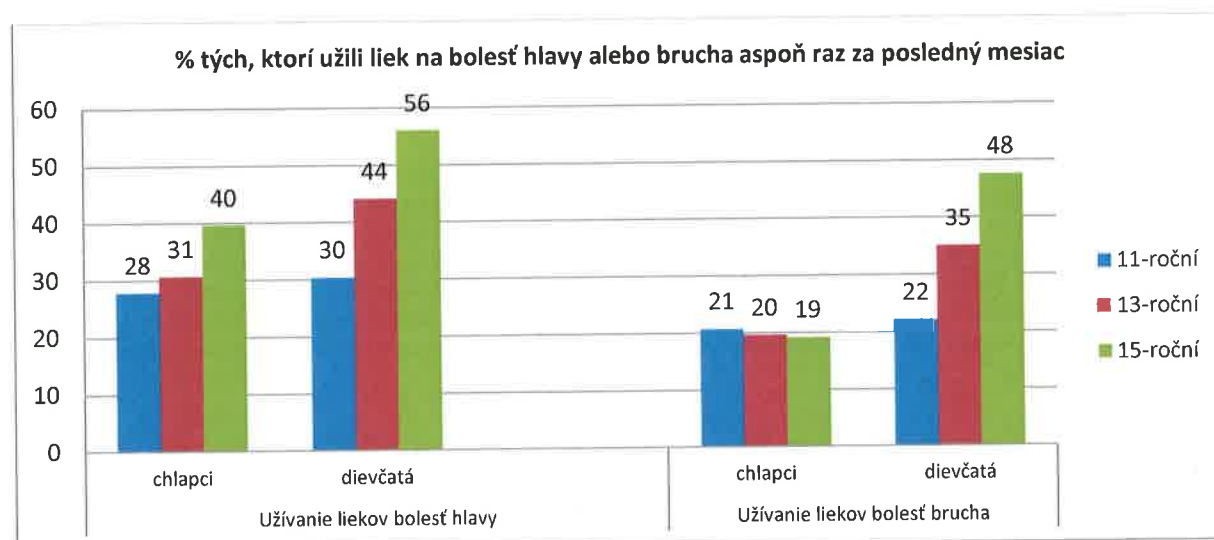
Výsledky HBSC štúdie poukazujú, že starší žiaci udávali vyšší **výskyt viacnásobných zdravotných ťažkostí**, ako bolesti hlavy, brucha, chrbta, podráždenosť, nervozitu. Navyše, každé druhé dievča vo veku 15 rokov odpovedalo, že prežívalo dve alebo viac zdravotných ťažkostí za uplynulý mesiac. Podrobnejší prehľad prevalencie jednotlivých zdravotných ťažkostí u chlapcov a dievčat v jednotlivých vekových kategóriách je uvedený v *grafe 1*. V štúdiu HBSC v jednotlivých krajinách patríme do prvej desiatky krajín s najvyšším výskytom vnímaných zdravotných ťažkostí v prípade 11- a 13-ročných školákov. Podobný trend pozorujeme aj v porovnaní s krajinami V4.

Graf 1 – Výskyt jednotlivých zdravotných ťažkostí (v %)



V súvislosti s touto problematikou sa štúdia HBSC zameriava aj na sledovanie užívania liekov proti bolesti hlavy a brucha ako najčastejšie sa vyskytujúce u školákov. Zdá sa, že lieky na bolesti hlavy za uplynulý mesiac užívala viac ako tretina z nich a lieky na bolesti brucha viac ako pätina školákov vo všetkých vekových kategóriách (graf 2).

