

# Sociálne determinanty zdravia školákov



HBSC – Slovensko – 2017/2018

Národná správa o zdraví a so zdravím súvisiacom správaní 11, 13 a 15-ročných školákov na základe prieskumu uskutočneného v roku 2017/2018 v rámci medzinárodného projektu „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC).



## Sociálne determinanty zdravia školákov

### HBSC - Slovensko - 2017/2018

Národná správa o zdraví a so zdravím súvisiacom správaní 11, 13 a 15-ročných školákov na základe prieskumu uskutočneného v roku 2017/2018 v rámci medzinárodného projektu „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC)

#### Editor:

Prof. Andrea Madarasová Gecková, PhD.

#### Autorský kolektív:

Mgr. Peter Bakalár, PhD.

Doc. MUDr. Tibor Baška, PhD.

Doc. Mgr. Martina Bašková, PhD.

Mgr. Zuzana Boberová, PhD.

Ing. Lucia Bosáková, PhD.

Doc. Mgr. Zuzana Dankulincová, PhD.

Mgr. Daniela Fiľakovská, PhD.

Mgr. Daniela Husárová, PhD.

Mgr. Janka Holubčíková, PhD.

Mgr. Peter Kolarčík, PhD.

MUDr. Jana Kollárová

Mgr. Jaroslava Kopčáková, PhD.

MUDr. Michaela Kostičová, PhD.

Mgr. Miriama Lacková Rebičová

Mgr. Jaroslava Macková

Doc. Mgr. Robert Ochaba, PhD.

Mgr. Laura Urbanová

#### Recenzenti:

Prof. Erik Sigmund, PhD

Prof. MUDr. Ján Buchanec, DrSc.

Poďakovanie: Projekt finančne podporila nadácia EURO MEDPRO n.o. a národná kancelária WHO v Bratislave. Táto práca bola podporovaná aj Agentúrou na podporu vedy a výskumu na základe zmluvy č. APVV-15-0012, Vedeckou grantovou agentúrou MŠVVaŠ SR a SAV na základe zmluvy č. 1/0427/17 a Radou vlády Slovenskej republiky pre prevenciu kriminality. Poďakovanie patrí aj Všeobecnej zdravotnej poisťovni, a.s. za materiálnu a personálnu podporu pri realizovaní meraní zloženia tela a telesnej zdatnosti školákov. Zároveň by sme chceli poďakovať MUDr. Darine Sedlákovej, PhD a prof. Pavlovi Jarčuškovi, PhD. za všestrannú pomoc a podporu. Ďakujeme všetkým asistentom a mnohým ďalším spolupracovníkom, vďaka ktorým tento projekt mohol byť realizovaný. V neposlednom rade, poďakovanie patrí vedeniu škôl i samotným žiakom a ich rodičom za spoluprácu.



Ilustrácie: Základná umelecká škola - výtvarný odbor, Kováčska 43, Košice

Výroky školákov boli získané v rámci projektu „Zdravie nie je kliše“ realizovanom Detskou organizáciou FÉNIX, o.z. a sú použité so súhlasom tejto organizácie.

Vydal: Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky

Rok vydania: 2019

ISBN: 978-80-7159-242-6

Dizajn, sadzba: Mgr. art. René Říha

Fotografie: Jozef Jarošík

Tlač: Equilibria, s.r.o., Košice

# Obsah

10	Predslov
12	Popis HBSC štúdie a prieskumu realizovaného na Slovensku v roku 2017/2018
15	Základné informácie o medzinárodnej, prierezovej štúdii zdravia a so zdravím súvisiaceho správania školákov
16	Základné informácie o štúdii realizovanej na Slovensku v roku 2017/2018
19	Ako interpretovať pomer šancí (OR) a konfidenčné intervaly (CI)?
21	HBSC projekt, národný tím
25	<b>Zdravie</b> <i>Zuzana Dankulincová, Michaela Kostičová, Daniela Filáková</i>
27	Celkové hodnotenie zdravia
28	Zdravotné ťažkosti
30	Dlhodobé zdravotné problémy
31	Obmedzenia súvisiace s dlhodobými zdravotnými problémami
32	Užívanie liekov na bolesť hlavy
33	Užívanie liekov na bolesť brucha
34	Užívanie liekov na problémy so zaspávaním
35	Užívanie liekov na nervozitu
36	Úrazy
37	Spánkové zvyklosti
39	Životná spokojnosť
40	Emocionálne problémy a problémy v správaní
41	Subjektívne vnímané problémy v oblasti emócií, koncentrácie a správania
42	<u>Trendy 2010 – 2014 – 2018:</u>
42	- Celkové hodnotenie zdravia
43	- Zdravotné ťažkosti

44	- Úrazy
45	- Životná spokojnosť
46	Použitá literatúra
49	<b>Ústne zdravie</b> <i>Michaela Kostičová</i>
51	Dentálna hygiena
52	Výmena zubnej kefky
54	Návšteva zubného lekára
55	Krvácanie ďasien
56	<u>Trendy 2010 – 2014 – 2018:</u>
56	- Dentálna hygiena
57	Použitá literatúra
59	<b>Nutričné správanie</b> <i>Martina Bašková, Jana Holubčíková</i>
60	Raňajkovanie počas pracovných dní
61	Konzumácia ovocia
62	Konzumácia zeleniny
63	Konzumácia sladkostí
64	Konzumácia sladených nápojov
66	Konzumácia energetických nápojov
67	Spoločné stolovanie s rodičmi
68	<u>Trendy 2010 – 2014 – 2018:</u>
68	- Raňajkovanie počas pracovných dní
69	- Konzumácia ovocia
70	- Konzumácia zeleniny
71	- Konzumácia sladkostí
72	- Konzumácia sladených nápojov
73	Použitá literatúra

## 75 Hodnotenie postavy a diétovanie

*Jana Holubčíková, Martina Bašková*

76	Nadhmotnosť a obezita
77	Hodnotenie postavy
78	Redukcia telesnej hmotnosti
79	Symptómy porúch príjmu potravy – presvedčenie o tučnosti
80	Symptómy porúch príjmu potravy – obavy zo straty kontroly nad jedením
81	Symptómy porúch príjmu potravy – jedlo ako jedna z hlavných vecí v živote
82	Symptómy porúch príjmu potravy – redukcia hmotnosti o 6 kg za posledné tri mesiace
84	Symptómy porúch príjmu potravy – zvracanie po nepríjemnom prejedení
85	Symptómy porúch príjmu potravy – dva a viac symptómov
86	<u>Trendy 2010 – 2014 – 2018:</u>
86	- Hodnotenie postavy
87	- Redukcia telesnej hmotnosti
88	- Nadhmotnosť a obezita
89	Použitá literatúra

## 91 Voľnočasové aktivity

*Jaroslava Kopčáková*

92	Pravidelná fyzická aktivita
93	Rolové správanie najlepšieho priateľa/ky – pravidelný šport
94	Rolové správanie otca – pravidelný šport
95	Rolové správanie mamy – pravidelný šport
96	Školské prostredie podporujúce fyzickú aktivitu
97	Aktívne prestávky
98	Organizované voľnočasové aktivity – organizované tímové športové aktivity
99	Organizované voľnočasové aktivity – organizované individuálne športové aktivity

100	Organizované voľnočasové aktivity – návšteva základnej umeleckej školy
102	Organizované voľnočasové aktivity – detské a mládežnícke organizácie
103	Organizované voľnočasové aktivity – návšteva záujmového krúžku centra voľného času alebo školy
104	Organizované voľnočasové aktivity – stretávanie sa v kostole, spev v kostolnom zbore
105	Organizované voľnočasové aktivity – žiadna aktivita
106	Neorganizované voľnočasové aktivity – stretávanie sa s priateľmi
107	Neorganizované voľnočasové aktivity – chodenie na nákupy do supermarketov
108	Religiozita
109	<u>Trendy 2010 – 2014 – 2018:</u>
109	- Pravidelná fyzická aktivita
110	- Religiozita
111	Použitá literatúra

## 113 Využívanie moderných technológií

*Laura Urbanová, Jana Holubčíková*

115	Komunikácia cez internet
116	Rizikové využívanie internetu – nejedol, nespál kvôli internetu
117	Rizikové využívanie internetu – cítil sa nepríjemne, keď nemohol byť na internete
118	Rizikové využívanie internetu – surfoval na internete, aj keď ho to nebavilo
119	Rizikové využívanie internetu – zanedbával rodinu, priateľov, školské povinnosti alebo koníčky kvôli času strávenému na internete
121	Rizikové využívanie internetu – neúspešne sa snažil obmedziť čas, ktorý trávi na internete
122	Strach zo zmeškania – Fear of Missing out
124	Rizikové využívanie mobilného telefónu - upozornenia o častom venovaní sa mobilu

- 125 Rizikové využívanie mobilného telefónu - úzkosť z vypnutia mobilu
- 126 Rizikové využívanie mobilného telefónu - používanie telefónu pre lepší pocit
- 127 Použitá literatúra

## 129 Užívanie psychoaktívnych látok

*Tibor Baška, Jaroslava Macková*

- 131 Skúsenosť s fajčením cigariet
- 132 Fajčenie cigariet v súčasnosti (za posledných 30 dní)
- 133 Rolové správanie – každodenné fajčenie tabaku matkou
- 134 Rolové správanie – každodenné fajčenia tabaku otcom
- 135 Rolové správanie – každodenné fajčenie tabaku najlepším priateľom
- 136 Skúsenosť s pitím alkoholu (v živote)
- 137 Pitie alkoholu v súčasnosti (za posledných 30 dní)
- 138 Pitie jednotlivých druhov alkoholu
- 140 Dostupnosť alkoholu
- 141 Rolové správanie – pitie alkoholu aspoň jedenkrát za týždeň matkou
- 142 Rolové správanie – pitie alkoholu aspoň jedenkrát za týždeň otcom
- 143 Rolové správanie – pitie alkoholu aspoň jedenkrát za týždeň najlepším priateľom
- 144 Skúsenosť s opitnosťou aspoň dvakrát v živote
- 145 Opitnosť za posledných 30 dní aspoň raz
- 146 Rolové správanie – opitnosť aspoň raz za mesiac u matky
- 147 Rolové správanie – opitnosť aspoň raz za mesiac u otca
- 148 Rolové správanie – opitnosť aspoň raz za mesiac u najlepšieho priateľa
- 149 Užívanie kanabisu
- 150 Rolové správanie – užívanie drog matkou
- 151 Rolové správanie – užívanie drog otcom

- 152 Rolové správanie – užívanie drog najlepším priateľom

## 153 Trendy 2010 – 2014 – 2018:

- 153 - Skúsenosť s fajčením cigariet
- 154 - Fajčenie cigariet v súčasnosti (za posledných 30 dní)
- 155 - Pitie alkoholu v súčasnosti (za posledných 30 dní)
- 156 - Skúsenosť s opitnosťou
- 157 - Opitnosť za posledných 30 dní
- 158 - Skúsenosť s užívaním kanabisu
- 159 - Užívanie kanabisu v súčasnosti (za posledných 30 dní)
- 160 Použitá literatúra

## 163 Násilné správanie

*Janka Holubčíková*

- 164 Účasť na bitke
- 165 Obeť šikanovania
- 166 Aktér šikanovania
- 167 Obeť a zároveň aktér šikanovania
- 168 Obeť kyberšikanovania
- 169 Aktér kyberšikanovania
- 170 Obeť a zároveň aktér kyberšikanovania
- 171 Hlásenie šikany
- 172 Rolové správanie najlepšieho priateľa – problémy so zákonom
- 173 Rolové správanie otca – problémy so zákonom
- 174 Rolové správanie matky – problémy so zákonom
- 175 Trendy 2010 – 2014 – 2018:
- 175 - Účasť na bitke aspoň raz za posledný rok
- 176 - Obeť šikanovania
- 177 - Aktér šikanovania
- 178 - Aktér aj obeť šikanovania
- 179 Použitá literatúra

## 181 Diskriminácia

*Jaroslava Macková*

- 182 Diskriminácia kvôli pohlaviu učiteľmi
- 183 Diskriminácia kvôli pohlaviu inými dospelými
- 184 Diskriminácia kvôli pohlaviu žiakmi v škole
- 185 Diskriminácia kvôli postave alebo výzoru učiteľmi
- 186 Diskriminácia kvôli postave alebo výzoru inými dospelými
- 187 Diskriminácia kvôli postave alebo výzoru žiakmi v škole
- 188 Diskriminácia kvôli inej kultúre, jazyku či farbe pleti učiteľmi
- 190 Diskriminácia kvôli inej kultúre, jazyku či farbe pleti inými dospelými
- 191 Diskriminácia kvôli inej kultúre, jazyku či farbe pleti žiakmi v škole
- 192 Diskriminácia kvôli zlej situácii v rodine učiteľmi
- 193 Diskriminácia kvôli zlej situácii v rodine inými dospelými
- 194 Diskriminácia kvôli zlej situácii v rodine žiakmi v škole
- 195 Použitá literatúra

## 197 Rovesníci

*Peter Kolarčík*

- 199 Sociálna opora rovesníkov – priatelia sa snažia pomáhať
- 200 Sociálna opora rovesníkov – môžu počítať s priateľmi, keď majú problém
- 201 Sociálna opora rovesníkov – priatelia, s ktorými sa môžu podeliť o radosti aj starosti
- 202 Sociálna opora rovesníkov – môžu s priateľmi hovoriť o svojich problémoch
- 203 Zaľúbenosť
- 204 Randenie, bozkávanie, objímanie a hladenie na intímnych miestach
- 206 Skúsenosť s pohlavným stykom

- 207 Hodnotenie prvej sexuálnej skúsenosti
- 208 Ochrana pred neželaným tehotenstvom
- 209 Trendy 2010 – 2014 – 2018:
- 209 - Sociálna opora rovesníkov - priatelia sa snažia pomáhať
- 210 - Sociálna opora rovesníkov - môžu počítať s priateľmi, keď majú problém
- 211 - Sociálna opora rovesníkov - priatelia, s ktorými sa môžu podeliť o radosti aj starosti
- 212 - Sociálna opora rovesníkov - môžu s priateľmi hovoriť o svojich problémoch
- 213 - Skúsenosť s pohlavným stykom
- 214 - Ochrana pred neželaným tehotenstvom – kondóm
- 215 - Ochrana pred neželaným tehotenstvom – hormonálna antikoncepcia
- 216 - Ochrana pred neželaným tehotenstvom – tabletky po
- 217 Použitá literatúra

## 219 Rodina

*Daniela Husárová, Míriama Lacková Rebičová*

- 221 Zloženie rodiny
- 222 Závažné životné udalosti z detstva
- 223 Najvyššie vzdelanie rodičov
- 224 Zamestnanosť rodičov
- 225 Majetkové pomery rodiny
- 226 Komunikácia s matkou
- 227 Komunikácia s otcom
- 228 Rodičovské pravidlá – pravidelné raňajkovanie
- 229 Rodičovské pravidlá – čas trávený vonku po škole
- 230 Rodičovské pravidlá – spánok
- 231 Rodičovské pravidlá – používanie internetu
- 232 Spoločne strávené aktivity s rodičmi – pozeranie televízie alebo videa

- 233 Spoločne strávené aktivity s rodičmi – hry
- 234 Spoločne strávené aktivity s rodičmi – počítačové hry
- 235 Spoločne strávené aktivity s rodičmi – jedávanie
- 236 Spoločne strávené aktivity s rodičmi – prechádzky
- 237 Spoločne strávené aktivity s rodičmi – aktivity mimo domova, napr. kino, večera
- 238 Spoločne strávené aktivity s rodičmi – návštevy priateľov alebo príbuzných
- 239 Spoločne strávené aktivity s rodičmi – šport
- 240 Spoločne strávené aktivity s rodičmi – rozprávanie sa o veciach
- 241 Návšteva knižnice
- 242 Rozprávanie sa o knihách, predstaveniach, koncertoch, umeleckých dielach
- 243 Výber knihy ako darčeka
- 244 Čítanie kníh doma
- 245 **Trendy 2010 – 2014 – 2018:**
- 245 - Komunikácia s matkou
- 246 - Komunikácia s otcom
- 247 Použitá literatúra

## 249 Komunita, okolie

Jaroslava Kopčáková

- 250 Sociálny kapitál komunity – ľudia sa na ulici zdravie a rozprávajú
- 251 Sociálny kapitál komunity – je bezpečné pre menšie deti hrať sa na ulici cez deň
- 252 Sociálny kapitál komunity – ľuďom v tejto oblasti môžem veriť
- 253 Sociálny kapitál komunity – je tu veľa miest, kde môžem tráviť voľný čas
- 254 Sociálny kapitál komunity – susedov môžem požiadať o pomoc alebo láskavosť
- 255 Sociálny kapitál komunity – väčšina ľudí by sa pokúsila ma využiť
- 256 Deprivácia okolia – skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy

- 257 Deprivácia okolia – odpadky, rozbité sklo alebo smeti všade navôkol
- 258 Deprivácia okolia – schátrané domy alebo budovy
- 259 Použitá literatúra

## 261 Škola

Lucia Bosáková, Zuzana Boberová

- 263 Spokojnosť so školou
- 264 Stres v škole
- 265 Vzťahy medzi spolužiakmi – spolužiaci sú spolu radi
- 266 Vzťahy medzi spolužiakmi – spolužiaci sú milí a nápomocní
- 267 Vzťahy medzi spolužiakmi – spolužiaci sú akceptujúci
- 268 Vzťahy s učiteľmi – učiteľ ich akceptuje takých, akí sú
- 269 Vzťahy s učiteľmi – učiteľom na nich záleží
- 270 Vzťahy s učiteľmi – učiteľom môžu veľmi dôverovať
- 271 Funkčná gramotnosť – ťažkosti s písaním
- 272 Funkčná gramotnosť – ťažkosti s čítaním
- 274 Funkčná gramotnosť – ťažkosti s matematikou
- 275 Podpora a pomoc v príprave do školy – matka alebo otec
- 276 Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto zo starých rodičov
- 277 Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto zo súrodencov
- 278 Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto iný z rodiny
- 279 Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto dospelý z mojej školy
- 280 Podpora a pomoc v príprave do školy – iný dospelý mimo rodiny
- 281 Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto z mojich kamarátov, rovesníkov
- 282 Školské prostredie podporujúce prípravu do školy / využívanie

- 284 Postoj k vzdelaniu
- 285 Ašpirácie
- 287 Neospravedlnené absencie v škole
- 288 Opakovanie ročníka
- 289 Zdravotná gramotnosť
- 290 Témy, ktoré zaujímajú mladých ľudí
- 291 Seberealizácia
- 293 **Trendy 2010 – 2014 – 2018:**
- 293 - Spokojnosť so školou
- 294 - Stres v škole
- 295 - Neospravedlnené absencie
- 296 Použitá literatúra

## 299 Školské prostredie

Zuzana Boberová

- 300 Závažné vnútorné problémy školy
- 302 Závažné problémy v okolí školy
- 304 Vlastné zameranie školy v Školskom vzdelávacom programe (ŠkVP)
- 306 Zariadenia a vybavenie školy
- 308 Koordinácia podpory zdravia na škole
- 310 Stratégia podpory zdravia v škole
- 312 Tematické zameranie a formy stratégie podpory zdravia v škole
- 314 Školy podporujúce zdravie (ŠPZ)
- 316 Školské prostredie podporujúce fyzickú aktivitu
- 318 Aktívne prestávky
- 319 Použitá literatúra

## 321 Aktívny životný štýl

Peter Bakalár, Jaroslava Kopčáková

- 323 Charakteristika vzorky
- 323 - Organizácia zberu údajov
- 324 - Antropometrické parametre
- 325 Telesná výška
- 326 Telesná hmotnosť

- 328 Body Mass Index (BMI)
- 329 Percento tuku
- 331 Funkčná zdatnosť
- 335 Aktívny transport – cesta do školy (čas)
- 336 Aktívny transport – cesta do školy (spôsob dopravy)
- 337 Aktívny transport – cesta zo školy (spôsob dopravy)
- 338 Motivácia k aktívnemu transportu
- 342 Prostredie podporujúce fyzickú aktivitu
- 345 Motivácia k fyzickej aktivite
- 348 Prekážky k fyzickej aktivite
- 351 Sledovanie televízie
- 352 Hranie počítačových hier
- 353 Práca na počítači
- 354 Použitá literatúra
- 356 Výpovede žiakov
- 374 Kľúčové zistenia
- 382 Tabuľky

# Predslov

Vážené čitateľky a čitatelia, odborníčky a odborníci,

po štyroch rokoch sa nám opäť dostáva do rúk národná správa o zdraví a správaní školákov. Vznikla na podklade údajov zozbieraných na Slovensku v rámci medzinárodnej štúdie „Health Behaviour in School-Aged Children“ (HBSC), ktorej hlavným koordinátorom je Regionálny úrad WHO pre Európu. Cieľom národnej správy je čo najvštrižnejšie popísať, ako sa vybrané aspekty zdravia a správania vyskytujú u slovenských školákov vo veku 11, 13 a 15 rokov. Medzinárodné zapojenie zároveň umožňuje porovnať situáciu na Slovensku so situáciou v ďalších asi 50 krajinách Európy a zámoria. Fakt, že štúdia sa na Slovensku vďaka vytrvalosti a vysokej profesionalite národného výskumného tímu z Ústavu psychológie zdravia Lekárskej fakulty UPJŠ realizuje už tretíkrát za sebou, porovnávať sa dajú aj trendy v zdraví a správaní školákov na Slovensku.

Obdobie medzi 11 a 15 rokom sa nazýva adolescenciou. Tento pojem sa dostal do povedomia v prvej polovici 15. storočia, kedy sa začal používať po prvý raz v zmysle určitej životnej etapy človeka. Má korene v slovese *adolescere*, čo znamená vyrásť, dospieť. Adolescencia je teda obdobie prechodu z detstva do dospelosti, pričom medzistupňom je tínedžerský vek. Adolescencia je obdobie plné turbulencií, výkyvov, kolísaní, protikladných emócií a reakcií, o ktorých je treba vedieť, pripraviť sa na ne, rešpektovať ich a spoločne s adolescentmi hľadať cesty na ich úspešné zvládnutie. Musíme byť ochotní vypočuť si ich názor, a to aj vtedy, keď by sme ho najradšej nepočuli. Musíme im poskytnúť rozumné dôvody a viesť zmysluplné rozhovory, ak ich chceme o niečom presvedčiť.

Správa obsahuje veľmi bohatú kolekciu údajov a informácií, kvantitatívnych, ale najmä kvalitatívnych, z ktorých silne rezonujú sociálne determinanty podmieňujúce výsledný stav telesného a duševného zdravotného stavu a sociálnej pohody, respektíve nepohody. Otvorte ktorúkoľvek kapitolu, a verím, že mi dáte za pravdu, že títo školáci sú v mnohom iní než boli ich rovesníci pred jednou-dvoma dekadami. Je to generácia, ktorá od narodenia žije

v digitalizovanom svete. „Pred desiatimi rokmi, keď som začal zbierať informácie a chodiť do škôl, deti sa navzájom rozprávali. V poslednej dobe už však pozerajú len do mobilov,“ skonštatoval jeden z českých koordinátorov HBSC. Moderné technológie spôsobili najprv zmenu v živote dospelých, všetko sa urýchlilo, prestal byť čas na spoločne strávené chvíle a rozhovory, voľnočasové aktivity. Kým v minulosti sme varovali pred závislosťami od sladkostí, fajčenia a alkoholu, dnes varujeme najmä pred závislosťou na technológiách. Závislosti sa teda zmenili v dôsledku zmeny prostredia, v ktorom adolescenti prežívajú voľný čas. Momentálne sú najradšej doma, dôležitý je pre nich virtuálny svet a v reálnom svete sa často nevedia orientovať. Škola, krúžky, spoločenské podujatia ich nevedia zaujať. Zdajú sa im nudné, nezaujímavé, bez náboja, ktorý dokáže vykúziť len internetová grafika. Aj keď vieme, že bez tzv. IT zručností sa v živote nezaobídú, nesmieme zabúdať, že závislosť na internete a sociálnych sieťach môže znamenať izoláciu, neprispôbitosť, egocentrizmus, iracionálne konanie, agresivitu, a v konečnom dôsledku osobnú tragédiu.

Najdôležitejšie je, že o úskaliach číhajúcich na našu mladú generáciu vieme. Je na rodičoch, na učiteľoch, na nás všetkých, ako od malička dokážeme deťom ukázať, že pre zdravý a spokojný život sú viac než sociálne siete a virtuálny svet dôležité najmä sociálne kontakty, poznávanie reálneho sveta, primeraná miera úcty a pokory. Deti kopírujú nás dospelých, tak ich učme k čestnosti, spravodlivosti, vytrvalosti, ukážme im, ako sa starať o seba a svoje zdravie, ale aj ako pomáhať slabším a chrániť svet, v ktorom žijeme. Ak im to nevieme a nedokážeme ponúknuť, nemôžeme to očakávať ani od nich.

Informácie a údaje, ktoré priniesol aktuálny zber, sú v mnohom veľmi pozitívne v zmysle, ako slovenské 11-15 adolescenti hodnotia sami svoje zdravie, čo ich teší a baví v škole či doma, ako vychádzajú s rodičmi, učiteľmi, rovesníkmi. Ponúka sa relevantný a dôveryhodný zdroj, na základe ktorého sa dajú vypracovať postupy, programy aj celonárodné politiky a intervencie pre starostlivosť a rozvoj zdravia a pohody

(well-being) mladej generácie. Ak mladí ľudia pochopia význam ochrany a podpory svojho zdravia aj zdravia iných, je silný predpoklad, že si tento postoj zachovajú aj v dospelosti. Rizikové správanie a objavenie sa určitých ochorení práve v tomto veku sú odrazom biologických zmien a sociálneho kontextu, v ktorom žijú. Holistický prístup ku zdraviu nám odporúčajú nielen významné medzinárodné dokumenty, ku ktorým sa Slovensko prihlásilo, že ich bude plniť – napríklad Ciele trvalo udržateľného rozvoja - Agenda 2030, Medzinárodný dohovor o právach dieťaťa, alebo Zdravie 2020, ale diktuje nám ho zdravý rozum a láska k deťom.

Táto publikácia je určená všetkým, ktorí prichádzajú do styku s deťmi a mládežou. S trochou nadnesenia sa teda dá povedať, že úplne každému bez ohľadu na profesiu alebo povolanie. Preštudovať by si ju mali pracovníci kompetentných orgánov a inštitúcií, ktorí pripravujú politiky pre deti a mládež; je určená aj školským a zdravotníckym pracovníkom, psychológom, sociálnym pracovníkom a ďalším, ktorí sa podieľajú na ich implementácii. Je určená rodičom, ktorí deti vychovávajú. Je určená výrobcom tovarov a poskytovateľom služieb. Proste všetkým, ktorým záleží na súčasnom a budúcom zdraví detí a mládeže.

Vopred všetkým ďakujem, že práca výskumníkov, analytikov, verejných zdravotníkov a početných dobrovoľníkov, ktorí túto správu vytvorili, bude čo najviac užitočnosťou.

Darina Sedláková

Kancelária Svetovej zdravotníckej organizácie na Slovensku

# Popis HBSC štúdie a prieskumu realizovaného na Slovensku v roku 2017/2018

Jana Holubčíková

## Základné informácie o medzinárodnej, prierezovej štúdii zdravia a so zdravím súvisiaceho správania školákov

„Health Behaviour in School-aged Children“ (ďalej len HBSC) je jedna z prvých medzinárodných prierezových štúdií, ktorá začala ako iniciatíva troch krajín v roku 1983 (Veľká Británia, Fínsko a Nórsko). Postupne sa pridávali i ďalšie krajiny, štúdia bola prijatá Svetovou zdravotníckou organizáciou (1983) a v súčasnosti na nej spolupracuje 48 krajín.

**Cieľom štúdie** je monitorovať zdravie, so zdravím súvisiace správanie školákov v ich sociálnom kontexte a prehliadnúť porozumenie mechanizmov ovplyvňujúcich rozdiely a zmeny v zdraví a rizikom správaní školákov. Zistené poznatky sú dôležité pre tvorbu efektívnych programov podpory zdravia, vzdelávacích programov v oblasti zdravia, sledovanie ich účinnosti, a to nielen na národnej, ale i na medzinárodnej úrovni.

**Koordinácia projektu:** Projekt je koordinovaný v spolupráci s Regionálnou kanceláriou Svetovej Zdravotníckej Organizácie pre Európu, Child and Adolescent Health Research Unit (CAHRU) na Univerzite v St. Andrews, Veľká Británia a Univerzitou v Bergene, Nórsko. Koordináciu zabezpečuje medzinárodný koordinačný výbor vedený prof. Jo Inchley (Child & Adolescent Health Research Unit, University of St Andrews, United Kingdom). Zobierané údaje sú spravované dr. Oddrun Samdal (Research Centre for Health Promotion, University of Bergen, Norway), ktorá zastáva pozíciu manažéra medzinárodnej databanky.

**Účastnícke krajiny:** Albánsko, Arménsko, Azerbajdžan, Belgicko (francúzska i flámska časť), Bulharsko, Česká Republika, Dánsko, Estónsko, Fínsko,

Francúzsko, Grécko, Grónsko, Gruzínsko, Holandsko, Chorvátsko, Island, Izrael, Írsko, Kanada, Kazachstan, Litva, Lotyšsko, Luxembursko, Macedónsko, Malta, Moldavsko, Maďarsko, Nemecko, Nórsko, Poľsko, Portugalsko, Rakúsko, Rumunsko, Rusko, Slovenská Republika, Slovinsko, Srbsko, Škótsko, Španielsko, Švajčiarsko, Švédsko, Taliansko, Turecko, Ukrajina, USA, Veľká Británia a Wales.

**Realizované zbery údajov:** 1983/84, 1985/86, 1989/90, 1993/1994, 1997/1998, 2001/02, 2005/2006, 2009/2010, 2013/2014, 2017/2018

Slovensko participovalo doteraz na piatich zberoch údajov: 1993/94, 1997/98, 2005/06, 2009/2010, 2013/2014, 2017/2018.

Nasledujúci zber údajov je plánovaný v roku 2021/2022.

**Dizajn štúdie:** Štúdia je prierezová, avšak svojím dizajnom umožňuje vytvárať harmonizované dátové súbory, ktoré ponúkajú možnosť porovnávania medzi krajinami, ale i sledovania trendov. Údaje sú zbierané formou anonymného dotazníka administrovaného v školských triedach tímom školených administrátorov. Účast' respondentov je dobrovoľná.

**Protokol:** 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



diseminácie. Jednotlivé moduly dotazníka sú vypracované v spolupráci s rozličnými pracovnými skupinami pracujúcimi v rámci medzinárodného tímu HBSC (scientific development group, method development group, protocol development group, topic oriented working groups) a výsledný protokol prechádza schvaľovacím procesom. Nové položky/moduly sú zaradené až po realizácii pilotných štúdií, zhodnotení a implementovaní ich zistení.

**Vzorka:** Každé 4 roky sa do štúdie zapojí približne pol milióna školákov vo veku 11 až 15 rokov z viac ako 40 krajín (Európa a Severná Amerika). Vzorka sa vytvára v súlade so štruktúrou vzdelávacieho systému v danej krajine a býva stratifikovaná podľa regiónu alebo typu školy. Cieľom je získať údaje o 11-, 13 a 15-ročných školákoch reprezentatívne pre populáciu v danej krajine. Primárnou jednotkou býva školská trieda, ale môže ňou byť aj škola

Tabuľka 1: Zloženie povinného modulu dotazníka HBSC 2017/2018

<b>Demografické údaje:</b>	pohlavie, ročník školy, vek
<b>Ukazovatele zdravia:</b>	zdravotné ťažkosti (napr. bolesti hlavy, bolesti brucha, nervozita, ťažkosti so zaspávaním), celkové hodnotenie zdravia, respondentom udaná výška a hmotnosť, životná spokojnosť, vnímanie vlastného tela, sexuálne správanie
<b>So zdravím súvisiace správanie:</b>	stravovacie návyky (raňajkovanie, konzumácia vybraných druhov potravín, stravovanie sa s rodinou), dentálna hygiena, fyzická aktivita, fajčenie, konzumácia alkoholu, opitost', užívanie marihuany
<b>Násilie:</b>	šikanovanie, kyberšikanovanie, bitky, úrazy
<b>Škola:</b>	spokojnosť so školou, podpora spolužiakov a učiteľov, so školou súvisiaci stres
<b>Rodina:</b>	zamestnanie rodičov, škála blahobytu rodiny, štruktúra rodiny, komunikácia s matkou a otcom, podpora rodiny
<b>Rovesníci:</b>	podpora priateľov

**Webová stránka:** [www.hbsc.org](http://www.hbsc.org), [www.hbscslovakia.com](http://www.hbscslovakia.com)

**Podrobnejšie informácie o projekte:**

Inchley J et al. eds. 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. Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, 2016 (Health Policy for Children and Adolescents, No. 7).

Roberts Ch., Currie C., Samdal O, Currie D., Smith R., Maes L.: Measuring the health behaviours of adolescents through cross-national survey research: recent developments in the Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study. J Public Health 2007;15:179–186

alebo jedinec. V každej krajine je potrebné zobrať približne 1500 respondentov v každej vekovej kategórii.

**Dotazník:** Medzinárodný štandardný dotazník obsahuje položky rozdelené do troch modulov (Tabuľka 1), z ktorých si každá krajina vytvára národný nástroj: (1) povinný modul, ktorý je každá krajina povinná zaradiť pre vytvorenie medzinárodnej databázy; (2) voliteľný modul tvorený skupinami položiek podľa tematicky špecifických oblastí, z ktorých si môže každá krajina vybrať; (3) pre krajinu špecifické otázky zamerané na problémy národného významu. Otázky pokrývajú širokú škálu indikátorov zdravia a so zdravím súvisiaceho správania, ako aj životných podmienok mladých ľudí. Vybrané položky sú určené len pre 15-ročných.

Currie, C.; Gabhainn, S.N.; Godeau, E.; Roberts, Ch.; Smith, R.; Currie, D.; Pickett, W.; Richter, M.; Morgan, A.; Barnekow, V. (2008) Inequalities in young people's health. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: International report from the 2005/2006 survey. Health Policy for Children and Adolescents. Report No. 5.

## Základné informácie o štúdiu realizovanej na Slovensku v roku 2017/2018

### Mgr. Jana Holubčíková, PhD.

**Koordinácia projektu:** Koordináciu tejto štúdie na Slovensku zastrešuje Ústav psychológie zdravia Lekárskej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach a realizuje ju v spolupráci s viacerými univerzitami a inštitúciami.

Spolupráca s inštitúciami:

- » Kancelária WHO na Slovensku
- » Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky v Bratislave a Regionálny úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky v Košiciach
- » Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky
- » Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky, Sekcia regionálneho školstva
- » Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky, Sekcia umenia a štátneho jazyka
- » IUVENTA – Slovenský inštitút mládeže
- » Detská organizácia FÉNIX, o.z.
- » ZIPCeM – Združenie informačných a poradenských centier mladých v Slovenskej republike
- » Všeobecná zdravotná poisťovňa, a.s.
- » Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Ústav telesnej výchovy a športu
- » Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Prírodovedecká fakulta, Ústav biologických a ekologických vied
- » Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Prírodovedecká fakulta, Ústav matematických vied
- » Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, Pedagogická fakulta, Katedra telesnej výchovy a športu
- » Univerzita Mateja Bela, Banská Bystrica, Filozofická fakulta, Katedra telesnej výchovy a športu
- » Katolícka Univerzita v Ružomberku, Filozofická fakulta, Katedra psychológie

- » Univerzita Komenského v Bratislave, Jesseniova lekárska fakulta v Martine, Ústav verejného zdravotníctva
- » Univerzita Komenského v Bratislave, Jesseniova lekárska fakulta v Martine, Ústav pôrodnej asistencie
- » Univerzita Komenského v Bratislave, Lekárska fakulta, Ústav sociálneho lekárstva a lekárskej etiky.

**Dizajn štúdie:** Štúdiá bola prierezová, svojím dizajnom umožňuje vytvárať harmonizované dátové súbory, ktoré umožňujú porovnávanie medzi krajinami, ale i sledovanie trendov v rámci krajiny.

Protokol štúdie vyžaduje pokryť pri výbere vzorky 95 % populácie daného veku. Na základe predchádzajúcich výskumov, ale i pilotnej štúdie sme očakávali, že 10 % populácie daného veku bude v nižšom ročníku a 20 % populácie vo vyššom ročníku ako väčšina populácie daného veku, teda v piatom, siedmom a deviatom ročníku. Z tohto dôvodu boli údaje zbierané vo všetkých ročníkoch druhého stupňa základnej školy (5. až 9. ročník) a ekvivalentných ročníkoch osemročných gymnázií (prima až kvinta). Primárnou jednotkou náhodného výberu bola škola. Náhodný výber škôl zohľadňoval veľkosť školy.

Údaje boli zbierané formou anonymného elektronického dotazníka, administrovaného v školských triedach tímom školených administrátorov. V rámci zberu dát štúdie HBSC boli realizované aj doplňujúce merania (meranie telesnej výšky, telesnej hmotnosti, zloženia tela, funkčnej zdatnosti) v primeraných priestoroch školy, školenými administrátormi, pod dohľadom príslušných odborníkov – členov tímu. Zároveň respondenti vyplnili doplňujúci dotazník zameraný na aktívny životný štýl školákov. Pre tieto účely bolo z celkovej vzorky HBSC štúdie vybraných cca 10 % základných škôl v košickom, bansko-bystrickom a nitrianskom kraji. Prepojenie vyššie spomenutých údajov bolo zabezpečené prostredníctvom unikátnych kódov, bez nutnosti pracovať



s osobnými identifikačnými údajmi. Zástupcovia vedenia škôl boli požiadaní o vyplnenie elektronického školského dotazníka. Účasť bola dobrovoľná. Štúdia bola schválená Etickou komisiou Lekárskej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach (rozhodnutie č. 16N/2017) a podporená Ministerstvom školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky (<https://hbcslovakia.com/sprievodna-dokumentacia>).

**Vzorka:** Výskumná vzorka bola vytvorená v súlade s medzinárodným protokolom štúdie HBSC tak, aby odzrkadľovala vzdelávací systém na Slovensku. Vzorka 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. Cieľom bolo získať údaje o 11, 13 a 15-ročných školákoch reprezentatívne pre populáciu na Slovensku. Zo zoznamu všetkých základných škôl (ZŠ) a osemročných gymnázií, ktorý poskytlo Centrum vedecko-technických informácií SR (CVTI), bolo náhodným výberom uskutočneným v HBSC Data Management Centre (Bergen, Nórsko) vybraných 151 škôl z dôvodu potreby nadhodnotenia veľkosti vzorky. Vybrané školy boli telefonicky kontaktované a požiadané o súhlas zúčastniť sa na medzinárodnej štúdii HBSC. Počas telefonického rozhovoru so školami, ktoré súhlasili s účasťou (109), boli náhodným výberom

Tabuľka 2: Vekové zloženie vzorky a počet chlapcov a dievčat v jednotlivých vekových kategóriách

	Priemerný vek	Chlapci		Dievčatá			
		N	%	N	%	N	%
<b>11-roční</b>	11.53 (SD=0.28)	772	48.6	815	51.4	1587	100
<b>13-roční</b>	13.51 (SD=0.29)	985	51.4	927	48.6	1909	100
<b>15-roční</b>	15.39 (SD=0.24)	703	54.4	590	45.6	1293	100

**Administrácia:** Zber údajov prebiehal v apríli až máji 2018. Online dotazníky za použitia školských počítačov boli administrované výškoleným administrátorom počas jednej vyučovacej hodiny bez prítomnosti učiteľa. Žiakom bola stručne predstavená štúdia HBSC a prečítaná štandardná inštrukcia. Vyplňanie dotazníkov trvalo 25 – 45 minút. Merania telesnej výšky, telesnej hmotnosti, zloženia tela, funkčnej zdatnosti a vyplnenie doplnujúceho dotazníka prebiehalo na nasledujúcej vyučovacej hodine.

vybrané konkrétne triedy, v ktorých prebehol zber údajov. Vyradených bolo 31 ZŠ (väčšina škôl odmietla účasť vo výskume z dôvodu vysokej frekvencie rôznych výskumov na ich škole). To predstavuje 78 % mieru odozvy na úrovni škôl. V triedach na vybraných školách, ktoré sa zúčastnili štúdie bolo spolu registrovaných 14 816 žiakov. Dotazník nakoniec vyplnilo 8 902, čo predstavuje 60 % mieru odozvy. Dôvodom nevyplnenia dotazníka bolo odmietnutie účasti rodičom alebo samotným žiakom, prípadne účasť na vedomostných, či športových súťažiach. Po vyčistení databázy od chybných dotazníkov (ovplyvňovanie pri vyplňaní, neuvedené pohlavie a pod.) boli z konečného počtu 8 902 žiakov vybratí žiaci vo veku 11, 13, a 15 rokov. Vekové zloženie a pomer chlapcov a dievčat je uvedený v Tabuľke 2. Podrobný popis výberu vzorky je znázornený na vývojom diagrame (Obrázok 1). Bližšie informácie o výbere, charakteristike subvzorky doplnujúcich meraní (meranie telesnej výšky, telesnej hmotnosti, zloženia tela, funkčnej zdatnosti) a dotazníka sú uvedené v kapitole Aktívny životný štýl.

**Dotazníky:** Dotazníky HBSC sa spravidla skladajú z povinného modulu otázok, ktorý je vo všetkých krajinách rovnaký. K nemu môžu krajiny podľa svojho záujmu a svojich potrieb pridávať otázky z voliteľného modulu ako i špecifické národné otázky. Nakoľko by trvanie vyplňania dotazníka nemalo presiahnuť jednu vyučovaciu hodinu, bolo potrebné vytvoriť viacero verzií dotazníkov, v ktorých boli zaradené rôzne okruhy otázok. Najkratšia bola verzia HBSC dotazníka pre 11-ročných, ktorá obsahovala otázky z povinného modulu, ktorý je v každej krajine ako i každej ďalšej verzii rovnaký a povinný. Ďalej boli

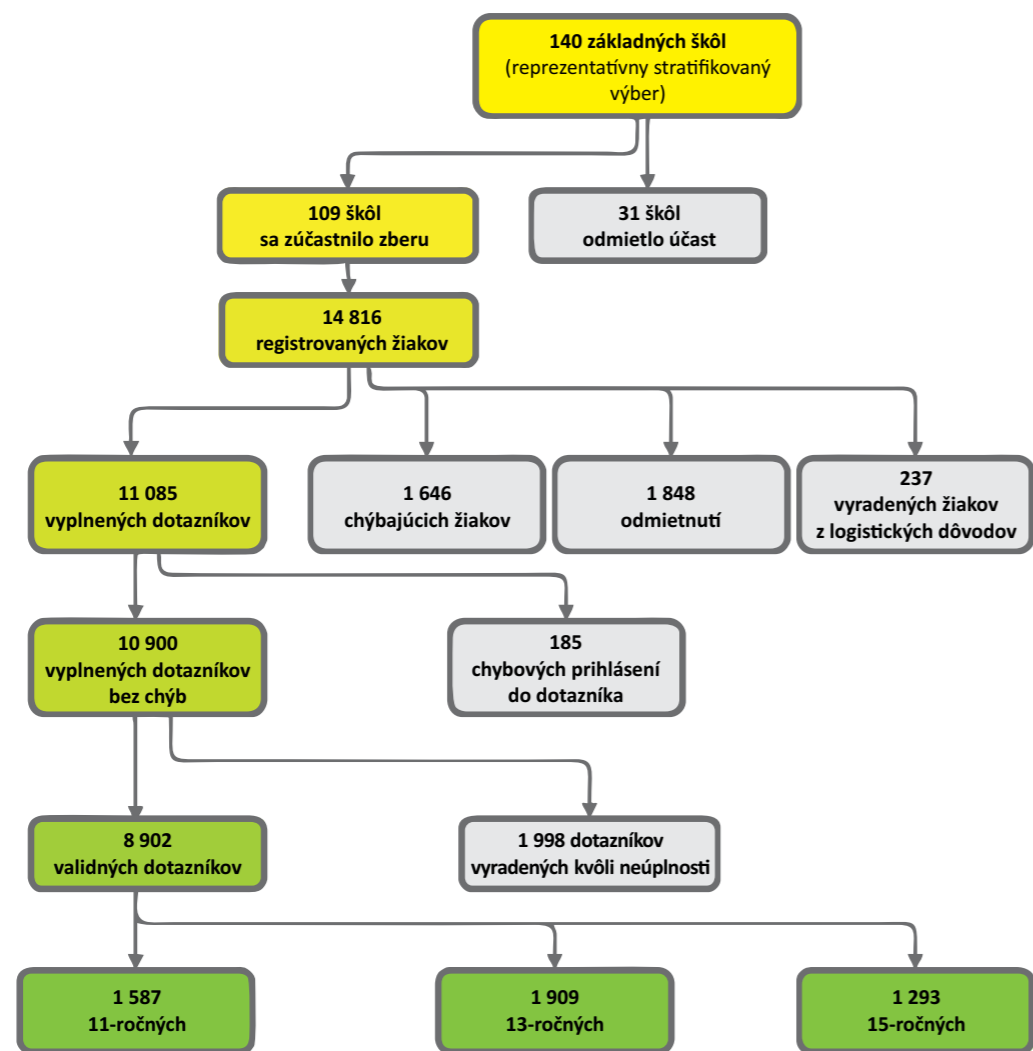
zaradené vybrané otázky z voliteľného modulu a niekoľko národných otázok. Verzia pre 13-ročných bola oproti verzii pre 11-ročných rozšírená o ďalšie voliteľné a národné otázky. Pre 15-ročných bola pripravená najrozsiahlšia verzia dotazníka. Dokopy boli teda použité tri verzie dotazníka. Tieto boli pre potreby administrácie

v školách s vyučovacím jazykom maďarským preložené aj do maďarského jazyka. Školáci, ktorí sa zúčastnili merania telesnej výšky, telesnej hmotnosti, zloženia tela a funkčnej zdatnosti, vyplnili doplnujúci dotazník zameraný na aktívny životný štýl.

Tabuľka 3: Štruktúra dotazníka

<b>Povinné moduly dotazníka</b>
<b>Demografické údaje:</b> pohlavie, ročník školy, vek
<b>Ukazovatele zdravia:</b> zdravotné ťažkosti (napr. bolesti hlavy, bolesti brucha, nervozita, ťažkosti so zaspávaním), celkové hodnotenie zdravia, respondentom udaná výška a hmotnosť, životná spokojnosť, vnímanie vlastného tela, sexuálne správanie
<b>So zdravím súvisiace správanie:</b> stravovacie návyky (raňajkovanie, konzumácia vybraných druhov potravín, stravovanie sa s rodinou), dentálna hygiena, fyzická aktivita, fajčenie, konzumácia alkoholu, opitnosť, užívanie marihuany
<b>Násilie:</b> šikanovanie, kyberšikanovanie, bitky, úrazy
<b>Škola:</b> spokojnosť so školou, podpora spolužiakov a učiteľov, so školou súvisiaci stres
<b>Rodina:</b> zamestnanie rodičov, škála blahobytu rodiny, štruktúra rodiny, komunikácia s matkou a otcom, podpora rodiny
<b>Rovesníci:</b> podpora priateľov
<b>Voliteľné moduly dotazníka</b>
<b>Ukazovatele zdravia:</b> chronické ochorenia, spánkový režim, užívanie liekov, duševné zdravie (emocionálne a behaviorálne problémy)
<b>So zdravím súvisiace správanie:</b> konzumácia energetických nápojov, alkoholických nápojov, redukcia telesnej hmotnosti, zdravotná gramotnosť
<b>Rodina:</b> spoločné aktivity s rodičmi, majetkové pomery rodiny
<b>Rovesníci:</b> romantické vzťahy
<b>Voľnočasové aktivity:</b> organizované a neorganizované voľnočasové aktivity
<b>Environmentálne faktory:</b> miera deprivácie okolia, sociálny kapitál komunity
<b>Národné špecifické položky</b>
<b>Ukazovatele zdravia:</b> reziliencia, pozitívny vývin, škála beznádeje, seberealizácia
<b>So zdravím súvisiace správanie:</b> poruchy stravovania, dentálna hygiena, dostupnosť alkoholu
<b>Škola:</b> vybavenosť školy (prestávky, priestor na šport, prípravu do školy), funkčná gramotnosť, podpora pri príprave do školy, vzdelanostné aspirácie, opakovanie ročníka, neospravedlnené absencie
<b>Rodina:</b> rodičovské pravidlá, vzdelanie rodičov, závažná udalosť v rodine, rolové správanie
<b>Etnicita:</b> jazyk používaný doma
<b>Rovesníci:</b> rolové správanie, vnímaná diskriminácia, romantické vzťahy
<b>Digitálne technológie:</b> správanie sa na internete, nadmerné užívanie internetu, strach z vymaškania, používanie mobilov
<b>Religiozita:</b> interná a externá religiozita
<b>Kultúra:</b> návšteva knižníc, rozprávanie sa o predstaveniach, kúpa kníh ako darčeka, čítanie kníh
<b>Doplňujúce údaje a merania</b> (na subvzorku HBSC štúdie): meranie telesnej výšky, telesnej hmotnosti, zloženia tela, funkčnej zdatnosti (Ruffierov test)
<b>Aktívny životný štýl školákov</b> (na subvzorku HBSC štúdie): aktívny transport, motivácia k aktívnemu transportu, prostredie podporujúce fyzickú aktivitu, motivácia a prekážky k fyzickej aktivite, pasívne trávenie voľného času

Obrázok 1: Vývojový diagram vývoja počtu škôl a respondentov vo vzorke



## Ako interpretovať pomer šancí (OR) a konfidenčné intervaly (CI)?

Mgr. Jaroslava Macková

Pri čítaní každej z kapitol národnej správy HBSC sa pri uvedených zistených výsledkoch stretnete okrem percentuálneho zastúpenia jednotlivých skúmaných javov aj s hodnotením rodových a vekových rozdielov vyjadreným v pomeroch šancí (OR z ang. odds ratio) a intervaloch spoľahlivosti (CI z ang. confidence interval). V tejto kapitole sa Vám pokúsime priblížiť, aký zmysel má uvádzanie týchto dvoch údajov a ako správne si ich máte interpretovať.

Cieľom národnej správy je čo najvýstižnejšie popísať, ako sa dané javy, ktoré boli predmetom nášho záujmu, vyskytujú medzi bežnými slovenskými školákmi vo veku 11, 13 a 15 rokov. Za týmto účelom nazeráme na sledovaný súbor školákov ako na heterogénny a porovnáme jednak dievčatá a chlapcov a jednak školákov a školáčky v troch vekových kategóriách – jedenásť, trinásť a pätnásť-ročných chlapcov a dievčatá.

Pomer šancí nám v tomto prípade hovorí o tom, v ktorej z nami porovnávaných skupín má daný skúmaný jav šancu vyskytnúť sa častejšie. Načo by sme mohli takúto informáciu potrebovať?

Predstavme si situáciu, že dostaneme ponuku zorganizovať na škole preventívny program, problém je ale v tom, že je limitovaný počtom žiakom, ktorým je možné sa venovať, preto potrebujeme vybrať tú najzraniteľnejšiu a najohrozenejšiu skupinu. Tento program je zameraný na predchádzanie obezity a snaží sa motivovať deti, aby menej času trávili sedavým spôsobom a primäť ich k častejšej fyzickej aktivite. V tejto národnej správe HBSC si môžeme prečítať, že 13- aj 15-roční chlapci častejšie než dievčatá každodenne športujú, resp. sa venujú nejakej fyzickej aktivite.

Ďalej máme k dispozícii nasledovnú tabuľku:

11- vs. 15-ročné dievčatá	13- vs. 15-ročné dievčatá
OR (95 % CI)	OR (95 % CI)
2,6 (1,91-3,47)	1,5 (1,10-2,04)
***	*

Čo môžeme zistiť z tejto tabuľky? Vidíme, že pri porovnaní 11-ročných a 15-ročných dievčat je hodnota pomeru šancí 2,6 a pri porovnaní 13-ročných a 15-ročných je táto hodnota 1,5. To znamená, že 11-ročné dievčatá 2,6-krát častejšie uviedli, že každý deň vykonávajú nejakú fyzickú aktivitu a 13-ročné toto tvrdenie uviedli 1,5-krát častejšie. Podľa týchto zistení vidíme, že „najhoršie“ na tom sú školáčky, ktoré majú 15 rokov, preto by sme si v tomto prípade za cieľovú skupinu preventívneho programu mali vybrať práve školáčky tejto vekovej kategórie.

Môžeme ale zapochybovať – na každej škole môže byť situácia iná, ako si môžeme byť istí, že sme sa rozhodli správne? Pri takýchto pochybách nás môže naviesť druhý spomínaný údaj, interval spoľahlivosti. Ako vidíme v tomto príklade, 95 % interval spoľahlivosti pre pomer šancí pri porovnaní 11-ročných dievčat s tými 15-ročnými je od 1,91 do 3,47. To znamená, že môžeme povedať, že existuje 95 % pravdepodobnosť, že keby sme skúmali daný jav na iných školáčkach toho istého veku, hodnota pomeru šancí bude spadať do tohto intervalu. Čiže keby sme porovnali nejaké iné dievčatá z inej školy vo veku 11 a 15 rokov, mohli by sme získať hodnotu pomeru šancí napr. 1,99 či 3,00, čo by znamenalo, že dievčatá vo veku 11 rokov takmer 2-krát (OR=2,0) alebo 3-krát (OR=3,0) častejšie každodenne športujú než tie 13-ročné. Ako vidíme, tieto hodnoty nie sú úplne totožné, no od uvedenej hodnoty v národnej správe (OR=2,6) sa výrazne nelíšia.

Z toho vyplýva ďalšia dôležitá poznámka, na ktorú je potrebné myslieť. Zistený pomer šancí je tým presnejší a spoľahlivejší, čím je interval spoľahlivosti užší, keďže vieme zhodnotiť, že by hodnota pomeru šancí v iných súboroch variovala menej. Pokiaľ je ale interval spoľahlivosti široký, pomer šancí nemusí byť veľmi spoľahlivým údajom. Predstavme si, že máme nasledovné údaje:

11- vs. 15-ročné dievčatá
OR (95 % CI)
2,6 (2,00-8,57)
*

V tomto prípade by sme, rovnako ako vyššie, zistili, že 11-ročné dievčatá 2,6-krát častejšie než tie 15-ročné každodenne športujú. Keď sa však pozrieme na 95 % interval spoľahlivosti zistíme, že v inej skupine dievčat vo veku 11 a 15 rokov môžu dievčatá, ktoré majú 11 rokov, športovať 2-krát, 4-krát, či dokonca až 8-krát častejšie než tie, ktoré majú 15 rokov, čo už, samozrejme, sú zistenia dosť rozdielne.

Takže, aby sme si to zhrnuli, pomer šancí nám hovorí o tom, v ktorej z porovnávaných skupín existuje vyššia šanca, že sa v nej bude vyskytovať sledovaný jav – či už sú to zdravotné ťažkosti, šikanovanie, užívanie alkoholu či športovanie – častejšie, a 95 % interval spoľahlivosti nám hovorí o tom, na koľko je nami zistený údaj spoľahlivý a v akom rozsahu by sa pomer šancí mohol pohybovať, keby sme tieto merania spravili na iných školákoch v rovnakom veku.



## HBSC projekt, národný tím

Národný tím pre riešenie projektu HBSC má 14 zástupcov v medzinárodnom riešiteľskom tíme HBSC a ďalších členov, ktorí sa podieľajú na príprave protokolu štúdie, jej realizácie v teréne ako i spracovaní získaných údajov a prenose poznatkov do praxe.

### Hlavný riešiteľ:

- » Prof. Andrea Madarasová Gecková, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
andrea.geckova@upjs.sk

### Zástupca hlavného riešiteľa:

- » Mgr. Jana Holubčíková, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
jana.holubcikova@upjs.sk

### Riešiteľský tím:

- » Doc. MUDr. Tibor Baška, PhD.  
Ústav verejného zdravotníctva  
Jesseniova lekárska fakulta v Martine, Univerzita Komenského v Bratislave  
baska@jfmed.uniba.sk
- » Doc. Mgr. Martina Bašková, PhD.  
Ústav pôrodnej asistencie  
Jesseniova lekárska fakulta v Martine, Univerzita Komenského v Bratislave  
baskova@jfmed.uniba.sk
- » Mgr. Zuzana Boberová, PhD.  
Ústav biologických a ekologických vied  
Prírodovedecká fakulta Univerzity P. J. Šafárika v Košiciach  
zuzana.boberova@upjs.sk
- » Ing. Lucia Bosáková, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika v Košiciach  
lucia.bosakova@upjs.sk
- » Mgr. Radoslava Cifriková  
Ústav pôrodnej asistencie  
Jesseniova lekárska fakulta v Martine, Univerzita Komenského v Bratislave  
cifrikova@gmail.com
- » Mgr. Eva Čepová, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika v Košiciach  
e.cepova@gmail.com
- » Doc. Mgr. Zuzana Dankulinová, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika v Košiciach  
zuzana.dankulinova@upjs.sk
- » Mgr. Daniela Filákovská, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika v Košiciach  
daniela.filakovska@upjs.sk
- » Mgr. Daniela Husárová, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika v Košiciach  
daniela.husarova@upjs.sk

- » Mgr. Peter Kolarčík, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
peter.kolarcik@upjs.sk
- » Mgr. Jaroslava Kopčáková, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
jaroslava.kopcakova@upjs.sk
- » MUDr. Michaela Kosticová, PhD., MPH  
Ústav sociálneho lekárstva a lekárskej etiky  
Lekárska fakulta Univerzity Komenského  
v Bratislave  
michaela.kosticova@fmed.uniba.sk
- » Mgr. Miriama Lacková Rebičová  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
miriama.rebicova@upjs.sk
- » PaedDr. Petra Lajčiaková  
Katedra psychológie  
Filozofická fakulta Katolíckej univerzity  
v Ružomberku  
petra.lajciakova@ku.sk
- » Mgr. Jaroslava Macková  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
jaroslava.mackova@student.upjs.sk
- » Mgr. Michaela Mrázová, PhD.  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
palfiova.miska@gmail.com
- » Mgr. Laura Urbanová  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
laura.urbanova1@student.upjs.sk

#### **Fitness tím:**

- » Mgr. Peter Bakalár, PhD.  
Ústav telesnej výchovy a športu Univerzity  
P.J. Šafárika v Košiciach  
peter.bakalar@upjs.sk
- » Mgr. Alena Buková, PhD.  
Ústav telesnej výchovy a športu Univerzity  
P.J. Šafárika v Košiciach  
alena.bukova@upjs.sk
- » Ing. Iveta Cimboláková, PhD.  
Ústav telesnej výchovy a športu Univerzity  
P.J. Šafárika v Košiciach  
iveta.cimbolakova@upjs.sk
- » Mgr. Marcel Čurgali  
Ústav telesnej výchovy a športu Univerzity  
P.J. Šafárika v Košiciach  
marcel.curgali@upjs.sk
- » Mgr. Dana Dračková, PhD.  
Ústav telesnej výchovy a športu Univerzity  
P.J. Šafárika v Košiciach  
dana.drackova@upjs.sk
- » Prof. PaedDr. Karol Görner, PhD.  
Katedra telesnej výchovy a športu  
Filozofická fakulta Univerzity Mateja Bela  
v Banskej Bystrici  
Karol.Gorner@umb.sk
- » Doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD.  
Katedra telesnej výchovy a športu  
Pedagogická fakulta Univerzity Konštantína  
Filozofa v Nitre  
nhalmova@ukf.sk
- » Doc. PaedDr. Janka Kanásová, PhD.  
Katedra telesnej výchovy a športu  
Pedagogická fakulta Univerzity Konštantína  
Filozofa v Nitre  
jkanasova@ukf.sk
- » Doc. PaedDr. Jiří Michal, PhD.  
Katedra telesnej výchovy a športu  
Filozofická fakulta Univerzity Mateja Bela  
v Banskej Bystrici  
Jiril.Michal@umb.sk
- » PaedDr. Jana Potočníková, PhD.  
Ústav telesnej výchovy a športu Univerzity P.J.  
Šafárika v Košiciach  
jana.potocnikova@upjs.sk
- » PaedDr. Stanislava Stráňavská, PhD.  
Katedra telesnej výchovy a športu  
Filozofická fakulta Univerzity Mateja Bela  
v Banskej Bystrici  
stanislava.stranavska@umb.sk

- » Mgr. Ľuboslav Šiška  
Katedra telesnej výchovy a športu  
Pedagogická fakulta Univerzity Konštantína  
Filozofa v Nitre  
luboslav.siska@ukf.sk
- » Mgr. Eliška Štefanová  
Ústav verejného zdravotníctva  
Jesseniova lekárska fakulta v Martine, Univer-  
zita Komenského v Bratislave  
eliska.stefanova@gmail.com
- » Mgr. Aurel Zelko, PhD.  
Ústav telesnej výchovy a športu Univerzity P.J.  
Šafárika v Košiciach  
aurel.zelko@upjs.sk

#### **Zástupcovia Úradu verejného zdravotníctva:**

- » PhDr. Viktória Jakubková  
Úrad verejného zdravotníctva SR  
viktoria.jakubkova@uvzs.sk
- » MUDr. Jana Kollárová  
Odbor podpory zdravia,  
Regionálny úrad verejného zdravotníctva so  
sídлом v Košiciach  
kollarova@uvzs.sk
- » Doc. PhDr. Róbert Ochaba, PhD.  
Úrad verejného zdravotníctva SR  
robert.ochaba@uvzs.sk

#### **Administratívno-finančný manažment:**

- » Ing. Ivana Borysová  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika v Ko-  
šiciach  
ivana.borysova@upjs.sk
- » Ing. Jarmila Frištková  
Ústav psychológie zdravia  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika v Ko-  
šiciach  
jarmila.fristikova@upjs.sk

#### **Štatistická podpora:**

- » Mgr. Juraj Hudák  
Ústav matematických vied  
Prírodovedecká fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
juraj.hudak1@student.upjs.sk
- » RNDr. Daniel Klein, PhD.  
Ústav matematických vied  
Prírodovedecká fakulta Univerzity P.J. Šafárika  
v Košiciach  
Lekárska fakulta Univerzity P.J. Šafárika v Ko-  
šiciach  
daniel.klein@upjs.sk

# Zdravie

**Zuzana Dankulincová, Michaela Kostičová,  
Daniela Filakovská**

Adolescencia je obdobím v živote človeka, v ktorom sú položené základy budúceho zdravia pre obdobie dospelosti. Zároveň je dobou, kedy je možné hovoriť o vynikajúcich príležitostiach pre udržanie dobrého zdravotného stavu, či už po stránke fyzickej, ako aj po stránke psychickej. Zdravie v adolescencii je výsledkom interakcie už existujúcich vplyvov, ktoré prebehli počas prenatálneho vývinu, ako aj v rannom detstve spolu s charakteristickými biologickými a sociálnymi zmenami, ktoré typicky obdobie adolescencie sprevádzajú. Tie sú v neposlednom rade určované práve v období adolescencie rozmanitými sociálnymi determinantmi, ako aj pozitívne, či negatívne pôsobiacimi faktormi, ktoré skrze osvojenie si so zdravím súvisiaceho správania ovplyvňujú v prvom rade okamžité zdravie v období adolescencie, ale z dlhodobého hľadiska majú svoj neodškriepiteľný vplyv na zdravie dospeljej populácie (Sawyer 2012).

