

Iskoláskorú Gyermekek Egészségmagatartása 2021/2022. évi országos adatfelvétel

ELŐVIZSGÁLAT ÖSSZEFOGLALÓ

BEVEZETÉS

Az Iskoláskorú Gyermekek Egészségmagatartása (HBSC) című nemzetközi kutatás minden országos adatfelvételét, melyet 4 évente végeznek, pilot vizsgálat előzi meg, melynek célja a két kutatási ciklus között fejlesztett kérdőív kipróbálása és az országos adatfelvétel előkészítése. Ennek megfelelően e jelentésben bemutatott pilot vizsgálattal az alábbiakat kívántuk megvalósítani:

- a 2021/2022-es tanév adatfelvételéhez fejlesztett új kérdéssorok tesztelése: Cohen stressz kérdőív, énhatékonyság tételek, CES-D depresszió skála, magányosság kérdés (korábban szerepelt), ülő életmódra vonatkozó új kérdések, covid hatásaira vonatkozó kérdéssor,
- a kérdőív online verziójának kipróbálása: az online adatfelvétel kivitelezhetőségének tesztelése többféle iskolatípusban és korcsoportban egy kutatómódszertani technológiai váltás előkészítéseképpen és a papír alapú, valamint elektronikus kérdőívek eredményeinek összehasonlítása,
- az iskolák részvételi hajlandóságának vizsgálata a koronavírus járvány lecsengő, de még érintett időszakában,
- egyes, az országos vizsgálatban idén még nem tervezett, de később potenciálisan szereplő kérdéseinek előzetes vizsgálata.

A felméréshez használt kérdőívek (5., 7. osztály, 9.-11. osztály számára) előzetes kipróbálása a fenti célokkal összhangban 2021. decembere és 2022. márciusa között valósult meg összesen 4 iskolában (3 budapesti és 1 vidéki), különböző iskolatípusokban (általános iskola, gimnázium, technikum és szakképző iskola) .

Jelen dokumentum a pilot vizsgálat tapasztalatait, valamint főbb eredményeit foglalja össze.

MÓDSZER

A MINTA

A pilot vizsgálat mintáját kényelmi mintavétellel választottuk, ismerős iskolákat kerestünk fel. Az adatfelvételben összesen 225 tanuló vett részt 4 korcsoportból az alábbi táblázatban feltüntetett megoszlás szerint:

	Fiú (fő)	Lány (fő)	Összesen (fő)	Átlagéletkor (év)
5. osztály	15	27	45	12,4 (SD 1,48)
7. osztály	20	17	41	14,2 (SD 1,40)
9. osztály	58	20	81	16,2 (SD 0,72)
11. osztály	16	22	41	18,5 (SD 0,85)
Missing	30		30	
Összesen	109	86	225	

A MÉRŐESZKÖZ

A kérdőívek a HBSC 2021/2022-es adatfelvételének nemzetközi protokollja alapján készültek. Három korcsoport számára dolgoztuk ki a növekvő hosszúságú kérdőíveket, így tehát külön-külön kérdőív készült az 5., a 7. és a 9-11. osztályosok számára.

A kérdőívben a HBSC protokoll szerint szerepelt a 113 nemzetközi kötelező (mandatory) kérdés, a szabadon választott kérdések (optionals) és a hazai kutatócsoport által választott ún. nemzeti tételek.

A szabadon választott témák az alábbiak:

- édesanya és édesapa végzettsége
- anyai és apai monitorozás
- online kommunikáció preferenciája (POSI)
- ülő életmód
- koronavírus hatásai
- képernyőhasználat
- bizonyos pszichoaktív szerek fogyasztása életprevalencia
- új pszichoaktív szerek életprevalencia
- önminősített egészség (5 tételes)
- pubertás
- vonzódás és szerelem

Nemzeti tételek:

- szerencsejáték életprevalencia
- online videojáték használat - IGD 5 és virtuális javak vásárlása
- depresszió skála, CES-D

A pilot adatfelvételben mind elektronikus, mind papír alapú kérdőíveket használtunk. Az elektronikus változat teljes mértékben megfelelt a papír alapúnak, és a nemzetközi protokoll utasításai szerint nem tartalmazhatott automatikus ugratásokat vagy konzisztens válaszelekciót. Az elektronikus kérdőív Qualtrics szoftverrel készült.