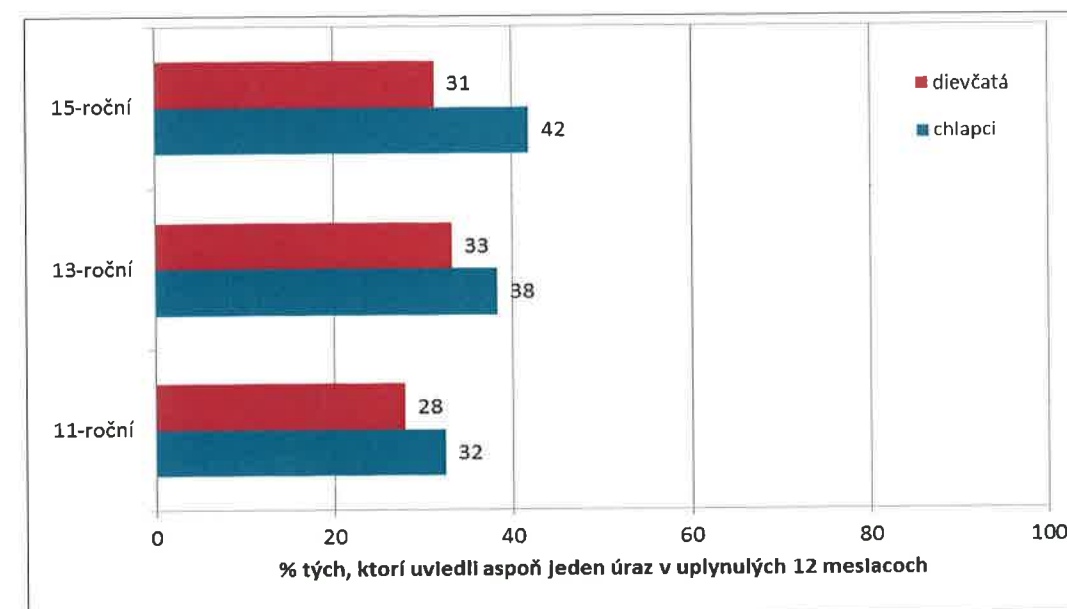
Graf 2 – Užívanie liekov na bolesť hlavy alebo brucha (v %)



Rizikové správanie, zahŕňajúc fajčenie a užívanie alkoholu, je jednou z ďalších oblastí, ktorými sa štúdia HBSC zaoberá. Podľa štúdie HBSC má skúsenosť s fajčením tretina 13-ročných, no až polovica 15-ročných školákov. Aspoň raz týždenne fajčí menej ako pätina 15-ročných. V medzinárodnom porovnaní majú slovenskí školáci približne rovnaké skúsenosti s fajčením ako ich rovesníci v krajinách regiónu V4. Celkovo však školáci v tomto regióne majú častejšie skúsenosti s fajčením ako je priemer HBSC krajín. Aspoň raz za uplynulý mesiac pila pätina 13-ročných a 40 % 15-ročných školákov. Prítom pitie u tretiny 15-ročných je možné označiť za nadmerné (viac ako 1 pohár). S opitnosťou má skúsenosť temer polovica 15-ročných školákov a aspoň raz za mesiac sa opil každý piaty školák vo veku 15-rokov. Školáci krajín regiónu V4 sa priznávajú k opitosti častejšie ako je priemer HBSC krajín najmä vo veku 15 rokov. Výnimku predstavujú len poľskí školáci, ktorí sú na úrovni priemeru HBSC krajín.