Nedostatočné zdravie môže významne ovplyvniť dosahovanie životných cieľov. V období adolescencie, ktoré je charakterizované ako obdobie relatívne dobrého zdravia, môže mať nedostatočné zdravie významný vplyv na naplnenie vývinových úloh spojených s adolescenciou a viesť k množstvu dlhodobých negatívnych dôsledkov. Mladí ľudia sa v tomto životnom období musia vysporiadať s výzvami, ktoré sú spojené s prechodom do dospelosti. Byť v dobrom zdravotnom stave – fyzicky, emocionálne a sociálne – napomáha vyrovnávať sa so spomenutými výzvami na omnoho lepšej úrovni (Currie a kol. 2012).

V protiklade k celkovému hodnoteniu zdravia stoja konkrétne zdravotné ťažkosti. Tie môžu byť somatické (bolesti hlavy, chrbta či brucha), ale aj psychologické (nervozita, podráždenosť či problémy so zaspávaním). Neexistuje jasné rozdelenie, ktoré by naznačovalo, kedy je ešte konkrétny

počet zdravotných ťažkostí súčasťou normálneho dospievania, a kedy už ide o problematickú situáciu. Hromadenie zdravotných ťažkostí, ich spoločné spoluobjavovanie sa, však možno vnímať ako určitý signál, ktorý sa však od dieťaťa k dieťaťu môže meniť (Eriksen&Ursin 2004). Viacnásobné somatické a psychologické ťažkosti môžu byť dôsledkom nadmernej záťaže či prežívania nepriaznivých životných udalostí v niektorej z dôležitých oblastí života detí a dospievajúcich, čiže v rodine, škole alebo v rovesníckych vzťahoch (Ravens-Sieberer a kol. 2004; Torsheim&Wold 2001), a následne vedú k vyššiemu užívaniu liekov (Hansen a kol. 2003).

Viacere štúdie poukazujú na stúpajúcu spotrebu liekov na predpis u adolescentov ako sú najmä lieky proti bolesti - analgetiká, na nervozitu a nespavosť - anxiolytiká, hypnotiká a sedatíva, ktoré predstavujú riziko ich nadmerného užívania a vzniku závislosti v neskoršom veku (Lopez-Leon a kol. 2018; Austic a kol. 2015; Boyd a kol. 2015). Posúva sa aj veková hranica začiatku užívania týchto liekov okolo 12. roku života, pričom čím skôr sa začnú užívať, tým je riziko vzniku závislosti väčšie. Veľmi často sa stretávame u starších adolescentov s nelegálnym užívaním týchto liekov, ktoré sú na predpis, ale boli predpísané inej osobe, najčastejšie kamarátovi alebo inému členovi rodiny (Austic a kol. 2015; Boyd a kol. 2015). Vysoká je u adolescentov aj spotreba voľno-predajných liekov, najmä protizápalových liekov, analgetík a liekov proti nádche a kašľu. Riziko nesprávneho užívania je vyššie u adolescentov a rodičov s nižšou liekovou gramotnosťou, ktorí buď nečítajú príbalové letáky liekov, alebo im nerozumejú a potom užívajú lieky v nadmerných dávkach, v nesprávnych kombináciách a neprímerane dlho (Lee a kol. 2017). Pri predpisovaní a užívaní liekov u detí je potrebné si

uvedomiť zvýšené riziko vzniku nežiaducich reakcií a problémov v porovnaní s dospelou populáciou, ktoré súvisí so zmenami metabolizmu liekov počas vývoja a dospievania a nebezpečenstvom vzniku predávkovania, závislosti a otravy. Dôležité je preto dbať na bezpečnosť ohľadom dostupnosti, dávkovania a interakcii liekov (WHO 2007).

Podľa údajov z databázy celkovej záťaže ochorení (Global Burden Disease Compare, IHME) najčastejšie príčinou disability u detí na Slovensku v roku 2017 boli úzkostné poruchy, emocionálne a behaviorálne poruchy, depresia, bolesti hlavy a chrbta, potom nasledovali úrazy a kožné ochorenia. Väčšina ochorení, ktoré sa vyskytujú v adolescencii sú preventabilné, čo poukazuje na potrebu a význam primárnej prevencie a skoréj intervencie.

Úrazy sú jednou z najčastejších príčin úmrtí a disability u adolescentov, ide najmä o dopravné nehody so smrteľnými následkami a pády, ktoré sú najčastejšou príčinou hospitalizácií a ošetrovaní na pohotovostných ambulanciách (Kyu a kol. 2018; Peden, UNICEF & World Health Organization 2008). Na Slovensku v roku 2017 boli úrazy, spolu s ochoreniami tráviacej a dýchacej sústavy, najčastejšími príčinami hospitalizácie detí vo veku 5-14 rokov (Národné centrum zdravotníckych informácií 2017). Veľa úrazov vzniká pri organizovaných športových aktivitách v škole, aj mimo školy. Strach z ďalšieho úrazu môže byť prekážkou k opätovnému vykonávaniu fyzickej aktivity, úrazy sú tiež spojené s rizikom vzniku obezity a môžu zanechať trvalé následky na zdravotnom stave (Räisänen a kol. 2018). Vytvorenie bezpečného prostredia a používanie ochranných pomôcok môže významne prispieť k prevencii úrazov (Salam a kol. 2016). Neexistuje dostatok dôkazov o účinnosti školských edukačných programov zameraných na prevenciu vzniku úrazov (Orton a kol. 2016).

Pre zdravý vývoj detí, udržanie a rozvoj ich fyzického a duševného zdravia je potrebný dostatok kvalitného spánku. Prímeraná dĺžka spánku pozitívne ovplyvňuje pozornosť, správanie, kognitívne funkcie, emocionálnu reguláciu a fyzické zdravie detí. Podľa odporúčaní Americkej akadémie spánkovej medicíny deti vo veku 6 až 12 rokov by mali spať pravidelne 9 až 12 hodín a 13- až 18-ročné deti 8 až 10 hodín (Paruthi a kol. 2016). V súčasnej dobe však deti školského veku, a to najmä v období adolescencie často, a viac ako v minulosti, trpia nedostatkom spánku. Chronický nedostatok spánku a s ním spojená únava a ospalosť počas dňa majú

negatívny dopad na výsledky v škole, pozornosť, náladu a bezpečnosť detí (Chaput a kol. 2016; Owens 2014).

To ako deti a dospievajúci vnímajú a hodnotia svoj život zachytáva životná spokojnosť. Je jedným z ukazovateľov ich celkovej pohody a počas detstva a dospievania je ovplyvňovaná ich celkovou životnou skúsenosťou a vzťahmi, obzvlášť v rámci rodinného prostredia a školy, kde deti trávajú väčšinu svojho času (Levin&Currie 2010; Edwards&Lopez 2006). Životná spokojnosť je úzko spojená so zdravím, užívaním návykových látok (Zullig a kol. 2001) a účasťou na fyzickej aktivite (Thome&Espelage 2004). Pozitívna školská skúsenosť a jej prežívanie je spojené s vyššou celkovou životnou spokojnosťou, pričom negatívna školská skúsenosť zasa naopak s nižšou životnou spokojnosťou (Danielsen a kol. 2009; Ravens-Sieberer a kol. 2004).

Najčastejšie sa vyskytujúcimi problémami z pohľadu duševného zdravia sú v období detstva a dospievania emocionálne problémy a problémy v správaní. Títo mladí sú vo svojich prejavoch veľmi živí, menia sa im nálady, sú často smutní, rýchlo sa nazlostia, často sa zapájajú do bitiek, dostávajú sa do konfliktu s dospelými, chodia poza školu, šikajú spolužiakov, pijú alkohol, užívajú drogy alebo kradnú (Achenbach 2001; Achenbach 2000). Celkovo sa ich problémy dajú vnímať ako stav, ktorý im drasticky bráni aktívne sa zúčastňovať a zvládať rôzne oblasti života, ktoré sú typické pre ich vekovú skupinu. Výskyt emocionálnych problémov a problémov v správaní je pomerne častý (odhadom nimi trpí až 10-20 % detí a dospievajúcich) a ich dôsledky sa prenášajú do rozličných oblastí života adolescentov a ich okolia (Jaspers 2012). Môžu mať vplyv na to akí úspešní budú v škole, vo svojej budúcej práci a vo vzťahu k ľuďom v ich okolí (Kessler 2001). Včasné odhalenie a následne adekvátne riešenie takýchto problémov je preto kľúčové pre zdravý vývin týchto detí (Reijneveld a kol. 2004).

## Celkové hodnotenie zdravia

**Popis indikátora:** Povedal/a by si, že Tvoje zdravie je...?

- vynikajúce
- dobré
- nie zlé
- zlé

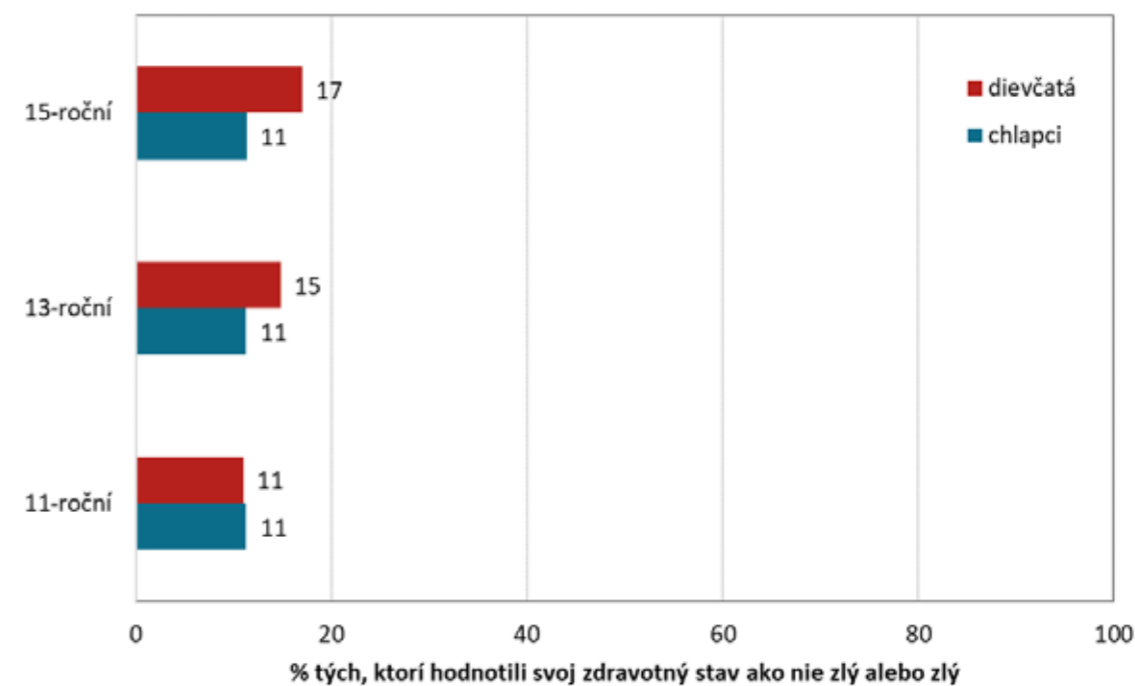
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí hodnotili svoje zdravie ako nie zlé alebo zlé.

**Výskyt:** Svoj zdravotný stav hodnotilo ako „nie zlý“ alebo „zlý“ 11 % chlapcov vo všetkých vekových skupinách. Podobným spôsobom hodnotilo zdravie 11 % dievčat vo veku 11 rokov, 15 % dievčat vo veku 13 rokov a 17 % dievčat veku 15 rokov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci hodnotili svoje zdravie ako „nie zlé“ alebo „zlé“ menej často ako dievčatá (13-roční OR/CI: 0,7/0,56-0,96; 15-roční OR/CI: 0,6/0,46-0,86).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladšie školáčky hodnotili svoje zdravie ako „nie zlé“ alebo „zlé“ menej často ako staršie školáčky (11-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 0,6/0,44-0,82).

Obrázok 2: Celkové hodnotenie zdravia (v %)



# Zdravotné ťažkosti

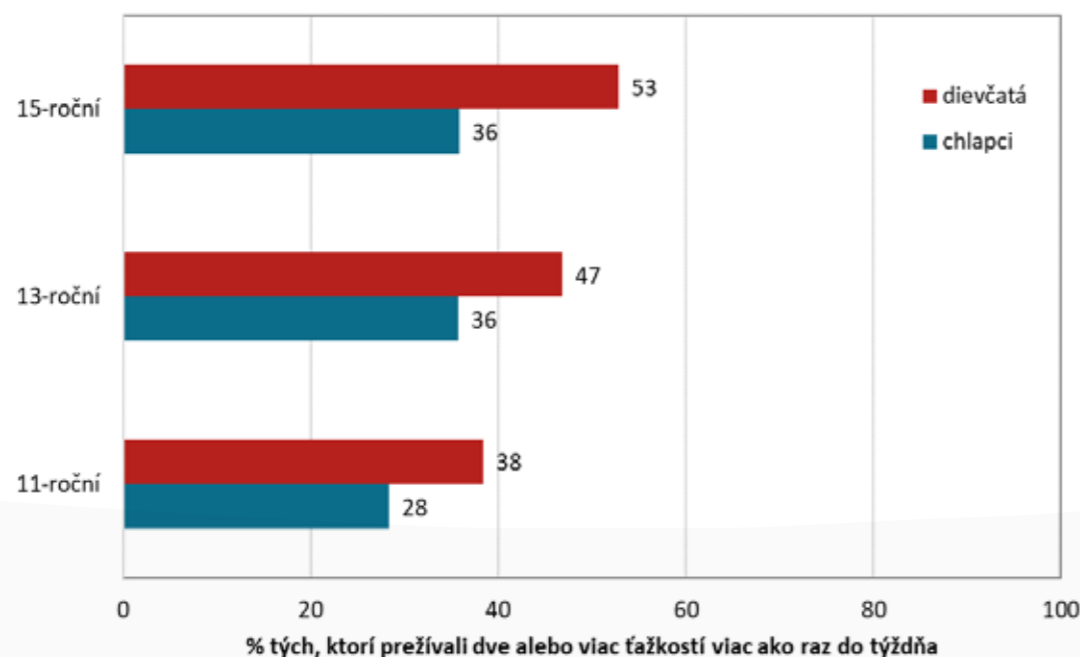
**Popis indikátora:** Za posledných 6 mesiacov: Ako často sa Ti stalo, že...?

- » Ťa bolela hlava
- » Ťa bolelo brucho
- » Ťa bolel chrbát
- » si bol/a smutný/á, na dne
- » si bol/a podráždený/á alebo si mal/a zlú náladu
- » si mal/a pocit nervozity
- » si mal/a ťažkosti so zaspávaním
- » točila sa Ti hlava

- asi každý deň
- viac ako raz za týždeň
- asi každý týždeň
- asi každý mesiac
- zriedkavo alebo nikdy

Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí prežívali dva alebo viac symptómov viac ako raz do týždňa ako aj výskyt konkrétnych zdravotných ťažkostí viac ako raz za týždeň.

Obrázok 3: Zdravotné ťažkosti (v %)

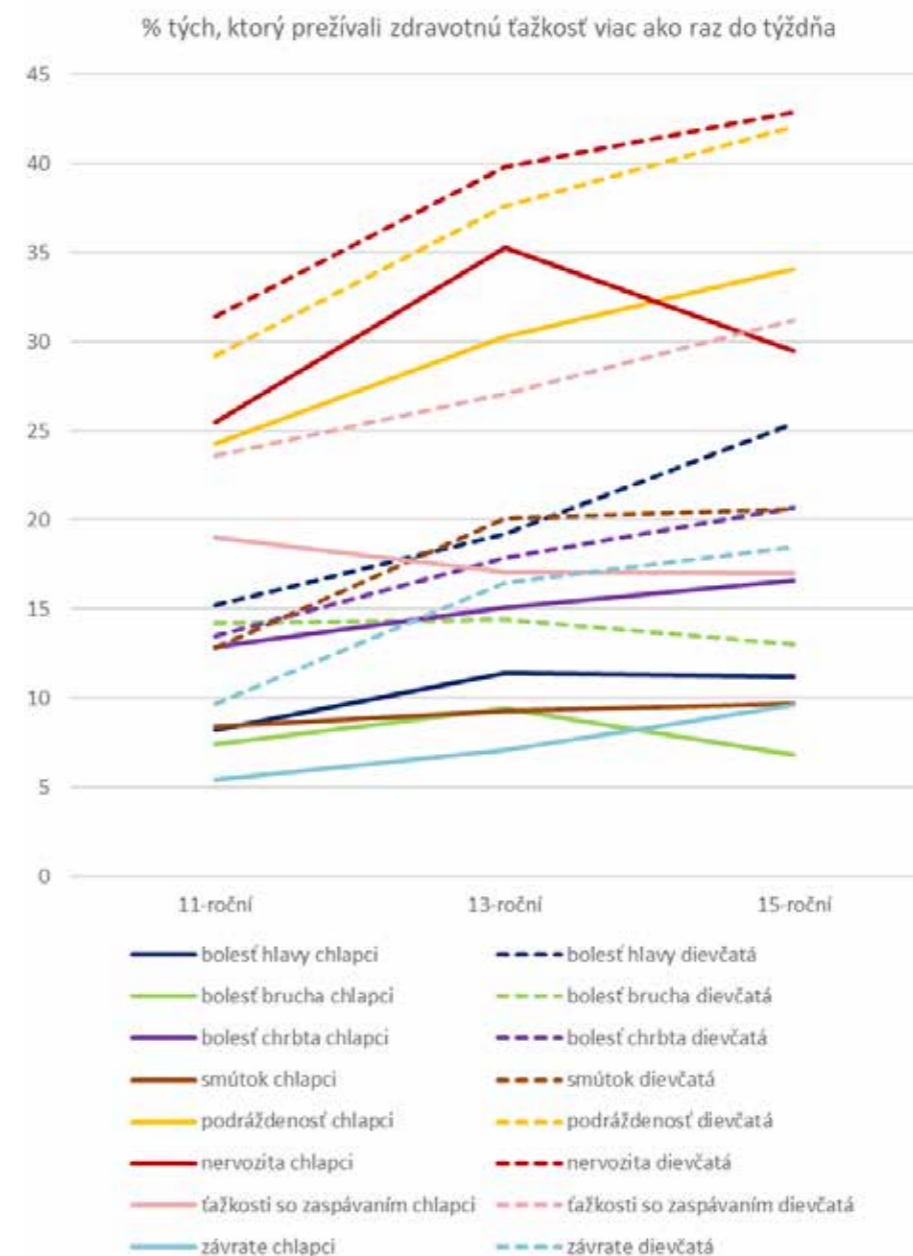


**Výskyt:** Približne každý tretí chlapec prežíval dve alebo viac zdravotných ťažkostí viac ako raz do týždňa. Ešte vyšší výskyt bol zaznamenaný u dievčat: skoro 40 % 11-ročných a približne polovica 13 a 15-ročných dievčat uvádzalo takýto výskyt zdravotných ťažkostí. Školáci prežívali najčastejšie nervozitu a podráždenosť.

**Rodové rozdiely:** Chlapci uvádzali výskyt zdravotných ťažkostí menej často ako dievčatá (11-roční OR/CI: 0,6/0,50-0,80; 13-roční OR/CI: 0,6/0,52-0,77; 15-roční OR/CI: 0,5/0,39-0,63).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci prežívali zdravotné ťažkosti menej často ako starší školáci. Štatisticky významný rozdiel bol potvrdený u chlapcov (11-roční vs. 15-roční OR/CI: 0,7/0,56-0,90) i dievčat (11-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 0,6/0,44-0,70; 13-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 0,8/0,63-0,98).

Obrázok 4: Výskyt jednotlivých zdravotných ťažkostí (v %)



## Dlhodobé zdravotné problémy

**Popis indikátora:** Trpíš nejakým dlhodobým ochorením, postihnutím alebo iným zdravotným stavom, ktorý bol diagnostikovaný lekárom?

- áno
- nie

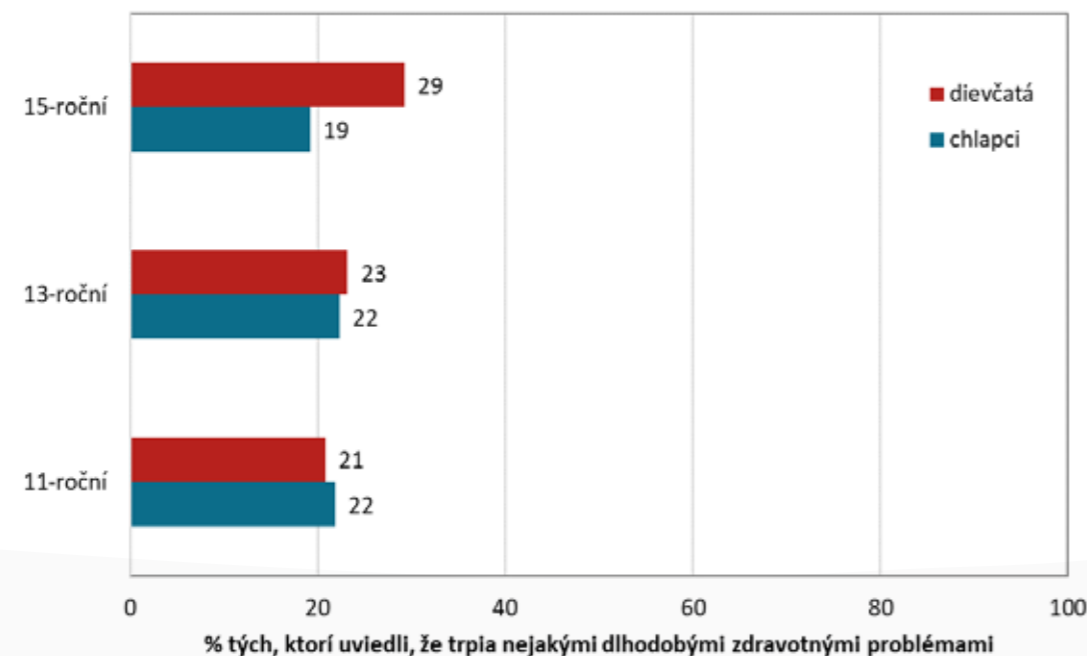
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí trpia nejakým dlhodobým ochorením, postihnutím alebo iným zdravotným stavom, ktorý bol diagnostikovaný lekárom.

**Výskyt:** Približne každý piaty školák trpel dlhodobým ochorením, postihnutím, alebo iným zdravotným stavom diagnostikovaným lekárom. Výnimkou sú 15-ročné dievčatá, u ktorých temer tretina trpela dlhodobými zdravotnými problémami.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely vo výskyte dlhodobých zdravotných problémov sme potvrdili iba v skupine 15-ročných. Chlapci uvádzali nižší výskyt dlhodobého ochorenia, postihnutia alebo iného zdravotného stavu diagnostikovaného lekárom ako dievčatá (15-roční OR/CI: 0,6/0,44-0,74).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Staršie dievčatá trpeli dlhodobými zdravotnými problémami častejšie ako mladšie dievčatá (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,49-0,81; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/0,58-0,92). V skupine chlapcov sme vekové rozdiely vo výskyte dlhodobých zdravotných problémov nepotvrdili.

Obrázok 5: Výskyt dlhodobých zdravotných problémov (v %)



## Obmedzenia súvisiace s dlhodobými zdravotnými problémami

**Popis indikátora:** Má tvoje dlhodobé ochorenie, postihnutie alebo iný zdravotný stav vplyv na Tvoju dochádzku a účasť v škole?

- áno
- nie

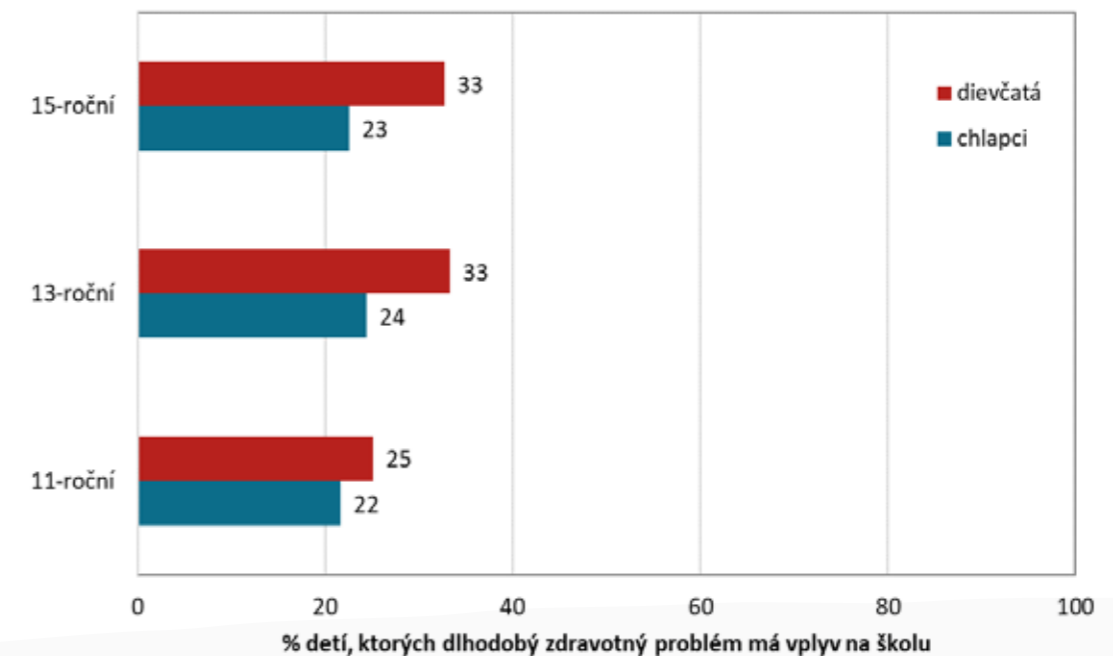
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorých dlhodobé ochorenie, postihnutie alebo iný zdravotný stav vplýva na ich dochádzku a účasť v škole v súbore tých, ktorí uviedli, že trpia dlhodobým zdravotným problémom

**Výskyt:** Viac ako pätina chlapcov a tretina dievčat, ktoré trpeli dlhodobým zdravotným problémom zároveň uviedli, že tieto problémy majú vplyv na ich dochádzku a účasť v škole.

**Rodové rozdiely:** Menej chlapcov ako dievčat uvádzalo že ich dlhodobé zdravotné problémy majú vplyv na ich dochádzku a účasť v škole (13-roční OR/CI: 0,6/0,42-0,98; 15-roční OR/CI: 0,6/0,35-0,99).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely vo výskyte školákov, u ktorých dlhodobé zdravotné problémy mali vplyv na ich dochádzku a účasť v škole sme nepotvrdili.

Obrázok 6: Výskyt obmedzení súvisiacich s dlhodobými zdravotnými problémami (v %)





## Užívanie liekov na bolesť hlavy

**Popis indikátora:** Užíval/a si počas posledného mesiaca nejaké lieky alebo tabletky kvôli bolesti hlavy?

- áno, viac ako jedenkrát
- áno, jedenkrát
- nie

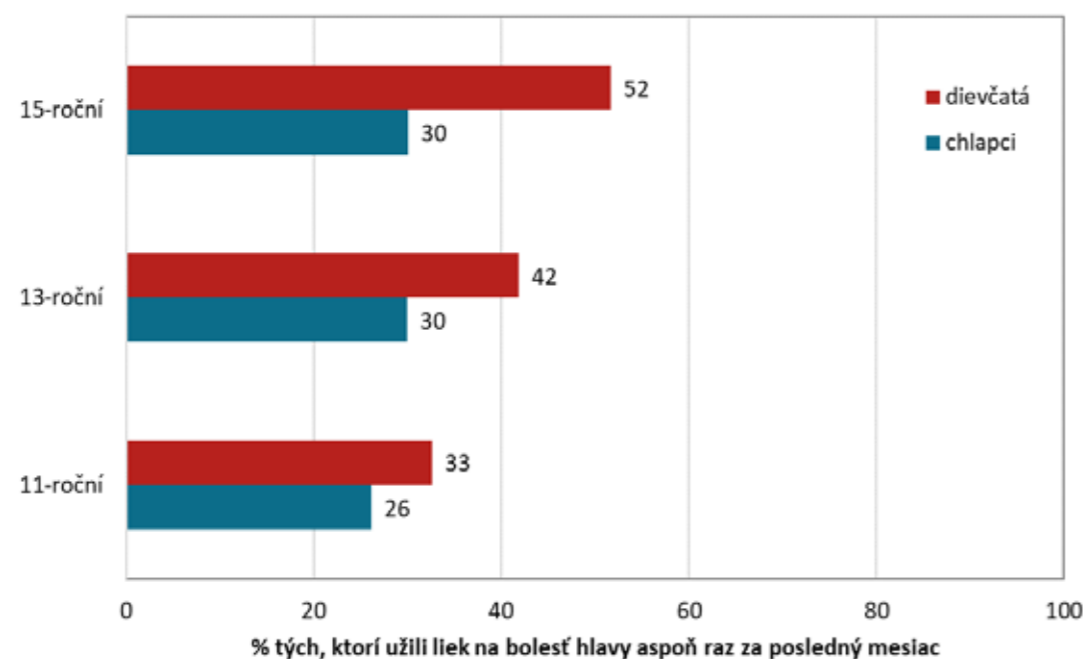
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí užívali liek na bolesť hlavy aspoň jedenkrát za posledný mesiac.

**Výskyt:** Približne každý tretí chlapec užíval lieky na bolesť hlavy aspoň raz do mesiaca. Podobný výskyt bol v skupine 11-ročných dievčat, ale vo veku 13 rokov lieky na bolesť hlavy užívalo viac ako 40 % dievčat a vo veku 15 rokov viac ako polovica dievčat.

**Rodové rozdiely:** Chlapci užívali lieky na bolesti hlavy menej často ako dievčatá (11-roční OR/CI: 0,7/0,59-0,92; 13-roční OR/CI: 0,6/0,49-0,72; 15-roční: OR/CI: 0,4/0,32-0,51).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely sme potvrdili iba v skupine dievčat. Staršie dievčatá užívali lieky na bolesti hlavy častejšie ako mladšie dievčatá (11-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 0,5/0,36-0,56; 13-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 0,7/0,55-0,83).

Obrázok 7: Užívanie liekov na bolesť hlavy (v %)



*Školáci by sa mali viac starať o seba a vyhýbať sa liekom. Nebrať ich hneď, keď nás bolí hlava, lebo si na ne zvykneme.  
Dievča, 13 rokov.*

## Užívanie liekov na bolesť brucha

**Popis indikátora:** Užíval/a si počas posledného mesiaca nejaké lieky alebo tabletky kvôli bolesti brucha?

- áno, viac ako jedenkrát
- áno, jedenkrát
- nie

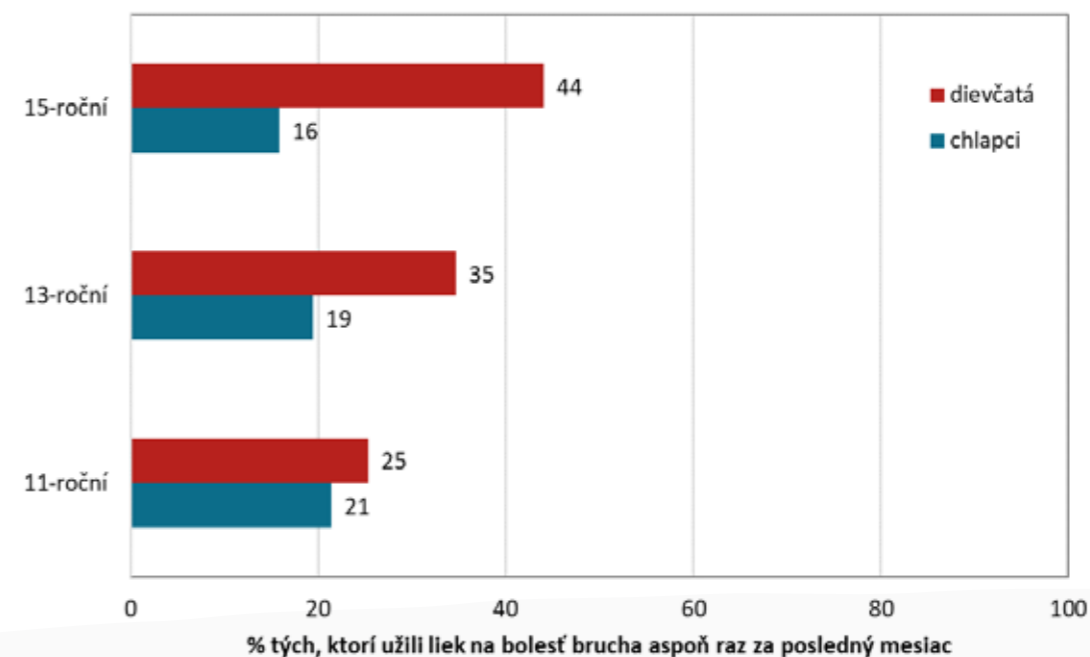
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí užívali liek na bolesť brucha aspoň jedenkrát za posledný mesiac.

**Výskyt:** Nie viac ako pätina chlapcov užívala lieky na bolesť brucha aspoň raz do mesiaca. Štvrtina 11-ročných, viac ako tretina 13-ročných a viac ako 40 % 15-ročných dievčat užívalo lieky na bolesť brucha aspoň raz do mesiaca.

**Rodové rozdiely:** Chlapci užívali lieky na bolesť brucha menej často ako dievčatá (13-roční: OR/CI: 0,5/0,37-0,56 a 15-roční OR/CI: 0,2/0,18-0,32).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Starší chlapci užívali lieky na bolesť brucha menej často ako mladší chlapci (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,4/1,09-1,89). U dievčat práve naopak, staršie dievčatá užívali lieky na bolesť brucha častejšie ako mladšie dievčatá (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá: OR/CI: 0,4/0,34-0,55; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/0,55-0,84).

Obrázok 8: Užívanie liekov na bolesť brucha (v %)



*Nemali by brať lieky, nie sú to cukriky. Sú nezdravé a niekedy životu nebezpečné.  
Chlapec, 13 rokov.*

# Užívanie liekov na problémy so zaspávaním

**Popis indikátora:** Užíval/a si počas posledného mesiaca nejaké lieky alebo tabletky kvôli ťažkosti so zaspávaním?

- áno, viac ako jedenkrát
- áno, jedenkrát
- nie

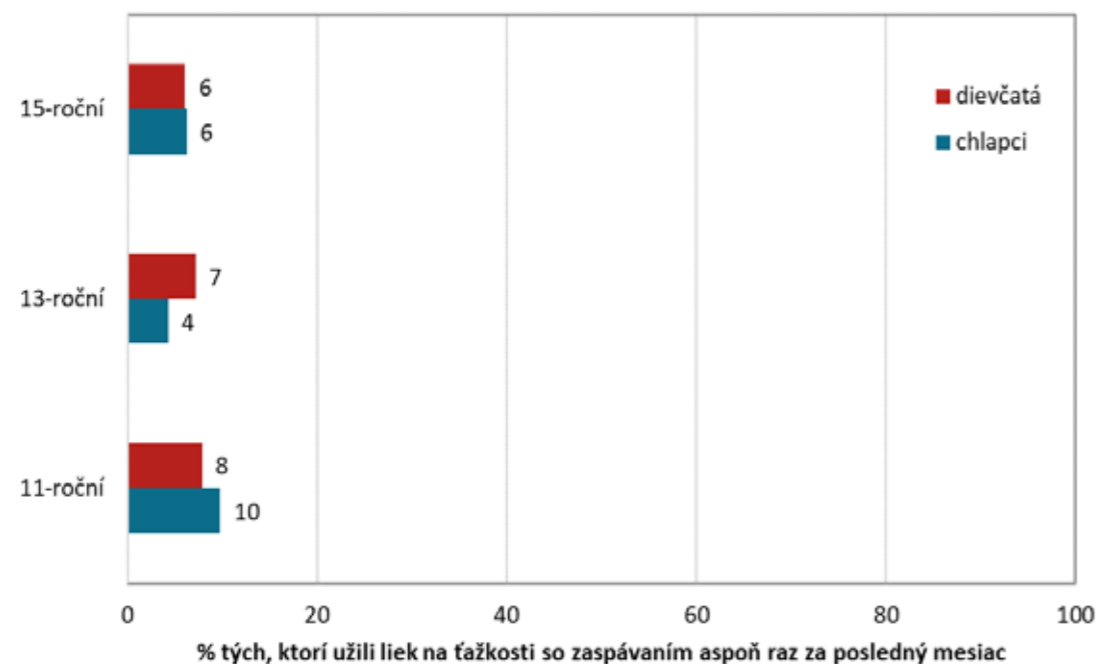
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí užívali liek kvôli ťažkosti so zaspávaním aspoň jedenkrát za posledný mesiac.

**Výskyt:** Lieky kvôli problémom so zaspávaním užívalo nie viac ako 10 % školákov, pričom v starších vekových skupinách tieto lieky užívalo 4 až 7 % školákov.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme potvrdili len v skupine 13-ročných: chlapci užívali lieky kvôli problémom so zaspávaním menej často ako dievčatá (13-roční OR/CI: 0,6/0,38-0,86).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely sme potvrdili len u chlapcov. Mladší chlapci užívali lieky na problémy so zaspávaním častejšie ako starší chlapci (11-roční vs. 15-roční OR/CI: 1,6/1,09-2,44).

Obrázok 9: Užívanie liekov kvôli ťažkostiam so zaspávaním (v %)



*Ked' už berú lieky, nemali by ich brať tak často, lebo im môže byť potom zle, alebo môžu prestať účinkovať.*

*Dievča, 14 rokov.*

# Užívanie liekov na nervozitu

**Popis indikátora:** Užíval/a si počas posledného mesiaca nejaké lieky alebo tabletky kvôli nervozite?

- áno, viac ako jedenkrát
- áno, jedenkrát
- nie

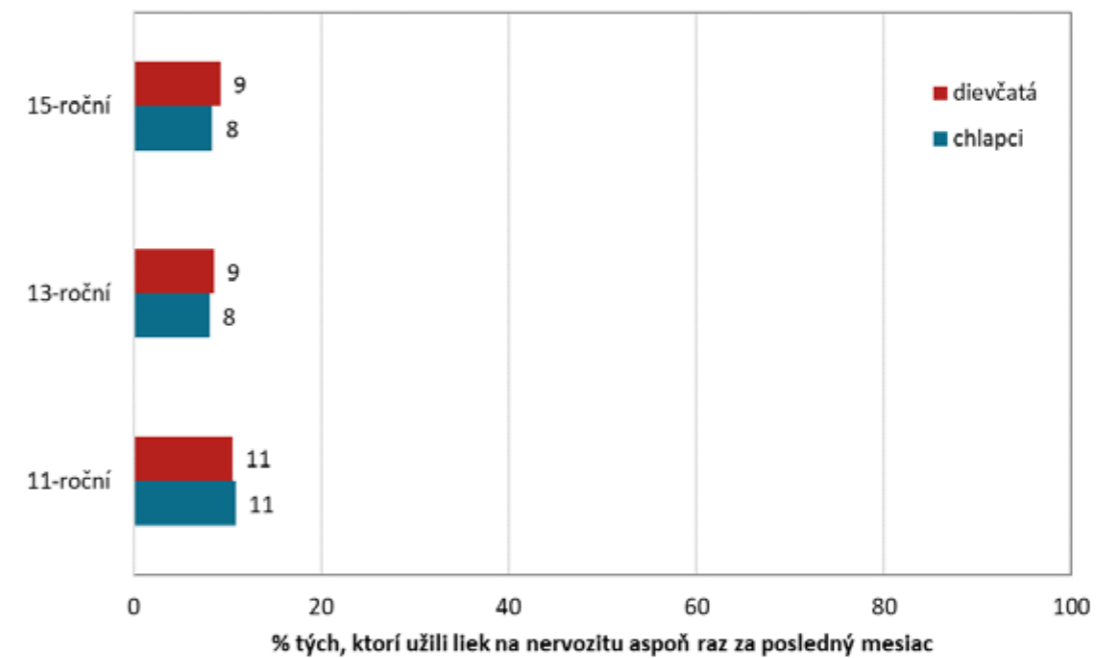
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí užívali liek kvôli nervozite aspoň jedenkrát za posledný mesiac.

**Výskyt:** Približne 8 % až 11 % školákov užívalo lieky na nervozitu aspoň raz do mesiaca.

**Rodové rozdiely:** Dievčatá i chlapci vo všetkých vekových skupinách užívali lieky na nervozitu približne v rovnakej miere. Štatisticky významné rodové rozdiely vo užívaní liekov na nervozitu sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely v užívaní liekov kvôli nervozite sme nepotvrdili.

Obrázok 10: Užívanie liekov kvôli nervozite (v %)



*Ak ich boli hlava, mali by viac piť. Keď ich boli brucho, mali by sa viac hýbať. A keď nevedia zaspať zo stresu, mali by sa upokojiť nejakým cvičením, alebo v tichu relaxovať.*

*Dievča, 13 rokov.*

# Úrazy

**Popis indikátora:** Mnoho mladých ľudí sa zraní pri aktivitách, ako je šport alebo bitka s inými na rôznych miestach, ako je ulica alebo domov. Zranenia môžu zahŕňať otravu alebo popálenie. Zranenia nezahŕňajú ochorenia ako sú osýpky alebo chrípka.

V priebehu posledných 12 mesiacov, koľkokrát si bol/a zranený/á tak, že si musela byť ošetrovaný/á lekárom alebo zdravotnou sestrou?

- nebol/a som zranený/a
- 1 krát
- 2 krát
- 3 krát
- 4 krát a viac

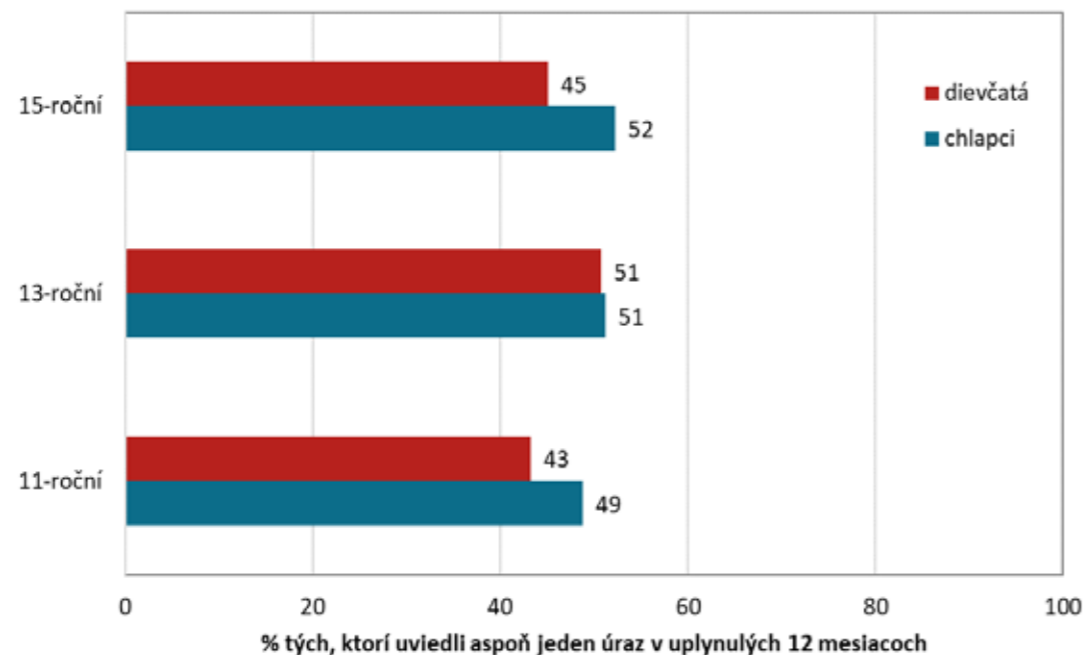
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že utrpeli aspoň jeden takýto úraz v uplynulých 12 mesiacoch.

**Výskyt:** Približne polovica školákov utrpela úraz v priebehu uplynulého roka. Výnimkou boli iba 11-ročné dievčatá, z ktorých iba 43 % uviedlo, že utrpelo úraz v uplynulom roku.

**Rodové rozdiely:** Chlapci utrpeli úraz častejšie ako dievčatá (11-roční OR/CI: 1,3/1,01-1,55; 15-roční OR/CI: 1,3/1,06-1,67).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely sme potvrdili iba u dievčat: 13-ročné dievčatá utrpeli úraz častejšie ako 15-ročné dievčatá (13-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 1,3/1,01-1,55).

Obrázok 11: Výskyt úrazov v uplynulom roku (v %)



*Lebo dôjde puberta a nevieme čo so sebou robiť. Trošku viac rozmýšľať.*

*Chlapec, 14 rokov.*

*Nosiť prilbu, chrániče.*

*Dievča, 14 rokov.*

# Spánkové zvyklosti

**Popis indikátora:** Kedy zvyčajne chodievaš spať, keď na druhý deň ráno ideš do školy?

- 21.00
- 21.30
- 22.00
- 22.30
- 23.00
- 23.30
- 24.00
- 00.30
- 01.00
- 01.30
- 02.00

Počas školských dní, kedy zvyčajne vstávaš?

- 05.00
- 05.30
- 06.00
- 06.30
- 07.00
- 07.30
- 08.00 alebo neskôr

Na základe uvedených otázok bol prepočítaný celkový čas spánku. V hlavných analýzach rodových a vekových rozdielov je prezentovaný výskyt školákov, ktorí spali osem hodín a viac.

**Výskyt:** Iba 86 % 11-ročných, približne 70 % 13-ročných a zhruba polovica 15-ročných školákov spalo aspoň 8 hodín počas školských dní. Navyše 7 % 15-ročných a viac než 5 % 13-ročných si počas školských dní dopraje menej ako 6 hodín spánku.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme potvrdili len u 13-ročných: chlapci častejšie ako dievčata spali 8 a viac hodín počas školských dní (13-roční OR/CI: 1,2/1,02-1,51).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Čím sú školáci starší, tým menej z nich spí 8 a viac hodín. Štatisticky významné rozdiely sme potvrdili u chlapcov (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 5,5/4,23-7,05 a 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 2,1/1,70-2,56) i dievčat (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 6,0/4,67-7,78 a 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,9/1,55-2,38).

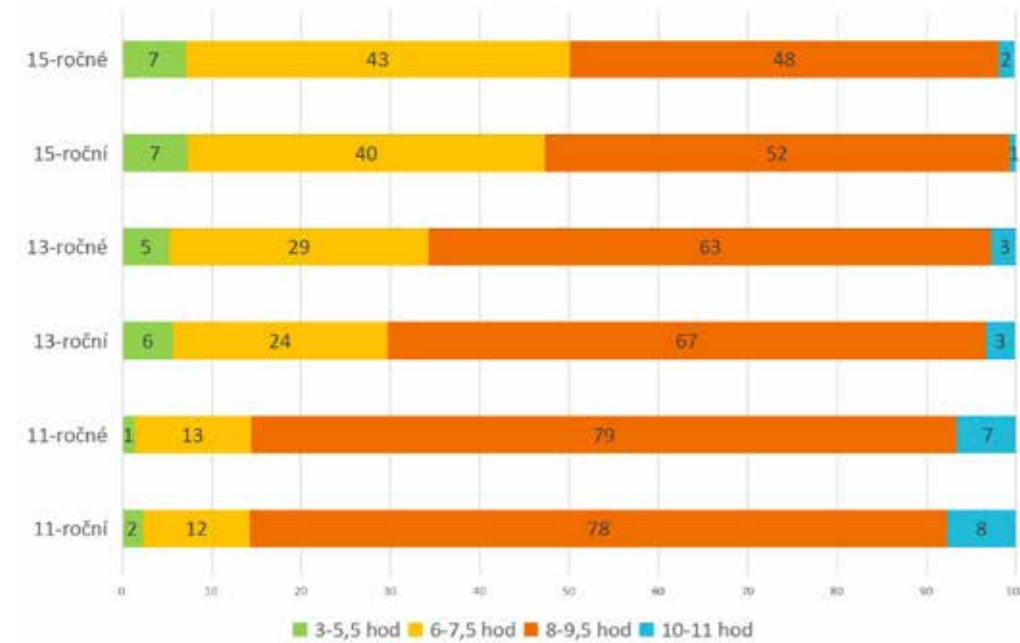
*Z vlastnej skúsenosti viem, že chodiť spať nadržanom, keď vstávam o siedmej nie je najlepší nápad. Ale nedá sa odolať. Internet dokáže človeka zamestnať aj na dlhé hodiny.*

*Chlapec, 15 rokov.*

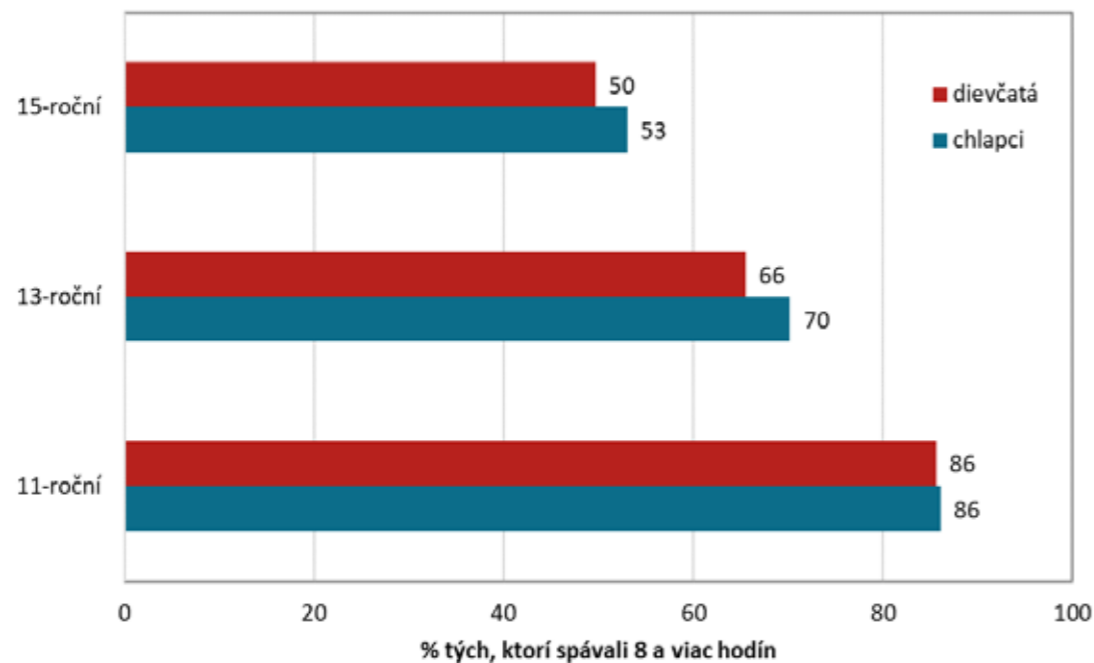
*Keď málo spím nedávam taký pozor ako keď spím osem hodín.*

*Chlapec, 12 rokov.*

Obrázok 12: Dĺžka spánku (v %)



Obrázok 13: Spánkové zvyklosti (v %)



*Spánok je veľmi dôležitý pre náš organizmus. Podľa mňa úplne stačí osem hodín spánku. Ak spia menej o hodinku, dve to je ešte nič, ale ak niekto spí iba štyri alebo tri hodiny, tak zaspáva v škole. Neskoro chodia spať vďaka technológii, ktorá obľubuje mozog natoľko, až príde k nespavosti.  
Dievča, 12 rokov.*

## Životná spokojnosť

**Popis indikátora:** Vo všeobecnosti, kde sa cítiš, že stojíš na tomto rebríku Ty v tomto momente? Zaškrtni políčko vedľa čísla, ktoré najlepšie popisuje, kde stojíš Ty.

- 10 najlepší možný život
- 9
- 8
- 7
- 6
- 5
- 4
- 3
- 2
- 1
- 0 najhorší možný život

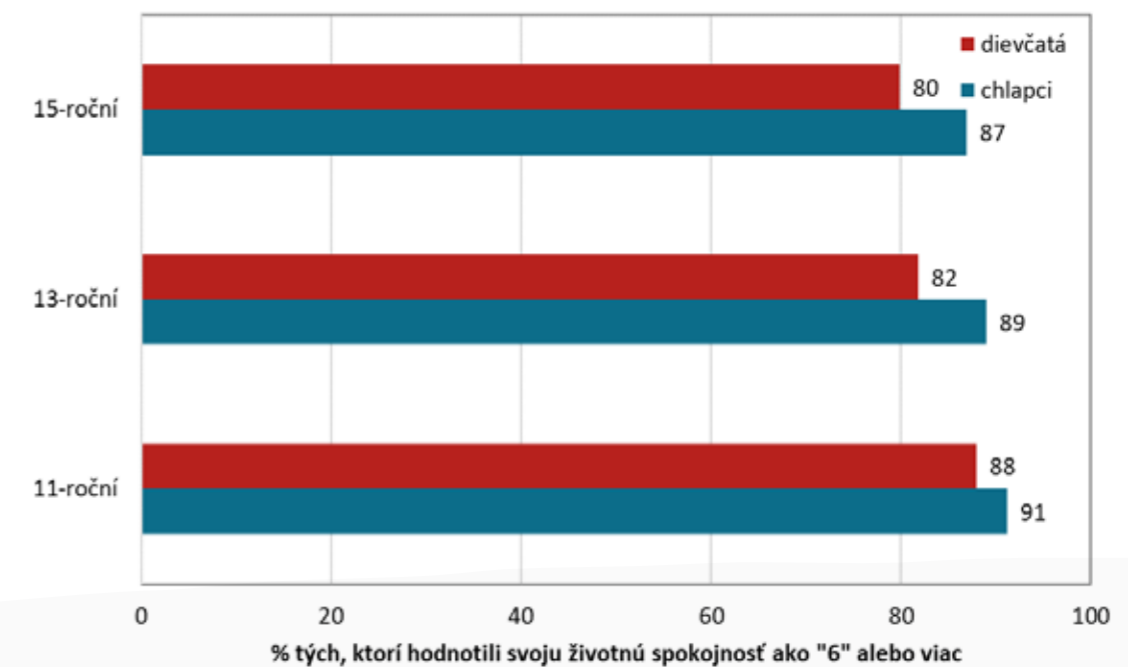
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí hodnotili svoju životnú spokojnosť číslom „6“ alebo viac.

**Výskyt:** Približne 90 % chlapcov vo všetkých vekových skupinách hodnotilo svoju životnú spokojnosť pozitívne. V prípade dievčat hodnotilo svoju životnú spokojnosť pozitívne od 88 % do 80 % z nich.

**Rodové rozdiely:** Chlapci hodnotili svoju životnú spokojnosť pozitívne častejšie ako dievčatá (11-roční OR/CI: 1,4/1,03-1,97; 13-roční OR/CI: 1,8/1,39-2,34; 15-roční OR/CI: 1,7/1,24-2,26).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci hodnotili svoju životnú spokojnosť pozitívne častejšie ako starší školáci. Štatisticky významný rozdiel bol potvrdený u chlapcov (11-roční vs. 15-roční OR/CI: 1,6/1,12-2,18) i dievčat (11-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 1,8/1,38-2,46).

Obrázok 14: Životná spokojnosť (v %)



*Byť so svojim životom spokojný znamená byť zdravý a tráviť čas s kamarátmi.  
Dievča, 13 rokov.*

# Emocionálne problémy a problémy v správaní

**Popis indikátora:** Emocionálne problémy a problémy v správaní sme hodnotili dotazníkom SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire), ktorý pozostáva z 20 tvrdení mapujúcich emocionálne problémy, problémy so správaním, hyperaktivitu, nepozornosť a ťažkosti vo vzťahoch s rovesníkmi.

Školáci každé tvrdenie hodnotili výberom z nasledovných odpovedových alternatív:

- nepravdivé
- trochu pravdivé
- určite pravdivé

Sumárne skóre sa získalo spočítaním odpovedí upravených podľa inštrukcií pre príslušný dotazník (0-40). Vyššie skóre poukazuje na väčšie problémy. Prezentované je rozdelenie školákov do nasledujúcich troch skupín podľa dosiahnutého sumárneho skóre:

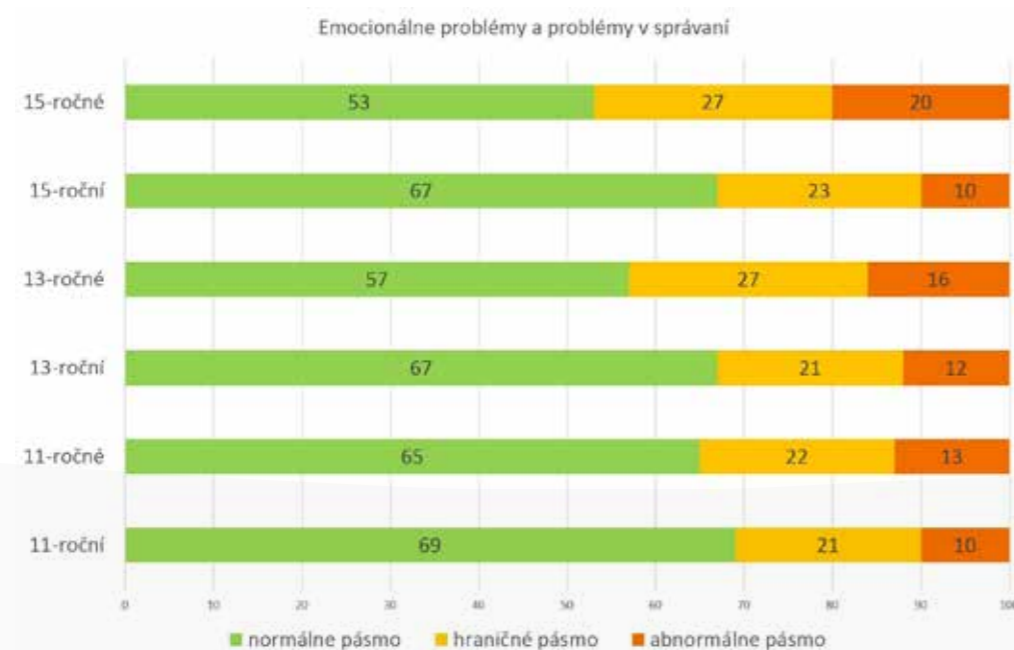
- (1) normálne pásmo (0-14),
- (2) hraničné pásmo (16-19),
- (3) abnormálne pásmo (20-40).