Etikai engedély

Az adatfelvétel a kitöltés módjától függetlenül anonim módon zajlott, nem volt lehetséges a tanulók név szerinti azonosítása. A résztvevők bármikor visszautasíthatták a válaszadást. Az adatfelvételhez az etikai engedélyt az ELTE PPK Kutatásetikai Bizottsága biztosította.

LEGFONTOSABB EREDMÉNYEK

Családi környezet

- Az elővizsgálatban résztvevő tanulók 62,7%-a él együtt két szülővel, teljes családban, ez egy kicsit kevesebb a 4 évvel ezelőtti adatfelvételhez képest (67,3%)
- A tanulók legnagyobb része könnyen vagy nagyon könnyen beszél a gondjairól az édesanyjával (80%) és édesapjával (72,1%).
- A szülők közül jellemzően az édesanya ismeri nagyobb mértékben a gyermek szokásait: a fiatalok 72%-a szerint édesanyja sokat tud arról, hogy kik a barátai (hasonlóan sok fiatal szerint édesanyja sokat tud arról, hogy mire költi a zsebpénzét, mit csinál a szabadidejében).
- Ugyanakkor a szülők keveset tudnak arról, mit csinál gyermekük az interneten: a fiatalok 44%-a szerint édesanyjuk és 41%-a szerint édesapjuk csak keveset tud erről.
- Öröndetes tény, hogy a résztvevő diákok többsége inkább jómódú környezetben él: a diákok 83%-a nyilatkozta, hogy van autójuk, hasonlóan 80%- jelezte, hogy van külön szobája, és 65%-a beszámolt arról, hogy több, mint két számítógép vagy laptop is van a család tulajdonában.

Kortárskapcsolatok és iskola

- A tanulók 79,9%-ára jellemző, hogy napi rendszerességgel online kapcsolatban van a közeli barátaival. Ez az arány sem hazai, sem nemzetközi viszonylatban nem kiemelkedően magas.
- Mindemellett az online kommunikáció iránti preferencia átlaga a mintán 5 fokú skálán 2,46, ami nem utal arra, hogy a diákok előnyben részesítik az online beszélgetéseket a személyesekkel szemben.
- Bár a mintában szereplő fiatalok (is) intenzív elektronikus média használók, 76,3%-uk úgy nyilatkozott, hogy nem hanyagolja el egyéb kötelezettségeit a közösségi média-használat miatt.
- A mintában szereplő tanulók 78,9%-a valamilyen mértékben szereti az iskoláját, mindössze 8,9% azon fiatalok aránya, akik egyáltalán nem szeretik. Az iskola kedvelése a kitöltő fiatalok körében magasabb, mint a 2018-as országos átlag (71,1%). Ezzel együtt az iskolát nagyon szeretők aránya a mintában 26,8%, ami kicsivel az országos átlag felett van ugyan, de a nemzetközi átlag alatt (28%).
- Az iskolai feladatokat a diákok 47,9%-a kicsit, 35%-a eléggé vagy nagyon nyomasztónak tartja, és mindössze 15,1% érzi úgy, hogy az iskolai dolgok egyáltalán nem terhelik. A 2018-as országos átlagnál nagyobb arányban nyilatkoztak úgy a diákok, hogy valamennyire nyomasztják az iskolai feladatok őket, de a nemzetközi átlagnál alacsonyabb mértékben.
- A kortársbántalmazás tekintetében a kitöltők 64,0%-át nem bántották az iskolában, ugyanakkor 4,8%-át hetente többször is bántják társai. Az internetes bántalmazás ennél ritkább (a kitöltők 80%-át sosem bántották a neten).
- A diákok nagy része (77,1%-a) sosem vett részt verekezésben.