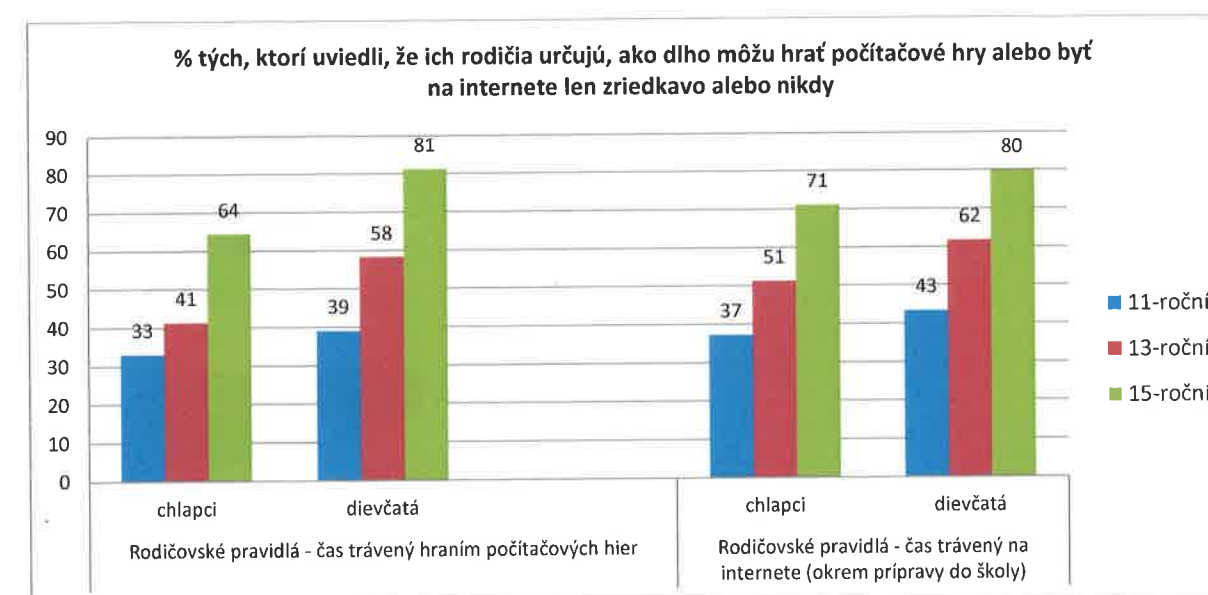
V oblasti zdravia štúdia HBSC zisťuje aj **prevalenciu lekárske ošetrovaných úrazov**. Výsledky ukazujú, že približne tretina školákov mala aspoň jeden úraz v priebehu uplynulého roka. Pri porovnaní so zberom v roku 2010 je to nárast vo všetkých vekových skupinách (graf 3). Na druhej strane je táto situácia pozitívnejšia v porovnaní s ostatnými krajinami zúčastnenými v štúdiu HBSC ako aj krajín V4, v rámci ktorých sa Slovensko radí medzi krajiny s najnižším výskytom úrazov.

Graf 3 – Výskyt úrazov v uplynulom roku (v %)



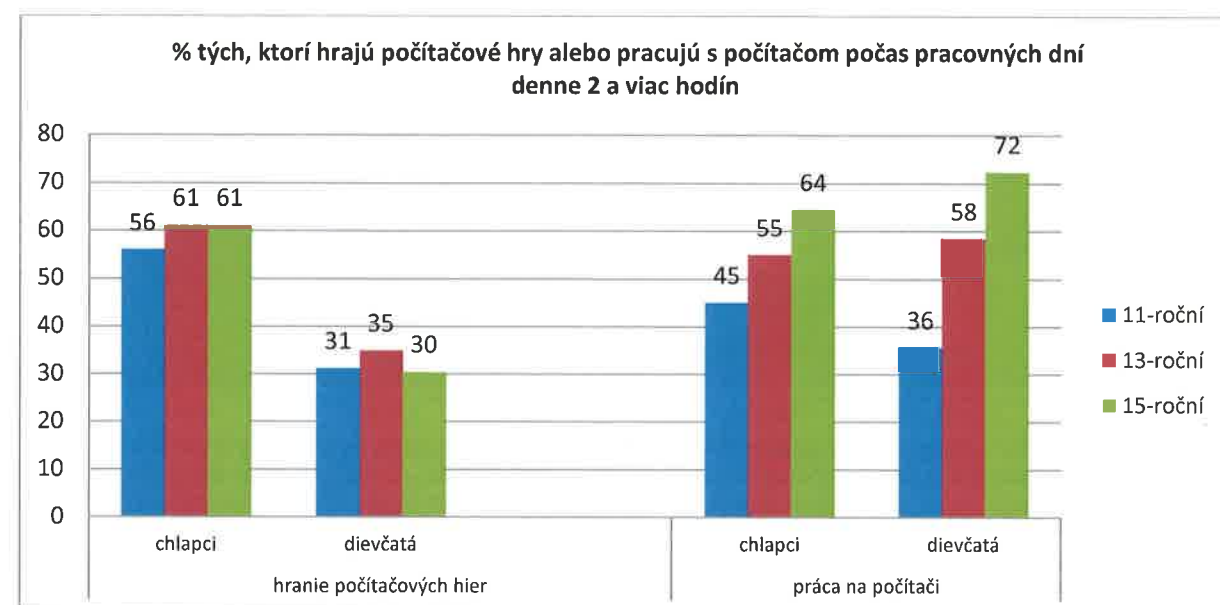
V rámci sociálneho kontextu zohráva **rodinné prostredie** významnú úlohu pri formovaní so zdravím súvisiaceho správania. Aplikovanie rodičovských pravidiel je pritom jeden z dôležitých faktorov, ktoré môže určovať toto správanie sa školákov. Výsledky štúdie HBSC poukazujú na to, že približne 40 % školákov vo veku 11 rokov chýbajú rodičovské pravidlá obmedzujúce hranie hier na počítači, alebo internet. Vekové a rodové rozdiely sú v tomto prípade výrazné. So stúpajúcim vekom sa znižuje pravdepodobnosť, že rodičia budú obmedzovať u svojich detí tieto aktivity, a zároveň dievčatá častejšie udávali, že sa u nich tieto pravidlá neuplatňujú (graf 4).