**Výskyt:** Emocionálnymi problémami a problémami v správaní trpelo približne 10 % chlapcov (SDQ skóre v abnormálnom pásme). Výskyt týchto problémov bol u dievčat vyšší, 13 % 11-ročných, 16 % 13-ročných a pätina 15-ročných dievčat trpela emocionálnymi problémami a problémami v správaní.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov uvádzali emocionálne problémy a problémy v správaní menej často ako dievčatá (OR/CI: 13-roční: 0,7/0,53-0,94; 15-roční: 0,5/0,34-0,67).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely sme potvrdili iba u dievčat: 11-ročné dievčatá uvádzali emocionálne problémy a problémy v správaní menej často ako 15-ročné dievčatá (11-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 0,6/0,47-0,86).

Obrázok 15: Výskyt emocionálnych problémov a problémov v správaní v uplynulom roku (v %)



# Subjektívne vnímané problémy v oblasti emócií, koncentrácie a správania

**Popis indikátora:** Myslíš si, že máš vo všeobecnosti problémy v jednej alebo vo viacerých z nasledujúcich oblastí: emócie, koncentrácia, správanie?

- nie
- áno, malé problémy
- áno, konkrétne problémy
- áno, veľké problémy

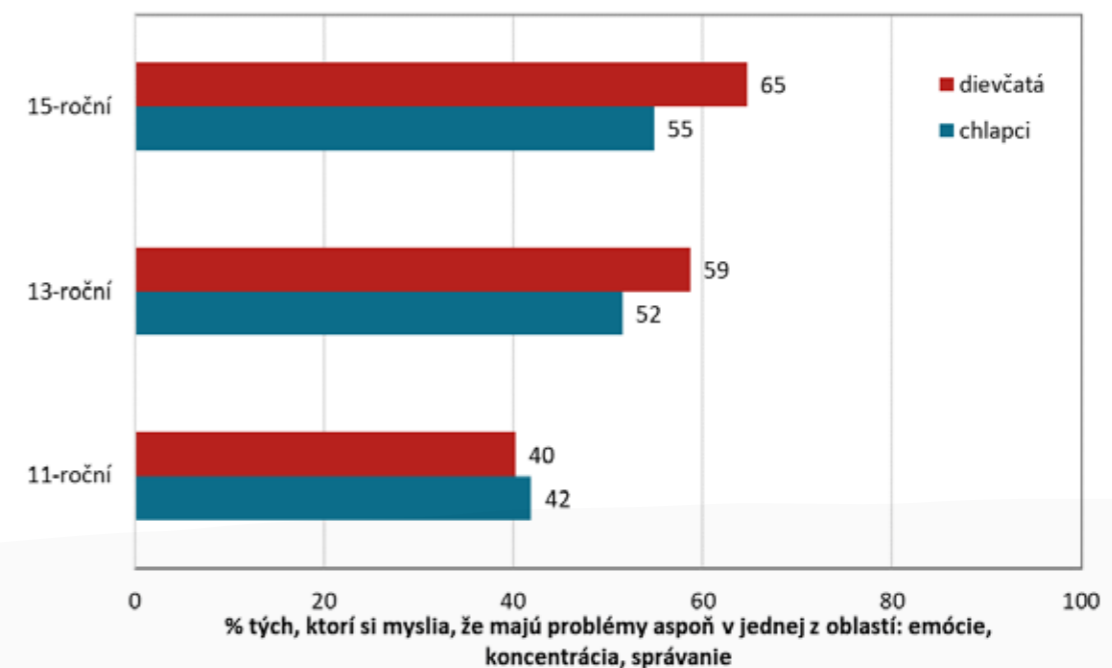
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že majú v niektorej z oblastí malé až veľké problémy.

**Výskyt:** Približne 40 % 11-ročných školákov povedalo, že má problém v oblasti emócií, koncentrácie a správania. Ešte vyšší bol výskyt u 13 a 15-ročných chlapcov a dievčat, kde problémy v niektorej z týchto oblastí uviedlo približne 50-60 % z nich.

**Rodové rozdiely:** Vo veku 13 a 15 rokov uvádzali problémy v oblasti emócií, koncentrácie a správania chlapci menej často ako dievčatá (OR/CI: 13-roční: 0,8/0,63-0,90; 15-roční: 0,7/0,53-0,83).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Problémy v oblasti emócií, koncentrácie a správania uvádzali mladší školáci menej často ako starší školáci (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,48-0,73, 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,4/0,29-0,46, 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,8/0,63-0,96).

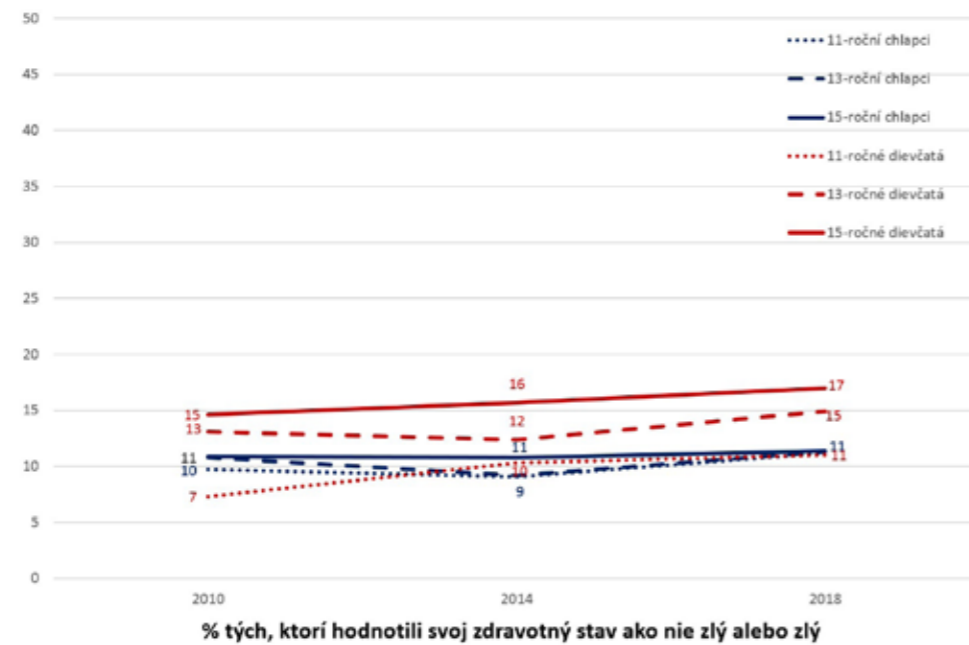
Obrázok 16: Výskyt problémov v oblasti emócií, koncentrácie a správania (v %)



# Trendy 2010 – 2014 – 2018

## Celkové hodnotenie zdravia

Obrázok 17: Celkové hodnotenie zdravia – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní celkového hodnotenia zdravia školákmi v rokoch 2010, 2014 a 2018 je možné vidieť, že až na jedinou výnimku (nárast u 11-ročných dievčat), nedošlo k žiadnym zásadným zme-

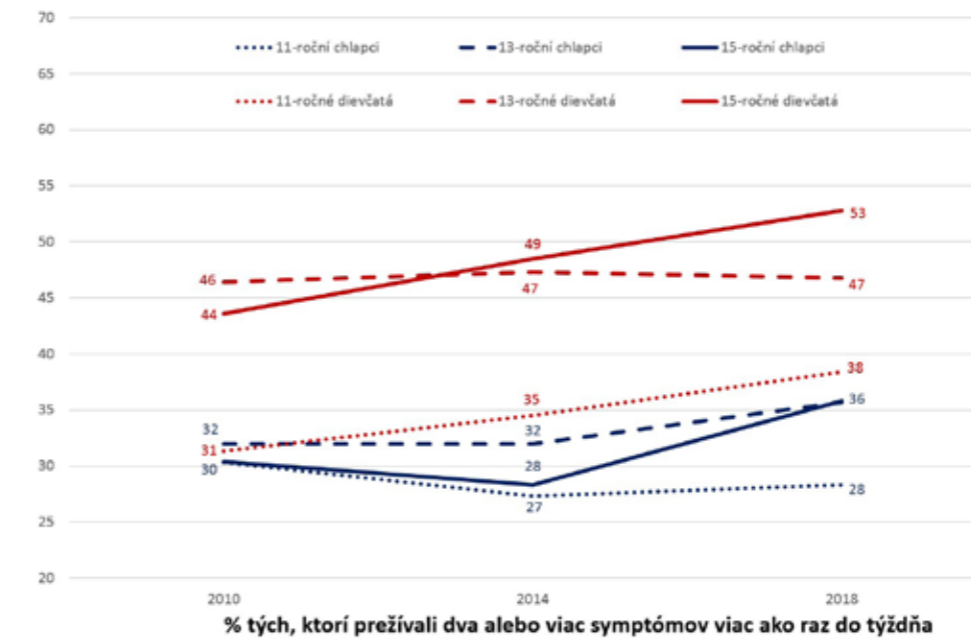
nám a nezistili sme žiadne štatisticky významné rozdiely. Slovenskí školáci tak v roku 2018 hodnotili svoje zdravie rovnako ako školáci v roku 2014 a 2010.

Tabuľka 4: Celkové hodnotenie zdravia – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	=
2014 vs. 2018	=	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	=	=	=	↑	=	=

## Zdravotné ťažkosti

Obrázok 18: Zdravotné ťažkosti – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Porovnanie výskytu zdravotných ťažkostí u slovenských školákov medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 ukázalo nárast najmä medzi rokmi 2010

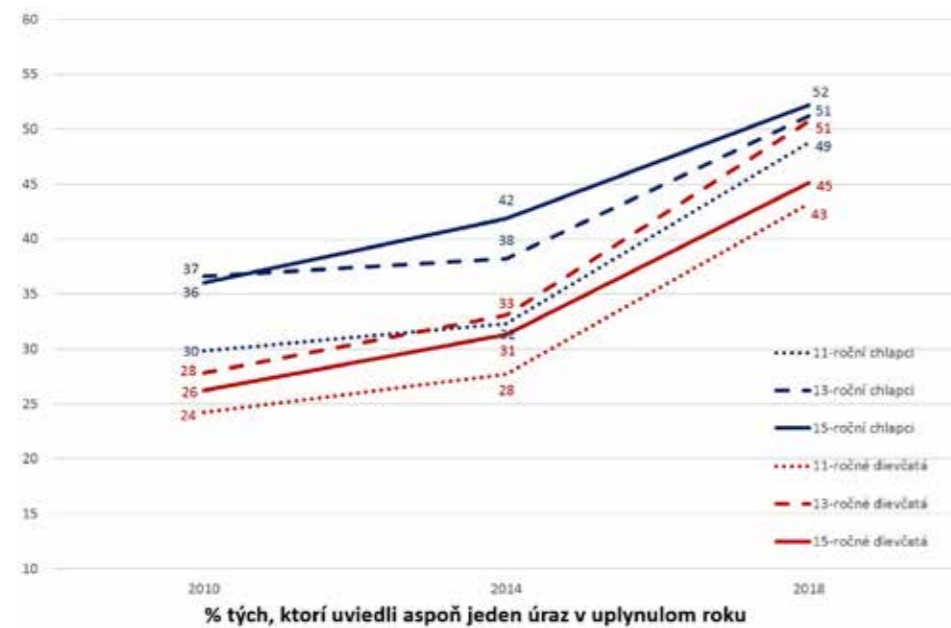
a 2018. Došlo tu k štatisticky významnému nárastu zdravotných ťažkostí u 15-ročných chlapcov a 11 a 15-ročných dievčat.

Tabuľka 5: Zdravotné ťažkosti – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	=
2014 vs. 2018	=	=	↑	=	=	=
2010 vs. 2018	=	=	↑	↑	=	↑

## Úrazy

Obrázok 19: Výskyt úrazov v uplynulom roku – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Výrazný negatívny trend je možné vidieť v prípade úrazov. Prvý štatisticky významný nárast sa objavil medzi rokmi 2010 a 2014 u 15-ročných chlapcov a u 13 a 15-ročných dievčat. Pri

porovnaní rokov 2014 a 2018 ako aj 2010 a 2018 sme následne zistili štatisticky významný nárast u chlapcov aj dievčat vo všetkých vekových skupinách.

Tabuľka 6: Výskyt úrazov v uplynulom roku – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	↑	=	↑	↑
2014 vs. 2018	↑	↑	↑	↑	↑	↑
2010 vs. 2018	↑	↑	↑	↑	↑	↑

*Nikto nie je robot, takže môže sa hocikomu stať úraz či už vážny alebo menej vážny.*

*S tým sa nedá nič robiť.*

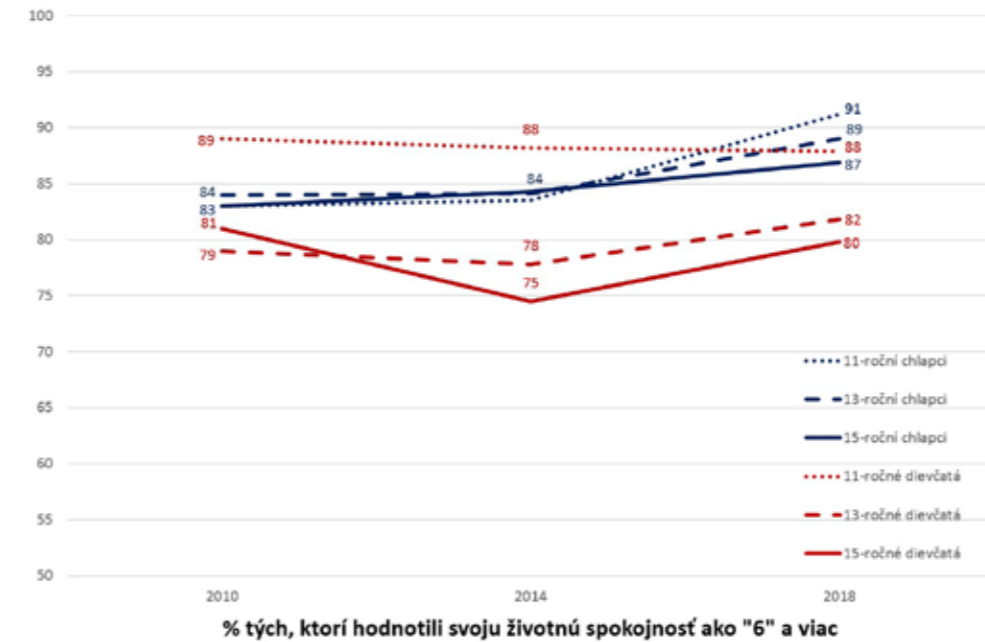
*Dievča, 12 rokov.*

*Myslím, že keby sa nesnažili niektorí zapôsobiť na iných, tak by nerobili hlúposti a znížil by sa počet úrazov.*

*Dievča, 13 rokov.*

## Životná spokojnosť

Obrázok 20: Životná spokojnosť – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní životnej spokojnosti slovenských študentov medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 sme zistili najprv pokles u 15-ročných dievčat medzi rokmi 2010 a 2014 a následne nárast medzi rokmi 2014 a 2018 u 11 a 13-ročných chlapcov

a 13 a 15-ročných dievčat. Dlhodobé porovnanie medzi rokmi 2010 a 2018 ukázalo štatisticky významný nárast u chlapcov vo všetkých vekových skupinách.

Tabuľka 7: Životná spokojnosť – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	↓
2014 vs. 2018	↑	↑	=	=	↑	↑
2010 vs. 2018	↑	↑	↑	=	=	=

*Netuším čo je pre iných dôležité, ale pre mňa sú to zdravie a rodina.*

*Chlapec, 14 rokov.*

# Použitá literatúra

Achenbach, T. M., & Rescorla, L. A. (2000). Manual for the ASEBA preschool forms and profiles (Vol. 30). Burlington, VT: University of Vermont, Research center for children, youth, & families.

Achenbach, T. a kol. (2001). Empirically based assessment of child and adolescent psychopathology: practical applications. New York: SAGE.

Austic, E., McCabe, S. E., Stoddard, S., Ngo, Q. E., & Boyd, C. (2015). Age and cohort patterns of medical and nonmedical use of controlled medication among adolescents. *Journal of addiction medicine*, 9(5), 376.

Boyd, C. J., Austic, E., Epstein-Ngo, Q., Veliz, P. T., & McCabe, S. E. (2015). A prospective study of adolescents' nonmedical use of anxiolytic and sleep medication. *Psychology of Addictive Behaviors*, 29(1), 184.

Chaput, J. P., Gray, C. E., Poitras, V. J., Carson, V., Gruber, R., Olds, T., ... & Belanger, K. (2016). Systematic review of the relationships between sleep duration and health indicators in school-aged children and youth. *Applied physiology, nutrition, and metabolism*, 41(6), S266-S282.

Currie, C., Zanotti, C., Morgan, A., Currie, D., de Looze, M., Roberts, C., Samdal, O., Smith, O.R.F., Barnekow, V. (eds.) (2012). Social determinants of health and well-being among young people. International Report from the HBSC 2009/2010 survey. Health Policy for Children and Adolescents, No.6, WHO Regional Office for Europe, Copenhagen, Denmark.

Danielsen, A. G., Samdal, O., Hetland, J., & Wold, B. (2009). School-related social support and students' perceived life satisfaction. *The Journal of educational research*, 102(4), 303-320.

Edwards, L. M., & Lopez, S. J. (2006). Perceived family support, acculturation, and life satisfaction in Mexican American youth: A mixed-methods exploration. *Journal of counseling psychology*, 53(3), 279.

Erhart, M., Ottova, V., Gaspar, T., Jericek, H., Schnohr, C., Alikasifoglu, M., ... & Ravens-Sieberer, U. (2009). Measuring mental health and well-being of school-children in 15 European countries using the KIDSCREEN-10 Index. *International journal of public health*, 54(2), 160-166.

Eriksen, H. R., & Ursin, H. (2004). Subjective health complaints, sensitization, and sustained cognitive activation (stress). *Journal of psychosomatic research*, 56(4), 445-448.

Hansen, E. H., Holstein, B. E., Due, P., & Currie, C. E. (2003). International survey of self-reported medicine use among adolescents. *Annals of Pharmacotherapy*, 37(3), 361-366.

Jaspers, M., De Winter, A. F., Huisman, M., Verhulst, F. C., Ormel, J., Stewart, R. E., & Reijneveld, S. A. (2012). Trajectories of psychosocial problems in adolescents predicted by findings from early well-child assessments. *Journal of Adolescent Health*, 51(5), 475-483.

Kessler, R. C., Avenevoli, S., & Merikangas, K. R. (2001). Mood disorders in children and adolescents: an epidemiologic perspective. *Biological psychiatry*, 49(12), 1002-1014.

Kyu, H. H., Stein, C. E., Pinto, C. B., Rakovac, I., Weber, M. W., Purnat, T. D., ... & Gold, A. L. (2018). Causes of death among children aged 5-14 years in the WHO European Region: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *The lancet child & adolescent health*, 2(5), 321-337.

Lee, C. H., Chang, F. C., Hsu, S. D., Chi, H. Y., Huang, L. J., & Yeh, M. K. (2017). Inappropriate self-medication among adolescents and its association with lower medication literacy and substance use. *PloS one*, 12(12), e0189199.

Levin, K. A., & Currie, C. (2010). Family structure, mother-child communication, father-child communication, and adolescent life satisfaction: A cross-sectional multilevel analysis. *Health Education*, 110(3), 152-168.

Lopez-Leon, S., Lopez-Gomez, M. I., Warner, B., & Ruitter-Lopez, L. (2018). Psychotropic medication in children and adolescents in the United States in the year 2004 vs 2014. *DARU Journal of Pharmaceutical Sciences*, 26(1), 5.

Národné centrum zdravotníckych informácií. Štatistika hospitalizovaných v SR, 2017 [online, cit. 2018-12-18] Dostupné na internete <http://www.nczisk.sk/Documents/publikacie/2017/zs1825.pdf>.

Orton, E., Whitehead, J., Mhizha-Murira, J., Clarkson, M., Watson, M. C., Mulvaney, C. A., ... & Kendrick, D. (2016). School-based education programmes for the prevention of unintentional injuries in children and young people. *Cochrane database of systematic reviews*.

Owens, J., & Adolescent Sleep Working Group. (2014). Insufficient sleep in adolescents and young adults: an update on causes and consequences. *Pediatrics*, 134(3), e921-e932.

Paruthi, S., Brooks, L. J., D'Ambrosio, C., Hall, W. A., Kotagal, S., Lloyd, R. M., ... & Rosen, C. L. (2016). Recommended amount of sleep for pediatric populations: a consensus statement of the American Academy of Sleep Medicine. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 12(06), 785-786.

Peden, M., Oyegbite, K., Ozanne-Smith, J., Hyder, A. A., Branche, C., & Rahman, A. K. M. (2012). World report on child injury prevention. Geneva, Switzerland: World Health Organization; 2008.

Räisänen, A. M., Kokko, S., Pasanen, K., Leppänen, M., Rimpelä, A., Villberg, J., & Parkkari, J. (2018). Prevalence of adolescent physical activity-related injuries in sports, leisure time, and school: the National Physical Activity Behaviour Study for children and Adolescents. *BMC musculoskeletal disorders*, 19(1), 58.

Ravens-Sieberer, U., Kökönyei, G., & Thomas, C. School and health In: Currie C, Roberts C, Morgan A, Smith R, Settertobulte W, Samdal O, et al., editors. Young people's health in context, Health Behaviour in School-aged Children study: International Report from the 2001/2002 survey. Health policy for children and adolescents, 4.

Reijneveld, S. A., Brugman, E., Verhulst, F. C., & Verloove-Vanhorick, S. P. (2004). Identification and management of psychosocial problems among toddlers in Dutch preventive child health care. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 158(8), 811-817.

Salam, R. A., Arshad, A., Das, J. K., Khan, M. N., Mahmood, W., Freedman, S. B., & Bhutta, Z. A. (2016). Interventions to prevent unintentional injuries among adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Adolescent Health*, 59(4), S76-S87.

Sawyer, S. M., Afifi, R. A., Bearinger, L. H., Blakemore, S. J., Dick, B., Ezh, A. C., & Patton, G. C. (2012). Adolescence: a foundation for future health. *The Lancet*, 379(9826), 1630-1640.

Thome, J., & Espelage, D. L. (2004). Relations among exercise, coping, disordered eating, and psychological health among college students. *Eating behaviors*, 5(4), 337-351.

Torsheim, T., & Wold, B. (2001). School-related stress, school support, and somatic complaints: A general population study. *Journal of Adolescent Research*, 16(3), 293-303.

Wadsworth, M. E., Hudziak, J. J., & Heath, A. C. (2002). Latent Class Analysis of Child Behavior Checklist Anxiety/depression in Children and Adolescents. *Year Book of Psychiatry and Applied Mental Health*, 2002(1), 41-42.

World Health Organization. (2007). Promoting safety of medicines for children. World Health Organization.

Zullig, K. J., Valois, R. F., Huebner, E. S., Oeltmann, J. E., & Drane, J. W. (2001). Relationship between perceived life satisfaction and adolescents' substance abuse. *Journal of Adolescent Health*, 29(4), 279-288.



# Ústne zdravie

**Michaela Kostičová**

Ústne zdravie umožňuje človeku rozprávať, jesť, socializovať sa bez bolesti, nepohody a obmedzení a znamená viac než len zdravé zuby - vzťahuje sa na celú ústnu dutinu (World Health Organization, 2003). Zubné kazy a zápalové ochorenia ďasien patria medzi najčastejšie ochorenia u detí a na ich vzniku sa podieľa okrem bio-psycho-sociálnych a environmentálnych faktorov i dostupnosť a kvalita zubno-lekárskej starostlivosti (Petersen 2003). Ochorenia ústnej dutiny spôsobujú ťažkosti pri jedení, spánku, učení, môžu mať negatívny dopad na rast dieťaťa, jeho sebavedomie, správanie, učenie a sú jednou z hlavných príčin absencie v škole (FDI World Dental Federation 2015; Rowan-Legg 2013). Nedostatočná ústna hygiena a nadmerná konzumácia cukrov sú hlavnými príčinami ochorení ústnej dutiny u detí a ak nedôjde k ich včasnému ošetrovaniu, môžu viesť až k strate trvalých zubov (World Health Organization, 2003). Rizikovou skupinou sú najmä deti zo sociálne slabších rodín a deti rodičov s nižšou zdravotnou gramotnosťou (Markovská a kol. 2017; Watt a kol. 2015; Davidovič a kol. 2014).

Informácie o stave ústneho zdravia detí nám poskytuje index kazivosti zubov (KPE), ktorý vyjadruje počet trvalých zubov postihnutých kazom, ošetrovaných plombou alebo extrahovaných pre zubný kaz u jedného dieťaťa evidovaného v starostlivosti zubného lekára. Podľa údajov Národného centra zdravotníckych informácií bola na Slovensku v roku 2017 hodnota KPE indexu u 12 ročných detí 1,71 a u 15-ročných 2,65, čo zodpovedá priemeru vo vyspelých krajinách sveta (FDI World Dental Federation 2015). Až 90 % školopovinných detí na Slovensku má zubný kaz (Markovská a kol. 2017).

Na Slovensku dochádza v posledných rokoch pod vplyvom široko implementovaných primárno – preventívnych opatrení k poklesu výskytu zubného kazu, avšak viac ako 40 % zubných kazov u detí vo veku 6-14 rokov zostáva nedoliečených (Národné centrum zdravotníckych informácií 2017; Kožuchová&Bašková 2012). Situácia nie je priaznivá ani čo sa týka preventívnych prehliadok, ktoré by mali deti podľa národných odporúčaní Slovenskej komory zubných lekárov (SKZL) absolvovať dvakrát do roka. Preventívnu prehliadku v roku 2017 absolvovalo len 58 % z celkového počtu detí vo veku 6-14 rokov (Národné centrum zdravotníckych informácií 2017), pričom práve v tomto veku je riziko vzniku zubného kazu vyššie, lebo dochádza k výmene mliečného chrupu za trvalý a prerezávajúce zuby ešte nie sú dostatočne mineralizované (Markovská a kol. 2017).

Slovenská republika si stanovila za cieľ, že každé dieťa narodené v r. 2026 a neskôr, bude bez zubného kazu po celý život. K naplneniu tohto cieľa SKZL vypracovala národné odporúčania pre zdravotníckych pracovníkov v oblasti primárnej prevencie ústneho zdravia, ktoré sú zamerané na správnu výživu so zníženou konzumáciou cukru, správnu ústnu hygienu spojenú s aplikáciou fluoridových zlúčenín na zubný povrch a pravidelné prehliadky u zubného lekára. V oblasti ústnej hygieny SKZL odporúča pre všetky deti čistenie zubov pastou s primeraným obsahom fluoridov, dvakrát denne, ráno a večer, a to minimálne 2 minúty. Ďalším dôležitým opatrením je výmena zubnej kefy aspoň raz za 3 mesiace (Markovská a kol. 2017).

Významnou súčasťou prevencie ochorení ústnej dutiny je výchova a osvojenie si zdraviu prospešných návykov v detskom veku, na čom sa podieľajú rodičia, ale aj predškolské a školské zariadenia (Markovská&Lacková 2017). Správna edukácia rodičov a detí zo strany zubných lekárov, ktorá by mala byť založená na vedeckých dôkazoch a individuálnom prístupe vedie k zvyšovaniu zdravotnej gramotnosti v oblasti orálneho zdravia a môže výrazne prispieť k zlepšeniu ústneho zdravia detskej populácie skrze zlepšenie starostlivosti o ústne zdravie detí (Markovská a kol. 2017).

Škola sa môže podieľať na podpore ústneho zdravia viacerými aktivitami ako je zabezpečenie zdravého stravovania s obmedzenou ponukou a dostupnosťou sladených nápojov, prevencia úrazov prostredníctvom budovania bezpečného prostredia, zavedenie zdravotnej výchovy do vyučovacieho procesu (World Health Organization, 2003). Neexistuje však dostatok vedeckých dôkazov, že poskytovanie zubno-lekárskej starostlivosti v školských zariadeniach prispieva k zlepšovaniu ústneho zdravia detí (Arora a kol. 2017).

## Dentálna hygiena

**Popis indikátora:** Ako často si čistíš zuby?

- Viac ako raz denne
- Raz denne
- Najmenej raz do týždňa, ale nie denne
- Menej ako raz do týždňa
- Nikdy

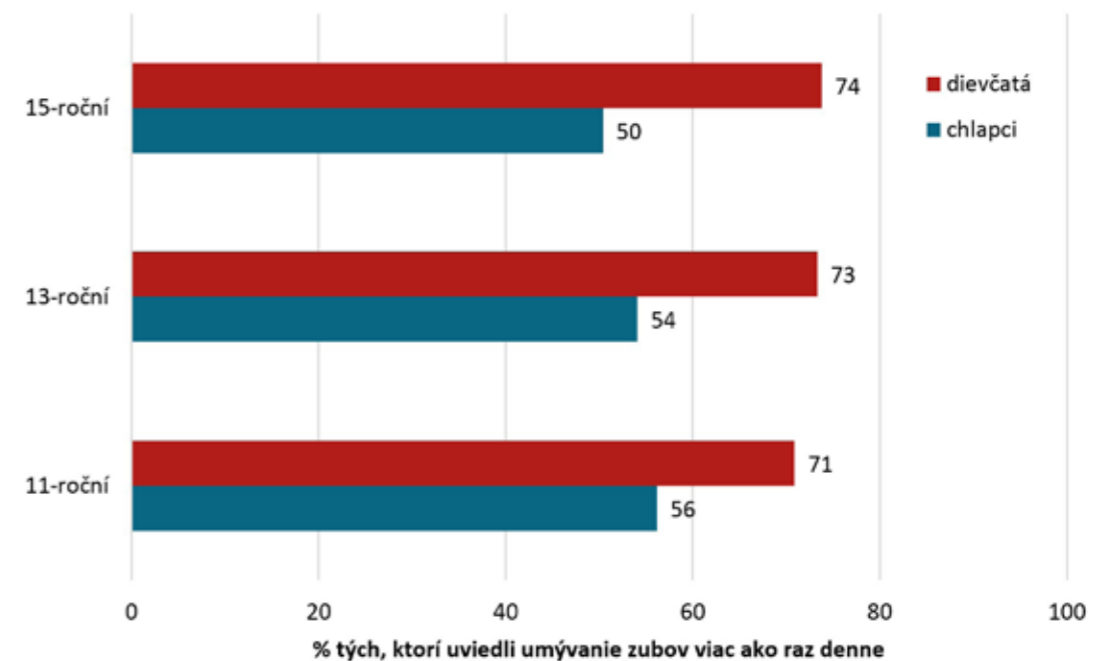
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že si umývajú zuby viac ako raz denne.

**Výskyt:** Iba asi polovica chlapcov a tri štvrtiny dievčat si čistilo zuby viac ako raz denne.

**Rodové rozdiely:** Menej chlapcov ako dievčat si čistilo zuby viac ako raz za deň (11-roční OR/CI: 0,5/0,43-0,65; 13-roční OR/CI: 0,4/0,35-0,52; 15-roční OR/CI: 0,4/0,28-0,46).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely sme potvrdili iba v skupine chlapcov: viac 11-ročných ako 15-ročných chlapcov si umývalo zuby viac ako raz denne (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,03-1,56).

Obrázok 21: Dentálna hygiena (v %)



**Pre zdravé zuby je dôležité každodenné umývanie. Obmedziť sladkosti, sladené nápoje.**

**A k zubárovi máme chodiť, lebo sice máme zdravé zuby, ale môžem mať malý kaz, ktorý sa vie zväčšiť.**

Dievča, 12 rokov.

**Zuby sú jednou z najhlavnejších častí nášho tela. Nevedeli by sme bez zubov dobre tráviť a rozžúť potravu. Návšteva zubára je potrebná kvôli tomu, že si nevidíme zubný kaz.**

Dievča, 13 rokov.

**Piť viac mlieka, chodiť na preventívne prehliadky.**

Chlapec, 12 rokov.

**Doktorka mi vravela, že si mám umývať zuby po každom jedle. Ale mne sa nechce.**

**Ja si ich umývam len ráno a večer.**

Dievča, 11 rokov.

# Výmena zubnej kefky

**Popis indikátora:** Ako často si meníš svoju zubnú kefku?

- Aspoň raz za mesiac
- Aspoň raz za 3 mesiace
- Aspoň raz za pol rok
- Raz za rok

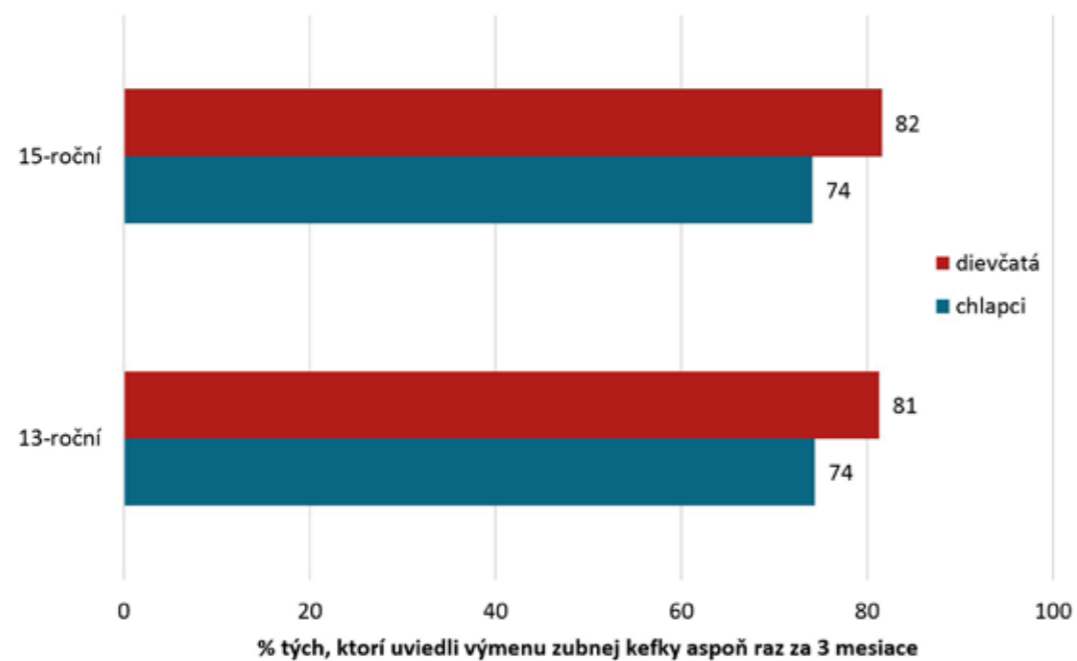
Prezentovaný je výskyt 13-ročných a 15-ročných respondentov, ktorí uviedli, že si menia kefku aspoň raz 3 mesiace.

**Výskyt:** Zubnú kefku si menilo aspoň raz za 3 mesiace 74 % chlapcov a viac než 80 % dievčat vo veku 13 a 15 rokov.

**Rodové rozdiely:** Menej chlapcov ako dievčat si menilo zubnú kefku aspoň raz za 3 mesiace (13-roční OR/CI: 0,7/0,54-0,84; 15-roční OR/CI: 0,6/0,49-0,84).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely vo výskyte pravidelnej výmeny kefky sme nepotvrдили.

Obrázok 22: Výmena zubnej kefky (v %)

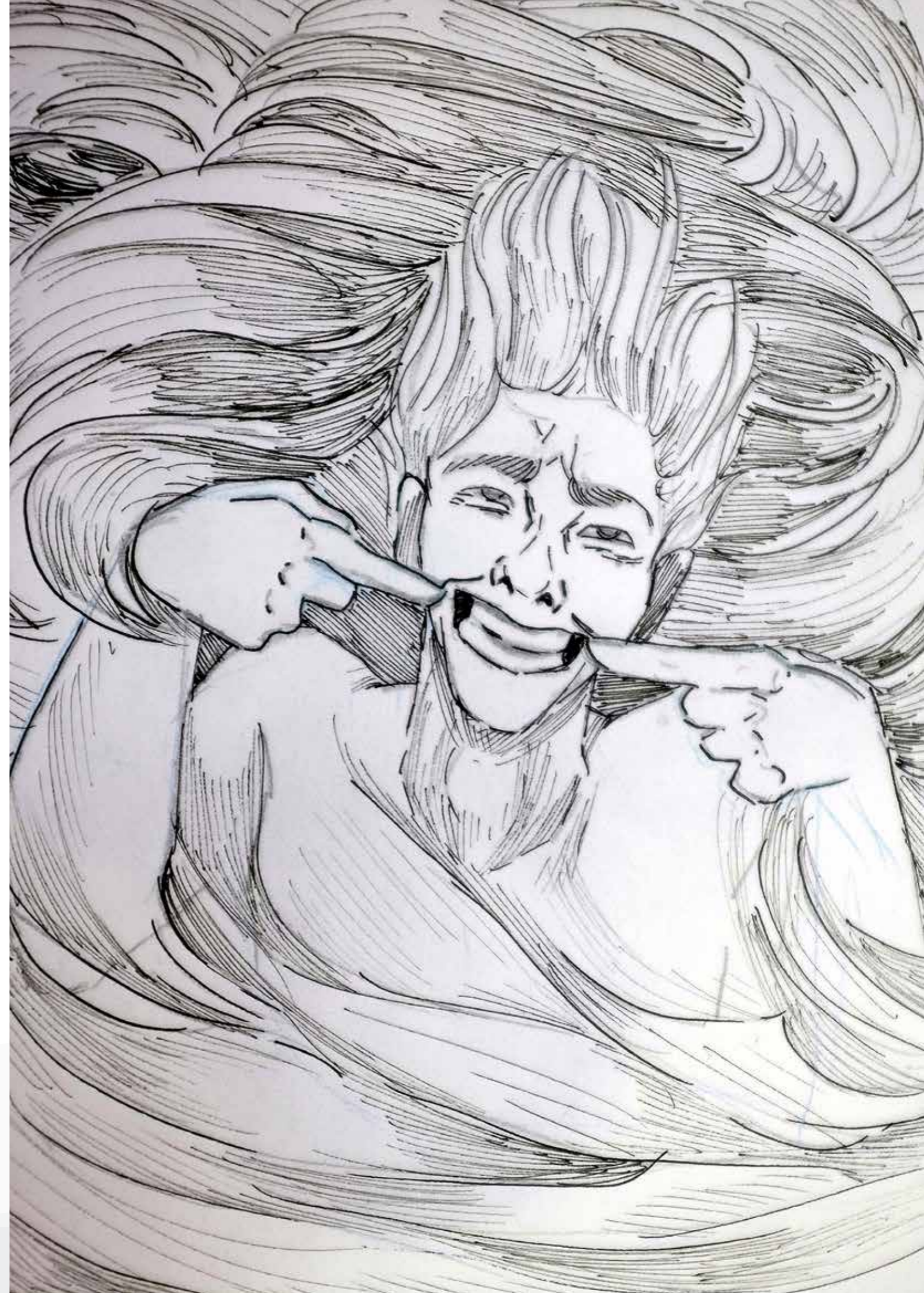


*K zubárke chodím dvakrát do roka. Ja si poctivo čistím zuby a mám viac kazov ako moja sestra. Ona si čistí len niekedy.*

*Dievča, 11 rokov.*

*Vymeniť si zubnú kefku za novú po chorobe.*

*Dievča, 15 rokov.*



## Návšteva zubného lekára

**Popis indikátora:** Navštívil si v uplynulom roku zubného lekára?

- Áno
- Nie

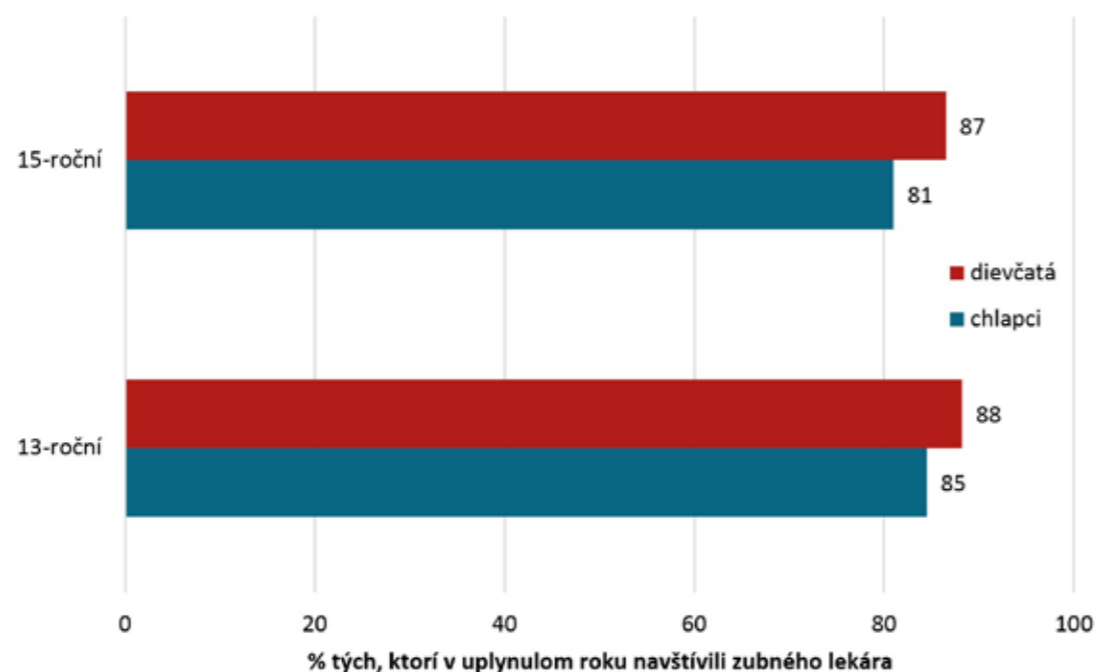
Prezentovaný je výskyt 13-ročných a 15-ročných respondentov, ktorí uviedli, že v uplynulom roku navštívili zubného lekára.

**Výskyt:** Viac ako 80 % školákov vo veku 13 a 15 rokov navštívila zubného lekára v uplynulom roku.

**Rodové rozdiely:** Chlapci navštívili zubného lekára menej často ako dievčatá (13-roční OR/CI: 0,7/0,56-0,96; 15-roční: 0,7/0,49-0,91).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Neboli zistené štatisticky významné rozdiely medzi skupinou 13 a 15-ročných školákov a školáčok.

Obrázok 23: Návšteva zubného lekára (v %)



## Krvácanie ďasien

**Popis indikátora:** Krváčajú Ti ďasná pri čistení zubov?

- Stále
- Často
- Občas
- Niekedy
- Nikdy

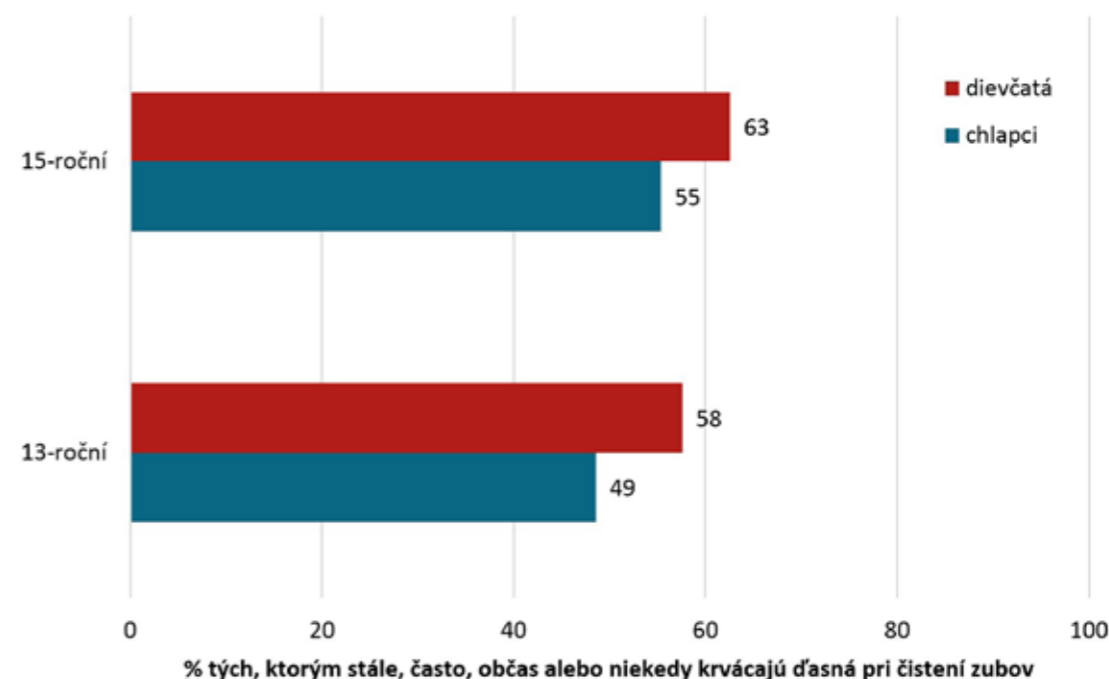
Prezentovaný je výskyt 13-ročných a 15-ročných respondentov, ktorí uviedli, že im stále, často, občas a niekedy krváčali ďasná pri čistení zubov.

**Výskyt:** Približne polovica chlapcov a 60 % dievčat uviedlo, že im pri čistení zubov stále, často, občas a niekedy krváčali ďasná.

**Rodové rozdiely:** Menej chlapcov ako dievčat uviedlo, že im stále, často, občas a niekedy krváčali ďasná pri čistení zubov (13-roční OR/CI: 0,7/0,58-0,84; 15-roční OR/CI: 0,7/0,59-0,93).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely vo výskyte krvácania ďasien sme potvrdili len u chlapcov: 13-roční chlapci trpeli krvácaním z ďasien menej často ako 15-roční (13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,8/0,62-0,93).

Obrázok 24: Krvácanie ďasien (v %)



*Umývať si často zuby. K zubárovi treba chodiť, pretože ich treba skontrolovať a potom ak sa niečo stane, tak to poisťovňa neprepláca.*

*Chlapec, 13 rokov.*

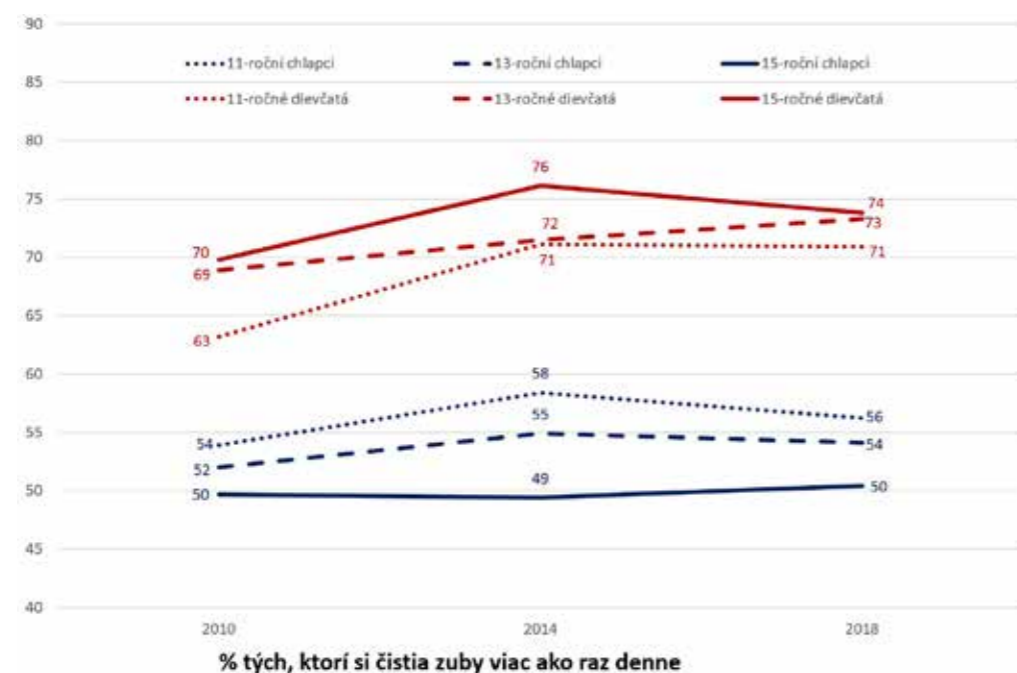
*Musíme si umývať zuby a používať dentálnu niť.*

*Chlapec, 13 rokov.*

# Trendy 2010 – 2014 – 2018

## Dentálna hygiena

Obrázok 25: Dentálna hygiena – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní dentálnej hygieny u školákov v rokoch 2010, 2014 a 2018 je možné vidieť, že u chlapcov a 15-ročných dievčat nedošlo k žiadnym zásadným zmenám v počte tých, čo si umý-

vali zuby viac ako raz denne. U 11 a 13-ročných dievčat sme zistili štatisticky významný nárast medzi rokmi 2010 a 2018.

Tabuľka 8: Dentálna hygiena – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	=
2014 vs. 2018	=	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	=	=	=	↑	↑	=

*Nepiť kolu a sladené nápoje.  
Chlapec, 13 rokov.*

# Použitá literatúra

Arora A et al. (2017). School dental screening programmes for oral health. Cochrane Database of Systematic Reviews. 12(CD012595)

Davidović B et al. (2014). Knowledge, attitudes and behavior of children in relation to oral health. Vojnosanitetski Pregled, 71(10):949–956.

FDI World Dental Federation (2015). The Oral Health Atlas. The Challenge of Oral Disease - A call for global action. Geneva, FDI World Dental Federation.

Kožuchová M, Bašková M (2012). Faktory ovplyvňujúce dentálnu hygienu u detí školského veku. Ošetrovateľství a porodní asistencie. 3(2):369-374

Kwann S, Petersen PE (2003). Oral health promotion: an essential element of a health-promoting school. WHO information series on school health. Document eleven. Geneva, World Health Organization

Markovská N et al. (2017). Zastavme zubný kaz teraz. Pre budúcnosť bez zubného kazu. Národné odporúčania pre jednotné vzdelávanie našich pacientov. Bratislava, Slovenská komora zubných lekárov.

Markovská N, Lacková I (2017). Ústne zdravie [web site]. ([http://www.vzbb.sk/sk/aktuality/spravy/2017/skolenie\\_UZ\\_Dental\\_2017\\_A4\\_0602\\_v11.pdf](http://www.vzbb.sk/sk/aktuality/spravy/2017/skolenie_UZ_Dental_2017_A4_0602_v11.pdf), accessed 30 November 2018).

Národné centrum zdravotníckych informácií (2017). Zubnolekárska starostlivosť v SR 2017. (<http://www.nczisk.sk/Documents/publikacie/2017/sp1803.pdf>, accessed 30 November 2018).

Petersen PE (2003). The World Oral Health Report 2003: continuous improvement of oral health in the 21st century - the approach of the WHO Global Oral Health Programme. Community Dentistry and Oral Epidemiology, 31(s1):3–24.

Rowan-Legg A (2013). Oral health care for children – a call for action. Pediatric Child Health, 18(1):37–43.

Watt RG et al. (2015). Social inequalities in oral health: from evidence to action. UCL, International Centre for Oral Health Inequalities Research & Policy.

World Health Organization. (2003). Oral health promotion: an essential element of a health-promoting school (No. WHO/NMH/NPH/ORH/School/03.3). Geneva: World Health Organization

*Keď chceme mať zdravé zuby, mali by sme si ich umývať ráno aj večer. K zubárovi treba chodiť aj keď máme zdravé zuby, lebo nikdy nevieme, či sa nám so zubami niečo nestane.  
Dievča, 13 rokov.*



# Nutričné správanie

**Martina Bašková, Jana Holubčíková**

Výžive v detskom veku je potrebné venovať maximálnu pozornosť nielen z hľadiska potreby optimálnej biologickej a energetickej hodnoty stravy, energetickej rovnováhy medzi príjmom a výdajom energie, ale aj z dôvodu, že práve v tomto období sa tvoria a upevňujú stravovacie návyky a je tu možnosť pozitívneho ovplyvnenia výživy v ďalšom období života. Pri usmerňovaní správnej výživy detí a mládeže je dôležité dbať na to, aby si deti už v detstve vytvorili správne stravovacie zvyklosti, ktorými sa budú riadiť celý život. Viaceré štúdie poukázali na to, že preventívne programy zamerané na zdravé stravovanie dosahujú najväčšiu účinnosť, pokiaľ sa zameriavajú na vekovú skupinu detí do 12 rokov (Waters a kol. 2011). Zdravé stravovanie prispieva k celkovému zdravému rastu a rozvoju, vrátane zdravých kostí, kože a energetickej hladiny, znižuje riziko vzniku zubného kazu, porúch príjmu potravy (World Health Organization, 2017).

Správne stravovacie návyky v rodine sú tým najlepším príkladom a najosvedčenejším prostriedkom výchovy k správnej výžive. Dieťa si osvojuje stravovacie návyky najmä v domácom prostredí pozorovaním a kopírovaním nutričného správania ostatných členov rodiny. Dôležitú úlohu v rámci nutričného vzdelávania zohráva aj školské prostredie. Okrem výchovných programov má veľký význam sortiment a možnosť výberu

vhodných potravín v školských bufetoch a jedálňach. V nemalej miere ovplyvňujú správanie detí aj masovokomunikačné prostriedky (Weihrauch-Blüher&Wiegand 2018). Dôraz by sa mal klásť na výživné raňajky, ktoré by nemali byť jednotvárne, mali by obsahovať dostatok živín a vitamínov (Jedlička 2009). Vynechávanie raňajok, ktoré je veľmi častým problémom, zvyšuje významnou mierou riziko obezity v neskoršom veku (Blondin a kol. 2016). Navyše, súčasné poznatky naznačujú, že pravidelnosť stravovania okrem toho aj pozitívne ovplyvňuje študijné výsledky detí (Burrows a kol. 2017).

Jedným z často skloňovaných problémov v oblasti stravovania u mladých ľudí je konzumácia sladených nápojov. Vzhľadom na vysoký obsah cukru sa ich pravidelná konzumácia u detí spája s rozvojom obezity (Della Torre a kol. 2016), ako aj zubného kazu (Shenkin a kol. 2003). V posledných rokoch k nemu pristupuje ako osobitný problém aj konzumácia energetických nápojov (Pomeranz a kol. 2013), ktorá u detí zvyšuje pravdepodobnosť hyperaktivity a nepozornosti (Schwartz a kol. 2015), ako aj rizikového správania (Holubčíková a kol. 2017). Kofeín, ktorý tieto nápoje obsahujú, ovplyvňujú tiež nepriaznivo neurologický a srdcovocievny systém detí (Ali a kol. 2015).

***Ja sa stravujem zdravo. Občas mi to však nejde. Tiež jem sladké veci, ale nie veľmi často.***

***Netreba sa hlavne prejedat'.***

*Chlapec, 14 rokov.*

# Raňajkovanie počas pracovných dní

**Popis indikátora:** Ako často obvykle mávaš raňajky (viac ako pohár mlieka alebo ovocného džúsu)?

Zaškrtni, prosím jedno políčko pre dni v týždni (pondelok až piatok).

- nikdy nemám raňajky počas týždňa
- jeden deň
- dva dni
- tri dni
- štyri dni
- päť dní

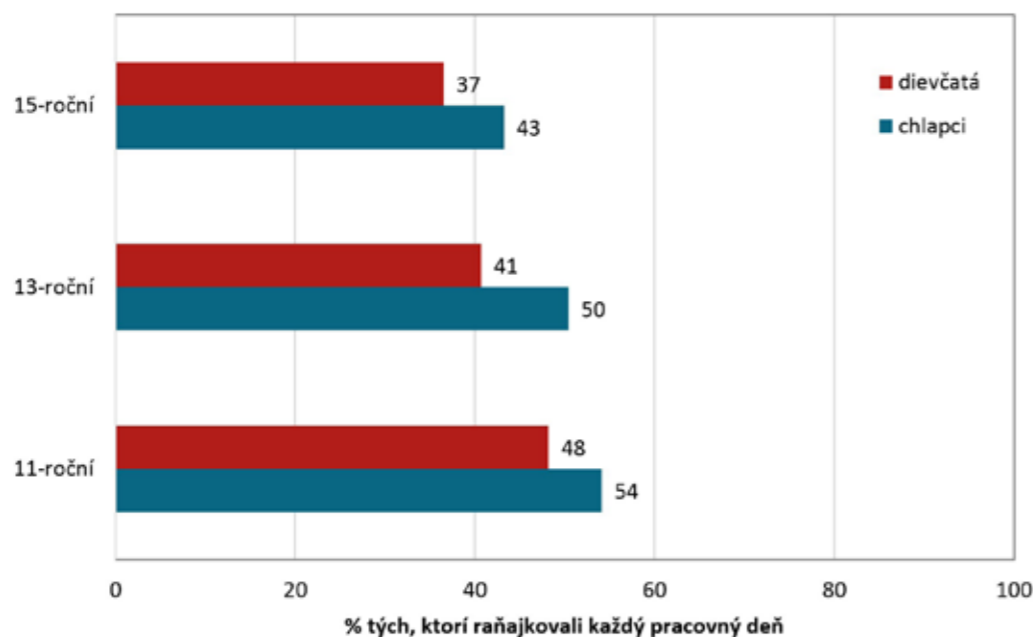
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že raňajkujú každý deň počas pracovných dní (pondelok až piatok).

**Výskyt:** Približne polovica školákov vo veku 11 rokov (48-54 %) no iba dve pätiny školákov vo veku 15 rokov (37-43 %) raňajkovala každodenne počas pracovných dní.

**Rodové rozdiely:** Chlapci raňajkovali každý deň častejšie ako dievčatá (11-roční OR/CI: 1,3/1,04-1,55; 13-roční OR/CI: 1,5/1,23-1,78; 15-roční OR/CI: 1,3/1,05-1,66).

**Rozdiely vo vekových skupinách:** Mladší školáci a školáčky raňajkovali každý deň častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,6/1,26-1,92; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,10-1,63; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,6/1,30-2,02).

Obrázok 26: Raňajkovanie počas pracovných dní (v %)



*Veľa školákov vynecháva raňajky a na desiatu nosia nezdravé potraviny.  
Chlapec, 15 rokov.*

# Konzumácia ovocia

**Popis indikátora:** Koľkokrát do týždňa obvykle jedávaš ovocie?

- Nikdy
- Menej ako jedenkrát týždenne
- Raz za týždeň
- 2-4 dni za týždeň
- 5-6 dní za týždeň
- Raz denne, každý deň
- Každý deň, viac ako raz

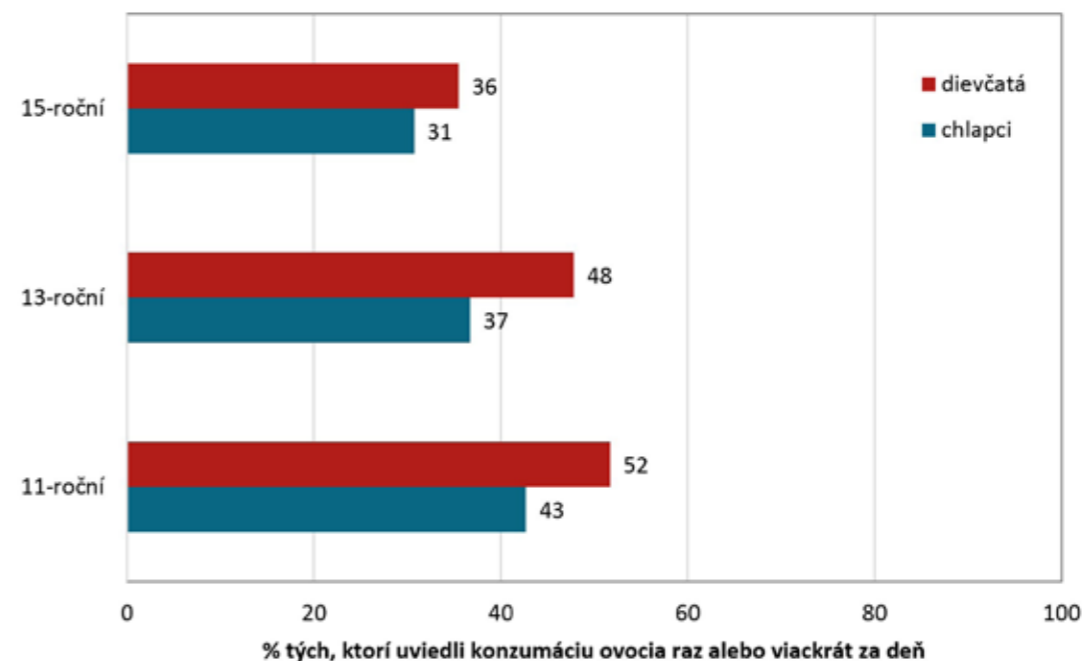
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že konzumujú ovocie denne raz alebo viackrát za deň.