Egészségmagatartások

- A tanulók 40%-a minden tanítási napon reggelizik, körülbelül egyharmaduk (31,7%) azonban soha. A minden nap reggelizők aránya jóval elmarad a nemzetközi átlagtól (58%), de hazai viszonylatokban megszokottnak tekinthető. Hétvégén a tanulók nagyobb része mindkét nap fogyaszt reggelit.
- A napi rendszerességű gyümölcsfogyasztás a résztvevők 23%-ára, a napi rendszerességű zöldségfogyasztás 15%-ára jellemző. Ez egybevág a korábbi országos adatokkal, ugyanakkor a nemzetközi átlag alatti (ami 40% a napi gyümölcs- és 38% a napi zöldségfogyasztás tekintetében).
- Kedvező adat, hogy a tanulók 70,5%-a nem eszik naponta édességet, és 50%-uk ritkán vagy soha nem iszik cukros üdítőitalt.
- Energiatartalma a diákok 72,7%-a egyáltalán nem iszik.
- A WHO ajánlása szerint a serdülőkorúaknak minden nap legalább 60 percet szükséges legalább közepes intenzitású mozgással eltölteni. Ezt a diákok 12%-a teljesíti, de több mint egyharmaduk legalább heti 5 napon mozog 60 percet. Szerencsére a gyerekeknek csak 8%-a nyilatkozott úgy, hogy egy napon sem mozog legalább egy órát.
- A kitöltők 20%-a fogyókúrázik, de csak 54,1% tartja testsúlyát megfelelőnek. 7,6% inkább hízni szeretne.
- Egy tanuló kivételével minden tanuló mos fogat, 94,5% naponta, közülük is 63,4% naponta többször.

Rizikómagatartások

- A tanulók 24,9%-a dohányzott már életében, 75,1% nem dohányzott soha. 24,5% használt már életében elektronikus cigarettát, és 14,9% használt már életében heat-not-burn terméket. A dohányzók aránya a 4 évvel ezelőtti adatfelvételhez viszonyítva (16,6%) egy kicsit magasabb a jelen pilot mintában. A dohányzók között a heti rendszerességű dohányzók aránya 4,2%.
- A résztvevő tanulók 36,6%-a írta azt, hogy soha nem ivott még alkoholt, ellenben a fiatalok 33,7%-a már volt részeg élete során, ami hasonló a 4 évvel ezelőtti adatokhoz. 8,6% már több mint 10-szer volt életében részeg.
- A pilot mintában szereplő 9-11. osztályos tanulók 15,9%-a fogyasztott már marihuánát elmondásuk szerint, ez kevesebb, mint a 4 évvel ezelőtti mérés (19,8%). 8% mondta azt, hogy fogyasztott már alkoholt és gyógyszert együtt, hogy feldobjon, ami hasonló a korábbi adatfelvétel eredményéhez (7,6%), és 5,3% számolt be visszaélészerű gyógyszerhasználatról, mely szintén összecseng a 4 évvel ezelőtti adatokkal (5,6%). Pár alkalmas ecstasy fogyasztásról mindössze 3 tanuló, patron (lufi, nevetőgáz, kéjgáz, dinitrogén-oxid) használatról mindössze 4 fő, varázsgomba fogyasztásról 3 fő számolt be a 225 főből. Az egyéb szerek fogyasztása 0 volt a mintában (amfetaminok, szipuzás).
- Az új pszichoaktív szerek közül a szintetikus kannabinoid (műfű, bio, biofű, herbál, varázsdohány, szintetikus fű) van jelen pár fiatal életében, de elenyésző számban a válaszok szerint (3 fő). Új stimulánsok fogyasztásáról (kristály, zene, kréta, formek, penta, MDPV, mefedron, szintetikus katinonok) nem számoltak be a mintába került fiatalok.

Szubjektív jóllét - Pszichoszomatikus tünetek

- Az egészségüket a gyerekek 71,0%-a jónak vagy kitűnőnek értékeli, ez kicsit kevesebb, mint a 4 évvel ezelőtti országos átlag (74,4%). Van azonban egy 4,9%, aki rossznak tartja az egészségét, amely viszont hasonló a korábbi adatfelvételhez (4,35%). A jóllét átfogó értékelésére alkalmazott életteli való elégedettség 10-es skálán átlagban 5,64 a gyerekek körében. Ez jóval kevesebb a korábbi adatfelvétel összesített eredményéhez képest (7,4), de ezt okozhatta a korcsoportok egyenlőtlen eloszlása is a mintában. A 9. évfolyamon, akik felülreprezentáltak azok, akik a legalacsonyabb értékelést adták a skálán (4,88). A legidősebbek, a 11. osztályosok körében a legmagasabb az életteli való általános elégedettség (6,72).
- A tanulók 10-13%-ban számoltak be napi szintű fejfájásról, hátfájásról, gyomor- vagy hasfájásról, ezen felül 17%-uk jelezte, hogy napi szinten jelentkezik nála rosszkedv, kedvetlenség, 12,7% jelölte be, hogy napi szinten ingerlékeny indulatos, veszekedős, és 21,1% napi szintű idegességről számolt be. 16,8% napi alvási problémákkal küzd, 10%-uk napi szédüléssel és 37% napi szintű fáradtsággal, kimerültséggel. Ez utóbbi azonban kevesebb, mint az országos átlag volt 2018-ban (46,3%).
- A gyerekek kevesebb mint a fele (42,3%) mondja magáról azt, hogy mindig, vagy az idő legnagyobb részében vidám és jókedvű, kb. harmada (31,6%) érzi, hogy általában nyugodt és ellazult, 39,5% írta, hogy rendszerint aktívnak és élénknek érzi magát, kevesebb mint egynegyedük (22,7%) érzi magát ébredéskor frissnek és kipihentnek, és egyharmaduk véli úgy (33,4%), hogy a napjai tele voltak számára érdekes dolgokkal.
- A koronavírus hatásait tekintve a diákok 39,7%-a szerint a járvány kedvezőtlen hatást gyakorolt az életére, míg 46,7% szerint a pandémiának sem kedvező, sem kedvezőtlen hatása nem volt számára.