Graf 4 – Rodičovské pravidlá – hranie počítačových hier a používanie internetu (v %)



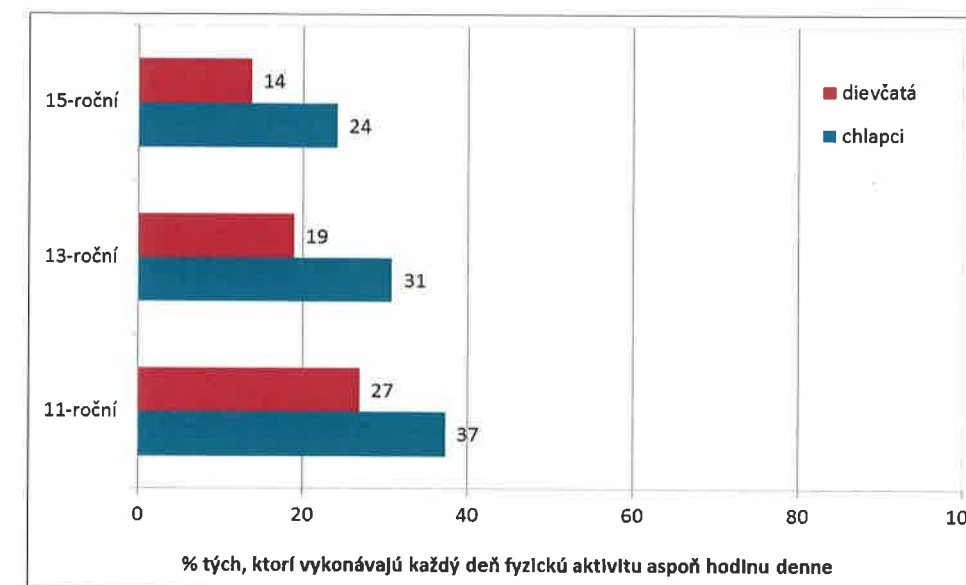
Absencia pravidiel vzťahujúcich sa k voľnočasovým aktivitám môže mať za následok **zvýšený výskyt sedavého správania**. Na základe HBSC štúdie vieme povedať, že asi dve tretiny školákov denne strávia hraním počítačových hier či prácou s počítačom aspoň 2 hodiny počas pracovného týždňa (graf 5). Štvrtina chlapcov a pätina dievčat strávi týmito aktivitami 4 a viac hodín denne. V porovnaní s krajinami V4 je situácia približne rovnaká a tento región tak patrí do prvej desiatky HBSC krajín s najvyšším percentom sledovania televízie 2 a viac hodín denne počas pracovných dní.