**Výskyt:** Iba približne tretina 15-ročných (31-36%), zhruba dve pätiny chlapcov (37-43 %) a polovica dievčat (48-52 %) vo veku 11 a 13 rokov konzumovala ovocie raz alebo viackrát za deň.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 a 13 rokov konzumovali ovocie denne menej často ako dievčatá v tomto veku (11-roční CI/OR: 0,7/0,57-0,85; 13-roční CI/OR: 0,6/0,53-0,76).

**Rozdiely vo vekových skupinách:** Mladší školáci a školáčky konzumovali ovocie denne častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,7/1,36-2,10; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,06-1,62; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,9/1,56-2,42; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,7/1,34-2,06).

Obrázok 27: Konzumácia ovocia (v %)



*Nemali by sme jesť tento odpad. V jedle sa nachádza veľa nezdravých vecí.  
Mali by obmedzovať nezdravé jedlá a začať jesť viac ovocia. Aj keď dnešné ovocie je chemicky spracované.  
Dievča, 12 rokov.*

## Konzumácia zeleniny

**Popis indikátora:** Koľkokrát do týždňa obvykle jedávaš zeleninu

- Nikdy
- Menej ako jedenkrát týždenne
- Raz za týždeň
- 2-4 dni za týždeň
- 5-6 dni za týždeň
- Raz denne, každý deň
- Každý deň, viac ako raz

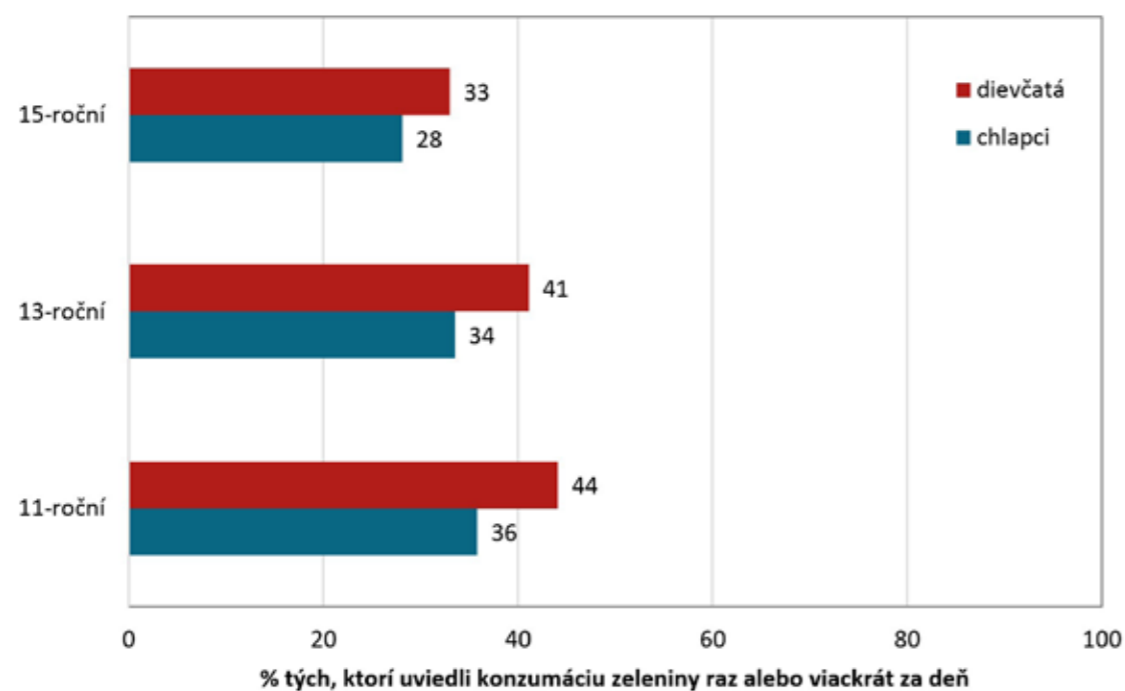
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že konzumujú zeleninu denne raz alebo viackrát za deň.

**Výskyt:** Iba približne tretina chlapcov (28-36 %) a 15-ročných dievčat (33 %) a viac ako dve pätiny dievčat vo veku 11 a 13 rokov (41-44 %) konzumovala zeleninu denne alebo viackrát za deň.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 a 13 rokov konzumovali zeleninu denne menej často ako dievčatá v tomto veku (11-roční OR/CI: 0,7/0,58-0,87; 13-roční OR/CI: 0,7/0,60-0,87).

**Rozdiely vo vekových skupinách:** Mladší školáci a školáčky konzumovali zeleninu denne častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,4/1,14-1,79; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,04-1,60; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,6/1,28-2,00; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,4/1,14-1,77).

Obrázok 28: Konzumácia zeleniny (v %)



*Mali by sme jesť veľa ovocia a zeleniny, obilnín a bielkovín. V dnešnej dobe je veľmi málo ľudí, ktorí sa zdravo stravujú. Dobré je to, že raz za týždeň sidajú ovocie a zeleninu.*

*Dievča, 12 rokov.*

## Konzumácia sladkostí

**Popis indikátora:** Koľkokrát do týždňa obvykle jedávaš sladkosti (cukríky alebo čokoládu)?

- Nikdy
- Menej ako jedenkrát týždenne
- Raz za týždeň
- 2-4 dni za týždeň
- 5-6 dni za týždeň
- Raz denne, každý deň
- Každý deň, viac ako raz

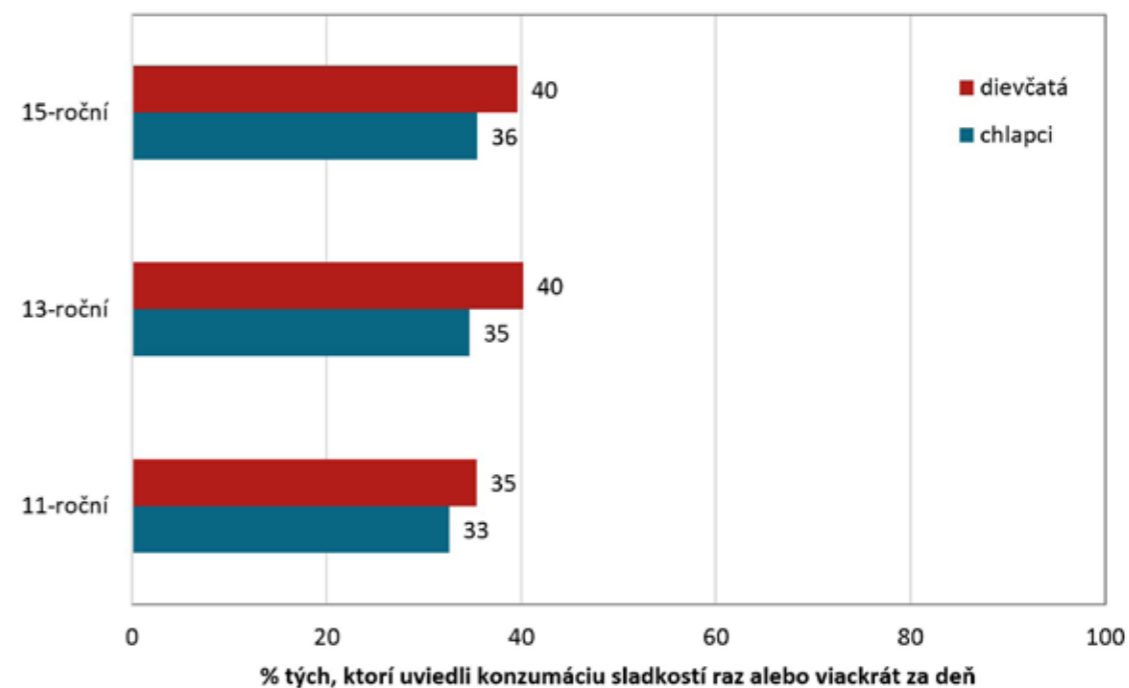
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že konzumujú sladkosti denne raz alebo viackrát za deň.

**Výskyt:** Viac ako každý tretí školák uviedol, že jedáva sladkosti denne alebo viackrát za deň. Najnižší výskyt bol u 11-ročných chlapcov (33 %) a najvyšší u 13-ročných dievčat (40 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 rokov konzumovali sladkosti menej často ako dievčatá v tomto veku (13-roční OR/CI: 0,8/0,65-0,96).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší a starší školáci a školáčky sa nelíšili vo výskyte každodennej konzumácie sladkostí.

Obrázok 29: Konzumácia sladkostí (v %)



*Treba jesť päť krát denne po menších dávkach a obmedzovať nezdravé jedlá ako sú fastfoody a sladkosti.*

*Dievča, 15 rokov.*



# Konzumácia sladených nápojov

**Popis indikátora:** Koľkokrát do týždňa obvykle piješ kolu alebo iné nealkoholické nápoje, ktoré obsahujú cukor?

- Nikdy
- Menej ako jedenkrát týždenne
- Raz za týždeň
- 2-4 dni za týždeň
- 5-6 dní za týždeň
- Raz denne, každý deň
- Každý deň, viac ako raz

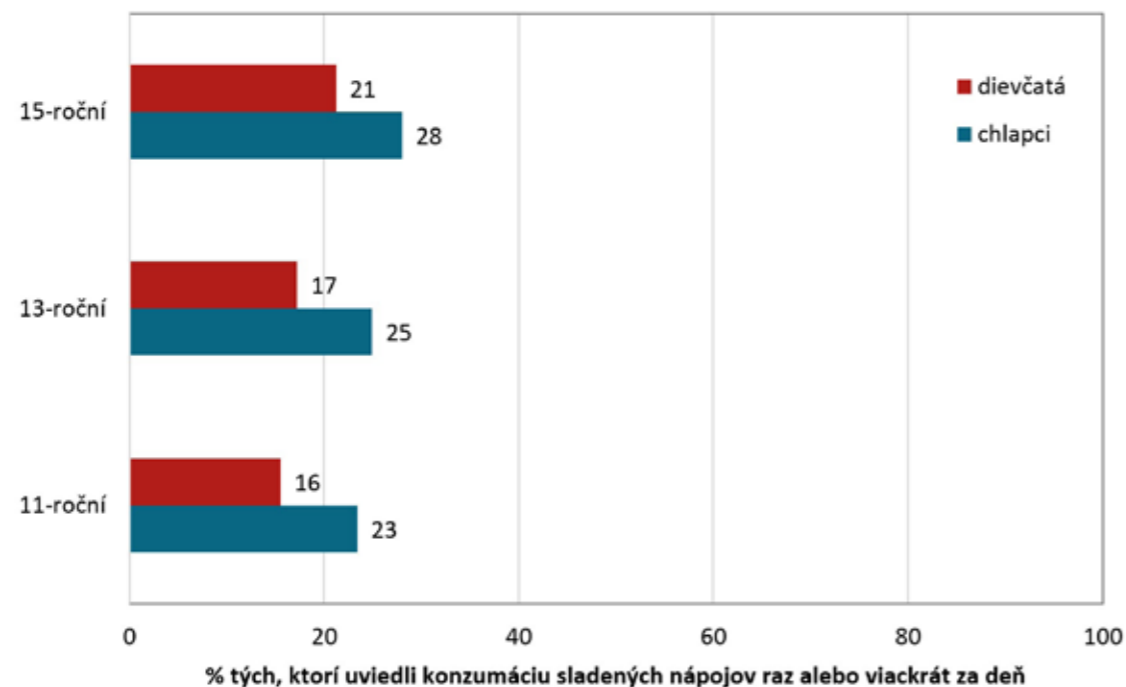
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že konzumujú sladené nápoje denne raz alebo viackrát za deň.

**Výskyt:** Približne pätina školákov uviedla každodenné pitie sladených nápojov. Najvyšší výskyt bol u 15-ročných chlapcov (28 %) a najnižší u 11-ročných dievčat (16 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci pili sladené nápoje denne alebo viackrát za deň častejšie ako dievčatá (11-roční OR/CI: 1,7/1,28-2,15; 13-roční OR/CI: 1,6/1,27-2,01; 15-roční OR/CI: 1,4/1,11-1,88).

**Rozdiely vo vekových skupinách:** Mladší školáci a školáčky pili sladené nápoje denne alebo viackrát za deň menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,8/0,62-1,00; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/0,52-0,90).

Obrázok 30: Konzumácia sladených nápojov (v %)



*Niektorých voda odrádza lebo nemá chuť.*

*Dievča, 13 rokov.*

*Sladené nápoje nie sú zdravé. Sú tam samé umeliny a éčka. Školáci ich pijú, lebo sú sladké.*

*Dievča, 13 rokov.*



## Konzumácia energetických nápojov

**Popis indikátora:** Koľkokrát do týždňa obvykle piješ energetické nápoje, napr. Redbull?

- Nikdy
- Menej ako jedenkrát týždenne
- Raz za týždeň
- 2-4 dni za týždeň
- 5-6 dni za týždeň
- Raz denne, každý deň
- Každý deň, viac ako raz

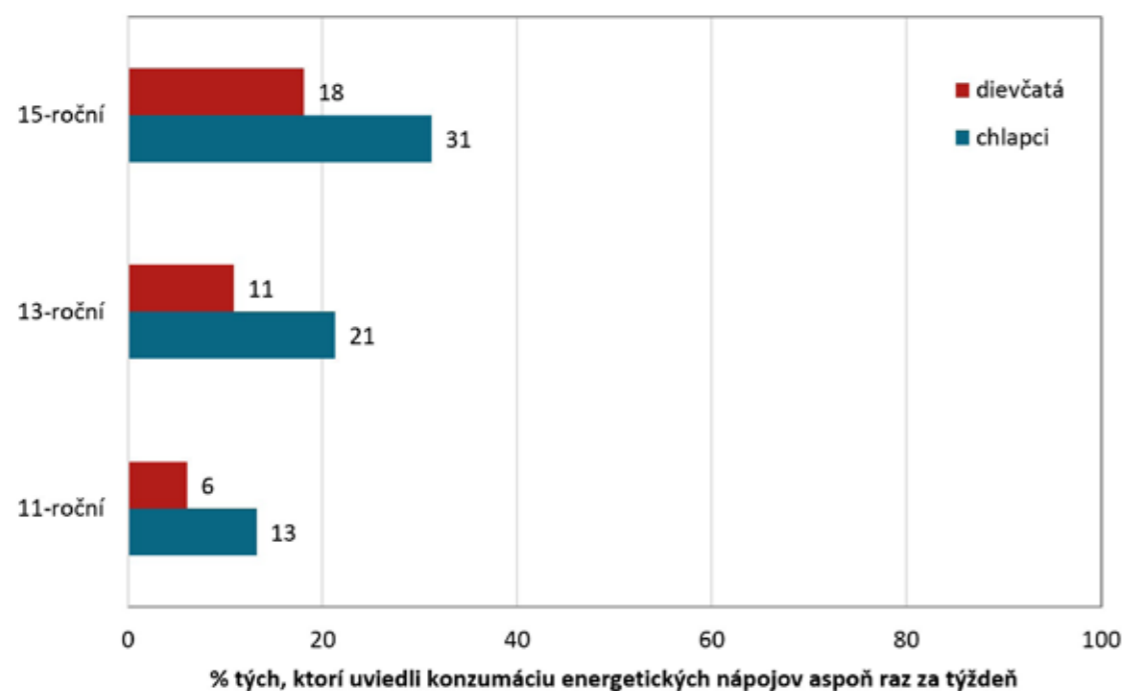
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že pijú energetické nápoje viac ako raz týždenne.

**Výskyt:** Viac ako raz týždenne pilo energetické nápoje 6 % 11-ročných, 11 % 13-ročných a 18 % dievčat 15-ročných dievčat, no až 13 % 11-ročných, 21 % 13-ročných a 31 % 15-ročných chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci pili energetické nápoje viac ako raz týždenne častejšie ako dievčatá (11-roční CI/OR: 2,3/1,63-3,34; 13-roční CI/OR: 2,2/1,70-2,88; 15-roční CI/OR: 2,0/1,57-2,69).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky pili energetické nápoje viac ako raz týždenne menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,3/0,26-0,44, 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,48-0,75; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,3/0,21-0,42; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,41-0,75).

Obrázok 31: Konzumácia energetických nápojov (v %)



*Je to dobré pred učením.*

*Chlapec, 15 rokov.*

*Deti si to kupujú na zahnanie únavy*

*Dievča, 12 rokov.*

## Spoločné stolovanie s rodičmi

**Popis indikátora:** Ako často ty a tvoja rodina spolu jedávate?

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi jedenkrát týždenne
- Menej často
- Nikdy

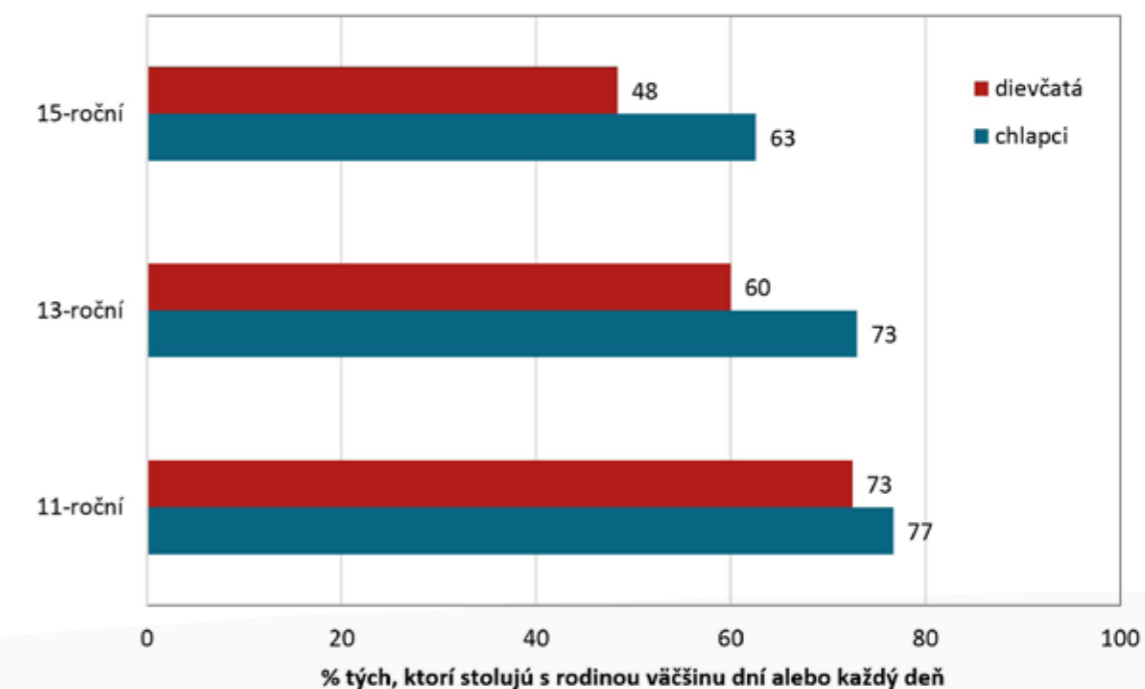
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že so svojou rodinou jedávajú väčšinu dní alebo každý deň.

**Výskyt:** Spoločné stolovanie s rodičmi väčšinu dní alebo každý deň uvádzalo viac ako 70 % 11-ročných chlapcov aj dievčat a 13-ročných chlapcov, okolo 60 % 13-ročných dievčat a 15-ročných chlapcov a necelá polovica 15-ročných dievčat

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov častejšie stolovali so svojimi rodičmi ako dievčatá (13-roční CI/OR: 1,8/1,48-2,19; 15-roční CI/OR: 1,8/1,42-2,24).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky stolovali so svojimi rodičmi častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 2,0/1,56-2,47, 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,6/1,31-1,99; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,8/2,24-3,51; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,6/1,29-1,97).

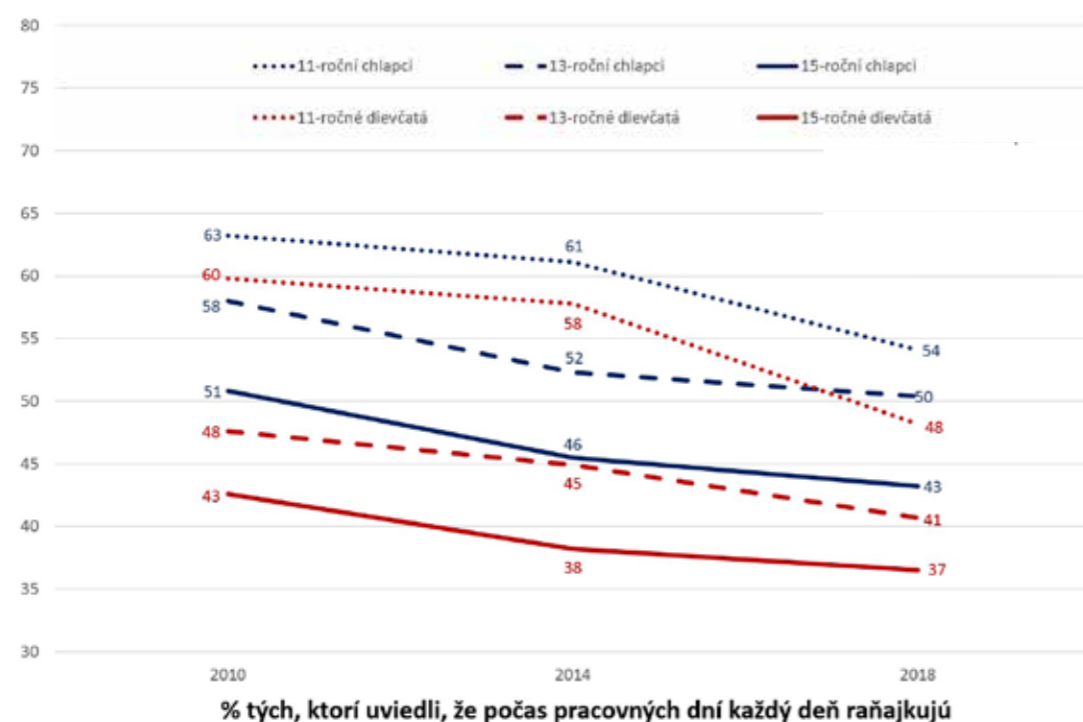
Obrázok 32: Spoločné stolovanie s rodičmi (v %)



# Trendy 2010 – 2014 – 2018

## Raňajkovanie počas pracovných dní

Obrázok 33: Raňajkovanie počas pracovných dní – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní frekvencie raňajkovania školákov je možné vidieť, že medzi rokmi 2010 a 2018 sa znížil počet tých, ktorí raňajkujú každý pracovný deň. U chlapcov aj dievčat vo všetkých vekových

kategóriách sme zaznamenali postupný klesajúci trend raňajkovania.

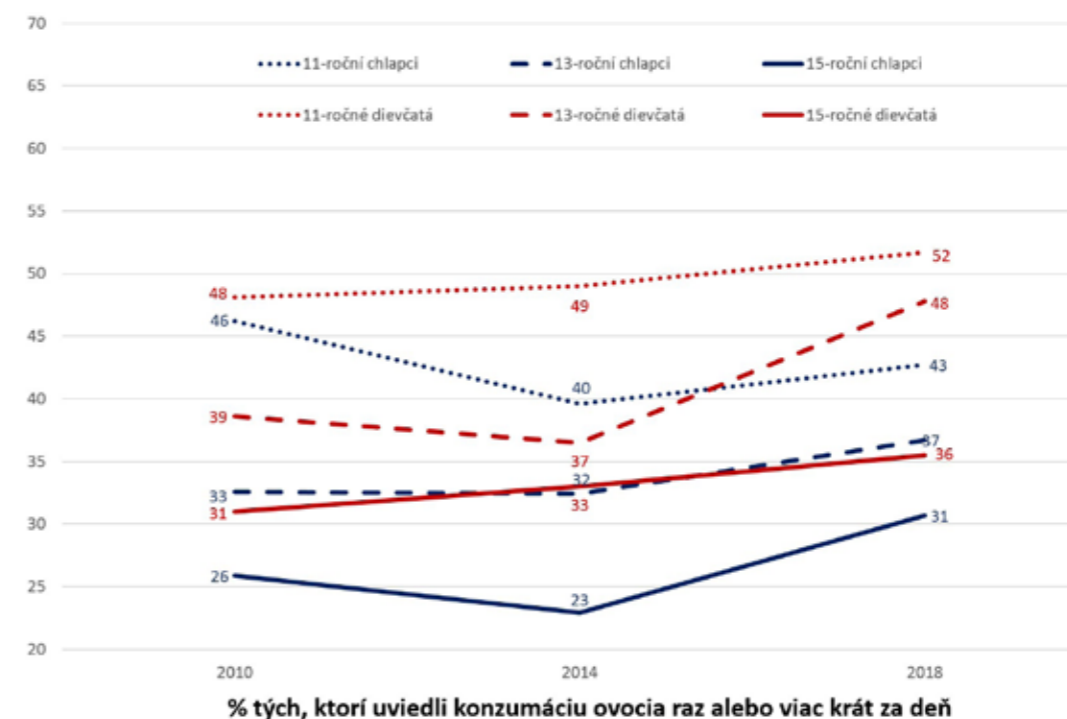
Tabuľka 9: Raňajkovanie počas pracovných dní – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	↓	=	=	=	=
2014 vs. 2018	↓	=	=	↓	=	=
2010 vs. 2018	↓	↓	↓	↓	↓	↓

*Je lepšie jesť pripravenú desiatu od mamy ako chipsy.  
Dievča, 11 rokov.*

## Konzumácia ovocia

Obrázok 34: Konzumácia ovocia – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Po roku 2014 došlo k nárastu pravidelnej konzumácie ovocia u 13-ročných chlapcov i dievčat a u 15-ročných chlapcov. Tento stúpajúci trend konzumácie sme potvrdili i pri porovnaní výskytu pravidelnej konzumácie ovocia u 13-ročných

dievčat a 15-ročných chlapcov medzi rokom 2010 a 2018. Medzi rokom 2010 a 2014 došlo naopak k poklesu pravidelnej konzumácie ovocia u 11-ročných chlapcov.

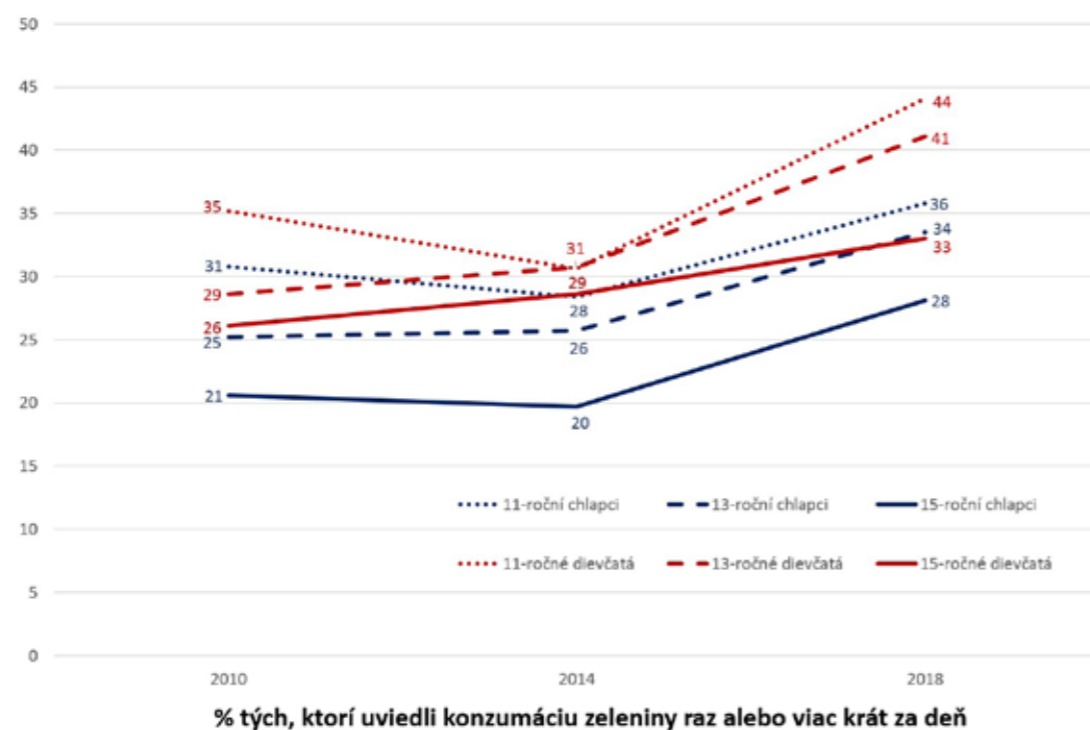
Tabuľka 10: Konzumácia ovocia – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	↓	=	=	=	=	=
2014 vs. 2018	=	↑	↑	=	↑	=
2010 vs. 2018	=	=	↑	=	↑	=

*Školáci sú závislí na fastfoodových jedlách a nie zdravých jedlách.  
Chlapec, 15 rokov.*

## Konzumácia zeleniny

Obrázok 35: Konzumácia zeleniny – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Medzi rokmi 2010 a 2018 výrazne stúpol počet žolákov, ktorí konzumujú zeleninu každý deň. Tento pozitívny trend sa ukázal vo všetkých vekových kategóriách u chlapcov aj dievčat hlavne v období medzi rokmi 2014 a 2018.

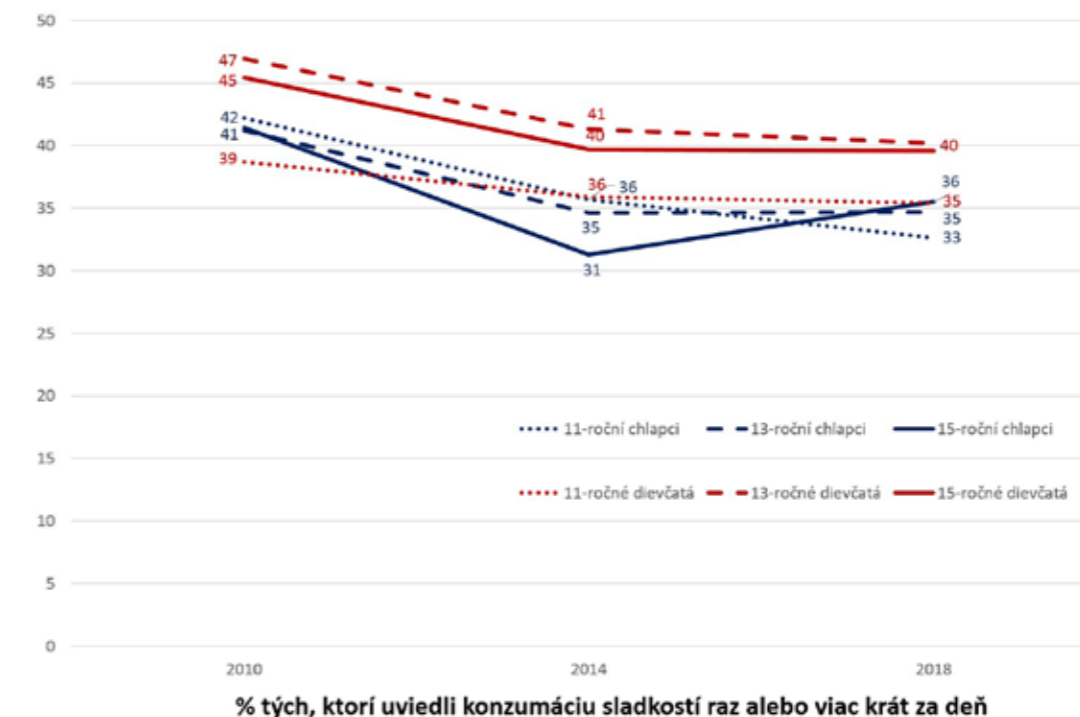
vých kategóriách u chlapcov aj dievčat hlavne v období medzi rokmi 2014 a 2018.

Tabuľka 11: Konzumácia zeleniny – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	=
2014 vs. 2018	↑	↑	↑	↑	↑	=
2010 vs. 2018	↑	↑	↑	↑	↑	↑

## Konzumácia sladkostí

Obrázok 36: Konzumácia sladkostí – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



V oblasti pravidelnej konzumácie sladkostí sme zaznamenali medzi rokmi 2010 a 2018 klesajúci trend. Vo všetkých vekových kategóriách okrem

11-ročných dievčat sa počet žolákov, ktorí každý deň konzumujú sladkosti znížil.

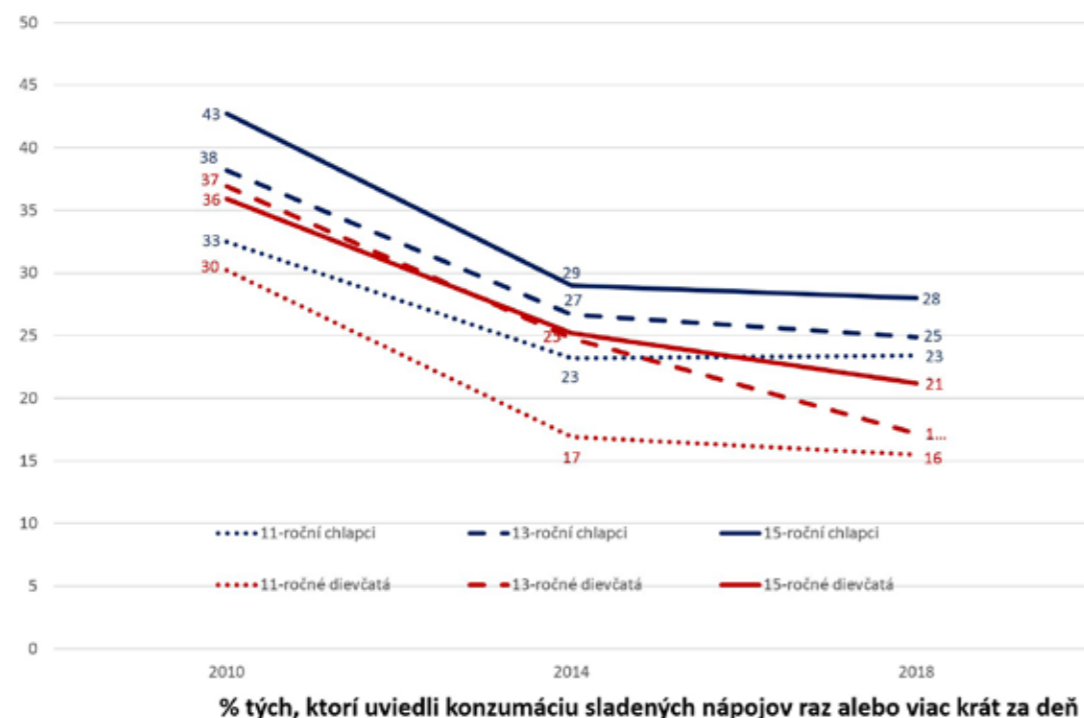
Tabuľka 12: Konzumácia sladkostí – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	↓	↓	↓	=	↓	↓
2014 vs. 2018	=	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	↓	↓	↓	=	↓	↓

*Málo žolákov sa stravuje zdravo. Veľa ľudí stravovanie nepokladá za dôležité a to je problém.  
Dievča, 14 rokov.*

## Konzumácia sladených nápojov

Obrázok 37: Konzumácia sladených nápojov – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Výskyt každodennej konzumácie sladených nápojov výrazne klesol v období medzi rokom 2010 a 2014 a to vo všetkých sledovaných vekových rodových skupinách žiakov. V skupine

13-ročných dievčat tento klesajúci trend pokračoval i období medzi rokom 2014 a 2018.

Tabuľka 13: Konzumácia sladených nápojov – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	↓	↓	↓	↓	↓	↓
2014 vs. 2018	=	=	=	=	↓	=
2010 vs. 2018	↓	↓	↓	↓	↓	↓

*Sú sladké a nezdravé. Myslíme si, že nám dodajú energiu.*

*Dievča, 15 rokov.*

*Energetičky sú dobré, posiluje to energiu. Sú lepšie ako voda – chutia lepšie.*

*Chlapec, 15 rokov.*

## Použitá literatúra

Ali, F., Rehman, H., Babayan, Z., Stapleton, D., & Joshi, D. (2015). Energy drinks and their adverse health effects: a systematic review of the current evidence. *Postgraduate medicine*, 127(3), 308-322.

Blondin, S. A., Anzman-Frasca, S., Djang, H. C., & Economos, C. D. (2016). Breakfast consumption and adiposity among children and adolescents: an updated review of the literature. *Pediatric obesity*, 11(5), 333-348.

Della Torre, S. B., Keller, A., Depeyre, J. L., & Kruseman, M. (2016). Sugar-sweetened beverages and obesity risk in children and adolescents: a systematic analysis on how methodological quality may influence conclusions. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 116(4), 638-659.

Burrows, T., Goldman, S., Pursey, K., & Lim, R. (2017). Is there an association between dietary intake and academic achievement: a systematic review. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 30(2), 117-140.

Holubcikova, J., Kolarcik, P., Geckova, A. M., Reijneveld, S. A., & van Dijk, J. P. (2017). Regular energy drink consumption is associated with the risk of health and behavioural problems in adolescents. *European journal of pediatrics*, 176(5), 599-605.

Jedlička, J. (2009). *Zdravý životný štýl*. Nitra: Slovenská poľnohospodárska univerzita.

Pomeranz, J. L., Munsell, C. R., & Harris, J. L. (2013). Energy drinks: an emerging public health hazard for youth. *Journal of public health policy*, 34(2), 254-271.

Shenkin, J. D., Heller, K. E., Warren, J. J., & Marshall, T. A. (2003). Soft drink consumption and caries risk in children and adolescents. *General dentistry*, 51(1), 30-36.

Schwartz, D. L., Gilstad-Hayden, K., Carroll-Scott, A., Grilo, S. A., McCaslin, C., Schwartz, M., & Ickovics, J. R. (2015). Energy drinks and youth self-reported hyperactivity/inattention symptoms. *Academic pediatrics*, 15(3), 297-304.

Waters, E., de Silva-Sanigorski, A., Burford, B. J., Brown, T., Campbell, K. J., Gao, Y., ... & Summerbell, C. D. (2011). Interventions for preventing obesity in children. *Cochrane database of systematic reviews*, (12).

Weihrauch-Blüher, S., & Wiegand, S. (2018). Risk Factors and Implications of Childhood Obesity. *Current obesity reports*, 7(4), 254-259.

World Health Organization. (2017). Report of the Commission on Ending Childhood Obesity: implementation plan: executive summary (No. WHO/NMH/PND/ECHO/17.1). World Health Organization.

*V školskej jedálni mi nechutí.*

*Chlapec, 15 rokov.*



# Hodnotenie postavy a diétovanie

**Jana Holubčíková, Martina Bašková**

Hodnotenie postavy (body image) je jedným z hlavných aspektov, ktoré súvisia so zdravým vývinom a kvalitou života v období dospievania (Ra a kol. 2017). Zatiaľ čo spokojnosť so svojou postavou, umožňuje dospievajúcim zdravý sociálny a psychický vývin, tí, ktorí sú nespokojní so svojou postavou, majú vyššiu pravdepodobnosť trpieť depresívnymi symptómami, sú častejšie sociálne izolovaní, majú nízke sebavedomie a majú vyššiu šancu trpieť poruchami príjmu potravy (Voelker a kol. 2013).

Výskum v oblasti redukcie hmotnosti poukazuje na vysoký výskyt rôznych spôsobov diétovania v relatívne nízkom veku v období adolescencie, čo môže nepriaznivo vplývať na zdravý psychický vývin dospievajúcich (Neumark-Sztainer a kol. 2012). Vo všeobecnosti môžeme skonštatovať, že dospievajúci, ktorí diétujú, majú vyššiu šancu trpieť depresiou, nízkym sebavedomím, častejšie sa zapájajú do rôznych druhov rizikového správania alebo dokonca môžu vykazovať známky suicídneho správania (Yeatts a kol., 2016; Vander Wal 2012; Neumark-Sztainer a kol. 2000). Na úrovni fyzického zdravia sa diétovanie v období dospievania spája s vyšším rizikom malnutrície, spomalenia rastu, nepravidelnej menštruácie u dievčat alebo s výskytom osteoporózy (Dieting in adolescence 2014). V extrémnych prípadoch sa redukcia hmotnosti u dospievajúcich môže spájať aj s výskytom porúch príjmu potravy, ktoré

majú na zdravie a zdravý vývin v tomto citlivom období veľmi nepriaznivý vplyv.

Poruchy príjmu potravy sú považované za závažné psychické ochorenie vyskytujúce sa od detstva až do dospelého veku. Dospievajúci, u ktorých je diagnostikovaná niektorá z porúch príjmu potravy, majú vysoké riziko trvalých následkov v oblasti psychosomatického vývoja a reprodukčných funkcií (Pápežová 2004). Z prehľadových štúdií vyplýva, že výskyt porúch príjmu potravy sa pohybuje v rozmedzí 0,3-3 % (Qian a kol. 2013; Hoek 2003). Medzinárodná klasifikácia chorôb definuje dve základné poruchy príjmu potravy – mentálnu anorexiu (úmyselné znižovanie hmotnosti vyvolané a udržiavané diétami, nadmerným cvičením, zvracaním a zneužívaním liekov) a mentálnu bulímiu (opakované záchvaty prejedania veľkým množstvom jedla, po ktorom nasleduje zvracanie alebo kompenzácia iným spôsobom ako napr. nadmerné cvičenie, zneužívanie liekov – najmä preháňadiel, obdobia hladovania).

Predpokladom úspešnej liečby je diagnostika v čo najskoršom veku. Liečba musí byť komplexná a musí klásť rovnako dôraz na znovuoobnovenie ideálnej hmotnosti, uzdravenie zo somatických následkov poruchy, ako aj na obnovu stravovacích návykov, postojov k stravovaniu, k hmotnosti a k vzhľadu (Paulinyova&Matzova 2016).

# Nadhmotnosť a obezita

**Popis indikátora:** Respondenti uvádzali svoju telesnú hmotnosť a výšku, a z týchto údajov bol vypočítaný body mass index (BMI) podľa vzorca: BMI = telesná hmotnosť v kg / telesná výška v metroch na druhú. Za nadváhu a obezitu sa považoval BMI, ktorý presahoval 90. percentil štandardných hodnôt slovenskej populácie pre danú vekovú skupinu

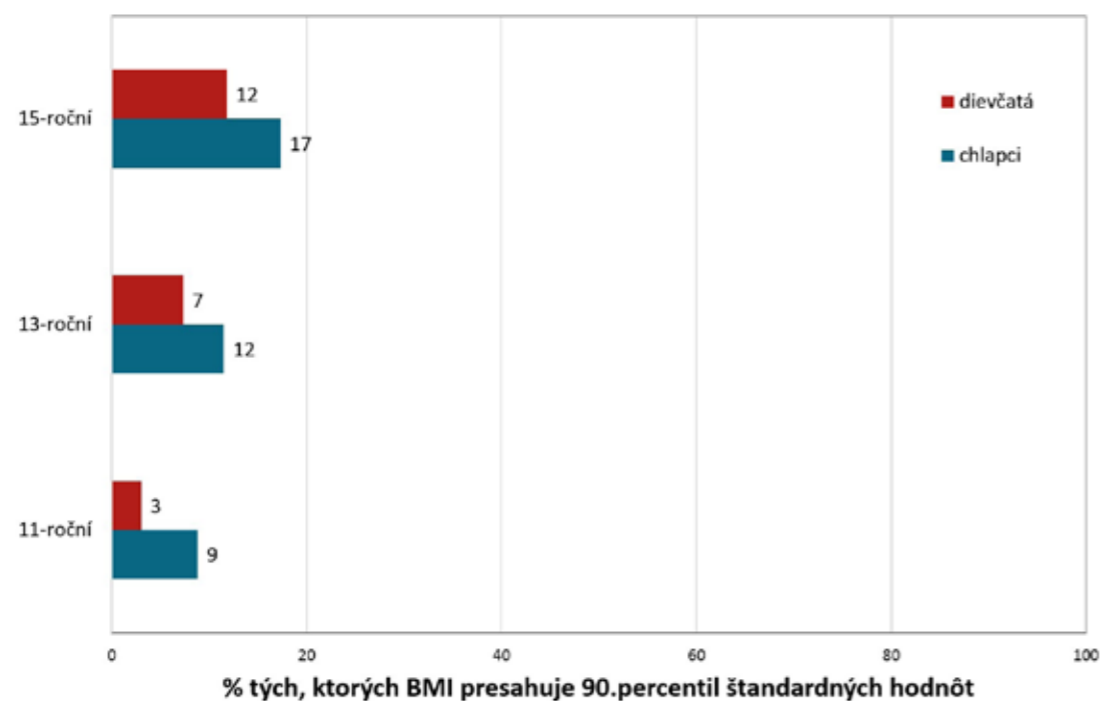
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorých hodnota BMI presahovala 90. percentil štandardných hodnôt (pozri tabuľku č. 50).

**Výskyt:** Výskyt nadhmotnosti a obezity u školákov a školáčok sa pohyboval od 3 % u 11-ročných dievčat po 17 % u 15-ročných chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci častejšie ako dievčatá trpeli nadhmotnosťou a obezitou (11-roční CI/OR: 3,1/1,82-5,19; 13-roční CI/OR: 1,7/1,17-2,34; 15-roční CI/OR: 1,6/1,10-2,19).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** So stúpajúcim vekom sa zvyšovalo aj riziko nadhmotnosti a obezity (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,32-0,65, 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,46-0,85; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,2/0,14-0,39; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,40-0,86).

Obrázok 38: Nadhmotnosť a obezita (v %)



# Hodnotenie postavy

**Popis indikátora:** Myslíš si, že Tvoja postava je.....?

- Príliš chudá
- Trochu chudá
- Tak akurát
- Trochu tučná
- Veľmi tučná

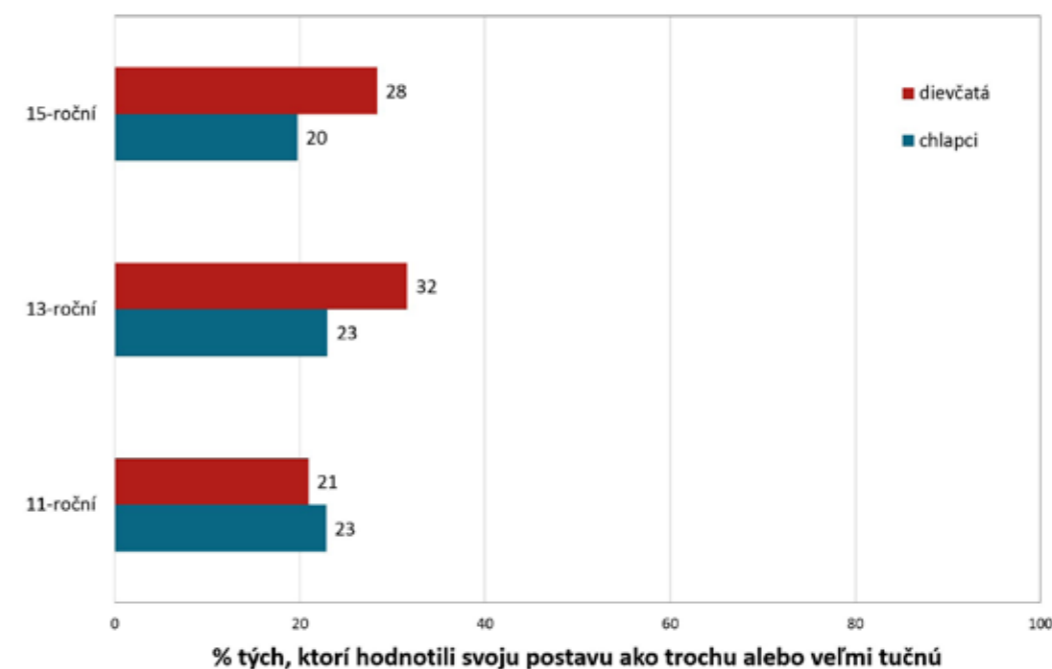
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že ich postava je trochu alebo veľmi tučná.

**Výskyt:** Päťina chlapcov (20-23 %), päťina 11-ročných dievčat (21 %), ale až tretina 13 a 15-ročných dievčat (28-32 %) hodnotila svoju postavu ako trochu alebo veľmi tučnú.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov menej často ako dievčatá v týchto vekových kategóriách hodnotili svoju postavu ako trochu alebo veľmi tučnú (13-roční OR/CI: 0,6/0,53-0,79; 15-roční OR/CI: 0,6/0,48-0,80).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladšie dievčatá hodnotili svoju postavu ako trochu alebo veľmi tučnú menej často ako staršie dievčatá (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/0,52-0,86).

Obrázok 39: Hodnotenie postavy (v %)



## Redukcia telesnej hmotnosti

**Popis indikátora:** Držíš teraz nejakú diétu alebo robíš niečo iné, aby si schudol/schudla?

- Nie, moja hmotnosť je v poriadku
- Nie, ale mal/a by som trochu schudnúť
- Nie, pretože potrebujem pribrať
- Áno

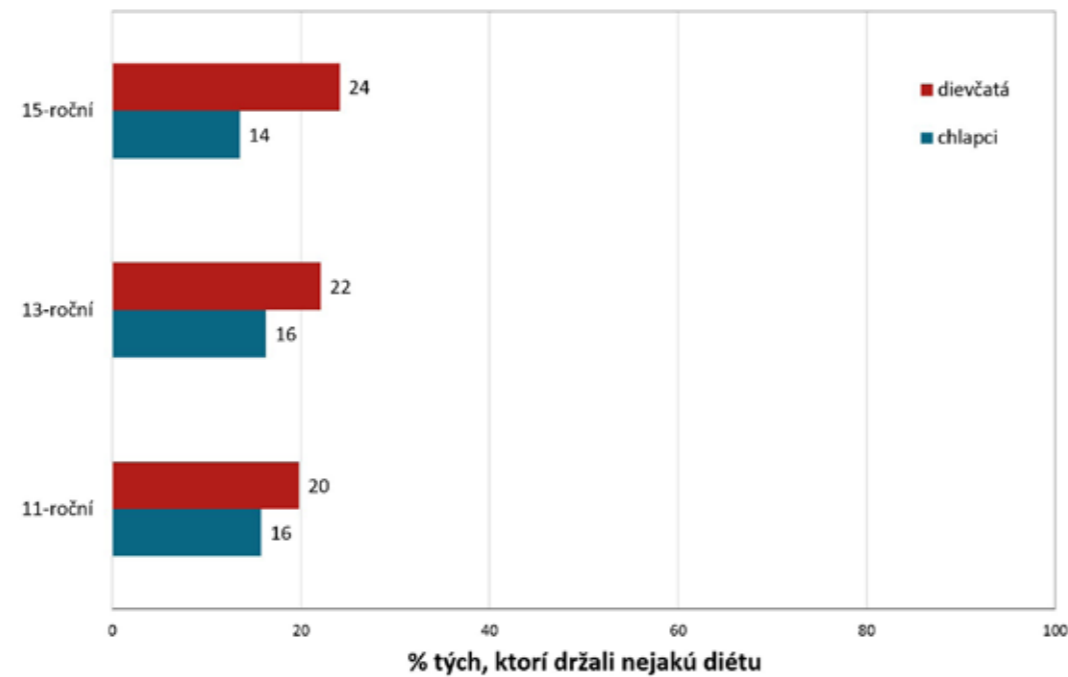
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí na otázku odpovedali „áno“, z čoho vyplýva, že vykonávajú nejakú aktivitu na zníženie telesnej hmotnosti.

**Výskyt:** Približne 15 % chlapcov (14-16 %) a pätina dievčat (20-24 %) držalo diétu alebo robilo niečo iné, aby schudli.

**Rodové rozdiely:** Chlapci menej často ako dievčatá držali diétu alebo robili niečo iné, aby schudli (11-roční OR/CI: 0,8/0,58-0,99; 13-roční OR/CI: 0,7/0,54-0,87; 15-roční OR/CI: 0,5/0,37-0,66).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky sa nelíšili od starších školákov a školáčok v diétovaní.

Obrázok 40: Redukcia telesnej hmotnosti (v %)



## Symptómy porúch príjmu potravy – presvedčenie o tučnosti

**Popis indikátora:** Si presvedčený/á, že si tučný/á, aj keď Ti ostatní vravia, že si príliš chudý/á?

- áno
- nie

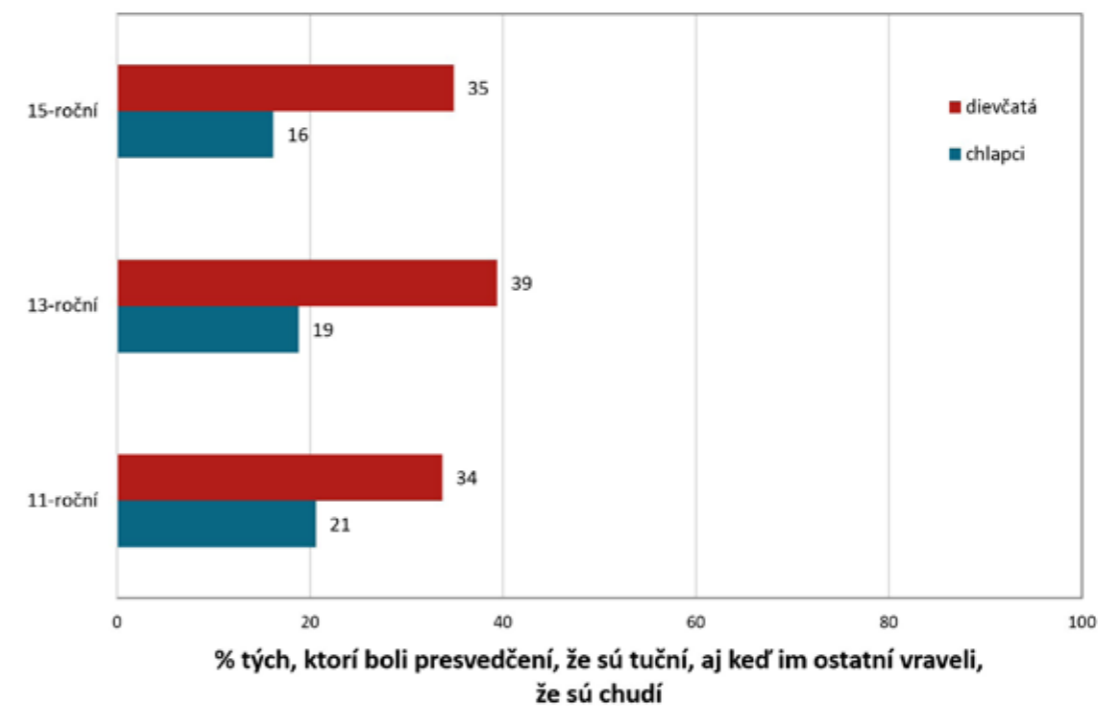
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí boli presvedčení, že sú tuční, aj keď im ostatní vraveli, že sú príliš chudí.

**Výskyt:** Približne pätina chlapcov (16-21 %) a viac než tretina dievčat (34-39 %) bola presvedčená, že sú tuční/é, aj keď im ostatní vraveli, že sú príliš chudí/é.

**Rodové rozdiely:** Chlapci boli o tom, že sú tuční, presvedčení menej často ako dievčatá (11-roční OR/CI: 0,5/0,41-0,65; 13-roční OR/CI: 0,4/0,29-0,44; 15-roční OR/CI: 0,4/0,28-0,47).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší chlapci boli o tom, že sú tuční, presvedčení častejšie ako starší chlapci (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,02-1,77).

Obrázok 41: Symptómy porúch príjmu potravy – presvedčenie o tučnosti (v %)





## Symptómy porúch príjmu potravy – obavy zo straty kontroly nad jedením

**Popis indikátora:** Máš obavy z toho, že si stratil/a kontrolu nad tým, koľko ješ?

- áno
- nie

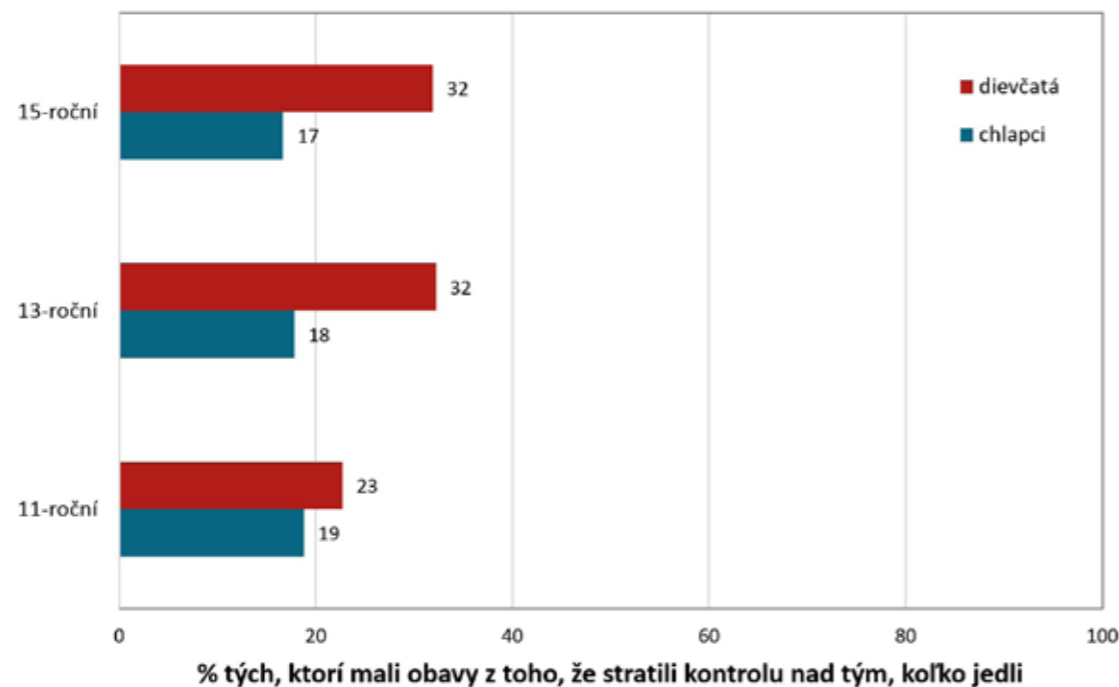
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že majú obavy z toho, že stratili kontrolu nad tým, koľko jedli.

**Výskyt:** Obavy zo straty kontroly nad jedením uviedlo každé tretie dievča (23-32 %) a skoro každý piaty chlapec (17-19 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov mali obavy zo straty kontroly nad jedením menej často ako dievčatá v týchto vekových kategóriách (13-roční OR/CI: 0,5/0,37-0,57; 15-roční OR/CI: 0,4/0,33-0,56).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladšie dievčatá mali obavy zo straty kontroly nad jedením menej často ako tie staršie (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,49-0,80).

Obrázok 42: Symptómy porúch príjmu potravy – obavy zo straty kontroly nad jedením (v %)



## Symptómy porúch príjmu potravy – jedlo ako jedna z hlavných vecí v živote

**Popis indikátora:** Povedal/a by si, že jedlo je jednou z hlavných vecí v Tvojom živote?

- áno
- nie

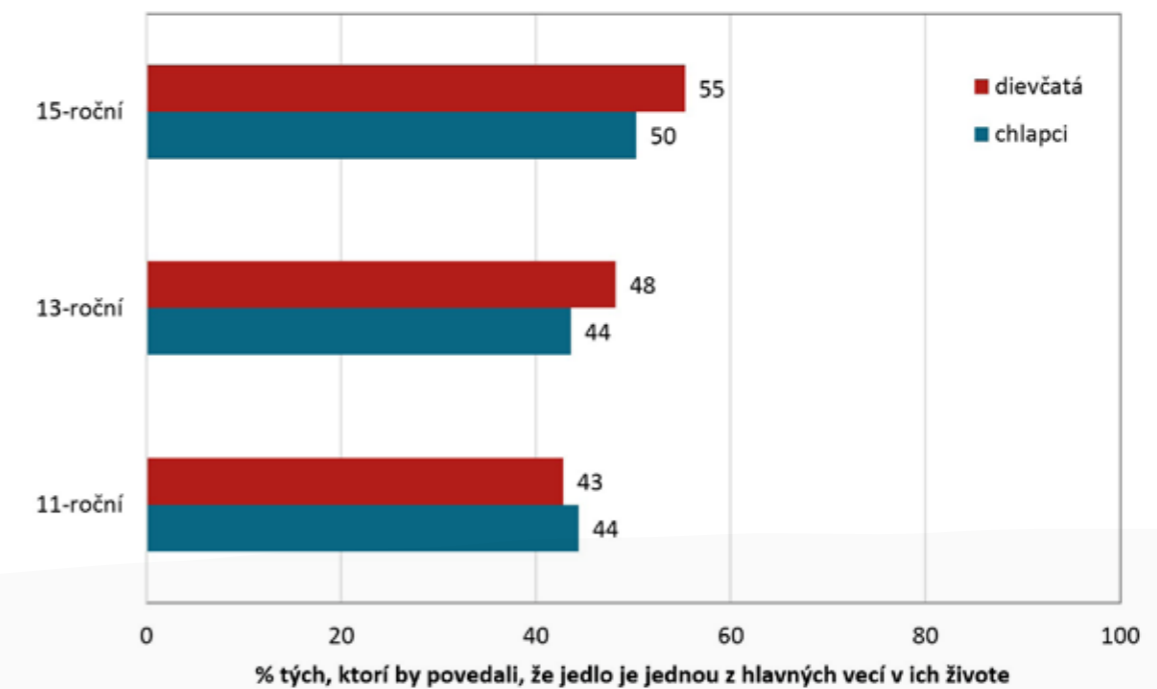
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že jedlo je jednou z hlavných vecí v ich živote.