A DIÁKOK REAKCIÓINAK, VISSZAJELZÉSEINEK KVALITATÍV JELLEGŰ ÖSSZEFOGLALÁSA

- A tanulók többsége nagyon segítőkészen állt a feladathoz, minimális beszélgetéssel alapos munka mellett töltötte ki a kérdőívet. A visszajelzések alapján a kérdőívet elég átfogónak és általában érthetőnek ítélték meg, ugyanakkor egyes kérdések esetében nehezényezték, hogy nagyon felnőttesen vannak megfogalmazva, valamint nem értik a kérdés célját (hogy mit vizsgálunk rajta). („Vannak olyan kérdések amik furán vannak fogalmazva. És szerintem túl hosszú.” „Nem tudom eldönteni, hogy én nem értem néha a kérdéseket vagy a kérdés van túl felnőttesen megfogalmazva”)
- A lemaradások ellenére diákok általában elegendőnek érzik a 45 perces tanórát a kérdőív kitöltésére.
- Az 5. osztályosok számára bizonyos kérdések (képernyőhasználat, közösségi média használat, szerencsejáték és virtuális javak, mentális egészség kérdések) nehezebben érthetők, bizonytalanabbak a kérdések értelmezésében.
- Az 5. és 7. osztályban többen kifejezték aggodalmukat, hogy kérdőívüket meg fogjuk mutatni a szülőknek, de félelmeik feloldhatóak voltak.
- A lányok inkább beszédesebbek, többet is mernek kérdezni, ha valamit nem értenek, vagy valamiben bizonytalanok.

- A teljes vizsgálat során 3 tanuló jelezte, hogy túl személyesnek tartja a kérdéseket („Furcsa volt a magánéletemről beszélni”). Emiatt egy diák nem is vett részt végül az adatfelvételben („Tanultam politológiát és ott megtanították, milyen kérdésekre nem szabad válaszolni. Ezek olyanok.”)
- Néhány diák (2 fő) úgy ítélte meg, hogy túl sok a családra vonatkozó kérdés, és azokban is túl sok a válaszlehetőség (elég lenne csak igen/nem válasz).
- A tanulók szerint az alábbi területek hiányoznak leginkább a kérdőívből: diákmunka, iskoláról, tanulásról, tanulmányi eredményről több kérdés, pornófogyasztás, sminkelés, divat, zene, zenei stílus.

KÖVETKEZTETÉSEK

A pilot mintában résztvevő tanulók válaszai nem térnek lényegesen a korábbi években tapasztalt mintázatoktól.

A hazai fiatalok adatai alapján az alábbi legfontosabb egészségfejlesztési célok körvonalazhatóak:

- 5. évfolyam: iskolai és internetes bántalmazás megelőzése, a reggelizés fontosságának tudatosítása, a napi rendszerességű zöldség- és gyümölcsfogyasztás népszerűsítése, osztályközösségek fejlesztése
- 7. évfolyam: dohányzás- és alkohol prevenció, szexuális nevelés megkezdése, osztályközösség fejlesztése
- 9-11. évfolyam: lelki egészségvédelem, stresszkezelés, fizikai aktivitás fenntartása a tanulási terhek emelkedése mellett is, osztályközösség fejlesztése

A tanulmány a K 139265 számú projekt keretében az Innovációs és Technológiai Minisztérium Nemzeti Kutatási Fejlesztési és Innovációs Alapból nyújtott támogatásával, a K_21 „OTKA” pályázati program finanszírozásában jelent meg.