Graf 5 – Pasívne trávenie voľného času – hranie počítačových hier a práca na počítači (v %)



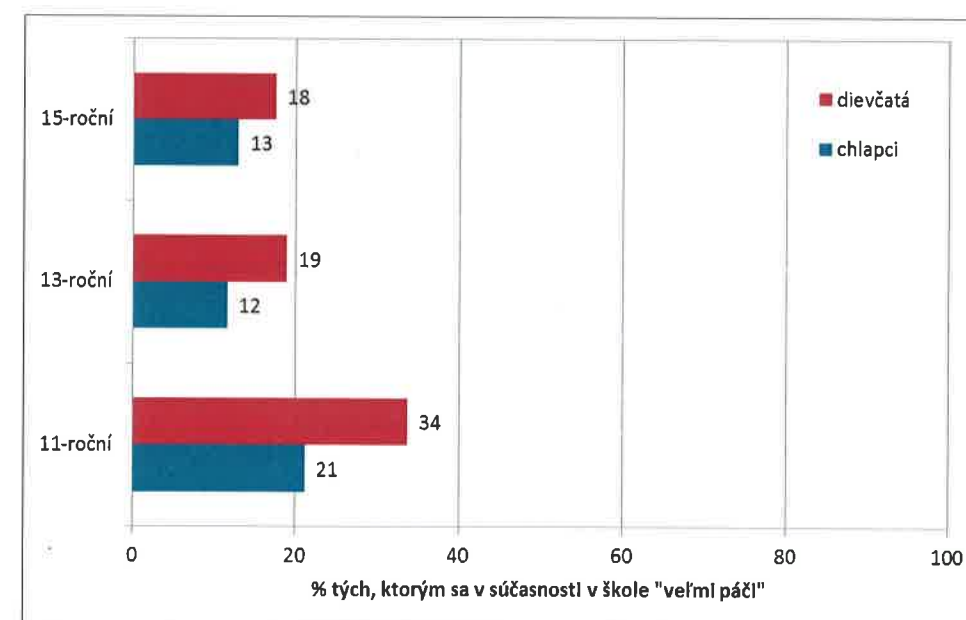
Rovnako sa môže javiť ako znepokojujúce zistenie, že **pravidelná fyzická aktivita** nepatrí u školákov k obľúbeným aktivitám. Vo veku 11 rokov je pravidelne fyzicky aktívnych 37 % chlapcov a 27 % dievčat, ale vo veku 15 rokov je to už len 24 % chlapcov a 14 % dievčat (graf 6). Pri porovnaní z rokov 2010 a 2014 sme však zistili významný nárast v pravidelnej fyzickej aktivite u 11-ročných chlapcov aj dievčat; naopak, u 15-ročných chlapcov došlo k poklesu. V porovnaní s HBSC krajinami slovenskí školáci sú fyzicky aktívnejší ako je priemer HBSC a dokonca patria do prvej desiatky krajín s najvyšším výskytom pravidelnej fyzickej aktivity.

Graf 6 – Pravidelná fyzická aktivita (v %)



Nemenej dôležitou problematikou v rámci štúdie HBSC je **škola a jej vplyv na zdravie školákov**. Výsledky poukazujú na to, že miera spokojnosti so školou je u slovenských školákov nízka v porovnaní s inými krajinami a v porovnaní so zberom spred štyroch rokov ešte poklesla. V škole sa veľmi páči nanajvýš každému piatemu školákovi (graf 7). Takmer každý tretí školák vo veku 15 rokov vynechal aspoň jeden deň v škole za rok bez riadneho ospravedlnenia. Nie viac ako 70 % školákov vo veku 11 rokov, no iba tretina školákov vo veku 15 rokov verí, že svojim učiteľom môže dôverovať. Približne polovica školákov vo veku 13- a 15 rokov verí, že učiteľom na nich záleží.