**Výskyt:** Skoro polovica školákov (43-55 %) uviedla, že jedlo je jednou z hlavných vecí v ich živote.

**Rodové rozdiely:** Chlapci a dievčatá vo všetkých vekových skupinách uvádzali v rovnakej miere, že jedlo je jednou z hlavných vecí v ich živote.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky menej často považovali jedlo za jednu z hlavných vecí v ich živote v porovnaní so staršími školákmi a školáčkami (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,8/0,64-0,97; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,8/0,63-0,93; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,49-0,75; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,8/0,61-0,93).

Obrázok 43: Symptómy porúch príjmu potravy – jedlo ako jedna z hlavných vecí v živote (v %)



## Symptómy porúch príjmu potravy – redukcia hmotnosti o 6 kg za posledné tri mesiace

**Popis indikátora:** Schudol/la si za posledné tri mesiace viac ako 6 kíľ?

- áno
- nie

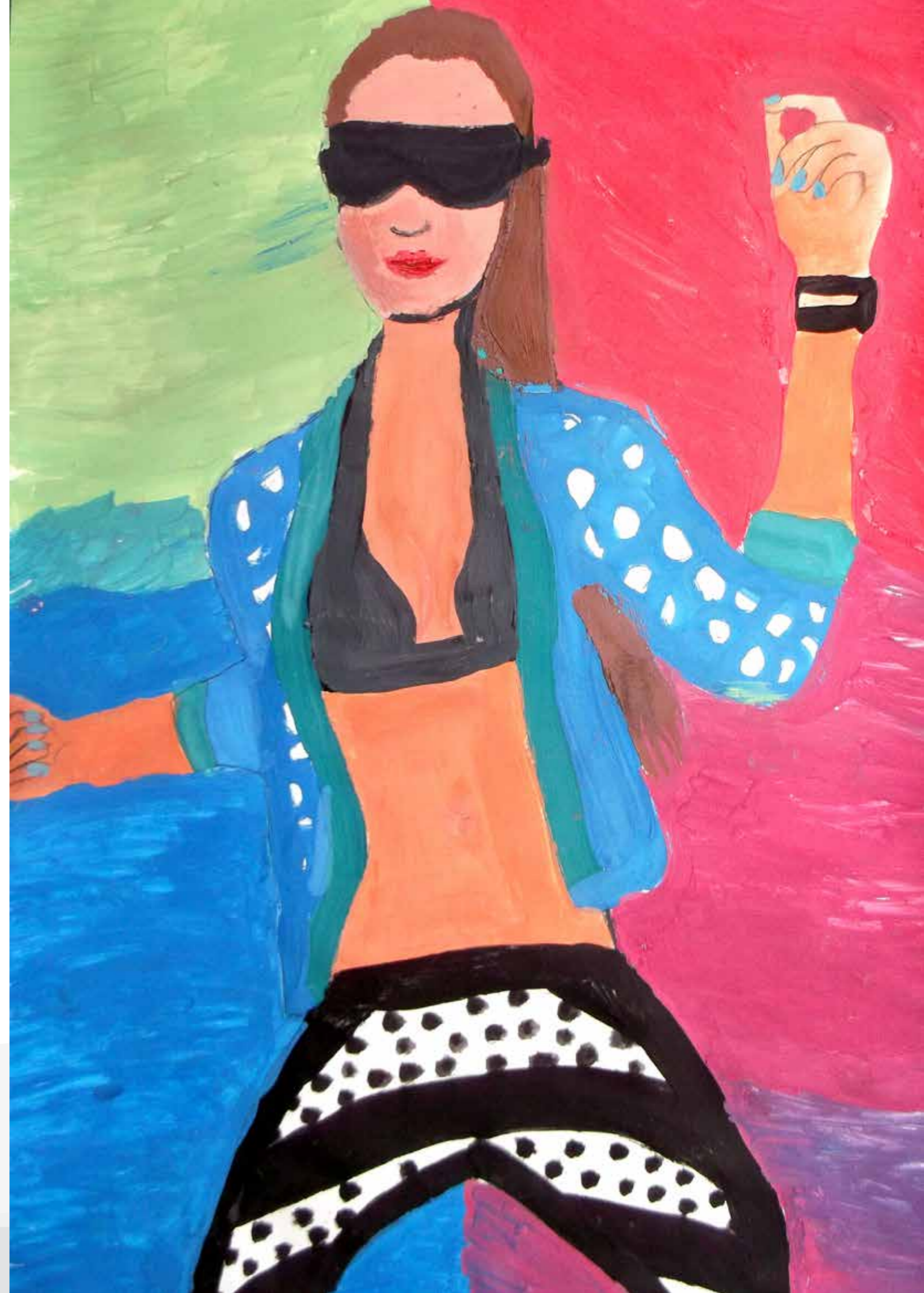
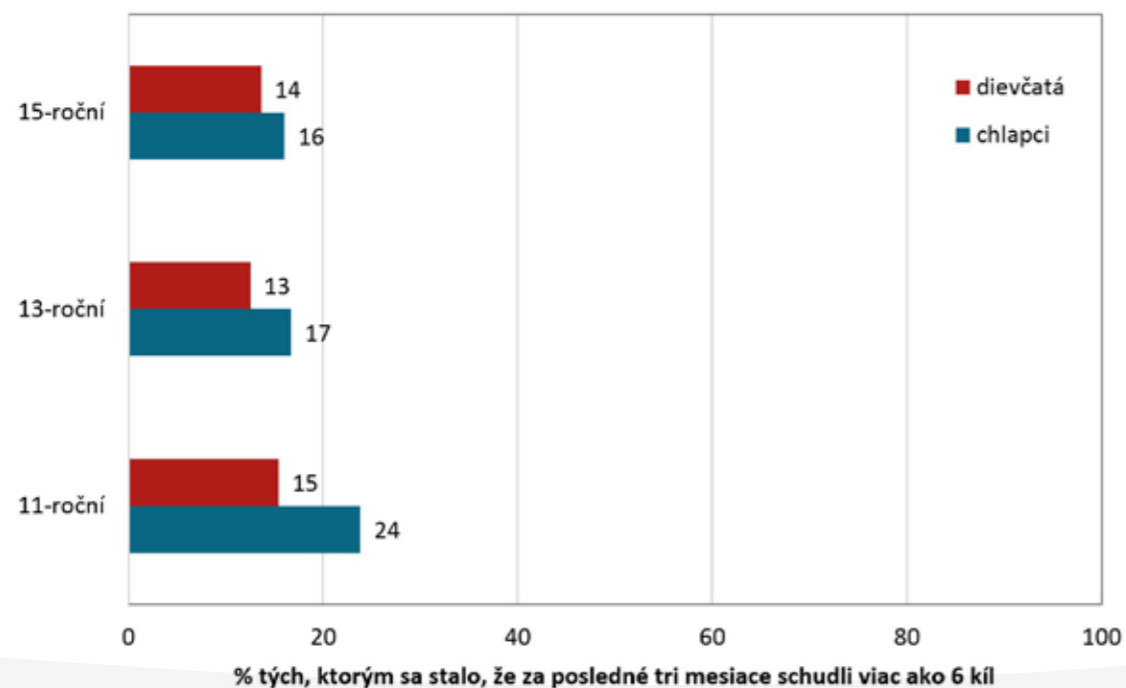
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že schudli za posledné tri mesiace viac ako 6 kíľ.

**Výskyt:** Takmer 20 % chlapcov (16-24 %) a 15 % dievčat (13-15 %) schudlo za posledné tri mesiace viac ako 6 kíľ.

**Rodové rozdiely:** Chlapci schudli za posledné tri mesiace viac ako 6 kíľ častejšie ako dievčatá (11-roční OR/CI: 1,7/1,33-2,23; 13-roční OR/CI: 1,4/1,08-1,83).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší chlapci schudli za posledné tri mesiace viac ako 6 kíľ častejšie ako starší chlapci (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI:1,6/1,25-2,15). V skupinách dievčat sme rozdiely medzi vekovými skupinami nepotvrdili.

Obrázok 44: Symptómy porúch príjmu potravy – redukcia hmotnosti o 6 kg za posledné tri mesiace (v %)



## Symptómy porúch príjmu potravy – zvracanie po nepríjemnom prejedení

**Popis indikátora:** Vyvolávaš si zvracanie, pretože sa cítiš byť nepríjemne prejedený/á?

- áno
- nie

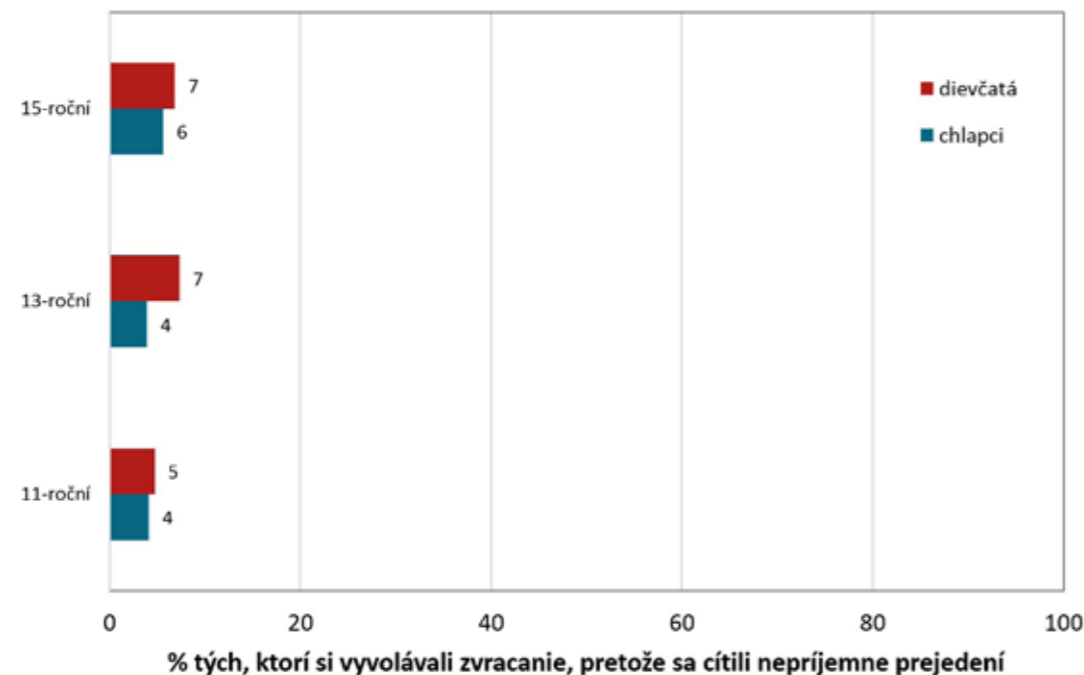
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že si vyvolávali zvracanie, pretože sa cítili byť nepríjemne prejedení.

**Výskyt:** Nie viac ako 6 % chlapcov (4-6 %) a 7 % dievčat (5-7 %) priznalo, že si vyvolali zvracanie, lebo sa cítili byť nepríjemne prejedení.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 rokov priznali, že si vyvolali zvracanie menej často ako dievčatá v tomto veku (13-roční OR/CI: 0,5/0,34-0,78).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Starší a mladší školáci a školáčky sa nelíšili v miere udávania tohto symptómu porúch príjmu potravy.

Obrázok 45: Symptómy porúch príjmu potravy – zvracanie po nepríjemnom prejedení (v %)



## Symptómy porúch príjmu potravy – dva a viac symptómov

**Popis indikátora:** Vychádzajúc z predchádzajúcich piatich otázok o výskyte jednotlivých symptómov porúch príjmu potravy sme identifikovali skupinu rizikových dospelých, ktorí uviedli dva a viac symptómov.

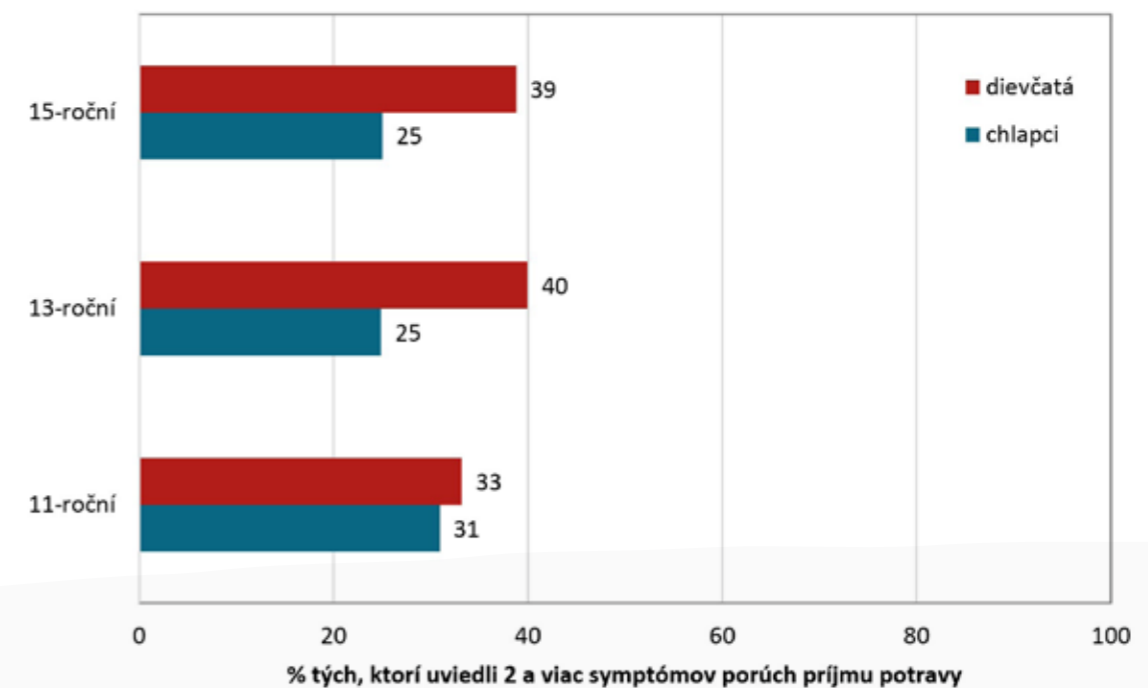
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli dva a viac z vyššie uvedených symptómov porúch príjmu potravy.

**Výskyt:** Približne tretina 11-ročných školákov a školáčok (31-33 %) trpela aspoň dvoma symptómami porúch príjmu potravy. Vo veku 13 a 15 rokov aspoň dvoma symptómami porúch príjmu potravy trpela štvrtina chlapcov (25 %) a dve pätiny dievčat (39-40 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov uviedli dva a viac symptómov porúch príjmu potravy menej často ako dievčatá v týchto vekových kategóriách (13-roční OR/CI: 0,5/0,41-0,61; 15-roční OR/CI: 0,5/0,41-0,67).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky uviedli dva a viac symptómov porúch príjmu potravy častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,05-1,70 ; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,8/0,62-0,98).

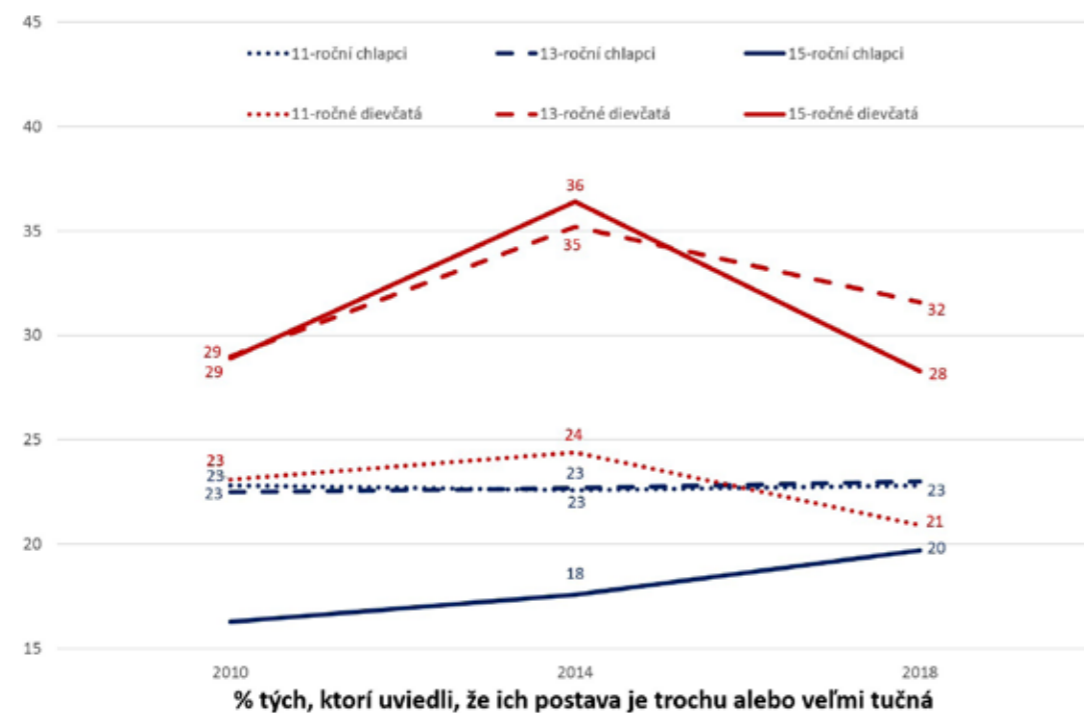
Obrázok 46: Symptómy porúch príjmu potravy – dva a viac symptómov (v %)



# Trendy 2010 – 2014 – 2018

## Hodnotenie postavy

Obrázok 47: Hodnotenie postavy – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní hodnotenia postavy školákmi v rokoch 2010, 2014 a 2018 je možné vidieť, že u chlapcov nedošlo k žiadnym zásadným zmenám. U 13 a 15-ročných dievčat sme zaznamenali nárast nespokojnosti so svojim telom medzi rokmi 2010 a 2014, avšak po roku 2014 nastal pokles dievčat, ktoré hodnotili svoju postavu

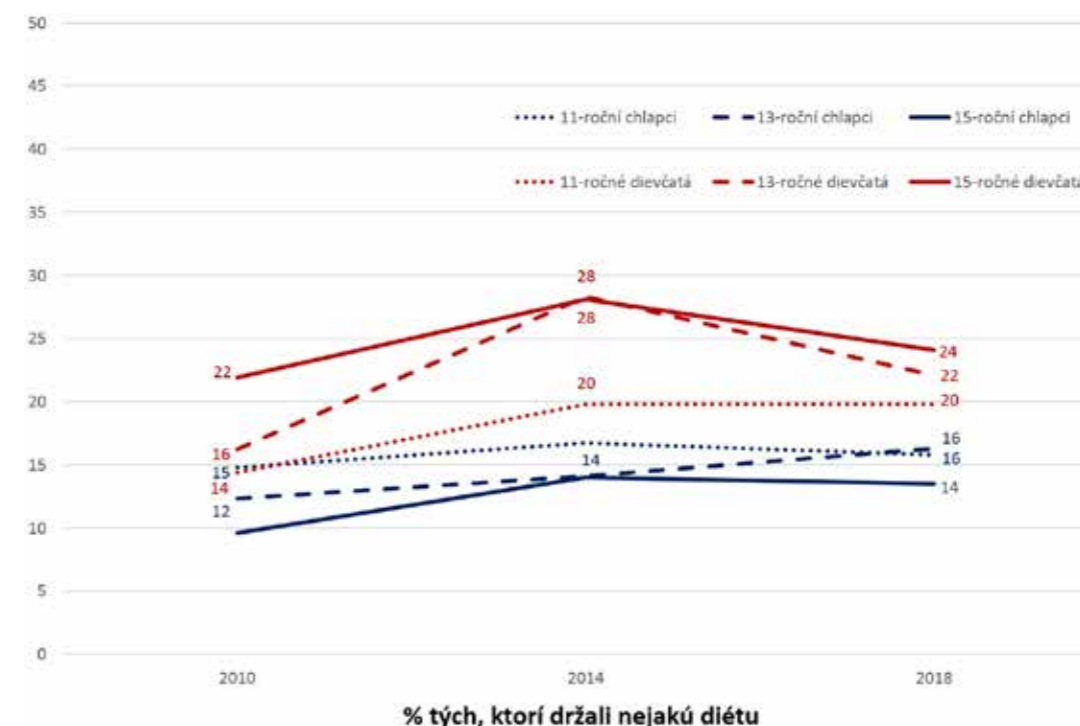
ako trochu alebo veľmi tučnú, hlavne v kategórii najstarších dievčat. Celkovo však môžeme konštatovať, že medzi rokmi 2010 a 2018 sa situácia v oblasti hodnotenia postavy školákmi nezmenila.

Tabuľka 14: Hodnotenie postavy – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	↑	↑
2014 vs. 2018	=	=	=	=	=	↓
2010 vs. 2018	=	=	=	=	=	=

## Redukcia telesnej hmotnosti

Obrázok 48: Redukcia telesnej hmotnosti – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Medzi rokom 2010 a 2014 stúpol výskyt dievčat vo veku 11, 13 a 15 rokov a chlapcov vo veku 15 rokov, ktorí držali nejakú diétu. Naopak, medzi rokmi 2014 a 2018 došlo k poklesu výskytu dievčat vo veku 13 rokov, ktoré držali nejakú diétu.

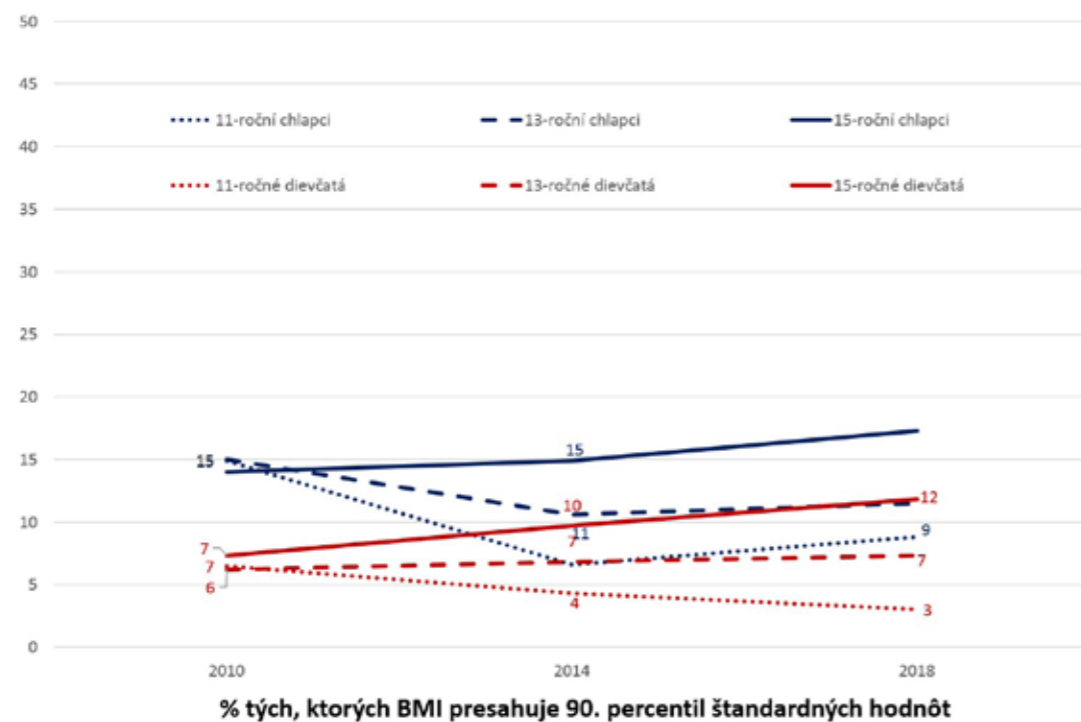
Zmeny medzi rokom 2014 a 2018 už neboli také výrazné a výskyt diétujúcich školákov a školákov sa v roku 2018 nelíšil (11-roční chlapci, 15-ročné dievčatá), alebo bol vyšší ako v roku 2010.

Tabuľka 15: Redukcia telesnej hmotnosti – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	↑	↑	↑	↑
2014 vs. 2018	=	=	=	=	↓	=
2010 vs. 2018	=	↑	↑	↑	↑	=

## Nadhmotnosť a obezita

Obrázok 49: Nadhmotnosť a obezita – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Medzi rokmi 2010 a 2018 výrazne klesol počet školákov, ktorí trpeli nadhmotnosťou a obezitou (11 a 13-roční chlapci, 11-ročné dievčatá). Naopak u 15-ročných dievčat sme zaznamenali

nárast počtu tých, ktoré uvádzali nadhmotnosť alebo obezitu.

Tabuľka 16: Nadhmotnosť a obezita – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	↓	↓	=	=	=	=
2014 vs. 2018	=	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	↓	↓	=	↓	=	↑

## Použitá literatúra

Dieting in adolescence. Paediatr Child Health. 2004;9(7):487-503.

Hoek, H. W., & Van Hoeken, D. (2003). Review of the prevalence and incidence of eating disorders. International Journal of eating disorders, 34(4), 383-396.

Neumark-Sztainer, D., & Hannan, P. J. (2000). Weight-related behaviors among adolescent girls and boys: results from a national survey. Archives of pediatrics & adolescent medicine, 154(6), 569-577.

Neumark-Sztainer, D., Wall, M., Story, M., & Standish, A. R. (2012). Dieting and unhealthy weight control behaviors during adolescence: associations with 10-year changes in body mass index. Journal of Adolescent Health, 50(1), 80-86.

Papežová H. Poruchy príjmu potravy. In: Höschl, C., Libiger, J., Švestka J. Psychiatrie. Praha, Czech republic: Tigris, 2004: 610.

Paulinyová, M., & Matzová, Z. (2016). Poruchy príjmu potravy, úskalia diagnostiky a liečby. Pediatr. prax, 17(5), 188-191.

Qian, J., Hu, Q., Wan, Y., Li, T., Wu, M., Ren, Z., & Yu, D. (2013). Prevalence of eating disorders in the general population: a systematic review. Shanghai archives of psychiatry, 25(4), 212.

Ra, J. S., & Cho, Y. H. (2017). Depression Moderates the Relationship between Body Image and Health-Related Quality of Life in Adolescent Girls. Journal of Child and Family Studies, 26(7), 1799-1807.

Vander Wal, J. S. (2012). Unhealthy weight control behaviors among adolescents. Journal of health psychology, 17(1), 110-120.

Voelker, D. K., Reel, J. J., & Greenleaf, C. (2015). Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives. Adolescent health, medicine and therapeutics, 6, 149.

Yeatts, P. E., Martin, S. B., Petrie, T. A., & Greenleaf, C. (2016). Weight control behavior as an indicator of adolescent psychological well-being. Journal of School Health, 86(8), 561-567.

# Voľnočasové aktivity

Jaroslava Kopčáková

Približne tretinu bežného pracovného dňa strávia školáci v škole s rovesníkmi a tretinu spánkom. V spôsobe, akým využijú tú poslednú tretinu dňa, sa školáci medzi sebou líšia. Niektorí tento čas trávia pasívne (napr. surfovaním na internete, čítaním, hraním počítačových hier, čítaním, počúvaním hudby, či sledovaním televízie), iní aktívne, pričom niektorí uprednostňujú neorganizované (napr. stretávanie sa s priateľmi vonku, návšteva supermarketov) a niektorí organizované voľnočasové aktivity (napr. športové tréningy, hodiny v ZUŠ, krúžky či kluby) a niektorí stihnú z každého niečo.

Pravidelná fyzická aktivita významne prispieva k fyzickej a psychickej pohode dospelých (Penedo&Dahn 2005). Dostatočne fyzicky aktívni školáci sú odolnejší, lepšie sa prispôbujú telesnej i duševnej námahe v škole, majú pevnejšie zdravie, menej psychických problémov a kvalitnejší spánok (Lee a kol. 2012; Powell a kol. 2011; Landhuis a kol. 2008; Penedo&Dahn 2005). Významnú úlohu v tom zohráva typ a množstvo fyzickej aktivity. Naopak, nízka úroveň fyzickej aktivity v tomto období prispieva k rozvoju nadvahy a obezity a zdravotných problémov, ktoré môžu pretrvávať až do dospelosti (Sallis a kol. 2016; Iannotti a kol. 2009; Penedo&Dahn 2005).

Všeobecne platí, že v období dospievania sú chlapci fyzicky aktívnejší ako dievčatá, množstvo fyzickej aktivity klesá s rastúcim vekom a školáci z rodín s vyšším socioekonomickým statusom sú fyzicky aktívnejší (Kopčáková a kol. 2017; Inchley a kol. 2016; Bauman a kol. 2012; Borraccino a kol. 2009).

Rodičia a rovesníci predstavujú určité vzorové modely správania sa (Bandura 1971) a pravidelná fyzická aktivita otca, matky, priateľa, či

spoločné športovanie s rodičmi boli reportované častejšie dospelávajúcimi, ktorí boli dostatočne fyzicky aktívni (Bakalár a kol. 2018).

K podpore aktívneho životného štýlu okrem iného výrazne prispieva, ak má škola k dispozícii priestor, ktorý môžu školáci využívať na fyzickú aktivitu a šport aj počas prestávok a mimo vyučovania a najmä ak k nemu majú školáci prístup a sú povzbudzovaní, aby ho využívali (Kopčáková a kol. 2018; Kopčáková a kol. 2017). Vďaka zlepšeniu prostredia, v ktorom mladí ľudia žijú svoje každodenné životy dokážu následne školáci prispieť aj k zlepšeniu aktívneho trávenia svojho voľného času (Inchley a kol. 2017).

Školáci zapojení do organizovaných voľnočasových aktivít hodnotia svoje zdravie a výkon v škole lepšie ako školáci, ktorí sa žiadnych organizovaných aktivít nezúčastnili. Navyše miera užívania návykových látok je u účastníkov organizovaných voľnočasových aktivít nižšia oproti školákovi, ktorí sa týchto aktivít nezúčastňujú (Baďura a kol. 2017; Baďura a kol. 2015).

Viacere štúdie potvrdili súvislosť vyššej religiozity školákov s nižším výskytom rizikového správania ako je napr. fajčenie, opitnosť, užívanie marihuany, nezdravé stravovacie návyky, sedavé správanie, skorá iniciácia sexuálneho správania či násilné správanie (Dutkova a kol. 2017; Maliňáková a kol. 2017; Pitel a kol. 2012).

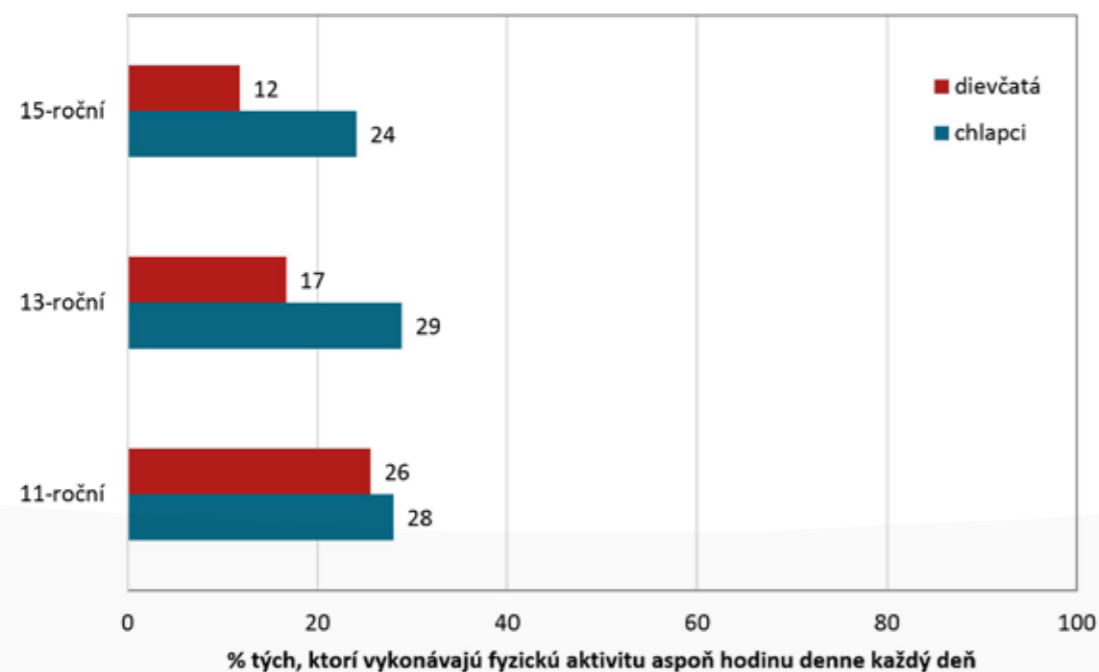
## Pravidelná fyzická aktivita

**Popis indikátora:** Telesná aktivita je akákoľvek aktivita, pri ktorej sa Ti rozbúcha srdce a pri ktorej sa zadýchaš na nejaký čas. Telesná aktivita sa môže dosiahnuť športom, školskými aktivitami, pri hraní sa s kamarátmi alebo cestou pešo do školy. Niektoré príklady telesnej aktivity sú beh, rýchla chôdza, jazda na kolieskových korčuliach, bicyklovanie, tancovanie, jazda na skateboarde, plávanie, futbal, basketbal a lyžovanie. Počas posledných 7 dní, koľko dní si bol/a telesne aktívny/a spolu najmenej 60 minút za deň?

- 0 dní
- 1 deň
- 2 dni
- 3 dni
- 4 dni
- 5 dní
- 6 dní
- 7 dní

Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí boli fyzicky aktívni 7 dní, teda každý deň v týždni.

Obrázok 50: Pravidelná fyzická aktivita – aspoň hodinu denne, každý deň v týždni (v %)



**Výskyt:** Kým vo veku 11 rokov bolo každý deň fyzicky aktívnych 28 % chlapcov a 26 % dievčat, vo veku 13 rokov to bolo stále 29 % chlapcov ale už iba 17 % dievčat a vo veku 15 rokov 24 % chlapcov a 12 % dievčat.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov boli fyzicky aktívni každý deň častejšie ako dievčatá v tomto veku (13-roční OR/CI: 2,0/1,62-2,53; 15-roční OR/CI: 2,4/1,75-3,24).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky boli fyzicky aktívni každý deň častejšie ako starší školáci a školáčky, pričom rozdiely medzi vekovými skupinami boli výraznejšie v skupine dievčat (13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,02-1,60; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,6/1,91-3,47; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,5/1,10-2,04).

## Rolové správanie najlepšieho priateľa/ky – pravidelný šport

**Popis indikátora:** Robí Tvoj/a najlepší/ia priateľ/ka nasledovné veci?

Každý týždeň športuje.

- Áno
- Nie

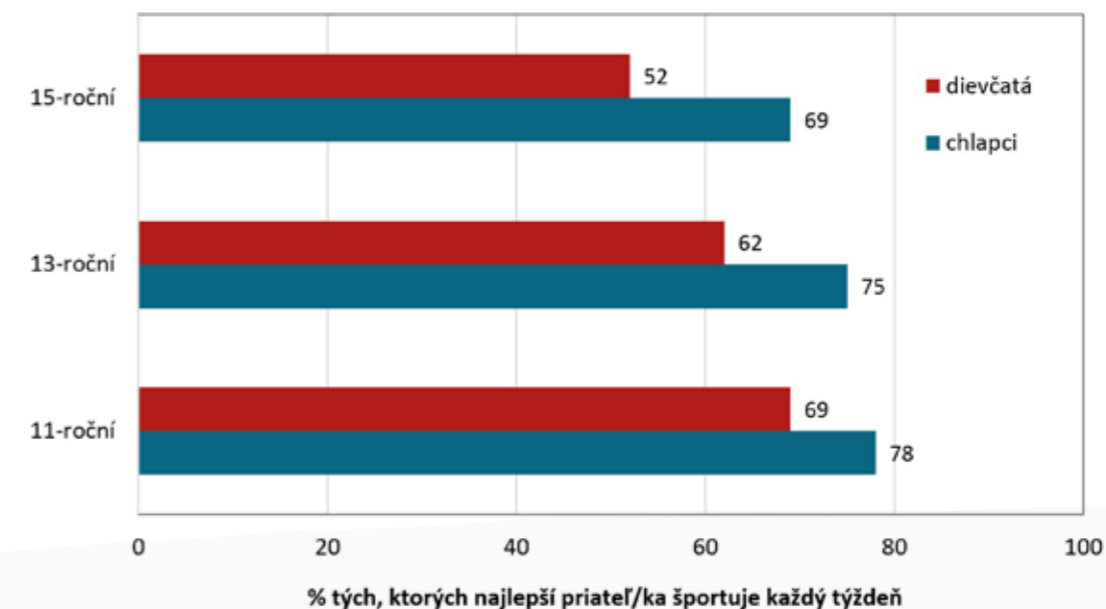
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli že ich najlepší/ia priateľ/ka každý týždeň športuje.

**Výskyt:** Kým vo veku 11 rokov uviedlo 78 % chlapcov a 69 % dievčat, že najlepší/ia priateľ/ka športuje každý týždeň, vo veku 13 rokov to bolo stále 75 % chlapcov a 62 % dievčat a vo veku 15 rokov 69 % chlapcov, ale už iba 52 % dievčat.

**Rodové rozdiely:** Chlapci uvádzali, že ich najlepší/ia priateľ/ka športuje každá týždeň častejšie ako dievčatá (11-roční OR/CI: 1,6/1,24-1,98; 13-roční OR/CI: 1,8/1,47-2,21; 15-roční OR/CI: 2,1/1,63-2,59).

**Vekové rozdiely:** To, že každý týždeň športuje najlepší/ia priateľ/ka častejšie uvádzali mladší školáci a školáčky oproti starším školákom a školáčkam (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,6/1,25-2,02; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,4/1,10-1,72; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,1/1,66-2,60; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,6/1,26-1,93).

Obrázok 51: Rolové správanie najlepšieho priateľa/ky – pravidelný šport (v %)



## Rolové správanie otca – pravidelný šport

**Popis indikátora:** Robí Tvoj otec nasledovné veci?

Každý týždeň športuje.

- Áno
- Nie

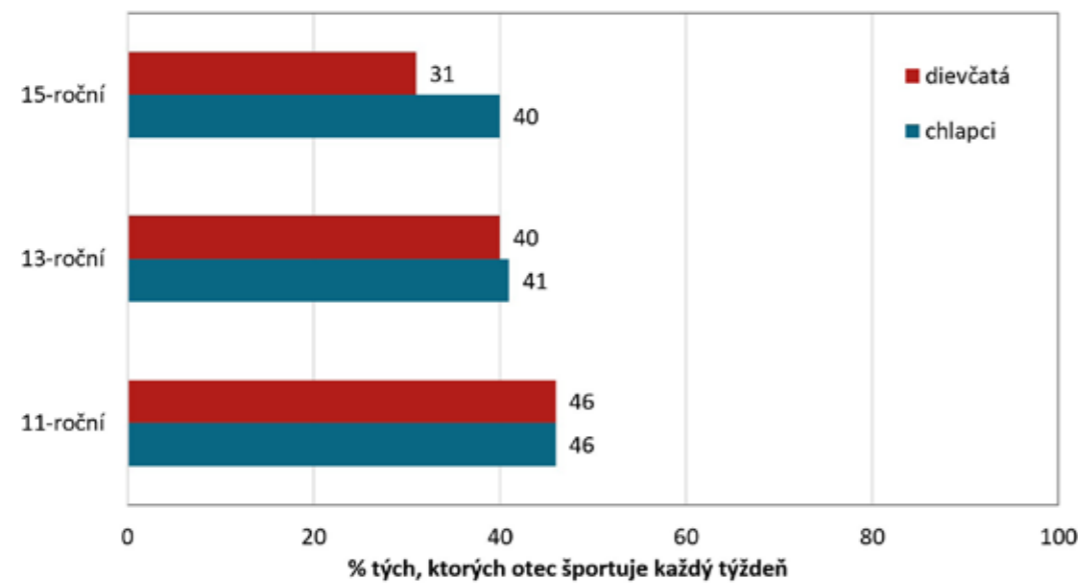
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že ich otec každý týždeň športuje.

**Výskyt:** Približne tretina 15-ročných a takmer polovica 11 a 13-ročných respondentov uviedla, že ich otec každý týždeň športuje. Najnižší výskyt bol u 15-ročných dievčat (31 %) a najvyšší u 11-ročných chlapcov a dievčat (46 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 15 rokov uvádzali častejšie ako dievčatá v tomto veku, že ich otec športuje každý týždeň (15-roční OR/CI: 1,5/1,15-1,85).

**Vekové rozdiely:** To, že každý týždeň otec športuje častejšie uvádzali mladší školáci a školáčky oproti starším školákom a školáčkam (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,03-1,59; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,9/1,51-2,39; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,5/1,18-1,85).

Obrázok 52: Rolové správanie otca – pravidelný šport (v %)



## Rolové správanie mamy – pravidelný šport

**Popis indikátora:** Robí Tvoja mama nasledovné veci?

Každý týždeň športuje.

- Áno
- Nie

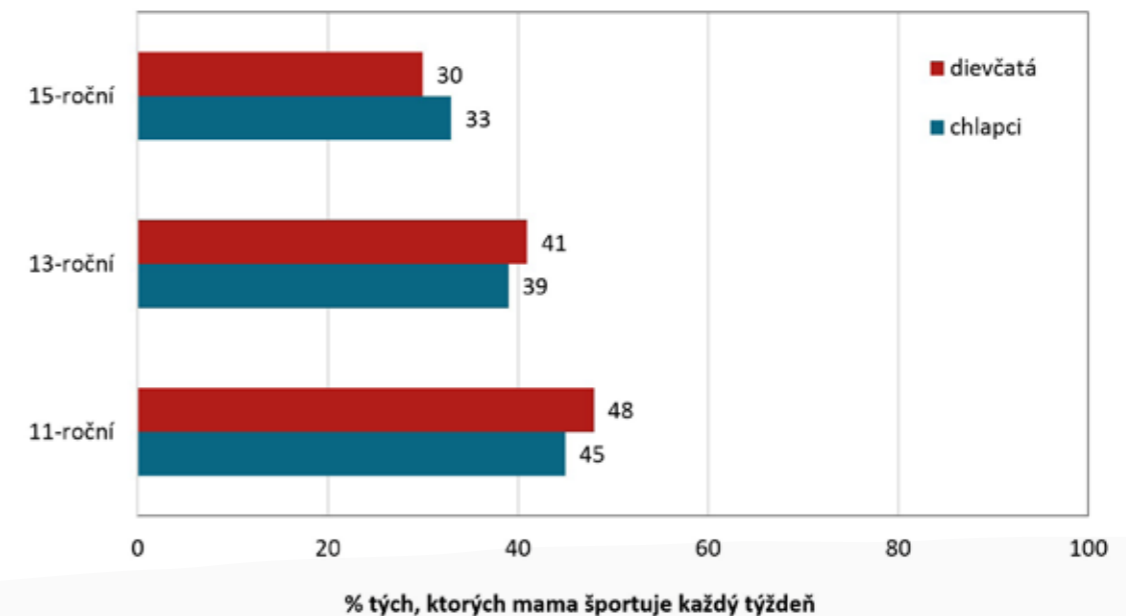
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že ich mama každý týždeň športuje.

**Výskyt:** Tretina 15-ročných a takmer polovica 11 a 13-ročných respondentov uviedla, že ich mama každý týždeň športuje. Najnižší výskyt bol u 15-ročných dievčat (30 %) a najvyšší u 11-ročných dievčat (48 %).

**Rodové rozdiely:** Medzi chlapcami a dievčatami neboli štatisticky významné rozdiely v rolom správaní týkajúcom sa pravidelného športovania mamy.

**Vekové rozdiely:** To, že každý týždeň športuje mama častejšie uvádzali mladší školáci a školáčky než starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,6/1,32-2,06; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,01-1,55; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,1/1,67-2,64; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,6/1,28-2,01).

Obrázok 53: Rolové správanie mamy – pravidelný šport (v %)



*Dospelí ľudia veľmi nešportujú, lebo chodia do roboty. A deti sú zase na mobiloch.  
Dievča, 13 rokov.*



# Školské prostredie podporujúce fyzickú aktivitu

**Popis indikátora:** Je v Tvojej škole priestor, ktorý môžeš využívať na fyzickú aktivitu a šport aj mimo vyučovania (napr. futbalové ihrisko, školský dvor, plaváreň, park)?

- Áno
- Nie

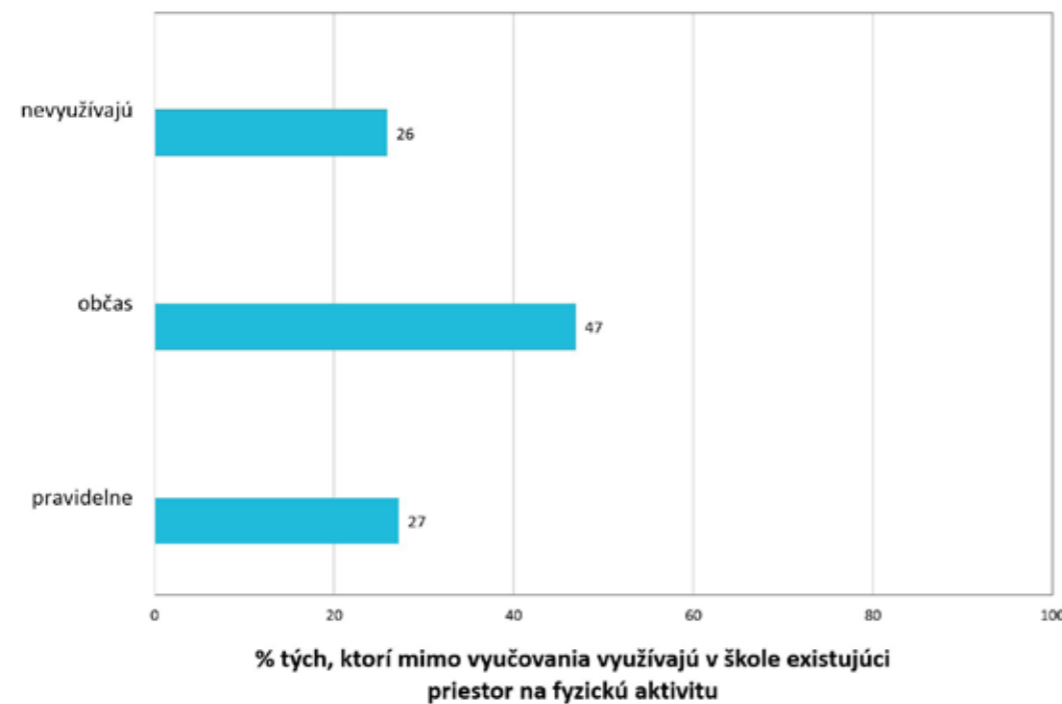
Využil si túto možnosť v uplynulom roku?

- Áno, využívam ju pravidelne
- Áno, využívam ju občas
- Nie, nevyžívam ju

**Výskyt:** 86 % školákov uvádza, že v ich škole je priestor, ktorý môžu využívať na fyzickú aktivitu a šport aj mimo vyučovania (napr. futbalové ihrisko, školský dvor, plaváreň, park).

Štvrtina školákov v uplynulom roku nevyužívala priestor v škole určený na fyzickú aktivitu a šport aj mimo vyučovania (napr. futbalové ihrisko, školský dvor, plaváreň, park), pričom 27 % školákov ho využívalo pravidelne a 47 % občas.

Obrázok 54: Školské prostredie podporujúce fyzickú aktivitu (v %)



*Väčšina má málo pohybu a nemá vôbec kondičku. Dobré by bolo, keby sa zlepšila telesná výchova.*  
Chlapec, 14 rokov.

# Aktívne prestávky

**Popis indikátora:** Čo môžu žiaci na Vašej škole robiť počas veľkej prestávky?

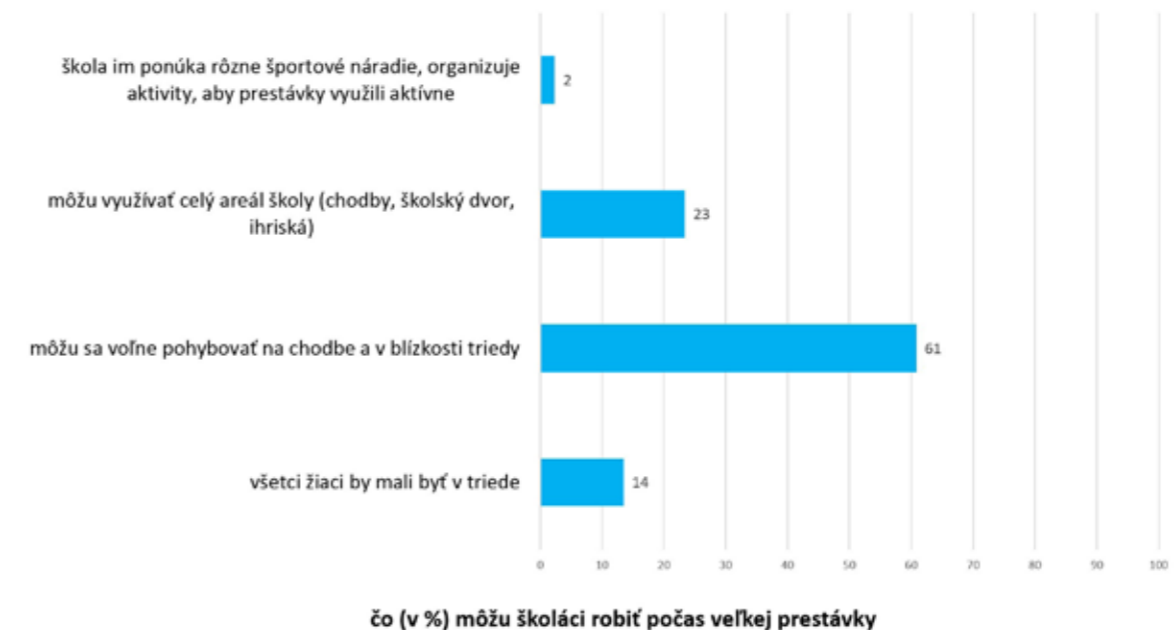
(Označ prosím jednu možnosť, ktorá najviac vystihuje situáciu v Tvojej škole počas veľkej prestávky)?

- Všetci žiaci by mali byť v triede
- Môžu sa voľne pohybovať na chodbe v blízkosti triedy
- Môžu využívať celý areál školy (chodby, školský dvor, ihriská)
- Škola nám ponúka rôzne športové náradie, organizuje aktivity, aby sme prestávky využili aktívne (napr. hry, športové aktivity)

Prezentovaný je výskyt rôzneho druhu aktivít počas veľkej prestávky v škole.

**Výskyt:** Iba 2 % školákov uviedlo, že im škola ponúka rôzne športové náradie, organizuje aktivity, aby prestávky využili aktívne (napr. hry, športové aktivity). Približne pätina školákov môže využívať celý areál školy (chodby, školský dvor, ihriská), dve tretiny školákov sa môžu počas veľkej prestávky voľne pohybovať na chodbe v blízkosti triedy a až 14 % školákov počas veľkej prestávky nesmie opustiť triedu.

Obrázok 55: Aktívne prestávky (v %)



*Dnešní školáci sa hýbu málo, lebo vždy sedia za počítačom alebo za mobilom.*  
Dievča, 14 rokov.

## Organizované voľnočasové aktivity – organizované tímové športové aktivity

**Popis indikátora:** Robievaš vo svojom voľnom čase niektoré z nasledujúcich organizovaných aktivít? Myslíme tým aktivity, ktoré robievaš v športovom alebo inom klube alebo organizácii.

Organizované tímové športové aktivity (futbal, basketbal, volejbal)

- Áno
- Nie

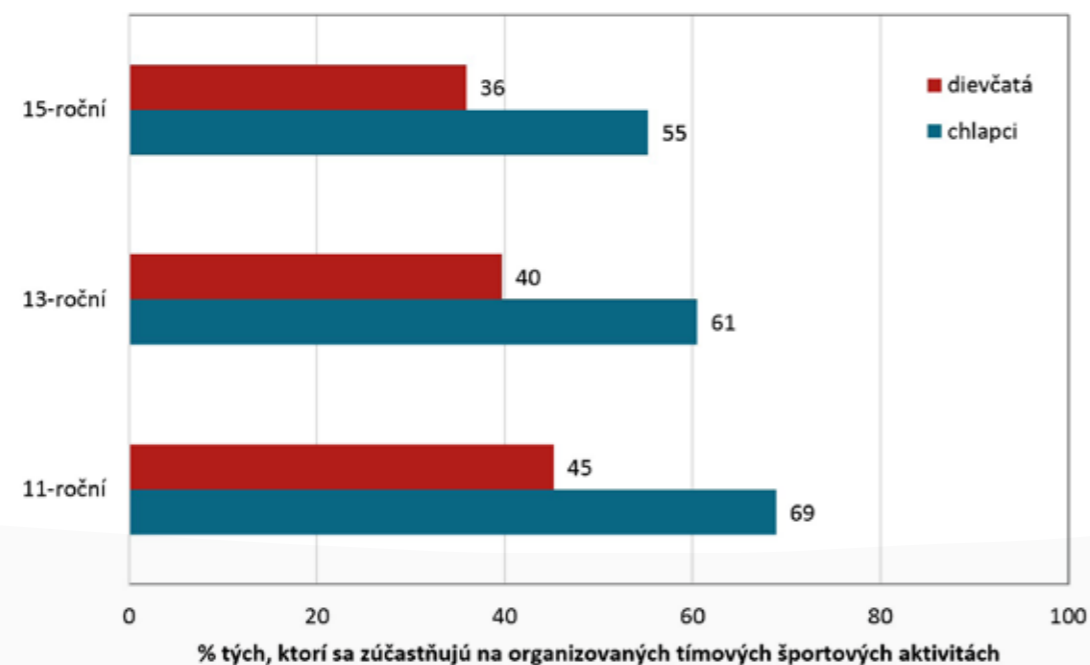
Prezentovaný je percentuálny výskyt respondentov, ktorí odpovedali kladne.

**Výskyt:** Organizovaným tímovým športovým aktivitám sa venovalo od 36 % až 45 % dievčat, no 55 % až 69 % chlapcov, pričom záujem o ne bol vyšší v mladších vekových skupinách školákov.

**Rodové rozdiely:** Organizovaným tímovým športovým aktivitám sa venovali častejšie chlapci ako dievčatá (11-roční OR/CI: 2,7/2,18-3,31; 13-roční OR/CI: 2,32/1,92-2,80; 15-roční OR/CI: 2,2/1,75-2,77).

**Vekové rozdiely:** Organizovaným tímovým športovým aktivitám sa venujú častejšie mladší školáci a školáčky než starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,8/1,44-2,23; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,2/1,01-1,52; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,5/1,18-1,83).

Obrázok 56: Organizované voľnočasové aktivity školákov- organizované tímové športové aktivity (v %)



## Organizované voľnočasové aktivity – organizované individuálne športové aktivity

**Popis indikátora:** Robievaš vo svojom voľnom čase niektoré z nasledujúcich organizovaných aktivít? Myslíme tým aktivity, ktoré robievaš v športovom alebo inom klube alebo organizácii.

Organizované individuálne športové aktivity (tenis, gymnastika, karate)

- Áno
- Nie

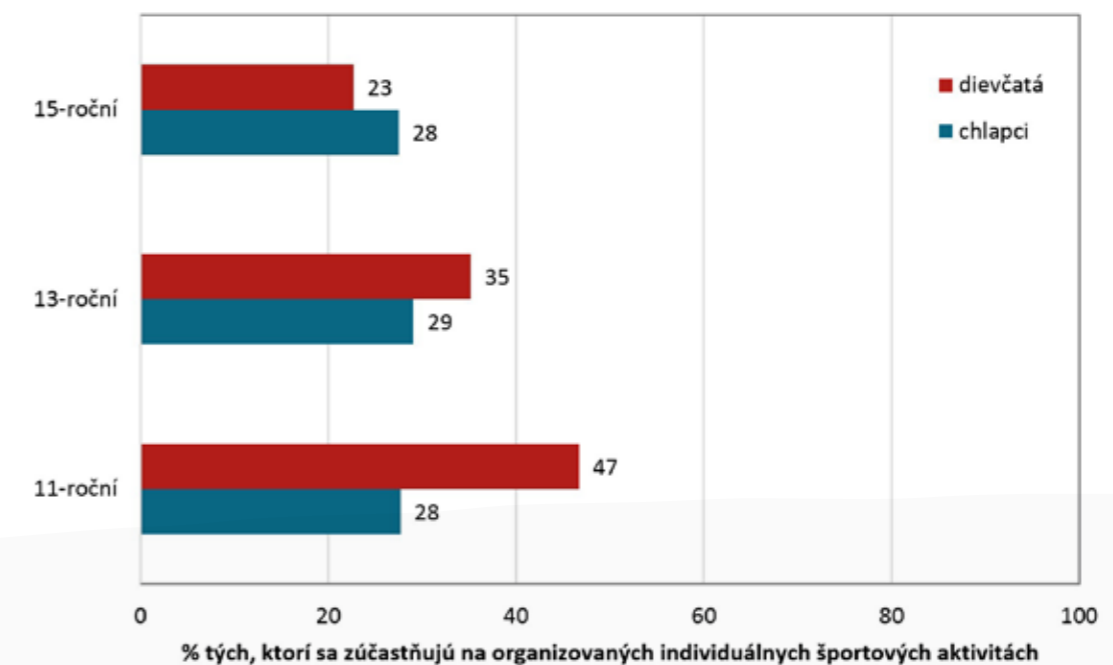
Prezentovaný je percentuálny výskyt respondentov, ktorí odpovedali kladne.

**Výskyt:** Organizovaným individuálnym športovým aktivitám sa venovala približne tretina chlapcov vo všetkých troch vekových skupinách (28-29 %), no v skupine dievčat to bola skoro polovica vo veku 11 rokov (47 %) no len približne pätina vo veku 15 rokov (23 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 a 13 rokov sa venovali individuálnym športovým aktivitám menej často ako dievčatá rovnakého veku (11-roční OR/CI: 0,4/0,35-0,54; 13-roční OR/CI: 0,8/0,62-0,92).

**Vekové rozdiely:** Organizovaným individuálnym športovým aktivitám sa venovali častejšie mladšie školáčky v porovnaní so staršími (11-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 3,0/2,34-3,80; 13-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 1,8/1,45-2,35).

Obrázok 57: Organizované voľnočasové aktivity školákov- organizované individuálne športové aktivity (v %)



# Organizované voľnočasové aktivity – návšteva základnej umeleckej školy

**Popis indikátora:** Robievaš vo svojom voľnom čase niektoré z nasledujúcich organizovaných aktivít? Myslíme tým aktivity, ktoré robievaš v športovom alebo inom klube alebo organizácii.

Návšteva základnej umeleckej školy (hra na hudobný nástroj, spev, výtvarná, tanec, divadlo)

- Áno
- Nie

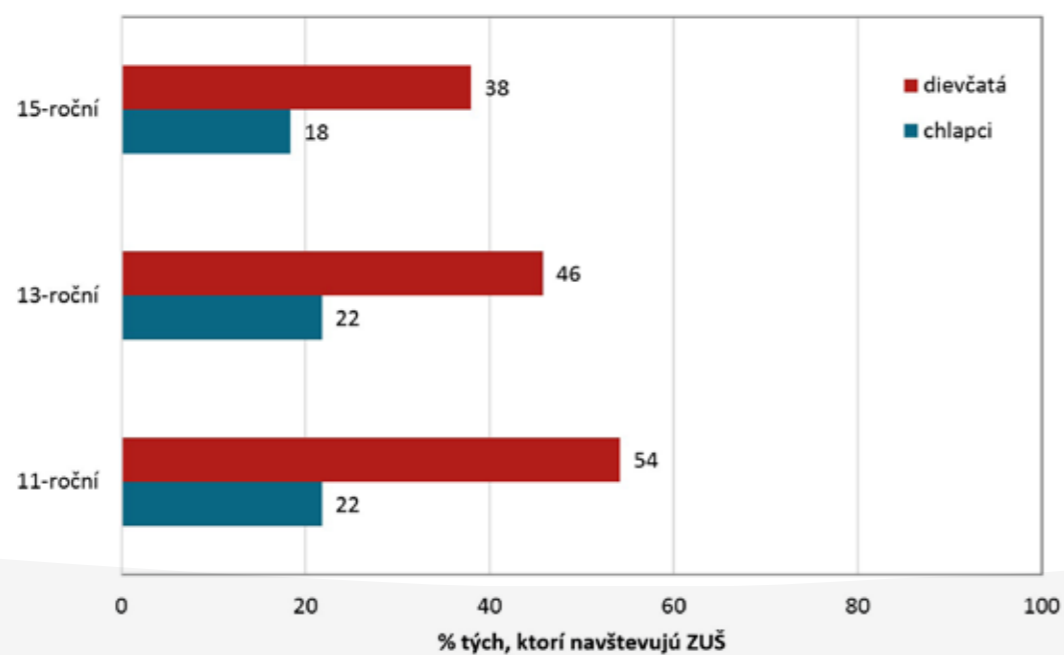
Prezentovaný je percentuálny výskyt respondentov, ktorí odpovedali kladne.

**Výskyt:** Nie viac ako pätina chlapcov navštevovala umeleckú školu (18-22 %), ktoré boli v skupine dievčat veľmi populárne: približne polovica 11-ročných (54 %) a 13-ročných (48 %) a 38 % 15-ročných dievčat navštevovala umeleckú školu.

**Rodové rozdiely:** Návšteve základnej umeleckej školy sa vo všetkých vekových kategóriách venovali chlapci menej často ako dievčatá (11-roční OR/CI: 0,2/0,19-0,30; 13-roční OR/CI: 0,3/0,27-0,41; 15-roční OR/CI: 0,4/0,28-0,48).

**Vekové rozdiely:** Návšteve základnej umeleckej školy sa venujú častejšie mladší školáci v porovnaní so staršími, štatisticky významné rozdiely boli potvrdené u 11-ročných (OR/CI: 1,9/1,55-2,40) a 13-ročných dievčat (OR/CI: 1,4/1,11-1,71) oproti 15-ročným spolužiačkam.

Obrázok 58: Organizované voľnočasové aktivity školákov- návšteva základnej umeleckej školy (v %)



## Organizované voľnočasové aktivity – detské a mládežnícke organizácie

**Popis indikátora:** Robievaš vo svojom voľnom čase niektoré z nasledujúcich organizovaných aktivít? Myslíme tým aktivity, ktoré robievaš v športovom alebo inom klube alebo organizácii.

Detské a mládežnícke organizácie (Skauting, Domka, eRko, ZKSM)

- Áno
- Nie

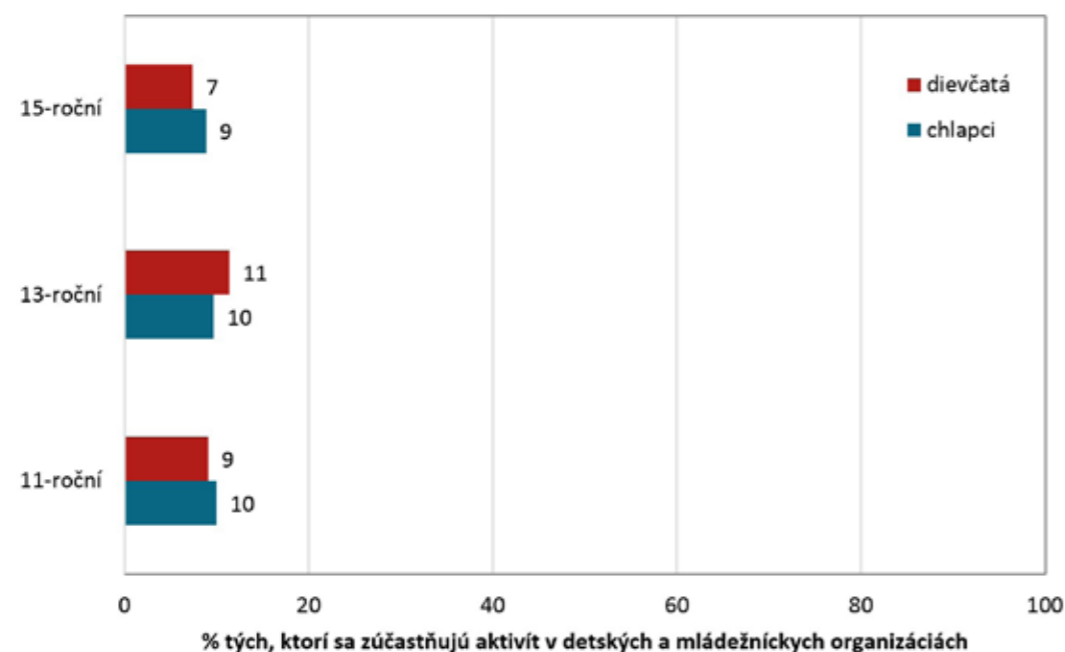
Prezentovaný je percentuálny výskyt respondentov, ktorí odpovedali kladne.

**Výskyt:** Na aktivitách detských a mládežníckych organizácií participovalo menej ako 10 % školákov a školáčok (7-11 %).

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme v účasti na aktivitách detských a mládežníckych organizácií nepotvrdili.

**Vekové rozdiely:** Detské a mládežnícke organizácie navštevovali častejšie 13-ročné než 15-ročné dievčatá (13-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 1,6/1,12-2,37).

Obrázok 59: Organizované voľnočasové aktivity školákov- detské a mládežnícke organizácie (v %)



## Organizované voľnočasové aktivity – návšteva záujmového krúžku centra voľného času alebo školy

**Popis indikátora:** Robievaš vo svojom voľnom čase niektoré z nasledujúcich organizovaných aktivít? Myslíme tým aktivity, ktoré robievaš v športovom alebo inom klube alebo organizácii.

Návšteva záujmového krúžku centra voľného času alebo školy (šach, modelárstvo, debatný krúžok)

- Áno
- Nie

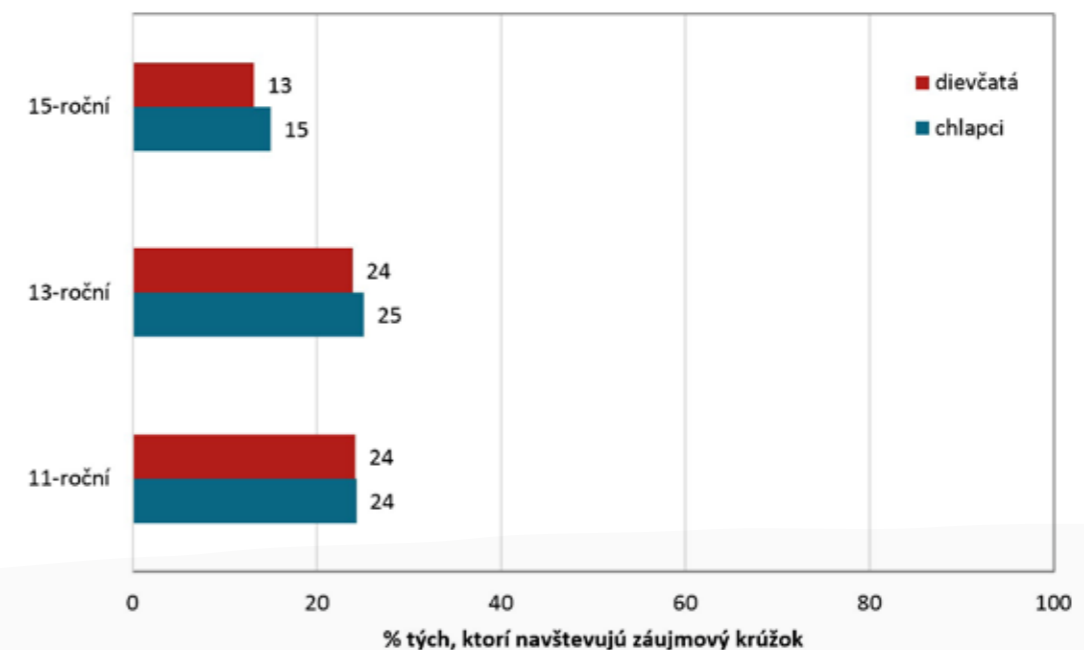
Prezentovaný je percentuálny výskyt respondentov, ktorí odpovedali kladne.

**Výskyt:** Približne štvrtina 11-ročných a 13-ročných školákov a školáčok navštevovala záujmový krúžok (24-25 %), no vo veku 15 rokov to bolo už iba 13 % dievčat a 15 % chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme v účasti na záujmových krúžkoch nepotvrdili.

**Vekové rozdiely:** Záujmové krúžky navštevovali častejšie mladšie školáčky a školáci oproti starším školáčkam a školákom (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,8/1,38-2,39; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,9/1,46-2,46; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,1/1,56-2,81; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,1/1,54-2,75).

Obrázok 60: Organizované voľnočasové aktivity školákov- návšteva záujmového krúžku centra voľného času alebo školy (v %)



*Voľný čas sa nájde, ale ak mám krúžky, potom fitko, škola, spánok, veľa mi nazvyš neostáva.  
Chlapec, 14 rokov.*

## Organizované voľnočasové aktivity – stretávanie sa v kostole, spev v kostolnom zbore

**Popis indikátora:** Robievaš vo svojom voľnom čase niektoré z nasledujúcich organizovaných aktivít? Myslíme tým aktivity, ktoré robievaš v športovom alebo inom klube alebo organizácii.

Stretávanie sa v kostole, spev v kostolnom zbore (Saleziáni a pod.)

- Áno
- Nie

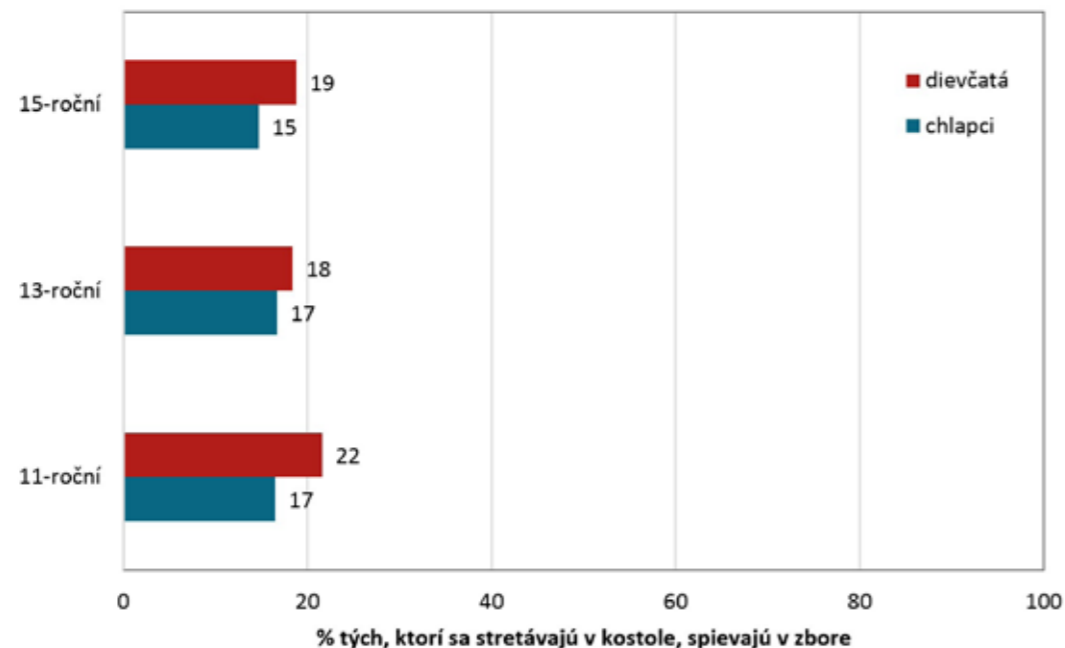
Prezentovaný je percentuálny výskyt respondentov, ktorí odpovedali kladne.

**Výskyt:** Menej ako pätina chlapcov a dievčat vo veku 11 až 15 rokov sa pravidelne stretávala v kostole, spievala v kostolnom zbore (15-22 %).

**Rodové rozdiely:** Stretávanie v kostole uviedli chlapci vo veku 11 rokov menej často ako dievčatá v tomto veku (11-roční OR/CI: 0,7/0,55-0,93), pričom u 13 a 15-ročných boli rodové rozdiely nevýznamné.

**Vekové rozdiely:** Rozdiely medzi mladšími a staršími školákmi a školáčkami v stretávaní sa v kostole či spievaní v kostolnom zbore sme nepotvrdili.

Obrázok 61: Organizované voľnočasové aktivity školákov- stretávanie sa v kostole, spev v kostolnom zbore (v %)



## Organizované voľnočasové aktivity – žiadna aktivita

**Popis indikátora:** Robievaš vo svojom voľnom čase niektoré z nasledujúcich organizovaných aktivít? Myslíme tým aktivity, ktoré robievaš v športovom alebo inom klube alebo organizácii.

Nerobia žiadnu z vyššie uvedených organizovaných voľnočasových aktivít.

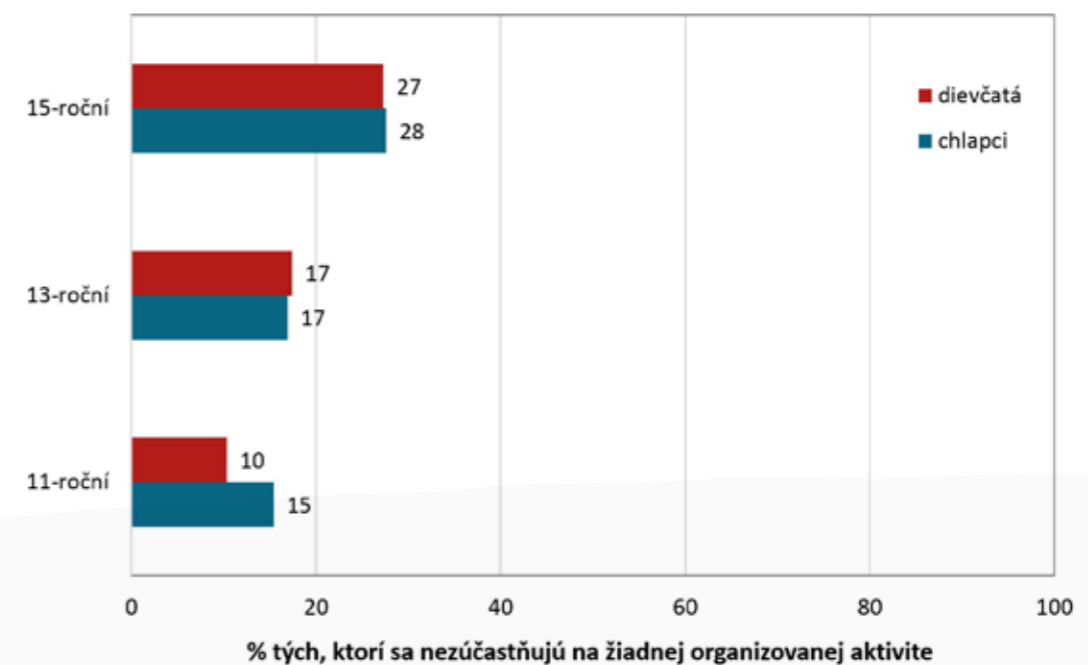
Prezentovaný je percentuálny výskyt respondentov, ktorí sa nezúčastňujú na žiadnej z organizovaných voľnočasových aktivít.

**Výskyt:** Žiadnu organizovanú voľnočasovú aktivitu vo svojom voľnom čase nevykonávala skoro tretina 15-ročných školákov a školáčok (27-28 %). Vo veku 13 rokov to bolo 17 % chlapcov i dievčat a vo veku 11 rokov len 10 % dievčat a 15 % chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Žiadnu aktivitu vo svojom voľnom čase nevykonávali častejšie chlapci ako dievčatá pričom rodové rozdiely sme potvrdili len vo vekovej skupine 11 rokov (11-roční OR/CI: 1,6/1,16-2,17).

**Vekové rozdiely:** Žiadnu aktivitu vo svojom voľnom čase nevykonávali menej často mladší školáci a školáčky v porovnaní so staršími školákmi a školáčkami (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,37-0,63; 13-roční vs 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,42-0,69; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,3/0,23-0,42; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,43-0,73).

Obrázok 62: Organizované voľnočasové aktivity školákov- nerobia žiadnu z uvedených aktivít (v %)



## Neorganizované voľnočasové aktivity – stretávanie sa s priateľmi

**Popis indikátora:** Ako často sa vo svojom voľnom čase venuješ nasledujúcim činnostiam?

Stretávanie sa s priateľmi pred panelákom, na ihrisku, na lavičkách

- Denne
- Niekoľkokrát za týždeň
- Niekoľkokrát za mesiac
- Nanajvýš niekoľkokrát za rok
- Nikdy

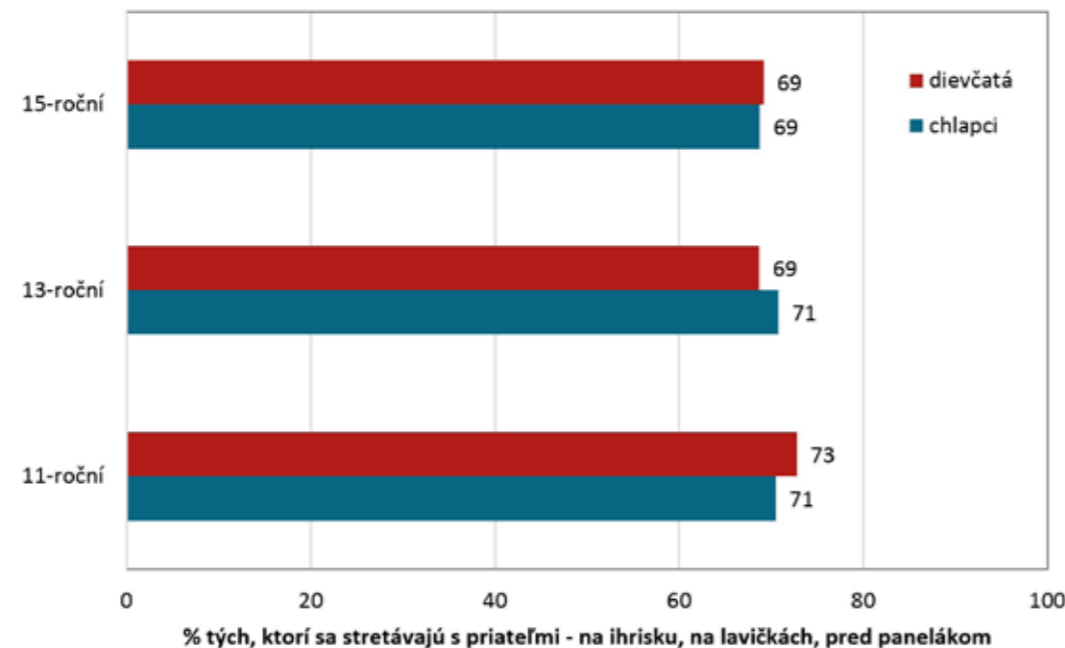
Prezentovaný je percentuálny výskyt respondentov, ktorí sa venujú vo svojom voľnom čase uvedeným činnostiam niekoľkokrát za týždeň alebo denne.

**Výskyt:** Stretávanie sa s priateľmi pred panelákom, na ihrisku, na lavičkách denne alebo niekoľkokrát za týždeň priznalo približne 70 % chlapcov a dievčat vo všetkých vekových kategóriách (69-73 %).

**Rodové rozdiely:** Rozdiely medzi chlapcami a dievčatami sme nepotvrdili.

**Vekové rozdiely:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme nepotvrdili.

Obrázok 63: Neorganizované voľnočasové aktivity školákov- stretávanie sa s priateľmi (v %)



*Cítia sa tam dobre a môžu ísť do kina, na jedlo, na drinky a tak.  
Dievča, 15 rokov.*

## Neorganizované voľnočasové aktivity – chodenie na nákupy do supermarketov

**Popis indikátora:** Ako často sa vo svojom voľnom čase venuješ nasledujúcim činnostiam?

Chodenie na nákupy do supermarketov pre zábavu alebo rozptýlenie

- Denne
- Niekoľkokrát za týždeň
- Niekoľkokrát za mesiac
- Nanajvýš niekoľkokrát za rok
- Nikdy

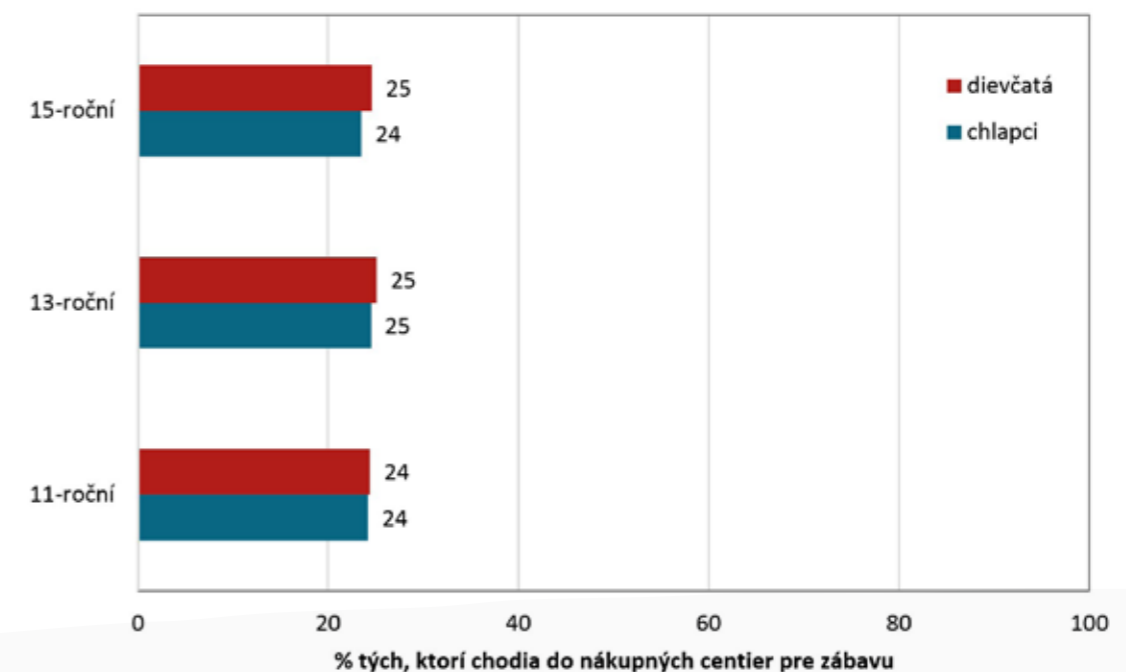
Prezentovaný je percentuálny výskyt respondentov, ktorí sa venujú vo svojom voľnom čase uvedeným činnostiam niekoľkokrát za týždeň alebo denne.

**Výskyt:** Chodenie na nákupy do supermarketov pre zábavu alebo rozptýlenie každý deň alebo niekoľkokrát za týždeň priznalo približne štvrtina chlapcov a dievčat vo všetkých vekových kategóriách (24-25 %).

**Rodové rozdiely:** Rozdiely medzi chlapcami a dievčatami sme nepotvrdili.

**Vekové rozdiely:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme nepotvrdili.

Obrázok 64: Neorganizované voľnočasové aktivity školákov- chodenie na nákupy do supermarketov (v %)



*Kedže som baba, tak veľmi rada nakupujem nové oblečenie, veci. Potom ideme s kamoškou do nejakého bistra a ideme domov. Aspoň tak to robím ja.  
Dievča, 12 rokov.*

# Religiozita

**Popis indikátora:** Ako často chodíš do kostola alebo na náboženské stretnutia?

- Viackrát za týždeň
- Približne raz za týždeň
- Približne raz za mesiac
- Niekoľkokrát za rok
- Výnimočne
- Vôbec

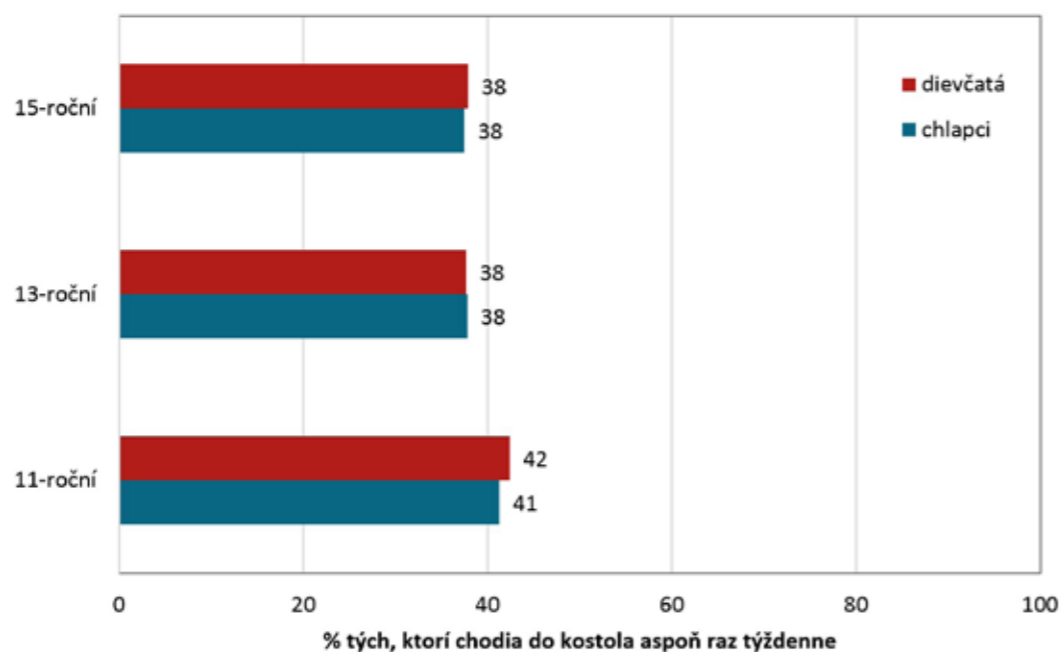
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí chodia do kostola alebo na náboženské stretnutia raz za týždeň alebo častejšie.

**Výskyt:** Približne 40 % školákov a školáčok chodí do kostola alebo na náboženské stretnutia aspoň raz za týždeň (38-42 %).

**Rodové rozdiely:** Rozdiely medzi chlapcami a dievčatami sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme nepotvrdili.

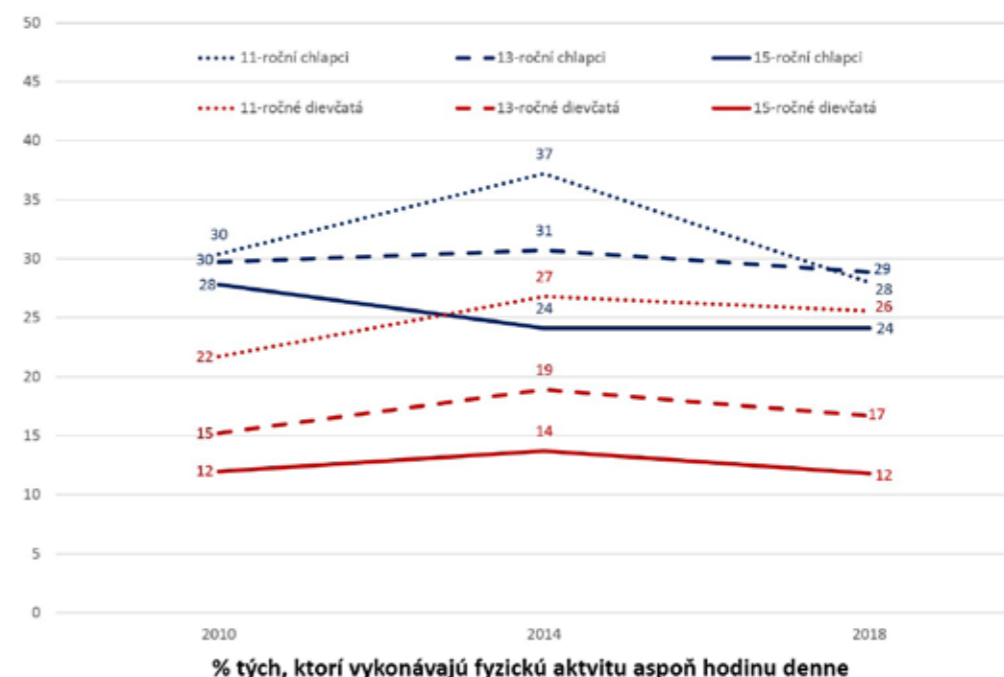
Obrázok 65: Religiozita (v %)



# Trendy 2010 – 2014 – 2018

## Pravidelná fyzická aktivita

Obrázok 66: Pravidelná fyzická aktivita – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní pravidelnej fyzickej aktivity školákov medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 sme zistili najprv nárast u 11-ročných chlapcov a dievčat a 13-ročných dievčat medzi rokmi 2010 a 2014,

a následne pokles medzi rokmi 2014 a 2018 u 11-ročných chlapcov. Dlhodobé porovnanie medzi rokmi 2010 a 2018 ukázalo štatisticky významný nárast u 11-ročných dievčat.

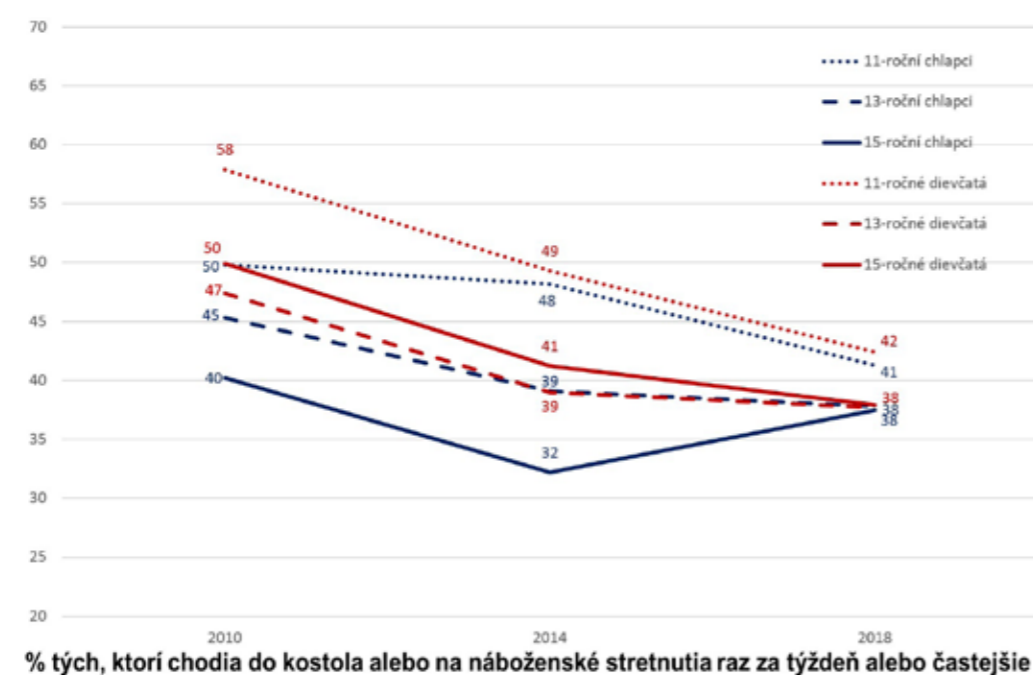
Tabuľka 17: Pravidelná fyzická aktivita – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	↑	=	=	↑	↑	=
2014 vs. 2018	↓	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	=	=	=	↑	=	=

*Najradšej mám beh. Napíňa ma to. Školáci by mali viac cvičiť.  
Dievča, 13 rokov.*

## Religiozita

Obrázok 67: Religiozita – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Výrazný negatívny trend je možné vidieť v prípade religiozity u školákov. Prvý štatisticky významný pokles sa objavil medzi rokmi 2010 a 2014 vo všetkých vekových skupinách (s výnimkou 11-ročných chlapcov). Pri porovnaní rokov 2014 a 2018 sme zistili pokles u 11-ročných

chlapcov aj dievčat. Dlhodobé porovnanie medzi rokmi 2010 a 2018 ukázalo štatisticky významný pokles u chlapcov aj dievčat vo všetkých vekových skupinách (s výnimkou 15-ročných chlapcov).

Tabuľka 18: Religiozita – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	↓	↓	↓	↓	↓
2014 vs. 2018	↓	=	=	↓	=	=
2010 vs. 2018	↓	↓	=	↓	↓	↓

## Použitá literatúra

Bađura, P., Geckova, A. M., Sigmundova, D., van Dijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2015). When children play, they feel better: organized activity participation and health in adolescents. *BMC public health*, 15(1), 1090.

Bađura, P., Sigmundova, D., Sigmund, E., Geckova, A. M., van Dijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2017). Participation in organized leisure-time activities and risk behaviors in Czech adolescents. *International journal of public health*, 62(3), 387-396.

Bakalár, P., Kopčáková, J., & Gecková, A. M. (2018). Association between potential parental and peers' correlates and physical activity recommendations compliance among 13–16 years old adolescents.

Bandura, A. (1971). *Social learning theory*. Morristown.

Bauman, A. E., Reis, R. S., Sallis, J. F., Wells, J. C., Loos, R. J., Martin, B. W., & Lancet Physical Activity Series Working Group. (2012). Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not?. *The lancet*, 380(9838), 258-271.

Borraccino, A., Lemma, P., Iannotti, R., Zambon, A., Dalmasso, P., Lazzeri, G., ... & Cavallo, F. (2009). Socio-economic effects on meeting PA guidelines: comparisons among 32 countries. *Medicine and science in sports and exercise*, 41(4), 749.

Dhar, N., Chaturvedi, S. K., & Nandan, D. (2011). Spiritual health scale 2011: Defining and measuring 4th dimension of health. *Indian journal of community medicine: official publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*, 36(4), 275.

Dutkova, K., Holubcikova, J., Kravcova, M., Babincak, P., Tavel, P., & Geckova, A. M. (2017). Is spiritual well-being among adolescents associated with a lower level of bullying behaviour? The mediating effect of perceived bullying behaviour of peers. *Journal of religion and health*, 56(6), 2212-2221.

Iannotti, R. J., Janssen, I., Haug, E., Kololo, H., Annaheim, B., & Borraccino, A. (2009). Interrelationships of adolescent physical activity, screen-based sedentary behaviour, and social and psychological health. *International journal of public health*, 54(2), 191-198.

Inchley, J., & Currie, D. (2016). *Growing up Unequal: Gender and Socioeconomic Differences in Young People's Health and Well-Being: Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) Study*. Health policy for children and adolescents No, 7.

Inchley, J., Currie, D., Jewell, J., Breda, J., & Barnekow, V. (2017). Adolescent obesity and related behaviours: trends and inequalities in the WHO European region, 2002–2014. *Observations from the Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) WHO collaborative cross-national study*. Copenhagen, Denmark: World Health Organisation.

Kopcakova, J., Dankulinova Veselska, Z., Madarasova Geckova, A., Bucksch, J., Nalecz, H., Sigmundova D., a kol. Is a perceived activity-friendly environment associated with more physical activity and fewer screen-based activities in adolescents? *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2017, 14(1). 39.

Kopcakova, J., Veselska, Z. D., Geckova, A. M., Klein, D., van Dijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2018). Are school factors and urbanization supportive for being physically active and engaging in less screen-based activities?. *International journal of public health*, 63(3), 359-366.

Landhuis, C. E., Poulton, R., Welch, D., & Hancox, R. J. (2008). Childhood sleep time and long-term risk for obesity: a 32-year prospective birth cohort study. *Pediatrics*, 122(5), 955-960.

Lee, I. M., Shiroma, E. J., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S. N., Katzmarzyk, P. T., & Lancet Physical Activity Series Working Group. (2012). Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The lancet*, 380(9838), 219-229.

Malinakova, K., Kopcakova, J., Geckova, A. M., van Dijk, J. P., Furstova, J., Kalman, M., ... & Reijneveld, S. A. (2019). "I am spiritual, but not religious": Does one without the other protect against adolescent health-risk behaviour?. *International journal of public health*, 64(1), 115-124.

Penedo, F. J., & Dahn, J. R. (2005). Exercise and well-being: a review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Current opinion in psychiatry*, 18(2), 189-193.

Pitel, L., Geckova, A. M., Kolarcik, P., Halama, P., Reijneveld, S. A., & van Dijk, J. P. (2012). Gender differences in the relationship between religiosity and health-related behaviour among adolescents. *J Epidemiol Community Health*, 66(12), 1122-1128.

Powell, K. E., Paluch, A. E., & Blair, S. N. (2011). Physical activity for health: What kind? How much? How intense? On top of what?. *Annual review of public health*, 32, 349-365.

Sallis, J. F., Cerin, E., Conway, T. L., Adams, M. A., Frank, L. D., Pratt, M., ... & Davey, R. (2016). Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: a cross-sectional study. *The Lancet*, 387(10034), 2207-2217.





# Využívanie moderných technológií

Laura Urbanová, Jana Holubčíková

Vývoj stále nových technológií a ich utilizácia v čoraz mladších ročníkoch je bezprecedentným formujúcim vplyvom súčasnej generácie školákov. Nosným rozdielom oproti predchádzajúcim generáciám je dostupnosť, rozsah a spôsob akým táto nová generácia využíva nové technologické vymoženosti čo mení ich prístup k informáciám, skúsenostiam, spôsob akým vytvárajú a udržiavajú vzťahy, komunikujú, interagujú, učia sa, pracujú, relaxujú či reagujú na dianie. Súčasní školáci majú svoj slang plný termínov pochádzajúcich z používania technológií, aplikácií, internetu - využívajú rozličné online nástroje - komunikujú online, študujú online, nakupujú a vybavujú veci online - „online“ je ich prirodzené prostredie (Kusá a kol. 2016). Táto generácia vyrastá na expanzii internetu a sociálnych médií (Facebook, Google, Twitter, Instagram, Snapchat, Tumblr, YouTube) a na ich socializácii sa podieľajú nielen rodičia a škola, ale aj jedinečné značky ako Starbucks, Uber, Apple a Google (Shahidullah 2018, Tulgan 2013). Online prostredie ponúka širokú a lákavú ponuku na neformálne vzdelávanie, samoštúdium a táto „tichá“ generácia so slúchadlami v ušiach, nalepená na obrazovky zariadení dokáže skvele využívať online priestor pre svoj rozvoj (Kusá a kol. 2016).

Kým v roku 2010 mobilný prístup na internet používalo menej ako polovica českých školákov, v poslednom prieskume EU Kids online to

už bolo skoro každé dieťa (97 %) pričom situácia na Slovensku je veľmi podobná (Šmahel a kol. 2018a, Zeman 2014, ICILS 2013). Livingstone a kol. (2011) taktiež uvádza, že priemerný vek kedy dochádza k prvému kontaktu dieťaťa s internetom je 7 rokov, pričom táto veková hranica sa neustále znižuje. Žiadna generácia doteraz nemala prístup k informáciám v takej miere a v tak nízkom veku. Súčasná generácia školákov v príliš nízkom veku a mnohokrát bez dostatočnej rodičovskej mediácie či kontroly dostáva do rúk nové technológie a s nimi prístup k obsahom, aktivitám, skúsenostiam, ale zároveň sa i stáva dostupnou pre vplyvy zvonku.

Problémom môže byť riziko možného výskytu závislosti súvisiacich s využívaním nových technológií (nadmerné používanie internetu, závislosť na internete, problematické používanie telefónu). Podľa medzinárodnej štúdie EU Kids online až 30 % adolescentov, ktorí sú vo veku 11 - 16 rokov vykazuje známky závislosti na internete (Livingstone a kol. 2011). Pričom nadmerné používanie internetu ovplyvňuje subjektívnu pohodu jednotlivcov na úrovni fyzickej, psychologickú a sociálnej (Kalmus a kol. 2014).

Súčasní školáci kontrolujú svoj mobilný telefón v priemer každé 3 minúty (CommScope Research 2018). Ich neustála túžba byť v kontakte s online svetom či modernými technológiami je častokrát hnaná nepríjemným pocitom, že ich blízki zažívajú odmeňujúce skúsenosti, ktorých

oni sami účastní nemôžu byť. Ide o tzv. strach zo zmeškania (FoMO, fear of missing out), ktorý sa častokrát môže prejaviť aj vo forme sociálnej úzkosti, zlej nálady či nižšej spokojnosti jednotlivcov (Przybylski a kol. 2013).

Dopady nových technológií či online priestoru závisia od toho kto a akým spôsobom ich využíva a v akom kontexte. Rodičovská mediácia hrá nezastupiteľnú úlohu z hľadiska výchovy ku kritickému mysleniu, reflexii a schopnosti spracovávať informácie v digitálnom priestore (Porubčinová 2016), no časť rodičov nedisponuje potrebnými digitálnymi kompetenciami a skúsenosťami, aby dokázala participovať v digitálnom prostredí svojich detí a naplniť túto úlohu (Velšic 2018, ICILS 2013).

*Máme lepšie technológie a môžeme rozvíjať svoje jazykové znalosti.*

*Chlapec, 13 rokov.*

*Bez mobilu neviem žiť na rozdiel od mojich rodičov.*

*Chlapec, 14 rokov.*

*Naša generácia je digitálna. Generácia, v ktorej som sa narodila sa líši tým, že viac žije v online svete ako v normálnom svete.*

*Dievča, 12 rokov.*

*Ľudia sa voľakedy chodili von hrať a naša [generácia] je na mobiloch vnútri.*

*Chlapec, 14 rokov.*

## Komunikácia cez internet

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš s týmto výrokom, ktorý sa týka internetu.

Na internete, ľahšie hovorím o svojich tajomstvách, vnútorných pocitoch a o svojich obavách, ako pri stretnutí tvárou v tvár.

- Vôbec nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Ani súhlasím ani nesúhlasím
- Súhlasím
- Úplne súhlasím

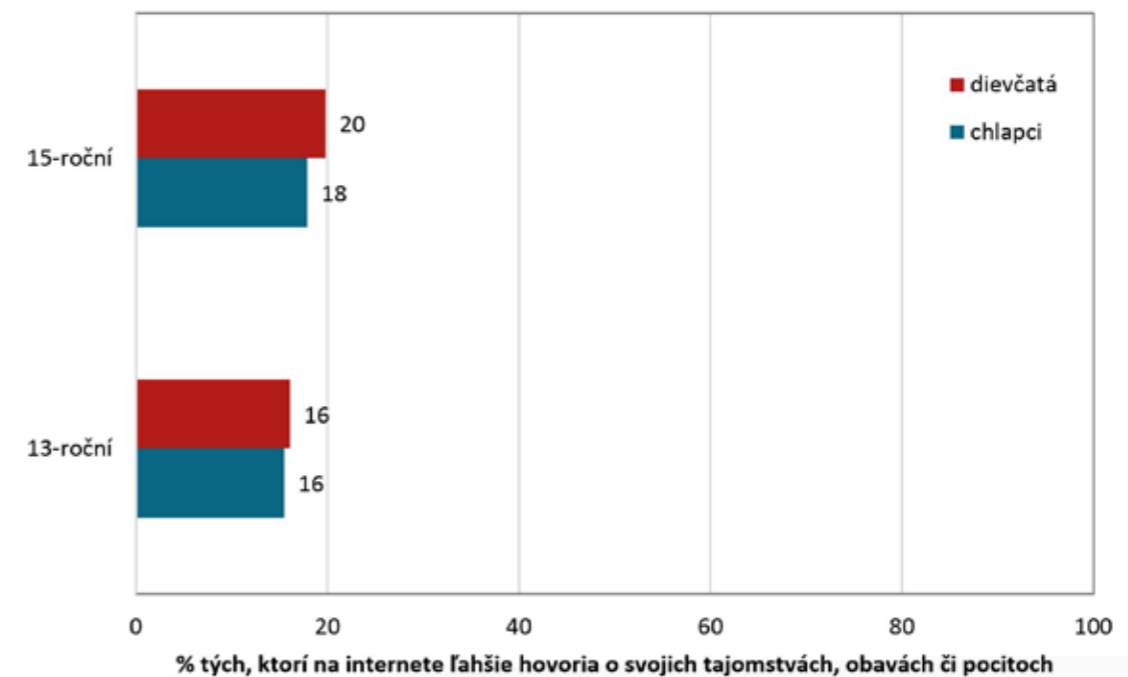
Na uvedené položky odpovedali len 13 a 15-roční školáci. Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí súhlasili s tvrdením, že na internete ľahšie hovoria o svojich tajomstvách, obavách, či pocitoch.

**Výskyt:** Približne pätina 15-ročných (18-20 %) a 16 % 13-ročných školákov a školáčok súhlasilo s tvrdením, že na internete ľahšie hovoria o svojich tajomstvách, vnútorných pocitoch a o svojich obavách, než pri stretnutí tvárou v tvár.

**Rodové rozdiely:** Chlapci a dievčatá rovnako často súhlasili, že sa im na internete hovorí ľahšie ako v osobnom kontakte.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Medzi 13-ročnými a 15-ročnými školákmi a školáčkami sme nepotvrdili rozdiel vo výskyte tých, ktorým sa komunikovalo ľahšie cez internet ako osobne.

Obrázok 68: Komunikácia cez internet (v %)



## Rizikové využívanie internetu – nejedol, nespal kvôli internetu

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stali nasledujúce veci za posledných 12 mesiacov?

Nejedol/a alebo nespál/a som kvôli internetu.

- Veľmi často
- Často
- Občas
- Nikdy

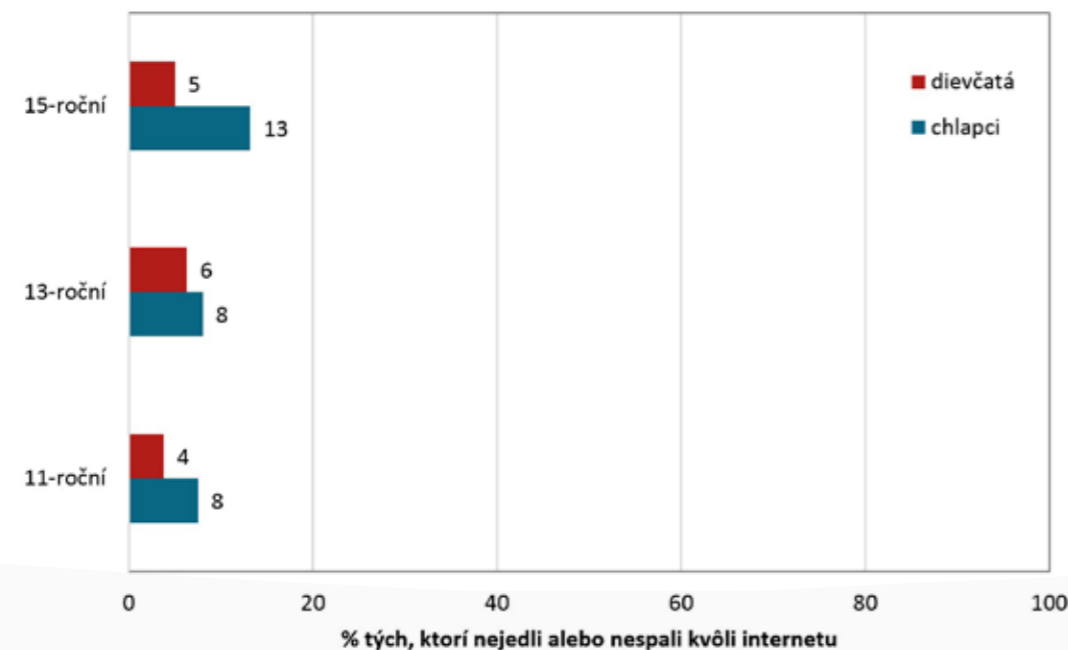
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali „často“ alebo „veľmi často“.

**Výskyt:** Iba 8 % chlapcov vo veku 11 a 13 rokov a 13 % vo veku 15 rokov priznalo, že sa im často alebo veľmi často stalo, že nejedli alebo nespali kvôli internetu za posledných 12 mesiacov. Približne 6 % dievčat často alebo veľmi často nejedlo alebo nespalo kvôli internetu za posledných 12 mesiacov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci častejšie ako dievčatá často alebo veľmi často nejedli alebo nespali kvôli internetu v uplynulom roku (11-roční OR/CI: 2,1/1,25-3,47; 15-roční OR/CI: 2,9/1,81-4,51).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší chlapci menej často ako starší uviedli, že často alebo veľmi často nejedli alebo nespali kvôli internetu v uplynulom roku (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,36-0,79; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,40-0,82).

Obrázok 69: Rizikové využívanie internetu - nejedol, nespál kvôli internetu (v %)



## Rizikové využívanie internetu – cítil sa nepríjemne, keď nemohol byť na internete

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stali nasledujúce veci za posledných 12 mesiacov?

Cítil/a som sa nepríjemne, keď som nemohol/a byť na internete.

- Veľmi často
- Často
- Občas
- Nikdy

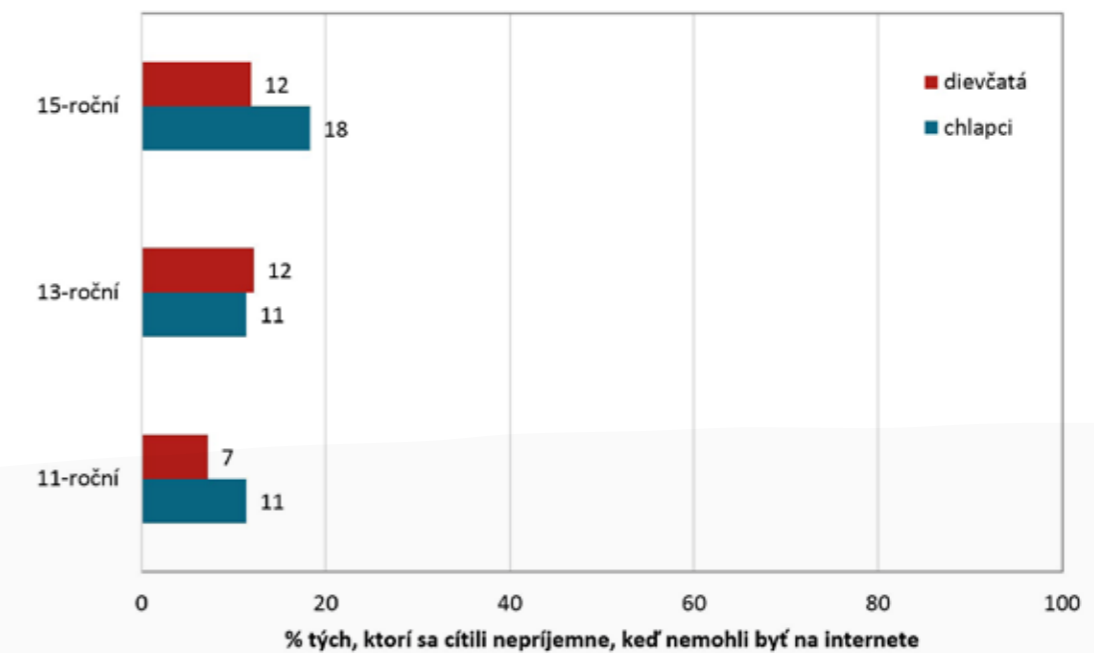
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali „často“ alebo „veľmi často“.

**Výskyt:** Často alebo veľmi často sa v uplynulom roku cítilo nepríjemne kvôli tomu, že nemohli byť na internete 7 % dievčat vo veku 11 rokov, 11 % chlapcov vo veku 11 a 13 rokov, 12 % dievčat vo veku 13 a 15 rokov a až 18 % chlapcov vo veku 15 rokov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 a 15 rokov sa v uplynulom roku častejšie ako dievčatá často alebo veľmi často cítili nepríjemne, keď nemohli byť na internete (11-roční OR/CI: 1,7/1,12-2,45; 15-roční OR/CI: 1,7/1,18-2,32).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky sa v uplynulom roku menej často ako starší školáci a školáčky cítili nepríjemne, keď nemohli byť na internete (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,41-0,80; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,42-0,78; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,38-0,85).

Obrázok 70: Rizikové využívanie internetu - cítil sa nepríjemne, keď nemohol byť na internete (v %)



## Rizikové využívanie internetu – surfoval na internete, aj keď ho to nebavilo

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stali nasledujúce veci za posledných 12 mesiacov?

Pristihol/la som sa, že surfujem na internete, aj keď ma to nebaví.

- Veľmi často
- Často
- Občas
- Nikdy

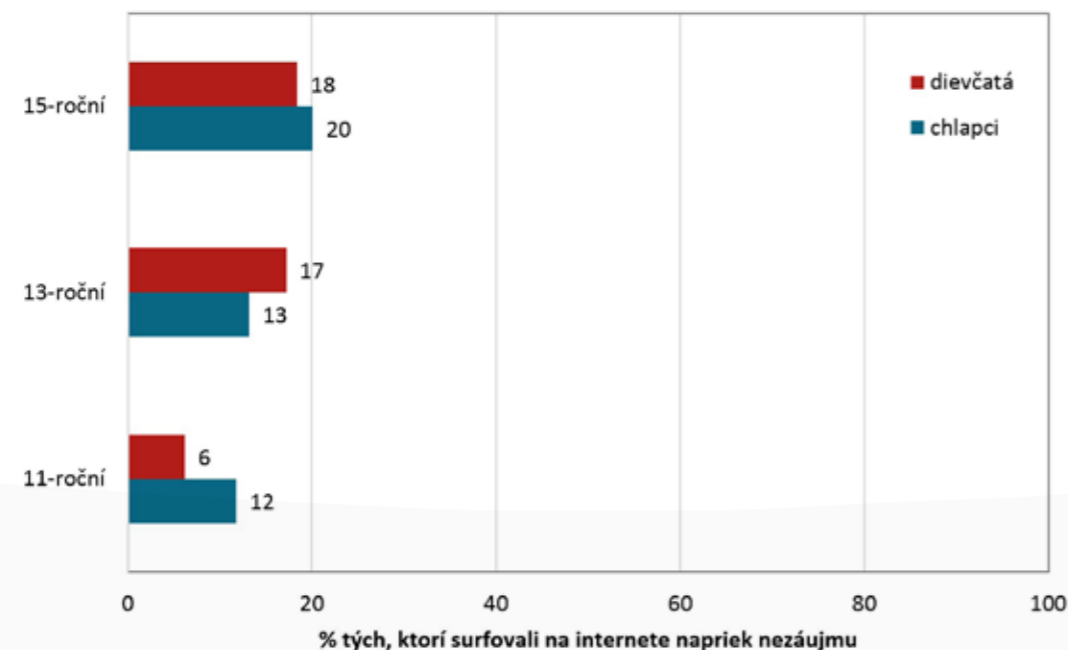
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali „často“ alebo „veľmi často“.

**Výskyt:** Často alebo veľmi často v uplynulom roku surfovalo na internete aj keď ich to nebavilo 6 % 11-ročných dievčat, približne desatina 11 a 13-ročných chlapcov a pätina 13-ročných dievčat a 15-ročných chlapcov i dievčat.

**Rodové rozdiely:** Kým vo veku 11 rokov to boli častejšie chlapci, kto surfoval na internete aj keď ho to nebavilo, vo veku 13 rokov to boli naopak dievčatá (11-roční OR/CI: 2,0/1,33-3,03; 13-roční OR/CI: 0,7/0,55-0,96).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky v uplynulom roku menej často ako starší školáci a školáčky surfovali často alebo veľmi často na internet, aj keď ich to nebavilo (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,39-0,73; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,45-0,81; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,3/0,20-0,44).

Obrázok 71: Rizikové využívanie internetu - surfoval na internete, aj keď ho to nebavilo (v %)



## Rizikové využívanie internetu – zanedbával rodinu, priateľov, školské povinnosti alebo koníčky kvôli času strávenému na internete

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stali nasledujúce veci za posledných 12 mesiacov?

Zanedbával/a som rodinu, priateľov, školské povinnosti alebo koníčky kvôli času strávenému na internete.

- Veľmi často
- Často
- Občas
- Nikdy

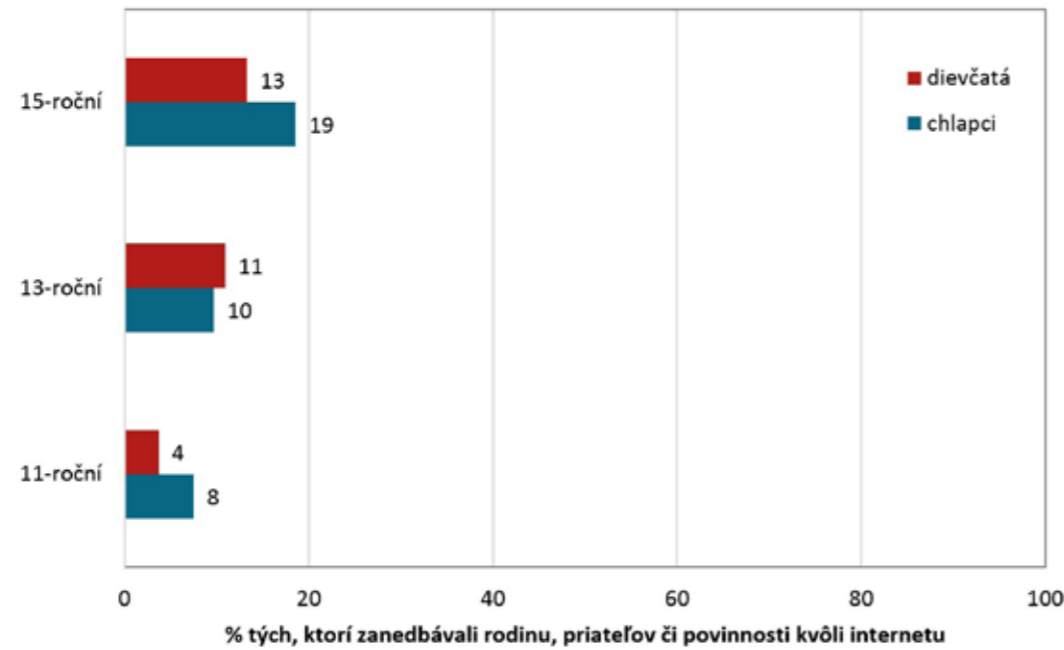
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali „často“ alebo „veľmi často“.

**Výskyt:** Často alebo veľmi často v uplynulom roku zanedbávalo rodinu, priateľov, školské povinnosti alebo koníčky kvôli času strávenému na internete 4 % 11-ročných dievčat, 8 % 11-ročných chlapcov, približne desatina 13-ročných chlapcov a dievčat a 13 % 15-ročných dievčat a 19 % 15-ročných chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 a 15 rokov častejšie ako dievčatá často alebo veľmi často v uplynulom roku zanedbávali rodinu, priateľov, školské povinnosti alebo koníčky kvôli času strávenému na internete (11-roční OR/CI: 2,1/1,26-3,55; 15-roční OR/CI: 1,5/1,07-2,07).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky v uplynulom roku menej často ako starší školáci a školáčky často alebo veľmi často zanedbávali rodinu, priateľov, školské povinnosti alebo koníčky kvôli času strávenému na internete (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,4/0,247-0,51; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,34-0,65; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,3/0,15-0,40).

Obrázok 72: Rizikové využívanie internetu - zanedbával rodinu, priateľov, školské povinnosti alebo koníčky kvôli času strávenému na internete (v %)



## Rizikové využívanie internetu – neúspešne sa snažil obmedziť čas, ktorý trávi na internete

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stali nasledujúce veci za posledných 12 mesiacov?

Snažil/a som sa obmedziť čas, ktorý trávim na internete, ale neúspešne.