Graf 7 – Spokojnosť so školou (v %)



≡ Zhrnutie

Štúdiá HBSC je dôležitým zdrojom informácií o školákoch a ich správaní sa, a zároveň zohráva významnú úlohu pri tvorbe postupov a programov pre deti a mládež tak, aby bol zabezpečený ich zdravý vývin. Výsledky poukazujú na to, že slovenskí školáci vo vysokej miere udávajú zdravotné ťažkosti, s čím následne súvisí aj užívanie liekov. Zdravotné ťažkosti môžu byť aj následkom nezdravého životného štýlu, ktorý naznačujú aj zistenia štúdie HBSC. Svoj voľný čas trávajú radšej sledovaním televízie či pri počítači, ako aktívnym pohybom. Svoju úlohu v tom môže zohrávať aj absencia rodičovských pravidiel, ktoré by upravovali alebo obmedzovali čas trávený s týmito aktivitami. V súvislosti so školou je dôležité zdôrazniť, že slovenskí školáci nie sú spokojní so školou ako takou a tiež im chýba dôvera v učiteľov. Prezentované výsledky však predstavujú len základné, hlavné zistenia štúdie HBSC. Komplexné výsledky všetkých sledovaných oblastí sú vyhodnotené a spracované v Národnej správe o zdraví školákov (Madarasová Gecková, Dankulinová, 2015).

Odporúčania pre prax:

- « štúdiá HBSC a jej komplexné výsledky vo forme Národnej správy o zdraví školákov je voľne dostupná pre širokú verejnosť (http://www.coherent.sk/docs/hbsc-narodna-sprava-2013_2014_final.pdf);
- « štúdiá HBSC a jej aktuálne výsledky by mali byť spoľahlivým zdrojom v orientácii a plánovaní potrebných intervencií v oblasti zdravia školákov minimálne na národnej úrovni v štvorročných intervaloch tak, ako je to v iných vyspelých krajinách Európy;
- « školy a učitelia by si mali vlastné výsledky školských prieskumov porovnávať s výsledkami štúdie HBSC na národnej úrovni a tak zisťovať, či sa situácia v ich škole líši od národného priemeru;
- « štúdiá HBSC a jej výsledky môžu slúžiť ako vhodný zdroj pre realizáciu výchovy k zdraviu v školskom prostredí;
- « výsledky štúdie HBSC zdôrazňujú potrebu vytvárania a udržiavania škôl podporujúcich zdravie pre všetkých účastníkov školského prostredia – zamestnancov školy (pedagogických i nepedagogických), žiakov i rodičov.

Informačné zdroje

- ▣ MADARASOVÁ GECKOVÁ, A. AND DANKULINOVÁ Z. (Eds.). (2015), Národná správa o zdraví a so zdravím súvisiacom správaní 11-, 13- a 15-ročných školákov na základe prieskumu uskutočneného v roku 2013/2014 v rámci medzinárodného projektu Health Behaviour in School Aged Children (HBSC). [online]. Bratislava: Kancelária Svetovej zdravotníckej organizácie na Slovensku [cit. 2017-07-10]. ISBN 978-80-971997-0-8. Dostupné z: http://www.coherent.sk/docs/hbsc-narodna-sprava-2013_2014_final.pdf
- ▣ INCHLEY, J., CURRIE, D., YOUNG, T., SAMDAL, O., TORSHEIM, T., AUGUSTSON, L., MATHISON, F., ALEMAN-DIAZ, A., MOLCHO, M., WEBER, M., BARNEKOW, V. (2016), Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: International Report from the 2013/2014 survey. [online]. Copenhagen: World Health Organization Regional Office for Europe [cit. 2017-07-10]. ISBN 978-92-890-5136-1. Dostupné z: http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/303438/HSBC-No7-Growing-up-unequal-full-report.pdf?ua=1
- ▣ MADARASOVÁ GECKOVÁ, A., DANKULINOVÁ, Z., Eds. (2016), Medzinárodná správa o zdraví a správaní školákov v sociálnom kontexte. [online]. Bratislava: Kancelária svetovej zdravotníckej organizácie na Slovensku [cit. 2017-07-10]. ISBN 978-80-971997-2-2. Dostupné z: <http://www.coherent.sk/docs/nar-sprava-kratka-verzia-sk-4web.pdf>
<https://coherentsite.com/school-aged-children/>

Podakovanie

Táto práca vznikla s podporou Agentúry na podporu vedy a výskumu na základe zmluvy č. APVV-15-0012 a Vedeckou grantovou agentúrou MŠVVaŠ SR a SAV na základe zmluvy č. 1/0427/17.