- Veľmi často
- Často
- Občas
- Nikdy

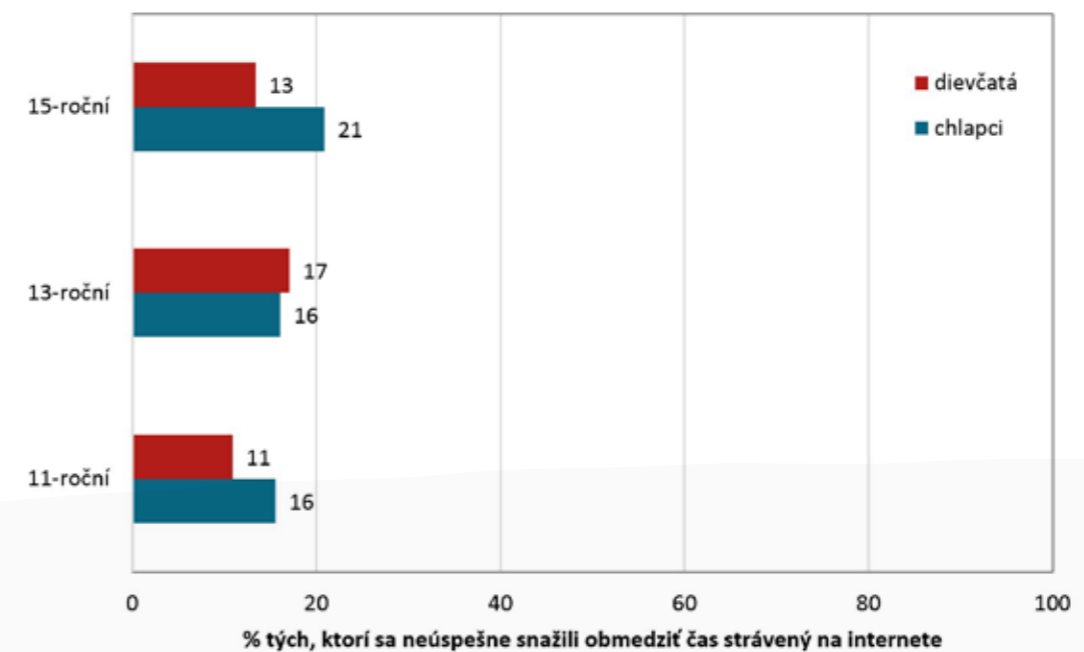
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali „často“ alebo „veľmi často“.

**Výskyt:** V uplynulom roku sa často alebo veľmi často neúspešne pokúšalo obmedziť čas strávený na internete 11 až 21 % školákov, pričom najnižší bol výskyt u 11-ročných dievčat a najvyšší u 15-ročných chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 a 15 rokov sa v uplynulom roku častejšie ako dievčatá veľmi často alebo často neúspešne snažili obmedziť čas, ktorý trávili na internete (11-roční OR/CI: 1,5/1,08-2,10; 15-roční OR/CI: 1,7/1,24-2,35).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší chlapci sa v uplynulom roku menej často ako starší chlapci veľmi často alebo často neúspešne snažili obmedziť čas, ktorý trávili na internete (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/0,52-0,94; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/0,55-0,96).

Obrázok 73: Rizikové využívanie internetu - neúspešne sa snažil obmedziť čas, ktorý trávi na internete (v %)



# Strach zo zmeškania – Fear of Missing out

**Popis indikátora:** Označ, prosím, nakoľko súhlasiš s nasledujúcimi výroky. Prosím, odpovedaj tak, aby odpoveď zodpovedala predovšetkým Tvojim osobným skúsenostiam a nie tomu, ako by mali vyzerať Tvoje skúsenosti.

- » Bojím sa, že moji priatelia majú viac uspokojivé skúsenosti ako ja.
- » Trápim sa, keď zistím, že moji priatelia sa zabávajú bezo mňa.
- » Niekedy sa obávam, že trávim príliš veľa času tým, že sledujem čo sa deje.
- » Ak zažívam dobré časy, je pre mňa dôležité zdieľať detaily online.
- » Ak idem na dovolenku, naďalej sledujem čo robia moji priatelia.

- Vôbec nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Súhlasím
- Úplne súhlasím

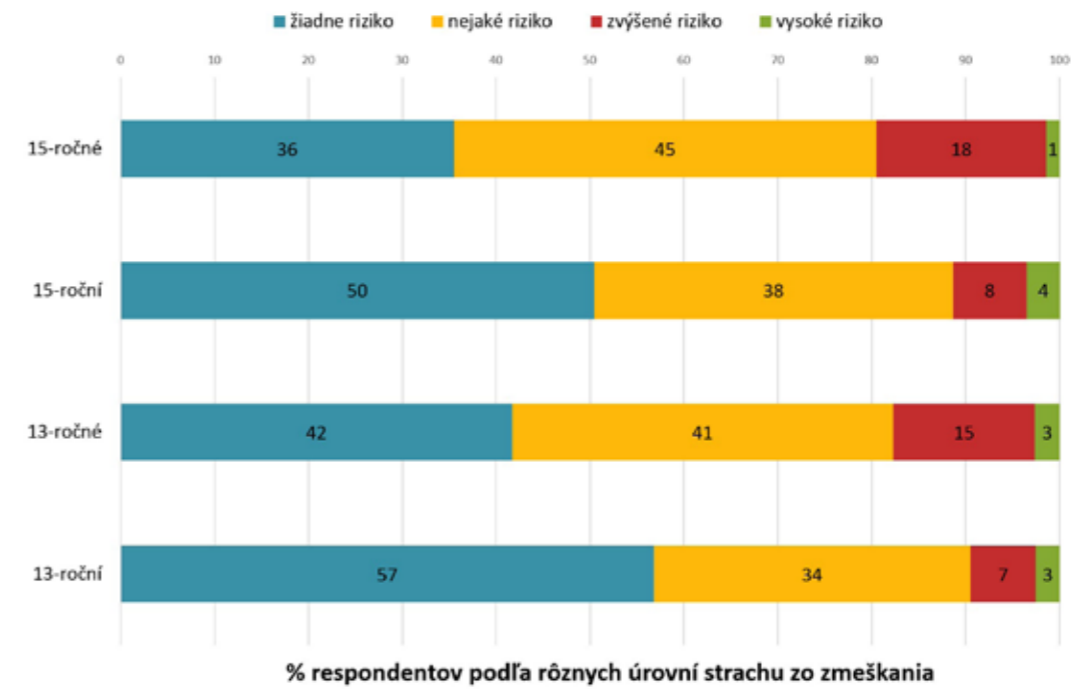
Na túto otázku odpovedali len 13 a 15-roční školáci a školáčky.

Z odpovedí na týchto päť položiek sa počíta súčet bodov od 0 (vôbec nesúhlasím), 1 (nesúhlasím), 2 (ani súhlasím, ani nesúhlasím), 3 (súhlasím), 4 (úplne súhlasím). Úroveň strachu zo zmeškania sme rozdelili do 4 skupín:

- » (1) žiadne riziko (skóre 0-7)
- » (2) nejaké riziko (skóre 8-11)
- » (3) zvýšené riziko (skóre 12-15).
- » (4) vysoké riziko (skóre 16+)

**Výskyt:** Vysoké riziko zo zmeškania vykazovalo menej ako 4 % školákov a školáčok (1-4 %). Zvýšené riziko vykazovalo 7 až 8 % dievčat a 15 až 18 % chlapcov vo veku 13 a 15 rokov. Približne polovica chlapcov (50-57 %) a dve pätiny dievčat (36-42 %) nevykazovala žiadne riziko strachu zo zmeškania a ďalšie dve pätiny školákov a školáčok (34-45 %) vykazovalo len nejaké riziko zo zmeškania.

Obrázok 74: Strach zo zmeškania (v %)



## Rizikové využívanie mobilného telefónu - upozornenia o častom venovaní sa mobilu

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš s nasledujúcimi výrokmi, ktoré sa týkajú toho, ako využívaš mobilný telefón.

Bolo mi povedané, že sa venujem mobilu častejšie ako by som mal/a.

- Vôbec nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Súhlasím
- Úplne súhlasím

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali súhlasím a úplne súhlasím na daný výrok.

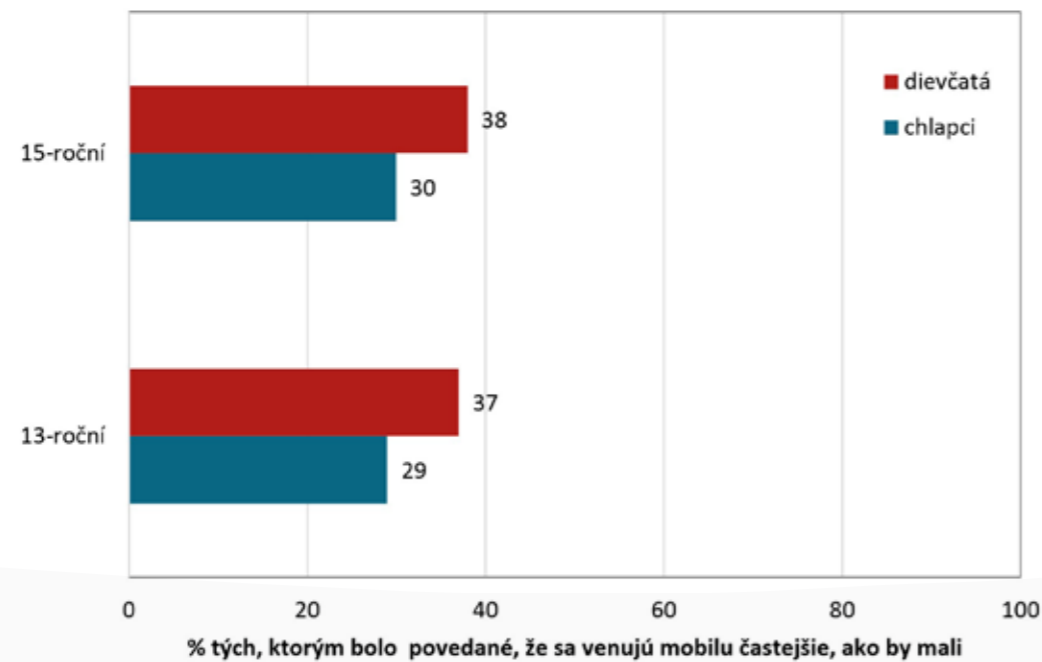
Na túto otázku odpovedali len 13 a 15-roční školáci a školáčky.

**Výskyt:** Približne tretina školákov (29-30 %) a dve pätiny dievčat (37-38 %) uviedla, že im bolo povedané, že sa venujú mobilu častejšie ako by mali.

**Rodové rozdiely:** Chlapci menej často ako dievčatá uviedli, že im bolo povedané, že sa venujú mobilu častejšie ako by mali (13-roční OR/CI: 0,7/0,54-0,85; 15-roční OR/CI: 0,7/0,55-0,92).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme nepotvrdili.

Obrázok 75: Rizikové využívanie mobilného telefónu – upozornenia o častom venovaní sa mobilu (v %)



## Rizikové využívanie mobilného telefónu - úzkosť z vypnutia mobilu

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš s nasledujúcimi výrokmi, ktoré sa týkajú toho, ako využívaš mobilný telefón.

Som úzkostný/á, ak si nekontrolujem správy alebo vypnem mobil na nejaký čas.

- Vôbec nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Súhlasím
- Úplne súhlasím

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali súhlasím a úplne súhlasím na daný výrok.

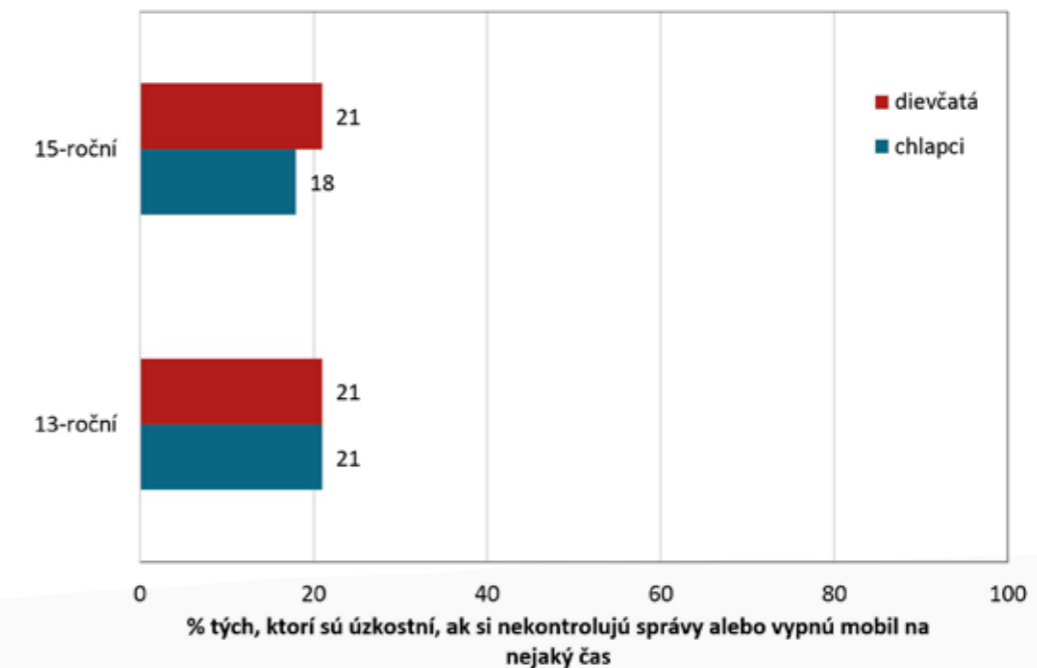
Na túto otázku odpovedali len 13 a 15-roční školáci a školáčky.

**Výskyt:** Približne každý piaty školák (18-21 %) uvádzal, že je úzkostný, ak si nekontroluje správy alebo vypne mobil na nejaký čas.

**Rodové rozdiely:** Chlapci a dievčatá uvádzali v rovnakej miere, že sú úzkostní, ak si nekontrolujú správy alebo vypnú mobil na nejaký čas.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme nepotvrdili.

Obrázok 76: Rizikové využívanie mobilného telefónu – úzkosť z vypnutia mobilu (v %)



# Rizikové využívanie mobilného telefónu - používanie telefónu pre lepší pocit

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš s nasledujúcimi výrokmi, ktoré sa týkajú toho, ako využívaš mobilný telefón.

Používam svoj telefón, aby som sa cítil/a lepšie, keď mi je nanič.

- Vôbec nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Súhlasím
- Úplne súhlasím

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali súhlasím a úplne súhlasím na daný výrok.

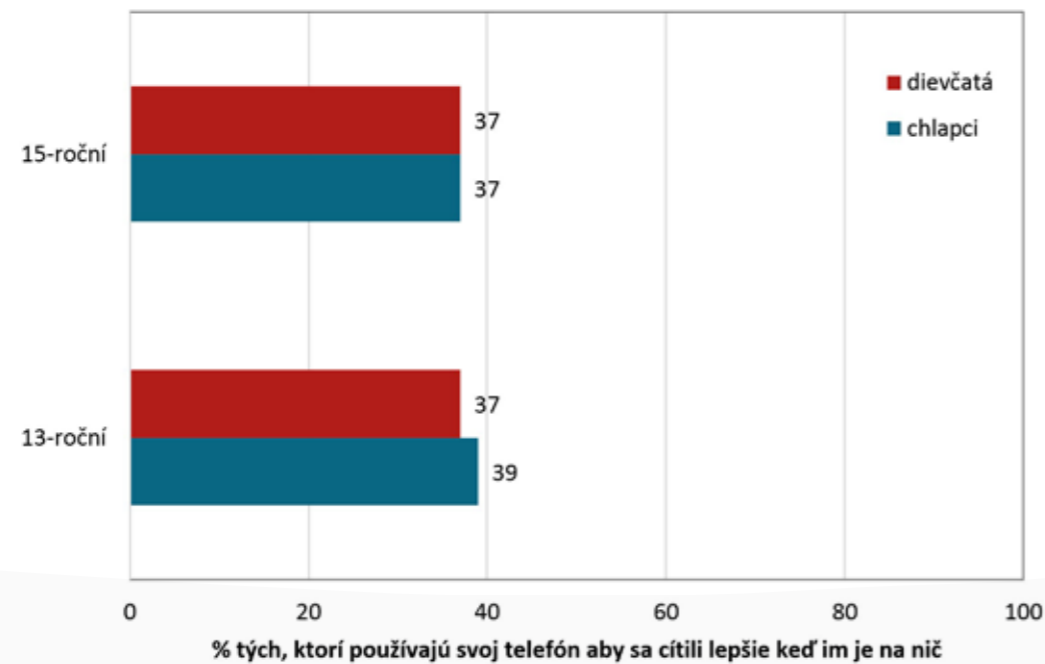
Na túto otázku odpovedali len 13 a 15-roční školáci a školáčky.

**Výskyt:** Takmer 40 % školákov (37-39 %) uviedlo, že používajú mobilný telefón, aby sa cítili lepšie, keď je im nanič.

**Rodové rozdiely:** Chlapci a dievčatá uvádzali v rovnakej miere, že používajú svoj telefón, aby sa cítili lepšie, keď je im nanič.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme nepotvrdili.

Obrázok 77: Rizikové využívanie mobilného telefónu – používanie telefónu pre lepší pocit (v %)



# Použitá literatúra

CommScope Research, 2018: The Generation Z Study of Tech Intimates.

ICILS – Medzinárodná štúdia počítačovej a informačnej gramotnosti. Prvé výsledky medzinárodného výskumu z pohľadu Slovenska, 2013 [online, cit. 2018-10-24] Dostupné na internete [http://www.nucem.sk/documents/27/medzinarodne\\_merania/icils/publikacie/ine/Kr%C3%A1tk](http://www.nucem.sk/documents/27/medzinarodne_merania/icils/publikacie/ine/Kr%C3%A1tk).

Kalmus, V., Siibak, A., & Blinka, L. (2014). Internet and child well-being. Handbook of child well-being: Theories, methods and policies in global perspective, 2093-2133.

Kusá, A., & Záziková, Z. (2016). Influence of The Social Networking Website Snapchat On The Generation Z. European Journal of Science and Theology, 12(5), 145-154.

Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A., & Ólafsson, K. (2011). Risks and safety on the internet: the perspective of European children: full findings and policy implications from the EU Kids Online survey of 9-16 year olds and their parents in 25 countries.

PORUBČINOVÁ, M. Digitálny habitus v medzigeneračnom a socioekonomickom porovnaní Digital habitus in intergenerational and socioeconomic comparison. Sociálny kapitál v podmienkach globálnych rizík, 27.

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. Computers in Human Behavior, 29(4), 1841-1848.

Shabidullah, S.M. (2018). The Rise of the Digital Society, Generation Z, and Management Challenges in the 21st Century: A Review Essay. Annals of Social Sciences Management studies, 1(1), 1-4.

Šmahel, D. a kol.: Enhancing knowledge of European children's online opportunities, risks and safety. EuKids Online. Správa z výskumu realizovaného v roku 2018. ústna komunikácia 2018a

Tulgan, B. (2013). Meet Generation Z: The second generation within the giant "Millennial" cohort. Rainmaker Thinking, 1-12.

Veľšic, M. (2015). Deti a rodičia v kyberpriestore. Výskumná správa. Bratislava: Inštitút pre verejné otázky a Nadačný Fond Telekom. [online, cit. 2018-2-25] Dostupné internete: [http://www.ivo.sk/buxus/docs/publikacie/subory/Deti\\_a\\_rodicia\\_v\\_kyberpriestore.pdf](http://www.ivo.sk/buxus/docs/publikacie/subory/Deti_a_rodicia_v_kyberpriestore.pdf).

Zeman M.: Využívanie informačných a komunikačných technológií na Slovensku po vstupe do EÚ, 2015 In: Slovensko 10 rokov v Európskej únii : zborník referátov z Výročnej konferencie Slovenskej sociologickej spoločnosti pri SAV, ktorá sa konala v dňoch 25. – 26. apríla 2014, Bratislava : Slovenská sociologická spoločnosť pri SAV, s. 66-75.



# Užívanie psychoaktívnych látok

**Tibor Baška, Jaroslava Macková**

Školský vek je najvýznamnejší z hľadiska prvých kontaktov s návykovými látkami a začiatku ich pravidelného užívania (Meyers&Dick 2010). Príčinami sú snaha dosahovať znaky dospelosti, presadzovať svoju vôľu a vzdorovať normám. K tomu pristupuje neskúsenosť, zvedavosť, ľahká ovplyvniteľnosť spoločenským prostredím a nedostatok informácií. Významnú úlohu zohráva podceňovanie účinkov týchto látok na zdravie (najmä tých, ktoré sú spôsobené dlhodobým užívaním) a rizika vzniku závislosti. Preto sú epidemiologické údaje o užívaní psychoaktívnych návykových látok u dospievajúcich jedným z kľúčových ukazovateľov správania súvisiaceho so zdravím v tejto vekovej skupine ako aj východiskom pre hodnotenie ich verejnozdravotných dopadov v budúcnosti.

Užívanie tabaku, predovšetkým vo forme fajčenia cigariet, predstavuje v súčasnosti vo svete jednu z najvýznamnejších preventabilných príčin predčasnej straty zdravia (Jha&Peto 2014). Podľa oficiálnych informácií Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO global report: mortality attributable to tobacco, 2012) umiera ročne na následky užívania tabaku 5,6 milióna ľudí, najmä v dôsledku srdcovo-cievnych chorôb a zhubných nádorov. Od roku 2005, najmä vďaka uplatňovaniu účinných nástrojov preventívnych intervencií, celosvetovo mierne poklesla prevalencia užívania tabaku (Gravelly a kol. 2017). Podľa oficiálnych údajov Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO: Tobacco control country profiles 2019) na Slovensku fajčí

denne tabak asi 30 % mužov a 16 % žien (odhad vekovo štandardizovanej prevalencie v populácii 15 rokov a starších), čím sa zaraďujeme medzi krajiny s pomerne vysokým výskytom fajčenia.

Hoci len časť z tých detí, ktoré experimentujú s cigaretami sa stane neskôr pravidelnými fajčiarmi, nízky vek prvých skúseností s cigaretami významne zvyšuje riziko dlhodobého pravidelného fajčenia v neskoršom veku (Cengelli a kol. 2012). Jedinci, ktorí získali prvé skúsenosti s fajčením (aj jediná vyfajčená cigareta) vo veku 11 rokov, mali v neskoršom veku viac ako dvojnásobne vyššiu pravdepodobnosť vzniku pravidelného fajčiarskeho návyku v porovnaní s tými, čo prvýkrát fajčili vo veku 14 rokov (Fidler a kol. 2006). Pravidelné fajčenie počas dospievania okrem toho, že má priame negatívne vplyvy na zdravie (U.S. Department of Health and Human Services 2014), je aj významným prediktorom dlhodobého užívania tabaku počas dospelosti (Van De Ven a kol. 2010).

Nadmerné užívanie alkoholu okrem toho, že spôsobuje viaceré chronické ochorenia, sa významnou mierou podieľa na výskyte úrazov, násilnom správaní a súvisí s mnohými spoločenskými problémami. Podľa relevantných odhadov pripadá na Slovensku na každého obyvateľa vo veku 15 a viac rokov spotreba alkoholu za jeden rok zodpovedajúca 11,5 l čistého etanolu (európsky priemer: 9,8 l; Global status on alcohol and health 2018). Tomu zodpovedajú aj

zdravotné dopady: úmrtia súvisiace s alkoholom sa u nás podieľajú na celkovej úmrtnosti 13 % u mužov a 3 % u žien. V celosvetovom meradle viac ako tretinu úmrtí súvisiacich s alkoholom predstavujú úrazy (39,5 %). Zvyšnú časť predstavujú chorobné následky dlhodobého užívania. Okrem toho, významná časť nepriaznivých spoločensko-zdravotných dopadov konzumácie alkoholu sa netýka len samotných nadmerných konzumentov alkoholu, ale aj ľudí v ich okolí. Ide najmä o úrazy a ekonomické škody (Lewis-Laietmark a kol. 2017; Bellis a kol. 2015).

Skoré skúsenosti s pitím alkoholu a jeho pravidelná konzumácia u dospelých vedie často k rizikóvnemu správaniu spojenému s nebezpečným sexuálnym správaním, užívaním iných návykových látok a úrazmi. Okrem toho priamo poškodzuje organizmus a zvyšuje tiež pravdepodobnosť problémov s alkoholom v dospelosti (Marshall 2014; Buchmann a kol., 2009; U.S. Department of Health and Human Services 2007; Grant a kol. 2006). Napriek tomu, že epidemiologické údaje poukazujú na pokles výskytu konzumácie alkoholu u dospelých v Európe od roku 2002 (Inchley a kol. 2018), jeho výskyt je na Slovensku stále nadpriemerný v porovnaní s ostatnými európskymi krajinami. Rozšírenie skúseností s užívaním alkoholu poukazuje na dostupnosť alkoholu u mládeže, a zároveň odzrkadľuje spoločenskú toleranciu voči konzumácii alkoholu. Obmedzovanie dostupnosti alkoholu deťom a dospelým predstavuje jedno z kľúčových opatrení kontroly užívania alkoholu (Global strategy to reduce the harmful use of alcohol 2010). Je veľmi účinným nástrojom na zníženie konzumácie ako aj jej negatívnych dopadov v tejto vekovej skupine. Vzhľadom na legislatívne daný zákaz predaja alkoholu mládeži pod 18 rokov poukazuje dostupnosť alkoholu medzi dospelými na mieru spoločenskej akceptácie tohto zákazu a na účinnosť jeho dodržiavania.

Hoci marihuana nepatrí medzi najnebezpečnejšie drogy, jej dlhodobé užívanie má nepriaznivý vplyv na zdravie dospelých. Výskum poukazuje na to, že jej užívanie môže významne ovplyvniť jej konzumentov, najmä pokiaľ sú v období dospievania, pričom tieto negatívne vplyvy zahŕňajú zvýšené riziko dopravných nehôd, rozvoj závislosti na marihuane, zhoršené dýchacie funkcie, ako aj psychotické symptómy (Hall 2009). Výskum poukazuje aj na súvis medzi užívaním marihuany a zvýšeným rizikom výskytu srdcovo-cievnych ochorení (Hall 2015). Longitudinálne štúdie ďalej naznačujú, že užívanie marihuany predikuje rozvoj úzkostných porúch, depresie, samovražedné pokusy či násilné správanie (Copeland a kol. 2013). Rovnako problematický je aj skorý začiatok užívania tejto látky, ktorý je spojený s vyššou pravdepodobnosťou jej abúzu (Baumeister&Tossmann 2005) a s rozvojom porúch súvisiacich s mentálnym zdravím (Copeland a kol. 2013), čo poukazuje na potrebu monitorovania užívania marihuany v dospievaní.

Teórie sociálneho učenia (Bandura 1986; Akers 1977) hovoria o tom, že naše vlastné správanie sa formuje preberaním vzorcov správania od rolových modelov, akými sú rodičia či blízki priatelia. Tieto vzorce správania sa týkajú aj oblasti užívania návykových látok – či už alkoholu, cigariet alebo marihuany. To znamená, že pitie alkoholu, fajčenie alebo užívanie iných drog rodičmi alebo blízkymi priateľmi ovplyvňuje vlastné užívanie týchto látok u dospelých. Výskum preukázal, že rolové správanie rodičov týkajúce sa užívania návykových látok ovplyvňuje užívanie návykových látok dospelými pokiaľ je ich vzťah dobrý a kvalitný (Andrews a kol. 1997). Užívanie návykových látok rovesníkmi taktiež súviselo s vlastným užívaním návykových látok u dospelých, v niektorých výskumoch bola táto súvislosť dokonca silnejšia než vzťah s užívaním návykových látok rodičmi (Windle 2000). Výskum ďalej preukázal, že poruchy súvisiace s užívaním návykových látok u rodičov sú prediktorom rozvoja rovnakých porúch u ich potomkov, a zároveň práve obdobie dospievania je kritické pre tieto škodlivé vplyvy (Biederman a kol. 2000).

*V mojom okolí fajčí veľa ľudí a vadí mi to. Ale je to ich rozhodnutie. Predavačkám a predavačom je to jedno. Hlavné, že dostanú peniaze.  
Chlapec, 15 rokov.*

## Skúsenosť s fajčením cigariet

**Popis indikátora:** Koľko dní (ak vôbec) si fajčil/a cigarety vo svojom živote?

- Nikdy
- 1-2 dni
- 3-5 dní
- 6-9 dní
- 10-19 dní
- 20-29 dní
- 30 dní (a viac)

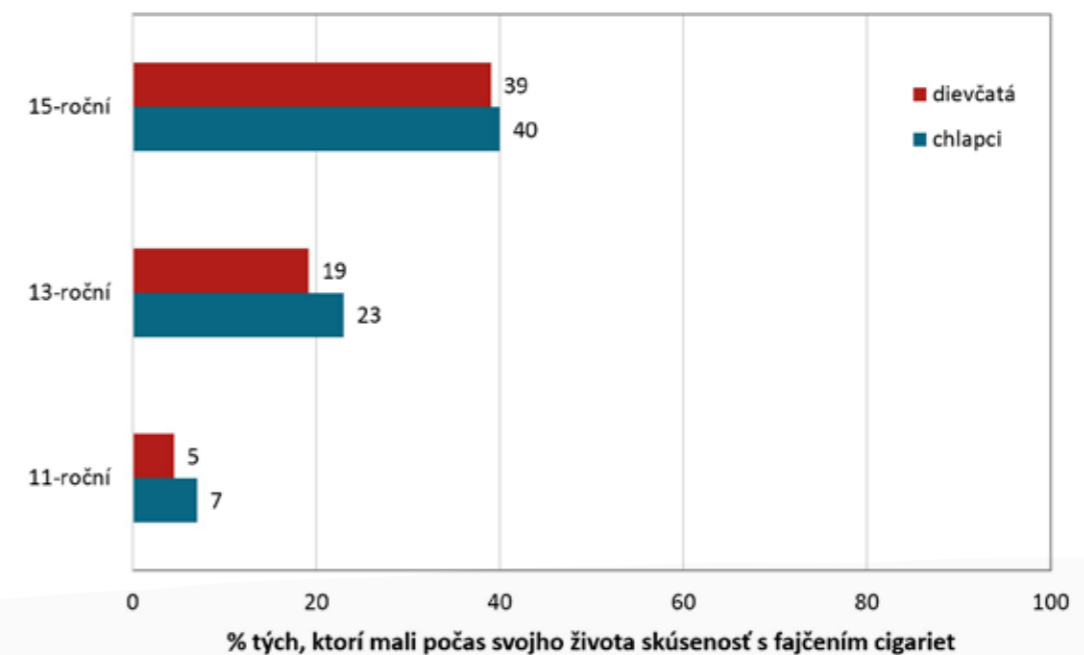
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli fajčenie 1-2 dni a častejšie vo svojom živote

**Výskyt:** Približne 40 % 15-ročných, pätina 13-ročných a menej ako 7 % 11-ročných školákov uviedlo, že už niekedy fajčili cigarety.

**Rodové rozdiely:** Iba vo veku 11 rokov uviedli skúsenosť s fajčením chlapci častejšie ako dievčatá, pričom rozdiel vo výskyte bol iba 2 % (11-roční OR/CI: 1,6/1,02-2,47). V ostatných vekových skupinách boli rodové rozdiely štatisticky nevýznamné.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Výskyt skúsenosti s fajčením výrazne stúpal s vekom: 15-roční školáci mali skúsenosť s fajčením 2-krát častejšie ako 13-roční školáci a 13-roční zase skoro 4-krát častejšie ako 11-roční školáci (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,1/0,08-0,16; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,4/0,36-0,55; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,1/0,05-0,11; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,4/0,29-0,47).

Obrázok 78: Skúsenosť s fajčením cigariet



*Fajčí veľa mladých ľudí. Kupujú im kamaráti.  
Dievča, 11 rokov.*

## Fajčenie cigariet v súčasnosti (za posledných 30 dní)

**Popis indikátora:** Koľko dní (ak vôbec) si fajčil/a cigarety za posledných 30 dní?

- Nikdy
- 1-2 dni
- 3-5 dní
- 6-9 dní
- 10-19 dní
- 20-29 dní
- 30 dní (a viac)

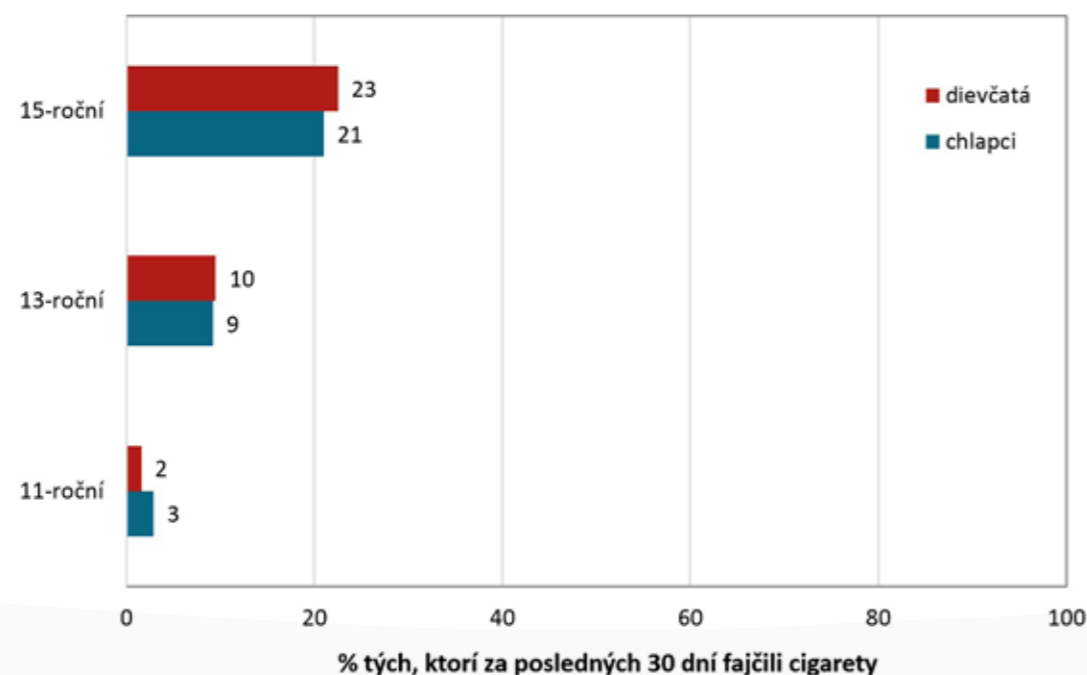
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli fajčenie 1-2 dni a častejšie za posledných 30 dní.

**Výskyt:** Asi pätina 15-ročných a desatina 13-ročných školákov fajčila cigarety aspoň jeden deň za posledných 30 dní. Len zlomok 11-ročných školákov na túto otázku odpovedal kladne (2 % dievčat a 3 % chlapcov).

**Rodové rozdiely:** Vo všetkých vekových skupinách boli rozdiely medzi chlapcami a dievčatami štatisticky nevýznamné.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Výskyt fajčenia cigariet s rastúcim vekom výrazne narastal pričom výskyt fajčenia u 15-ročných bol viac ako dvojnásobný v porovnaní s 13-ročnými školákmi a školáčkami (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,1/0,07-0,18; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,4/0,28-0,52; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,1/0,03-0,11; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,4/0,27-0,49).

Obrázok 79: Fajčenie cigariet v súčasnosti (za posledných 30 dní)



*Vadí mi ten dym. Mladí sa frajerujú, nemám šajnu čo na tom vidia.  
Dievča, 14 rokov.*

## Rolové správanie – každodenné fajčenie tabaku matkou

**Popis indikátora:** Mama denne fajčí?

- Áno
- Nie

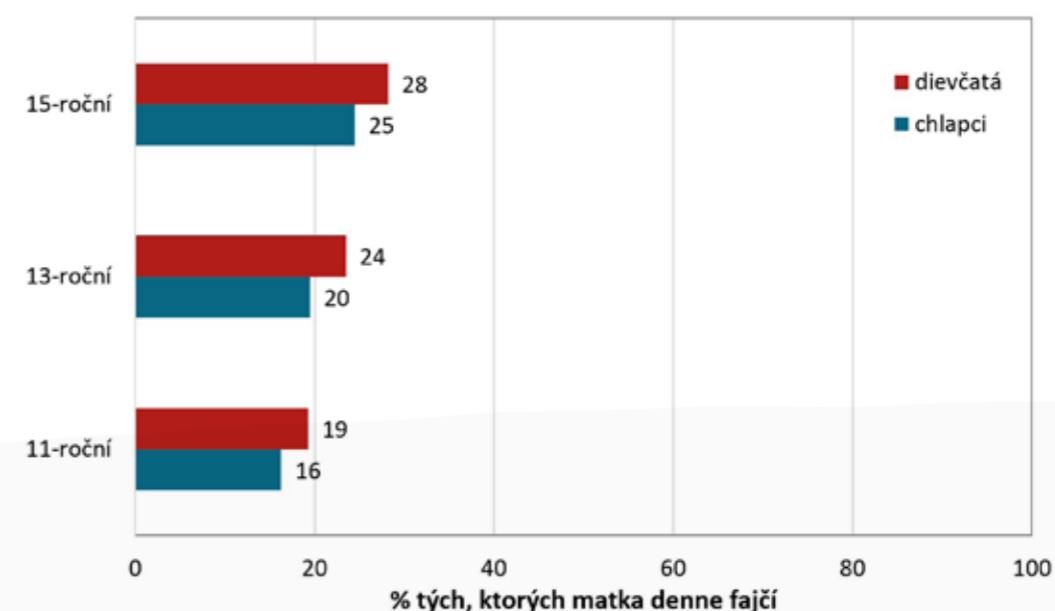
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich mama denne fajčí.

**Výskyt:** Viac než štvrtina 15-ročných dievčat (28 %) a chlapcov (25 %) uviedla, že ich mama denne fajčí. V skupine 13-ročných školákov na túto otázku kladne odpovedalo 24 % dievčat a 20 % chlapcov. V skupine 11-ročných školákov 19 % dievčat a 16 % chlapcov uviedlo, že ich mama denne fajčí tabak.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 rokov uviedli, že ich mama fajčí menej často ako dievčatá v tomto veku (13-roční OR/CI: 0,8/ 0,63-0,99). V ostatných vekových skupinách nebol významný rozdiel v odpovediach medzi chlapcami a dievčatami.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky uviedli, že ich mama fajčí menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/ 0,46-0,78; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/ 0,58-0,95; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,47-0,79; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,8/0,62-1,00).

Obrázok 80: Rolové správanie - každodenné fajčenie tabaku matkou



## Rolové správanie – každodenné fajčenia tabaku otcom

**Popis indikátora:** Otec denne fajčí?

- Áno
- Nie

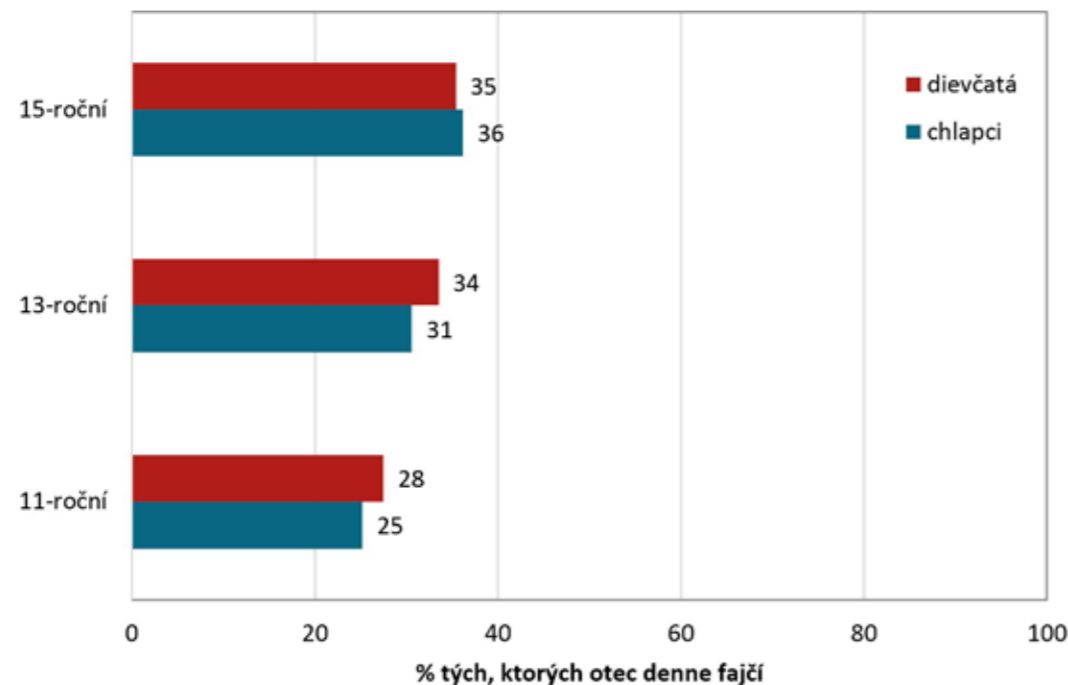
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich otec denne fajčí.

**Výskyt:** 35 % dievčat a 36 % chlapcov vo veku 15 rokov uviedlo, že ich otec denne fajčí. V skupine 13-ročných školákov na túto otázku kladne odpovedalo 34 % dievčat a 31 % chlapcov. Z 11-ročných školákov 28 % dievčat a 25 % chlapcov uviedlo, že ich otec denne fajčí.

**Rodové rozdiely:** Chlapci ani dievčatá sa významne nelíšili v odpovediach na túto otázku.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky uviedli, že ich otec fajčí menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/ 0,47-0,75; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,8/ 0,63-0,97; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/ 0,55-0,88).

Obrázok 81: Rolové správanie - každodenné fajčenie tabaku otcom



*Rodičia fajčia a deti chcú vedieť prečo to robia, a tak to vyskúšajú.*

*Chlapec, 11 rokov.*

*Moji rodičia bohužiaľ fajčia. Vadí mi to.*

*Chlapec, 15 rokov.*

## Rolové správanie – každodenné fajčenie tabaku najlepším priateľom

**Popis indikátora:** Tvoj najlepší priateľ denne fajčí?

- Áno
- Nie

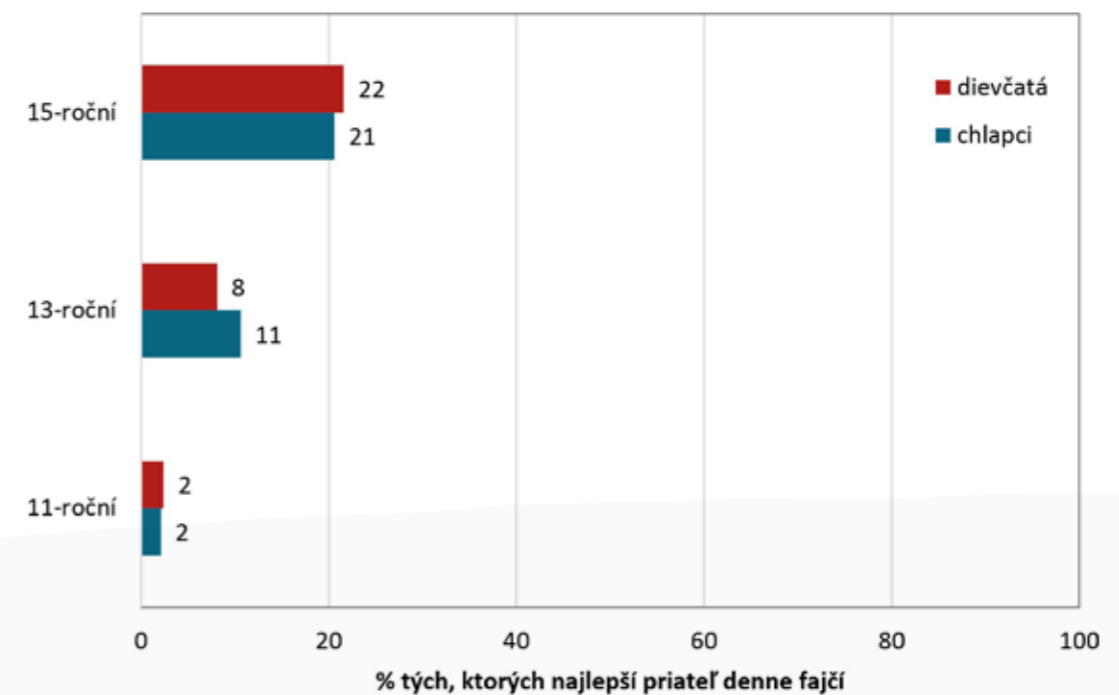
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich najlepší priateľ denne fajčí.

**Výskyt:** Pätina chlapcov (22 %) a dievčat (21 %) vo veku 15 rokov má najlepšieho priateľa, ktorý denne fajčí. V skupine 13-ročných školákov 8 % dievčat a 11 % chlapcov uviedlo, že ich najlepší priateľ denne fajčí, zatiaľ čo z 11-ročných školákov na túto otázku kladne odpovedali 2 % chlapcov aj dievčat.

**Rodové rozdiely:** Medzi chlapcami a dievčatami neboli významné rozdiely v odpovediach na otázku, či ich najlepší priateľ denne fajčí.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky uviedli, že ich najlepší priateľ fajčí menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,1/ 0,05-0,15; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/ 0,34-0,61; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,1/ 0,05-0,15; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,3/ 0,23-0,44).

Obrázok 82: Rolové správanie - každodenné fajčenie tabaku najlepším priateľom



## Skúsenosť s pitím alkoholu (v živote)

**Popis indikátora:** Koľko dní (ak vôbec) si pil/a alkohol vo svojom živote?

- Nikdy
- 1-2 dni
- 3-5 dní
- 6-9 dní
- 10-19 dní
- 20-29 dní
- 30 dní (a viac)

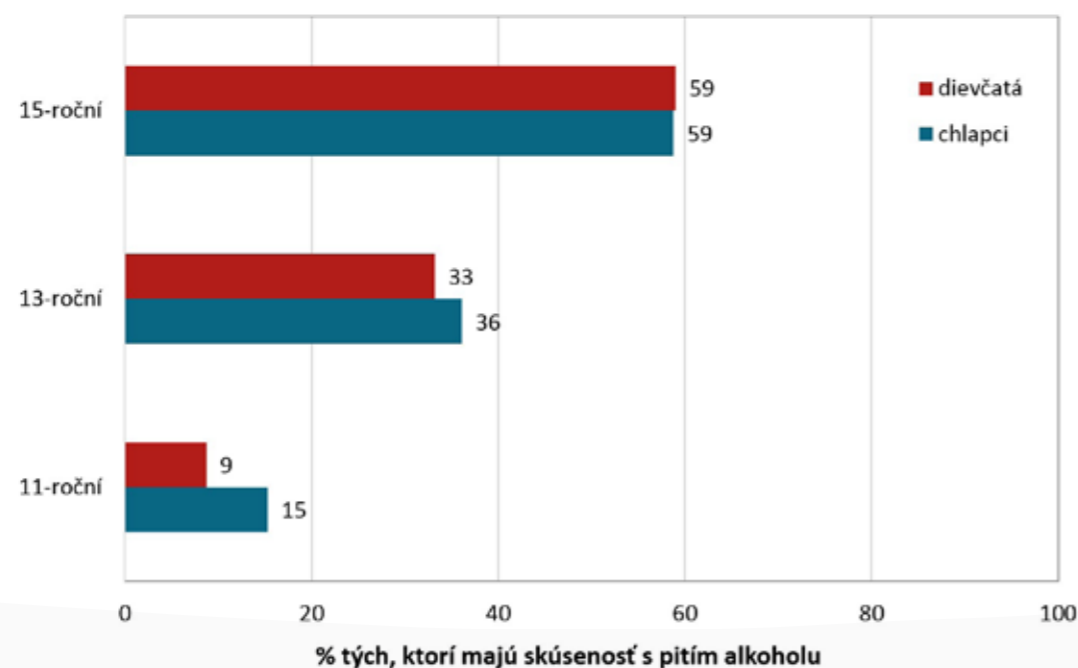
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli pitie alkoholu 1-2 dni a častejšie vo svojom živote.

**Výskyt:** Osobné skúsenosti s pitím alkoholu uviedli takmer šiesti z desiatich 15-ročných a asi tretina 13-ročných školákov. Medzi 11-ročnými kladne odpovedalo 15 % chlapcov a 9 % dievčat.

**Rodové rozdiely:** Vo výskyte skúseností s konzumáciou alkoholu chlapci štatisticky významne prevažovali nad dievčatami v skupine 11-ročných (11-roční OR/CI: 1,9/1,37-2,60). V ostatných vekových skupinách boli rozdiely malé a nedosahovali štatistickú významnosť.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Výskyt skúsenosti s konzumáciou alkoholu výrazne stúpala s vekom (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,1/0,10-0,16; 13-roční vs. 15-roční OR/CI: 0,4/0,32-0,49; 11-ročné vs 15-ročné OR/CI: 0,1/0,05-0,09; 13-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 0,3/0,28-0,43).

Obrázok 83: Skúsenosť s pitím alkoholu (v živote)



*Ukradnú od rodičov a bavi ich opitý stav.  
Chlapec, 15 rokov.*

## Pitie alkoholu v súčasnosti (za posledných 30 dní)

**Popis indikátora:** Koľko dní (ak vôbec) si pil/a alkohol za posledných 30 dní?

- Nikdy
- 1-2 dni
- 3-5 dní
- 6-9 dní
- 10-19 dní
- 20-29 dní
- 30 dní (a viac)

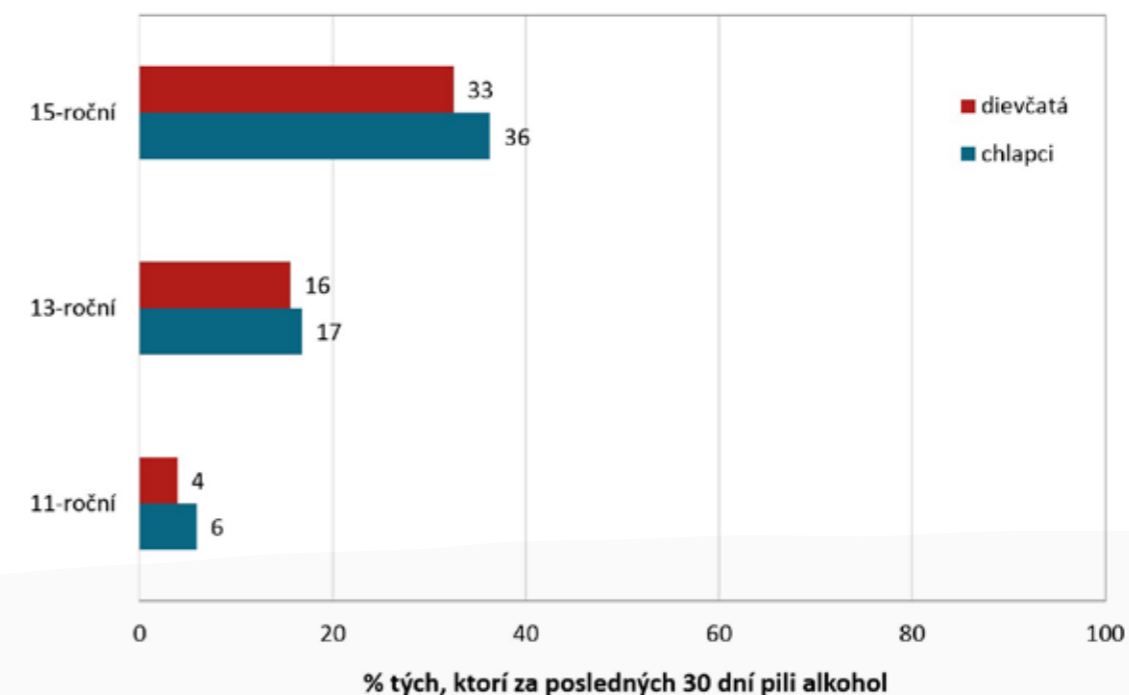
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli pitie alkoholu 1-2 dni a častejšie za posledných 30 dní.

**Výskyt:** Približne tretina 15-ročných školákov a menej ako pätina 13-ročných školákov uviedla pitie alkoholu aspoň raz za mesiac. V skupine 11-ročných školákov kladne odpovedalo 6 % chlapcov a 4 % dievčat.

**Rodové rozdiely:** Rozdiely medzi chlapcami a dievčatami v pití alkoholu aspoň raz za mesiac neboli významné.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Pitie alkoholu za posledných 30 dní výrazne stúpalo s vekom pričom jeho výskyt bol u 15-ročných školákov dvojnásobný v porovnaní s 13-ročnými školákmi (11-roční vs. 15-roční OR/CI: 0,1/0,08-0,16; 13-roční vs. 15-roční OR/CI: 0,4/0,28-0,45; 11-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 0,1/0,06-0,13; 13-ročné vs. 15-ročné OR/CI: 0,4/0,30-0,50).

Obrázok 84: Pitie alkoholu v súčasnosti (za posledných 30 dní)



# Pitie jednotlivých druhov alkoholu

**Popis indikátora:** V súčasnosti, ako často piješ niečo alkoholické, napríklad pivo, víno alebo liehoviny ako vodka, slivovica, borovička? Pokús sa zahrnúť aj tie prípady, keď si vypil/a iba malé množstvo. Zaškrtni, prosím, jedno políčko pre každý riadok (každý riadok tejto otázky predstavoval druh alkoholického nápoja: pivo, víno, liehoviny/pálenky (napr. vodka, slivovica, becherovka, fernet), miešané alkoholické nápoje (napr. Beton, Bavorák, Smirnoff Ice, Bacardi Breezer), akékoľvek iné nápoje, ktoré obsahujú alkohol.

- každý deň
- aspoň raz za týždeň
- aspoň raz za mesiac
- zriedkavo
- nikdy

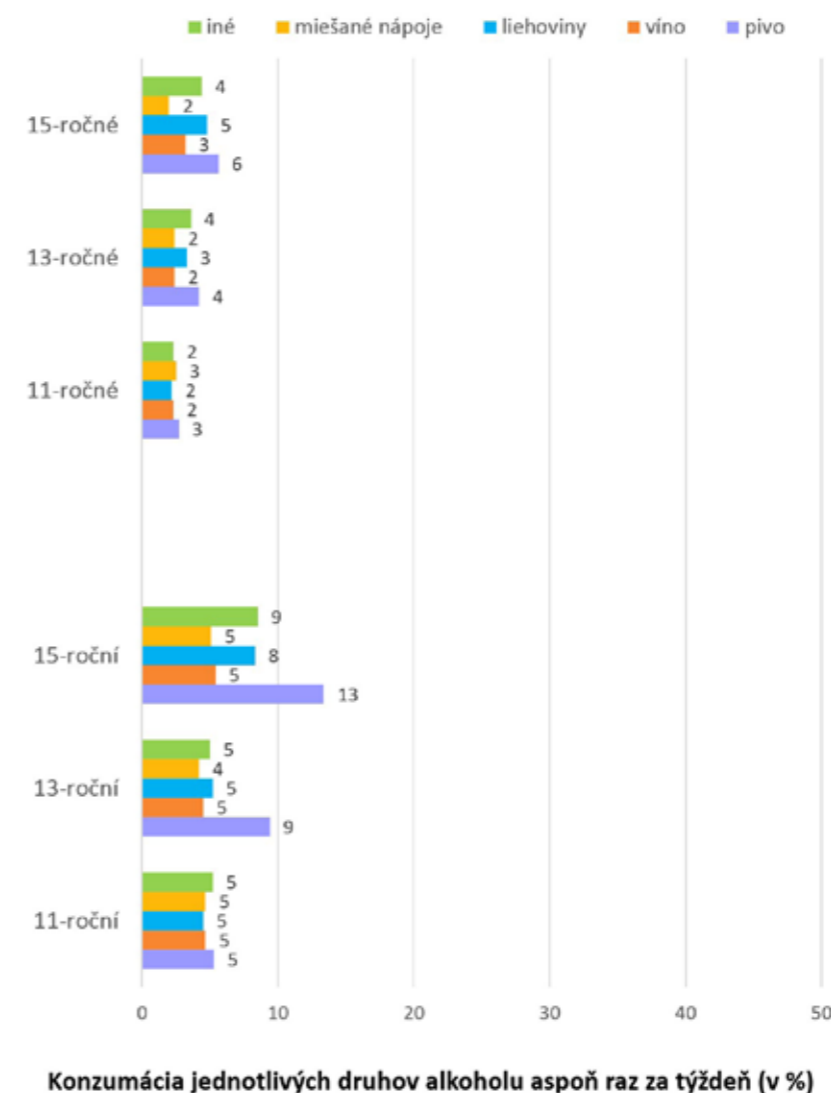
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí pili vybrané alkoholické nápoje aspoň raz za týždeň.

**Výskyt:** Pitie vybraných alkoholických nápojov aspoň raz za týždeň uviedlo 2 až 6 % školákov s výnimkou pitia piva u 13 a 15-ročných chlapcov a pitia liehovín a iných nápojov u 15-ročných chlapcov, ktoré sa vyskytovalo častejšie. Najčastejšie konzumovaným nápojom bolo pivo (13 % u 15-ročných chlapcov, 3 % u 11-ročných dievčat). Najzriedkavejšie uvádzali školáci pitie vína (5 % u 15-ročných chlapcov, 2 % u 11-ročných dievčat).

**Rodové rozdiely:** Chlapci uvádzali pitie jednotlivých druhov alkoholu aspoň jedenkrát za týždeň častejšie ako dievčatá (pitie piva 11-roční OR/CI 2,0/1,19-3,51; 13-roční OR/CI 2,3/1,57-3,47; 15-roční OR/CI 2,6/1,70-3,96; pitie vína 11-roční OR/CI 2,1/1,16-3,70; 13-roční OR/CI 1,9/1,1-3,19; pitie liehovín 11-roční OR/CI 2,1/1,18-3,86; 13-roční OR/CI 1,6/1,02-2,65; 15-roční OR/CI 1,8/1,12-2,90; pitie miešaných nápojov 11-roční OR/CI 2,0/1,31-3,46; 13-roční OR/CI 1,8/1,03-3,03; 15-roční OR/CI 2,7/1,33-5,33; pitie iných alkoholických nápojov 11-roční OR/CI 2,3/1,31-4,10; 15-roční OR/CI 2,0/1,22-3,24), s výnimkou pitia vína u 15-ročných a pitia iných nápojov u 13-ročných, kde rozdiely nedosahovali štatistickú významnosť.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Starší školáci a školáčky pili vybrané alkoholické nápoje aspoň raz týždenne častejšie ako mladší školáci a školáčky (pitie piva 11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI 0,4/0,25-0,54; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI 0,7/0,49-0,92; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI 0,5/0,26-0,81; pitie liehovín 11-vs. 15-roční OR/CI 0,5/0,34-0,82; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI 0,6/0,41-0,92; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI 0,4/0,24-0,82; pitie iných nápojov 11-vs.15-roční OR/CI 0,6/0,39-0,92; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI 0,6/0,38-0,86; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI 0,5/0,28-0,95). Výnimkou bolo len pitie vína alebo miešaných nápojov, kde sme štatisticky významné rozdiely medzi vekovými skupinami nepotvrdili.

Obrázok 85: Pitie jednotlivých druhov alkoholu aspoň raz za týždeň



*Chcú vyskúšať aké to je, byť opitý. A zároveň chcú mať lepšiu náladu a to napriek tomu, že im je potom zle. Kúpia si to od dospelých kamarátov.*

*Dievča, 12 rokov.*

*Počula som už rôzne „storky“ prečo sa opiť. Na zlomené tínedžerské srdce, alebo snaha zapadnúť týmto spôsobom. Doteraz som bola len tá, čo vodi alebo doprevádza, dohliada na svojich opitých kamarátov, a tak to aj veľmi dlho zostane.*

*Dievča, 14 rokov.*

## Dostupnosť alkoholu

**Popis indikátora:** Keď si chcel/a kúpiť alkohol v obchode, bare, diskonte a podobne, odmietli ti ho predať vzhľadom na tvoj vek?

- Nekupoval/a som alkohol
- Áno, odmietli mi ho predať
- Nie, predali mi ho

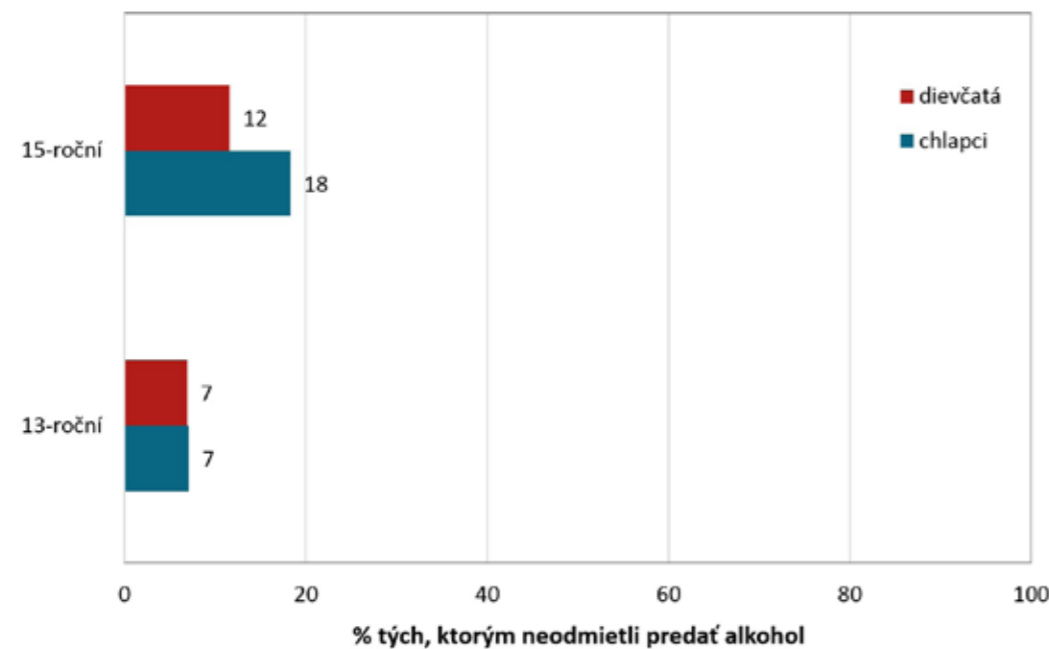
Na túto otázku odpovedali len 13 a 15-roční školáci. Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že im predali alkohol.

**Výskyt:** V obchodoch sa napriek zákazu podarilo nakúpiť alkohol 7 % školákov a školáčok vo veku 13 rokov. Vo veku 15 rokov mali túto skúsenosť temer každý piaty školák a každá desiatka školáčka.

**Rodové rozdiely:** Zatiaľ čo medzi 13-ročnými školákmi boli rodové rozdiely štatisticky nevýznamné, v skupine 15-ročných boli pri nákupe alkoholu „úspešnejší“ chlapci (15-roční OR/CI: 1,7/1,24-2,37).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladším, teda 13-ročným školákom a školáčkam sa podarilo v obchodoch nakúpiť alkohol menej často ako 15-ročným školákom a školáčkam (13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,3/0,25-0,47; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá 0,6/0,40-0,83).

Obrázok 86: Dostupnosť alkoholu



*Keď v obchode povie, že je to pre jeho otca, predajú mu alkohol aj cigarety.  
Chlapec, 11 rokov.*

## Rolové správanie – pitie alkoholu aspoň jedenkrát za týždeň matkou

**Popis indikátora:** Mama aspoň raz týždenne pije alkohol?

- Áno
- Nie

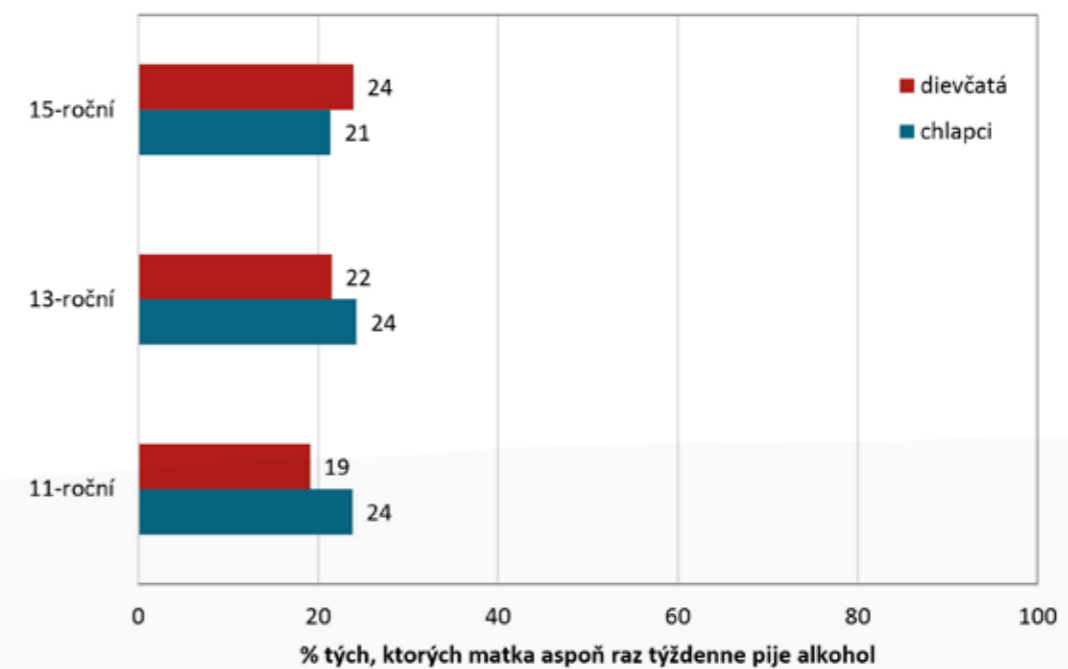
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich mama pije alkohol aspoň raz týždenne.

**Výskyt:** V skupine 15-ročných školákov 24 % dievčat a 21 % chlapcov uviedlo, že ich mama aspoň jedenkrát do týždňa pije alkohol. Z 13-ročných školákov kladne na túto otázku odpovedalo 22 % dievčat a 24 % chlapcov. 19 % dievčat a 24 % chlapcov vo veku 11 rokov má mamu, ktorá pije alkohol aspoň jedenkrát do týždňa.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 rokov uviedli, že ich mama pije alkohol aspoň raz týždenne častejšie ako dievčatá v tomto veku (11-roční OR/CI: 1,3/ 1,03-1,70). V ostatných vekových skupinách rodové rozdiely zaznamenané neboli.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami boli až na jednu výnimku nevýznamné. Dievčatá vo veku 11 rokov uviedli, že ich mama pije alkohol aspoň raz týždenne menej často ako 15-ročné dievčatá (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,8/0,58-0,98).

Obrázok 87: Rolové správanie – pitie alkoholu aspoň jedenkrát do týždňa matkou



## Rolové správanie – pitie alkoholu aspoň jedenkrát za týždeň otcom

**Popis indikátora:** Otec aspoň raz týždenne pije alkohol?

- Áno
- Nie

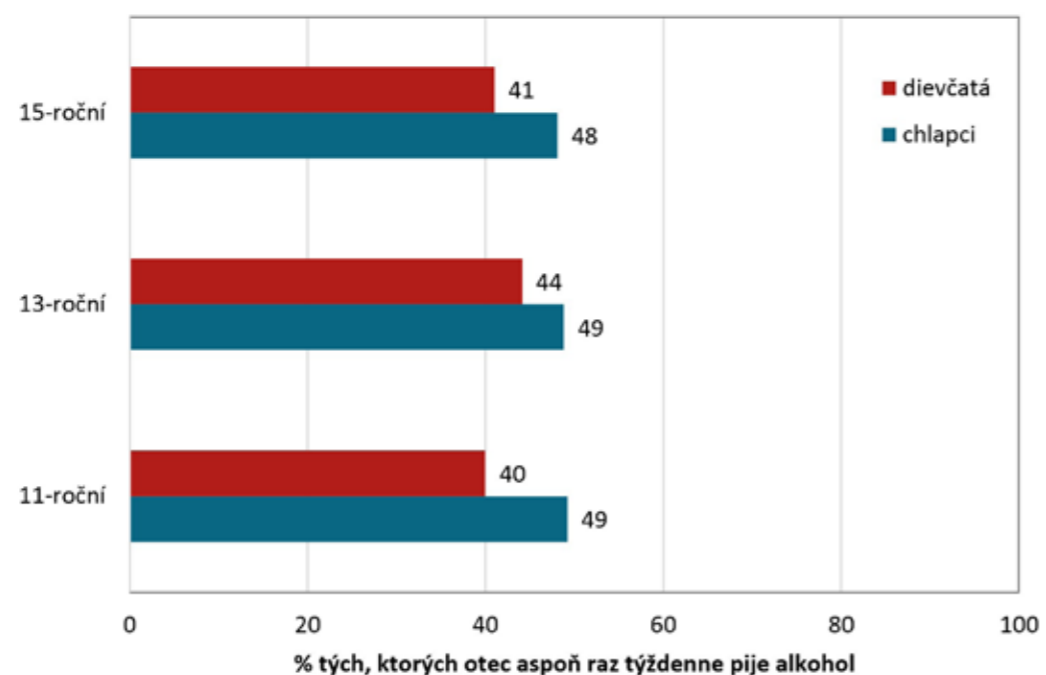
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich otec aspoň raz týždenne pije alkohol.

**Výskyt:** Približne dve pätiny dievčat (40-44 %) a polovica chlapcov (48-49 %) uviedla, že ich otec pije alkohol aspoň raz týždenne.

**Rodové rozdiely:** Chlapci a dievčatá sa významne líšili vo všetkých vekových skupinách, pričom častejšie kladne odpovedali chlapci (11-roční chlapci vs. 11-ročné dievčatá OR/CI: 1,0/ 0,57-1,76; 13-roční chlapci vs. 13-ročné dievčatá OR/CI: 1,2/ 0,91-1,71 a 15-roční chlapci vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,3/ 0,99-1,71).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami boli nevýznamné.

Obrázok 88: Rolové správanie – pitie alkoholu aspoň jedenkrát do týždňa otcom



*Neznášam alkohol, lebo keď sme na nejakej oslave, potom prideme domov a štyri dni ešte pije a je mu zle.*

*Dievča, 13 rokov.*

*Keď sa opije, potom do všetkého búcha a kričí.*

*Dievča, 13 rokov.*

## Rolové správanie – pitie alkoholu aspoň jedenkrát za týždeň najlepším priateľom

**Popis indikátora:** Najlepší priateľ aspoň raz týždenne pije alkohol?

- Áno
- Nie

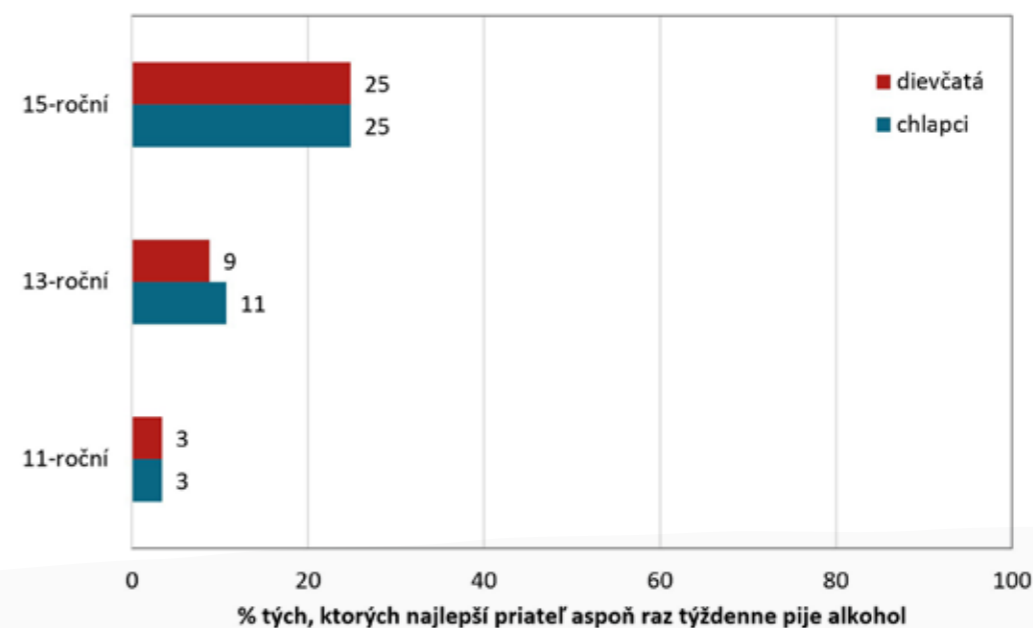
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich najlepší priateľ pije alkohol aspoň raz týždenne.

**Výskyt:** Štvrtina chlapcov a dievčat vo veku 15 rokov má najlepšieho priateľa, ktorý pije alkohol aspoň raz za týždeň, zatiaľ čo v skupine 13-ročných školákov má takéhoto priateľa 9 % dievčat a 11 % chlapcov a v skupine 11-ročných školákov iba 3 % dievčat a chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky uviedli, že ich najlepší priateľ pije alkohol aspoň raz týždenne menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,1/ 0,07-0,17; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,4/ 0,28-0,48; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,1/0,09-0,22; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,4/ 0,28-0,52).

Obrázok 89: Rolové správanie – pitie alkoholu aspoň jedenkrát do týždňa najlepším priateľom





## Skúsenosť s opitostou aspoň dvakrát v živote

**Popis indikátora:** Vypil/a si niekedy toľko alkoholu, že si bol/a naozaj opitý/á vo svojom živote? Mal/a si jeden alebo viacero z príznakov: problémy s chôdzou alebo problémy s rečou/hovorením, zvracanie alebo okno (nepamätal/a si si, čo sa stalo)?

- Nie, nikdy
- Áno, raz
- Áno, 2-3 krát
- Áno, 4-10 krát
- Áno, viac ako 10 krát

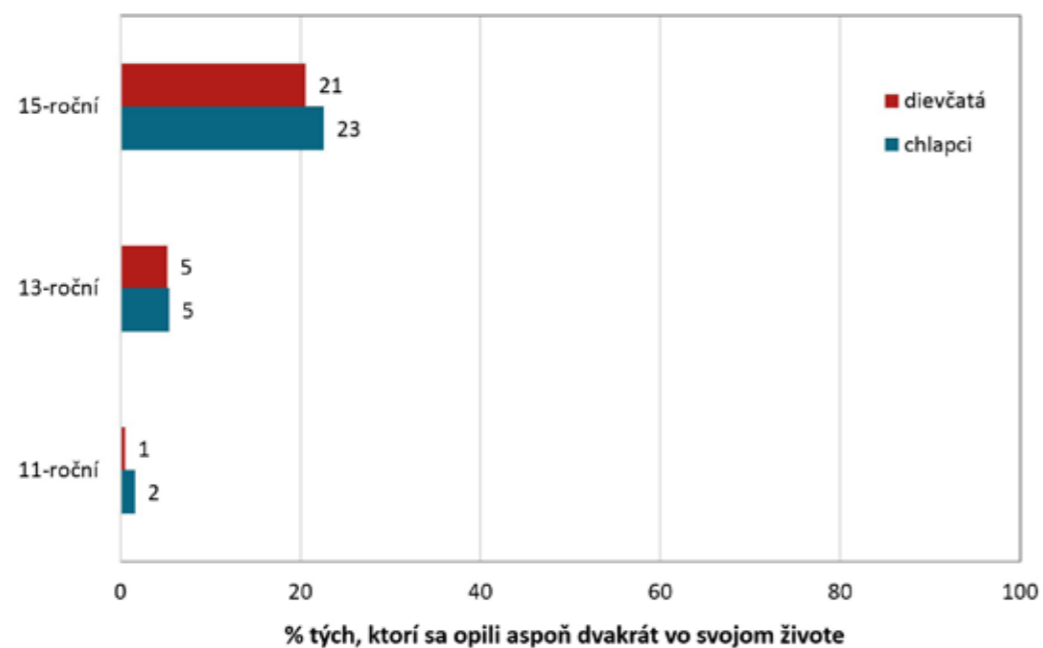
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že sa opili 2-3 krát a viac vo svojom živote.

**Výskyt:** Asi pätina 15-ročných, 5 % 13-ročných a menej ako 2 % 11-ročných školákov sa vo svojom živote opilo aspoň dvakrát.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme v skupine 13-ročných a 15-ročných školákov nepotvrdili. V skupine 11-ročných školákov sme pre nízky počet respondentov rodové rozdiely neoverovali.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Školáci a školáčky vo veku 13 rokov mali skúsenosť s opitostou menej často ako školáci a školáčky vo veku 15 rokov. Vekové rozdiely medzi 11 a 15-ročnými školákmi a školáčkami sme pre nízky počet respondentov neoverovali.

Obrázok 90: Skúsenosť s opitostou aspoň dvakrát v živote



*Robia to zo zvedavosti, alebo ich k tomu naviedli kamaráti. Možno sa snažia, aby nemysleli na niečo, čo im ublížilo. Alebo je to opäť nejaký trend. Kúpi im to nejaký starší známy.*

*Dievča, 12 rokov.*

## Opitosť za posledných 30 dní aspoň raz

**Popis indikátora:** Vypil/a si niekedy toľko alkoholu, že si bol/a naozaj opitý/á za posledných 30 dní? Mal/a si jeden alebo viacero z príznakov: problémy s chôdzou alebo problémy s rečou/hovorením, zvracanie alebo okno (nepamätal/a si si, čo sa stalo)?

- Nie, nikdy
- Áno, raz
- Áno, 2-3 krát
- Áno, 4-10 krát
- Áno, viac ako 10 krát

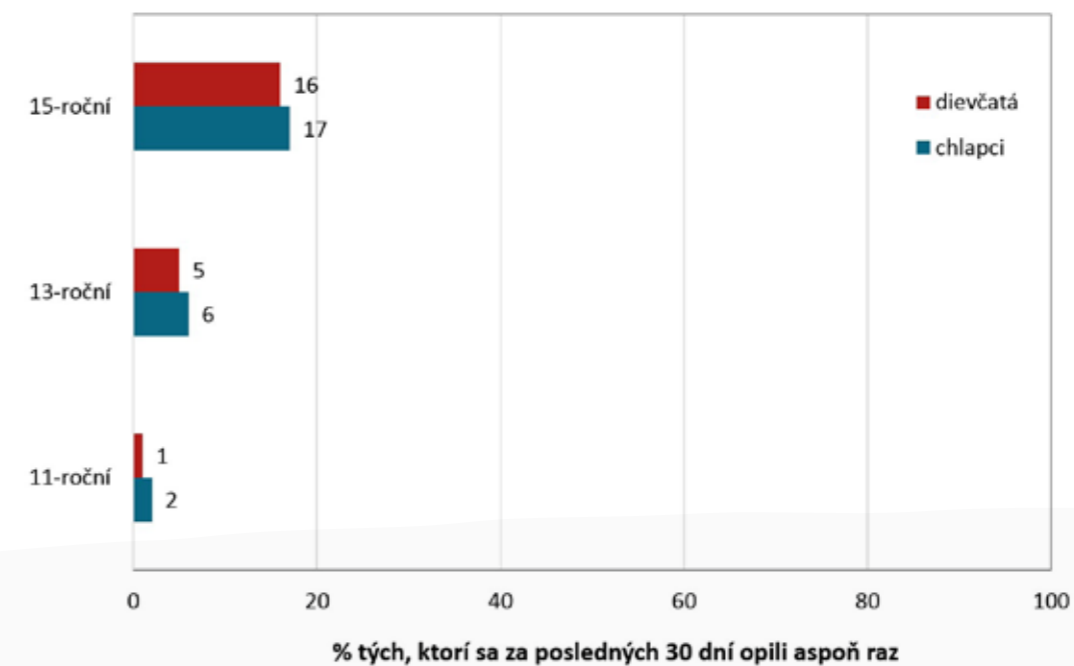
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že sa opili 1- a viackrát za posledných 30 dní.

**Výskyt:** Za posledných 30 dní sa opilo menej ako 2 % školákov a školáčok vo veku 11 rokov (1-2 %), menej ako 6 % školákov a školáčok vo veku 13 rokov (5-6 %) a menej ako 17 % školákov a školáčok vo veku 15 rokov (16-17 %).

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme v skupine 13 a 15-ročných školákov nepotvrdili. V skupine 11-ročných školákov sme pre nízky počet respondentov rodové rozdiely neoverovali.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Školáci a školáčky vo veku 13 rokov sa opili aspoň raz za posledných 30 dní menej často ako školáci a školáčky vo veku 15 rokov (13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,3/0,20-0,41; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,3/0,20-0,43). Vekové rozdiely medzi 11 a 15-ročnými školákmi a školáčkami sme pre nízky počet respondentov neoverovali.

Obrázok 91: Opitosť za posledných 30 dní aspoň raz



## Rolové správanie – opitosť aspoň raz za mesiac u matky

**Popis indikátora:** Mama sa aspoň raz za mesiac opije?

- Áno
- Nie

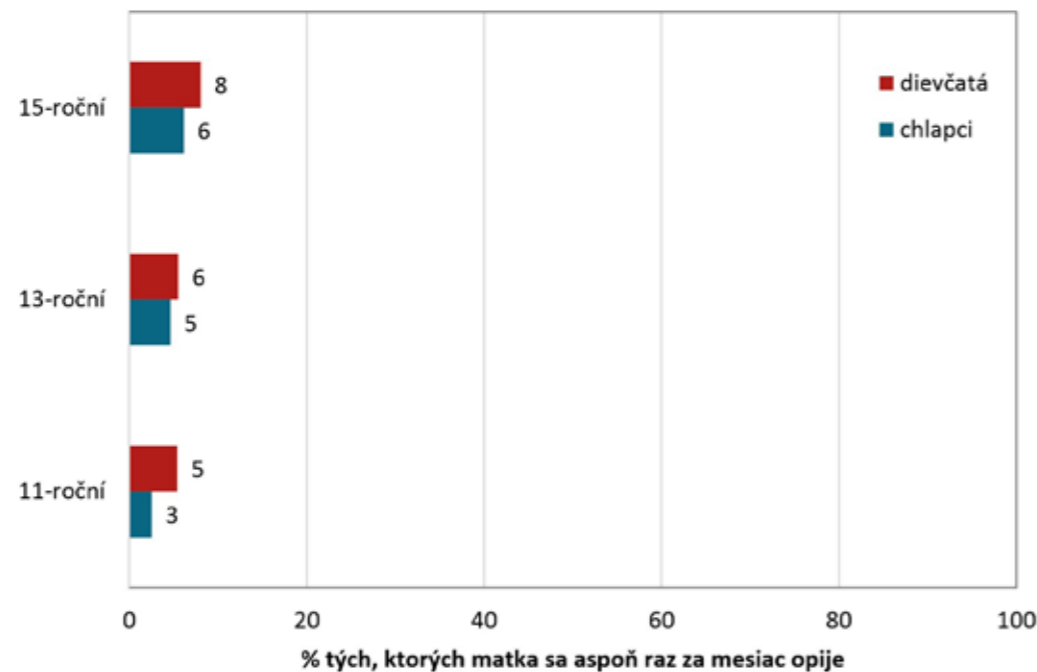
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich mama sa aspoň raz za mesiac opije.

**Výskyt:** Menej ako 8 % školákov a školáčok (3-8 %) uviedlo, že sa ich mama aspoň raz za mesiac opije.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 rokov menej často uviedli, že ich mama sa aspoň raz za mesiac opije ako dievčatá v tomto veku (11-roční OR/CI: 0,5/0,26-0,81). V ostatných vekových skupinách sa chlapci a dievčatá významne nelíšili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Chlapci vo veku 11 rokov menej často uviedli, že ich mama sa aspoň raz za mesiac opije ako chlapci vo veku 15 rokov (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,4/ 0,23-0,72). Medzi ostatnými vekovými skupinami sme rozdiely nepotvrdili.

Obrázok 92: Rolové správanie – opitosť aspoň raz za mesiac u matky



*Rodičia, keď pijú, prídu neskoro domov a ja sa o nich bojím a nemôžem zaspať.  
Dievča, 14 rokov.*

## Rolové správanie – opitosť aspoň raz za mesiac u otca

**Popis indikátora:** Otec sa aspoň raz za mesiac opije?

- Áno
- Nie

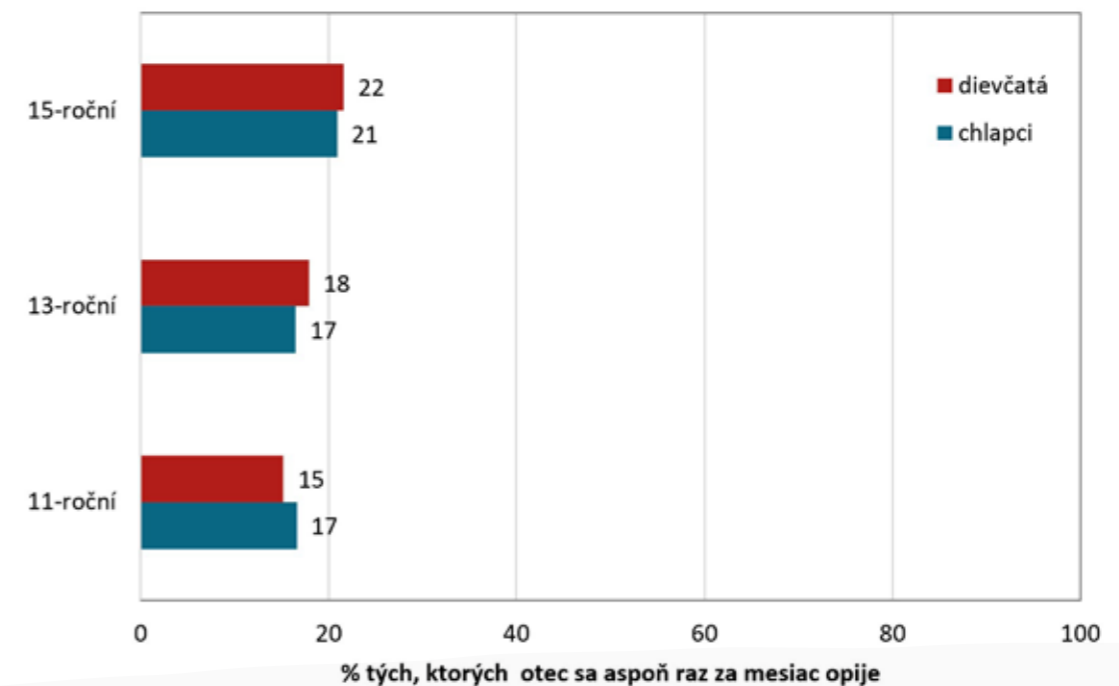
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich otec sa aspoň raz za mesiac opije.

**Výskyt:** Približne pätina školákov a školáčok (15-22 %) uviedla, že sa ich otec aspoň raz za mesiac opije. Opitosť u otca aspoň raz mesiaca uviedlo aj 18 % chlapcov a 17 % dievčat vo veku 13 rokov a 15 % dievčat a 17 % chlapcov vo veku 11 rokov.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky uviedli, že sa ich otec aspoň raz za mesiac opije menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,8/ 0,57-1,00; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/ 0,58-0,97; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/ 0,49-0,87).

Obrázok 93: Rolové správanie – opitosť aspoň raz za mesiac u otca



*Pijú, aby sa odreagovali a zabudli na problémy.  
Dievča, 14 rokov.*

# Rolové správanie – opitosť aspoň raz za mesiac u najlepšieho priateľa

**Popis indikátora:** Najlepší priateľ sa aspoň raz za mesiac opije?

- Áno
- Nie

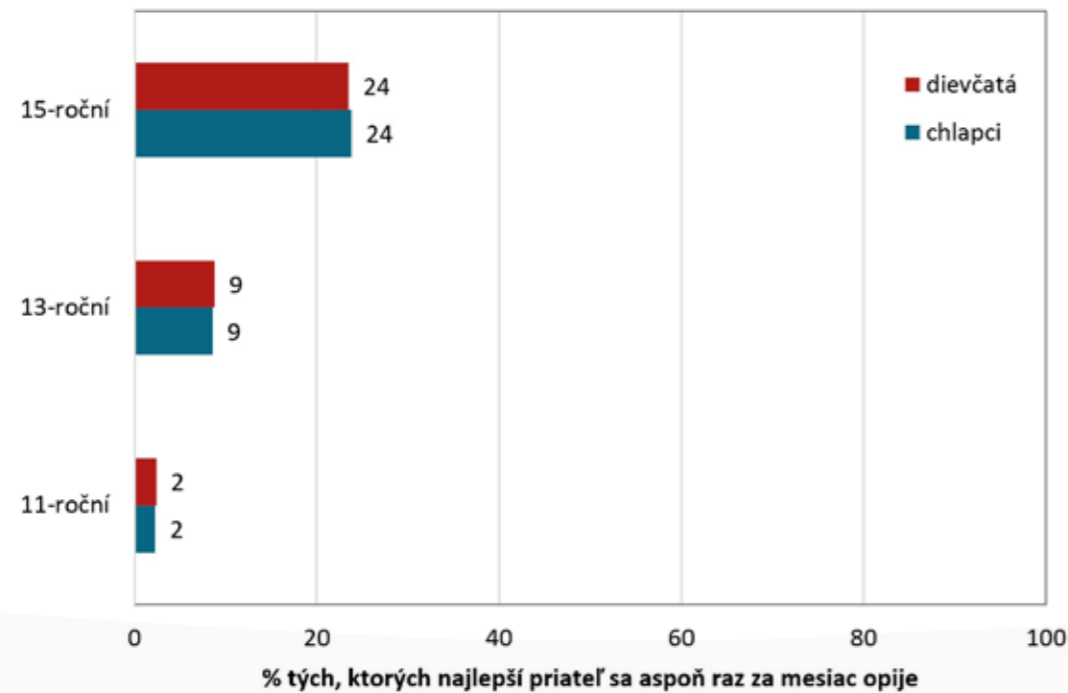
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich najlepší priateľ sa aspoň raz za mesiac opije.

**Výskyt:** Štvrtina chlapcov aj dievčat (24 %) vo veku 15 rokov uviedla, že sa ich najlepší priateľ aspoň raz za mesiac opije. Takéhoto priateľa má aj 9 % 13-ročných chlapcov a dievčat a 2 % 11-ročných chlapcov aj dievčat.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky uviedli, že sa ich najlepší priateľ aspoň raz za mesiac opije menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,1/0,04-0,13; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/0,58-0,97; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,1(0,05-0,13; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,3/,23-0,43).

Obrázok 94: Rolové správanie – opitosť aspoň raz za mesiac u najlepšieho priateľa



# Užívanie kanabisu

**Popis indikátora:** Užil/a si niekedy marihuanu/hašiš (trávu, gandžu, marišku, haš)

- » Vo svojom živote
- » Za posledných 30 dní

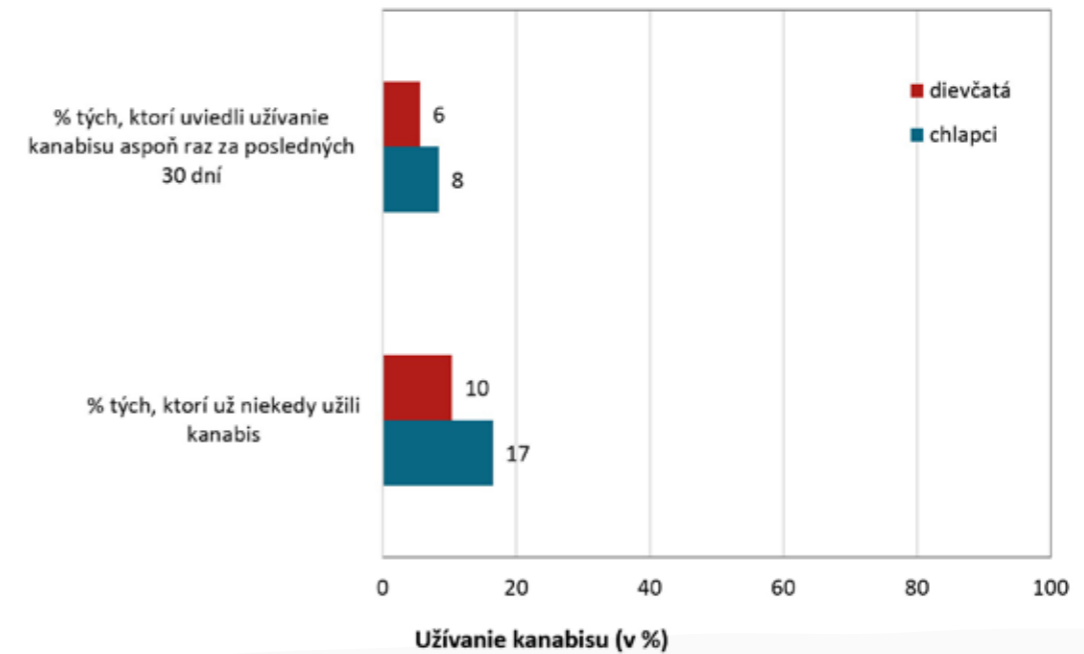
- Nikdy
- 1-2 dni
- 3-5 dní
- 6-9 dní
- 10-19 dní
- 20-29 dní
- 30 dní (a viac)

Na túto otázku odpovedali iba 15-roční respondenti. Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli užitie marihuany 1-2 dni a častejšie vo svojom živote a za posledných 30 dní.

**Výskyt:** Aspoň raz v živote užilo marihuanu 17 % chlapcov a 10 % dievčat, pričom 8 % chlapcov a 6 % dievčat uviedlo, že užilo marihuanu aj za posledných 30 dní.

**Rodové rozdiely:** Chlapci mali skúsenosť s užívaním marihuany častejšie ako dievčatá (15-roční CI/OR: 1,7/1,20-2,40), no vo výskyte užívania marihuany za posledných 30 dní sa od dievčat nelíšili.

Obrázok 95: Užívanie kanabisu aspoň raz za život a za posledných 30 dní



## Rolové správanie – užívanie drog matkou

**Popis indikátora:** Mama užíva nejaké drogy?

- Áno
- Nie

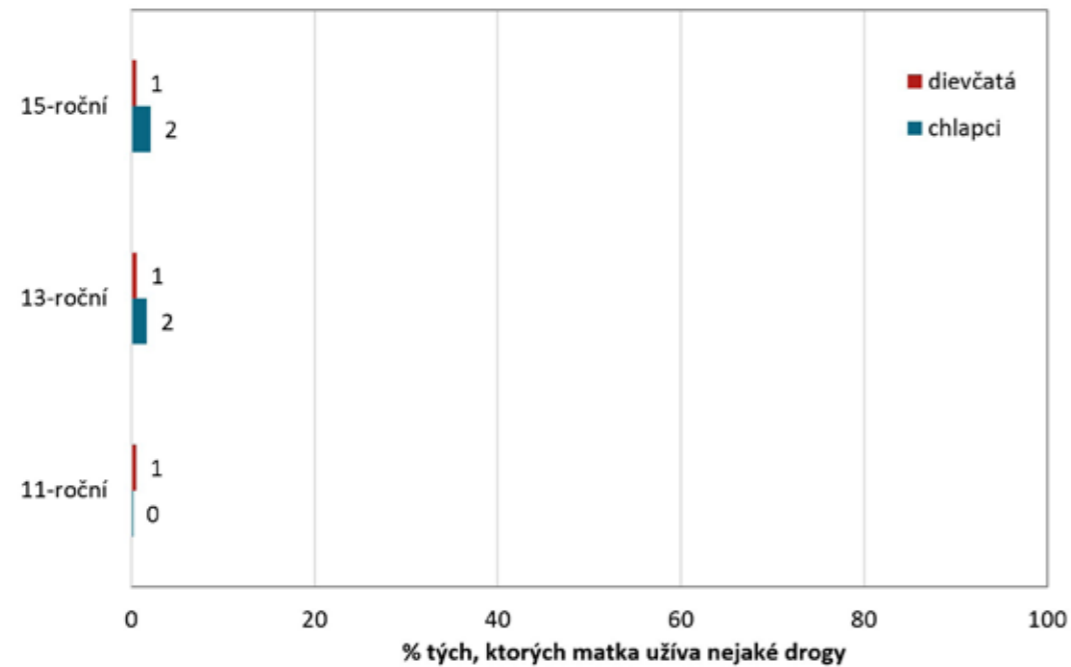
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich mama užíva nejaké drogy.

**Výskyt:** Menej ako 2 % školákov a školáčok uviedlo, že ich mama užíva nejaké drogy.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme pre nízky počet respondentov neoverovali.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme pre nízky počet respondentov neoverovali.

Obrázok 96: Rolové správanie – užívanie drog mamou



## Rolové správanie – užívanie drog otcom

**Popis indikátora:** Otec užíva nejaké drogy?

- Áno
- Nie

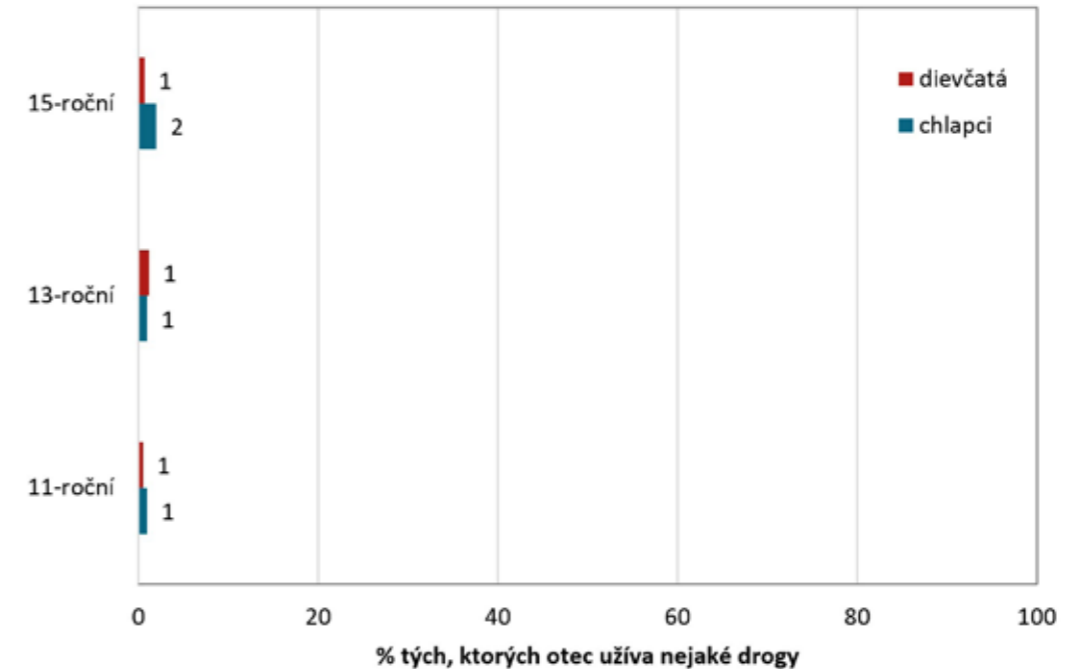
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich otec užíva nejaké drogy.

**Výskyt:** Menej ako 2 % školákov a školáčok uviedlo, že ich otec užíva nejaké drogy.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme pre nízky počet respondentov neoverovali.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme pre nízky počet respondentov neoverovali.

Obrázok 97: Rolové správanie – užívanie drog otcom



# Rolové správanie – užívanie drog najlepším priateľom

**Popis indikátora:** Najlepší priateľ užíva nejaké drogy?

- Áno
- Nie

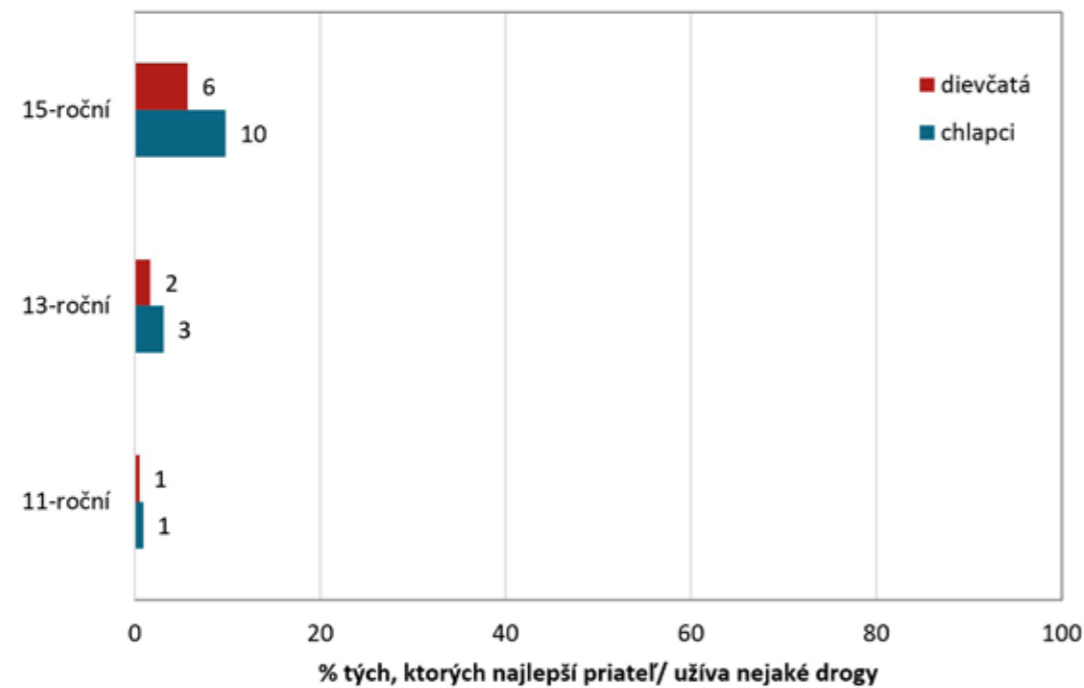
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich najlepší priateľ užíva nejaké drogy.

**Výskyt:** 6 % dievčat a 10 % chlapcov vo veku 15 rokov uviedlo, že ich najlepší priateľ užíva nejaké drogy. Kladne na túto otázku odpovedali aj 2 % 13-ročných dievčat a 3 % chlapcov v rovnakom veku. Z 11-ročných školákov má takéhoto priateľa 1 % dievčat aj chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme pre nízky počet respondentov neoverovali.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme pre nízky počet respondentov neoverovali.

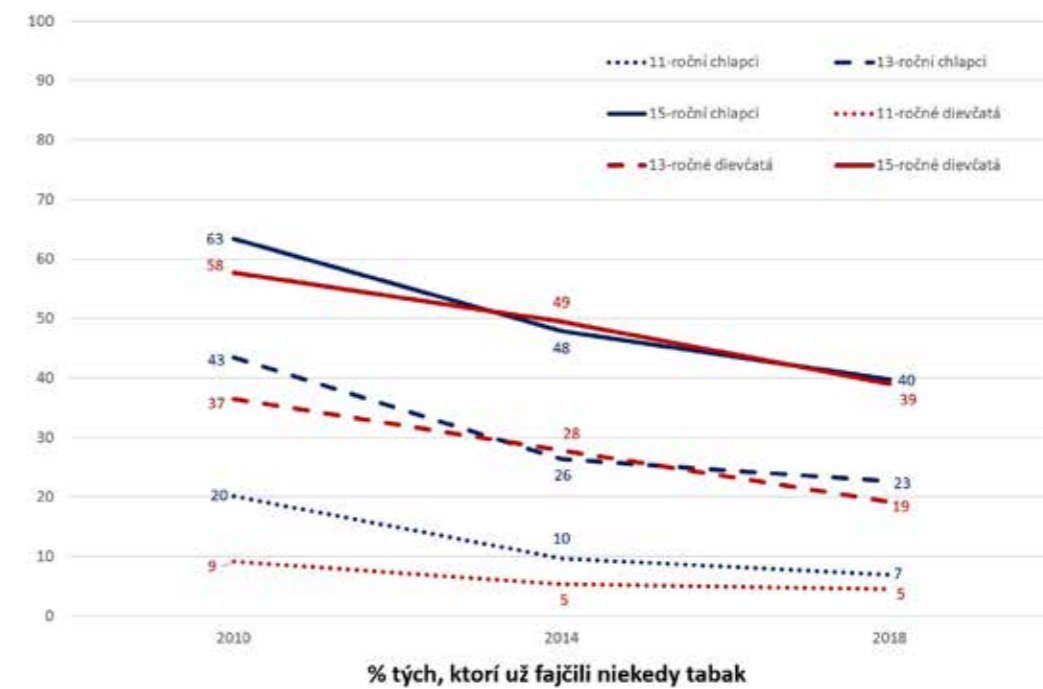
Obrázok 98: Rolové správanie – užívanie drog najlepším priateľom



# Trendy 2010 – 2014 – 2018

## Skúsenosť s fajčením cigariet

Obrázok 99: Skúsenosť s fajčením cigariet – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní žiakov v ich skúsenostiach s fajčením sme zistili, že tento fenomén má vo všetkých sledovaných skupinách klesajúci trend. Významný pokles výskytu fajčenia cigariet sme

zaznamenali v roku 2014 oproti roku 2010 vo všetkých skupinách, a v roku 2018 oproti roku 2014 u 15-ročných chlapcov a u 13 a 15-ročných dievčat.

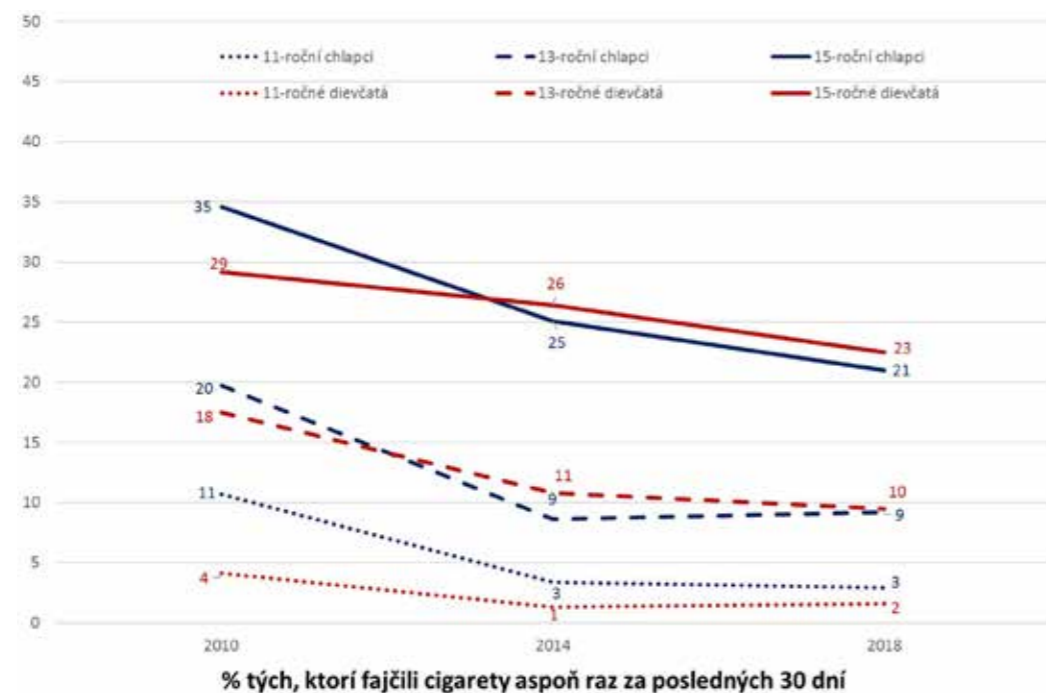
Tabuľka 19: Skúsenosť s fajčením cigariet – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	↓	↓	↓	↓	↓	↓
2014 vs. 2018	=	=	↓	=	↓	↓
2010 vs. 2018	↓	↓	↓	↓	↓	↓

*Vadí mi to. Mám veľa mladistvých kamarátov, ktorí bez toho nedokážu existovať a to ma dosť mrzí. Kúpia im to starší kamaráti.  
Dievča, 15 rokov.*

## Fajčenie cigariet v súčasnosti (za posledných 30 dní)

Obrázok 100: Fajčenie cigariet v súčasnosti (za posledných 30 dní) – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018



V roku 2014 všetky sledované skupiny uvádzali fajčenie cigariet v súčasnosti, resp. za posledných 30 dní, menej často ako v roku 2010 s výnimkou 15-ročných dievčat, kde sa častotou tohto fenoménu výrazne nezmenila. V roku 2018 už ďalej tento klesajúci trend zaznamenaný nebol ani u jednej skupiny; žiaci a žiačky vo veku 11, 13 aj

15 rokov fajčia cigarety približne rovnako často ako v roku 2014. Vzhľadom na nízke početnosti v skupinách 11-ročných dievčat v roku 2014 (n=9) a 2018 (n=12), ktoré fajčili cigarety za posledných 30 dní je potrebné zistenie v tejto vekovej kategórii interpretovať opatrne.

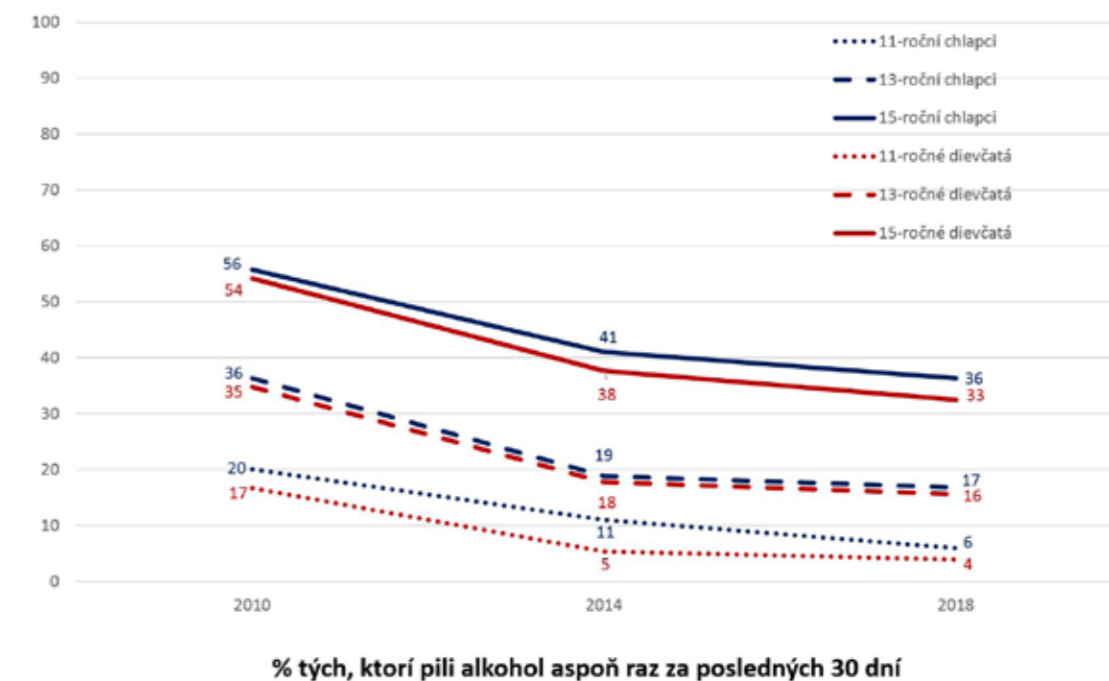
Tabuľka 20: Fajčenie cigariet v súčasnosti (za posledných 30 dní) – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	↓	↓	↓	↓	↓	=
2014 vs. 2018	=	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	↓	↓	↓	↓	↓	↓

*Vadí mi, keď som s niekým vonku a on fajčí, potom mi páchne bunda.  
Dievča, 13 rokov.*

## Pitie alkoholu v súčasnosti (za posledných 30 dní)

Obrázok 101: Pitie alkoholu v súčasnosti (za posledných 30 dní) – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018



Konzumácia alkoholu u školákov a školáčok všetkých vekových kategórií v roku 2014 významne poklesla

oproti roku 2010, pričom u 11-ročných chlapcov opätovne klesla aj v roku 2018 oproti roku 2014.

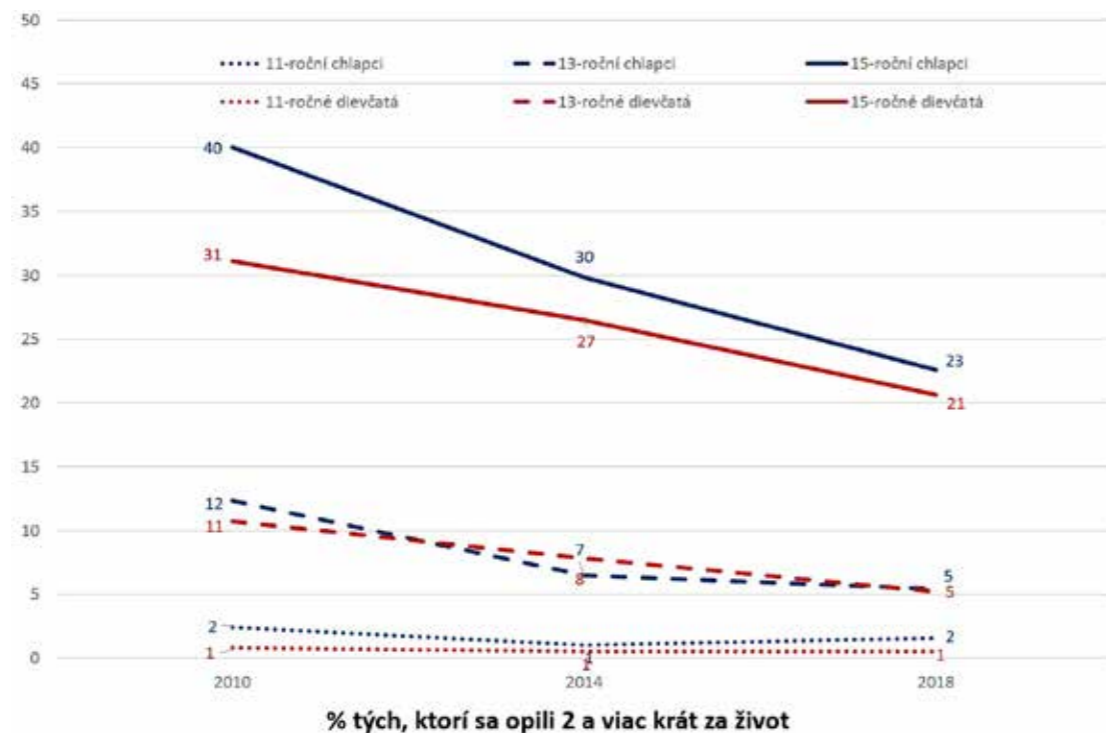
Tabuľka 21: Pitie alkoholu v súčasnosti (za posledných 30 dní) – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	↓	↓	↓	↓	↓	↓
2014 vs. 2018	↓	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	↓	↓	↓	↓	↓	↓

*Cez prázdniny chodíme do podniku. Mame povieť, že spím u kamarátky a sme tam až do rána.  
Dievča, 14 rokov.*

## Skúsenosť s opitnosťou

Obrázok 102: Skúsenosť s opitnosťou – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018



V roku 2014 školáci a školáčky menej často uvádzali skúsenosti s opitnosťou než v roku 2010 vo všetkých skupinách okrem 11-ročných chlapcov a 15-ročných dievčat. V roku 2018 skúsenosť s opitnosťou mali menej často oproti roku 2014

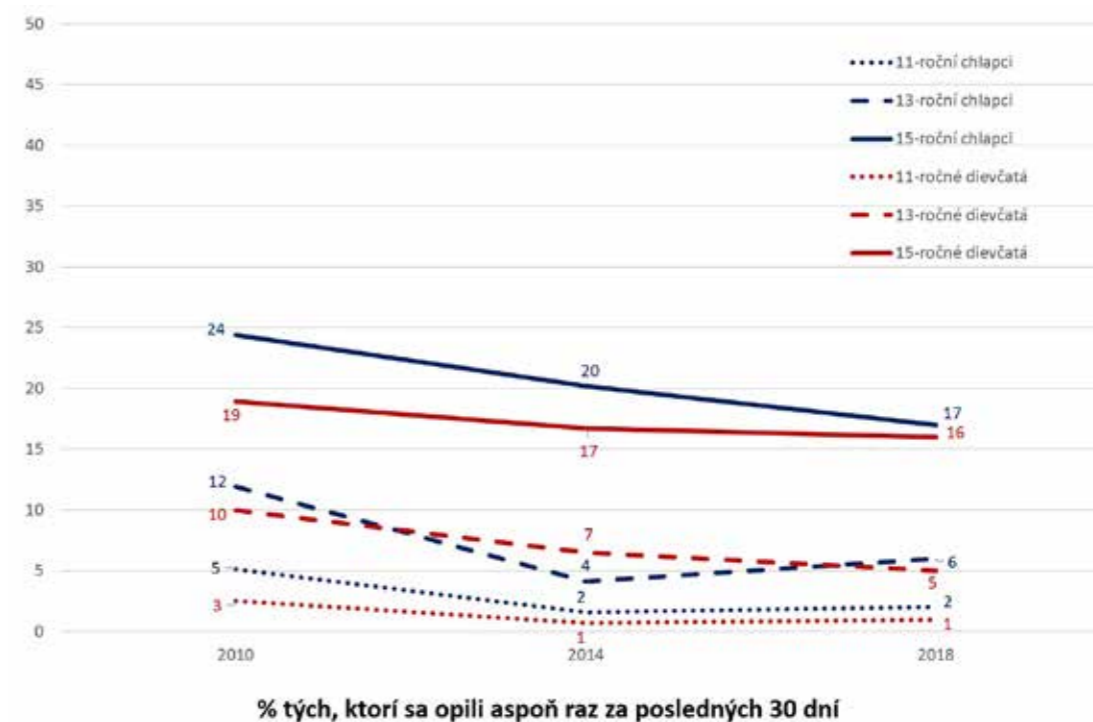
15-roční chlapci aj 13 a 15-ročné dievčatá. Vzhľadom na nízke početnosti v skupinách 11-ročných školákov a školáčok, ktorí sa opili aspoň dvakrát za život (n=4-14) je potrebné zistenie v tejto vekovej kategórii interpretovať opatrne.

Tabuľka 22: Skúsenosť s opitnosťou – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	↓	↓	↓	↓	=
2014 vs. 2018	=	=	↓	=	↓	↓
2010 vs. 2018	=	↓	↓	↓	↓	↓

## Opitosť za posledných 30 dní

Obrázok 103: Opitosť za posledných 30 dní – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018



V roku 2014 poklesla častosť skúseností s opitnosťou za posledných 30 dní oproti roku 2010 u všetkých nami sledovaných skupín okrem 15-ročných dievčat. Tento klesajúci trend už ale ďalej nepokračoval do roku 2018. Vzhľadom na

nízke početnosti v skupinách 11-ročných školákov a školáčok (n=6-15), ktorí sa opili aspoň raz za posledných 30 dní, je potrebné zistenie v tejto vekovej kategórii interpretovať opatrne.

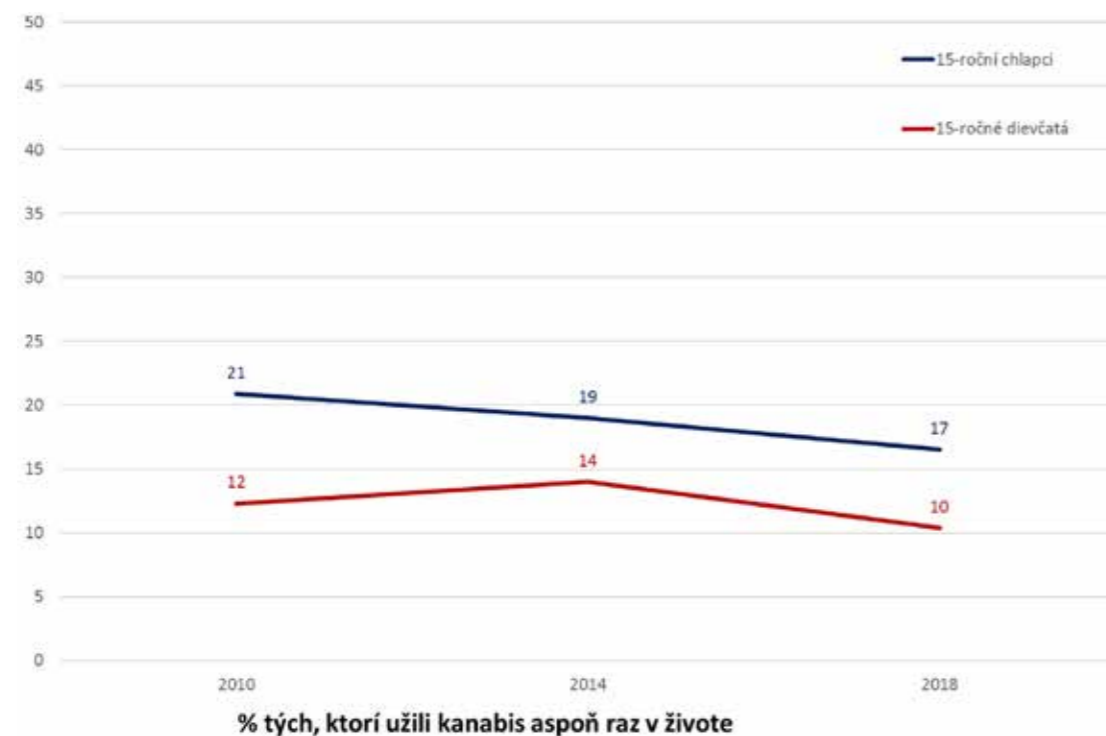
Tabuľka 23: Opitosť za posledných 30 dní – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	↓	↓	↓	↓	↓	=
2014 vs. 2018	=	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	↓	↓	↓	↓	↓	↓

*Ukradnú od rodičov a bavi ich opitý stav.  
Chlapec, 15 rokov.*

## Skúsenosť s užívaním kanabisu

Obrázok 104: Skúsenosť s užívaním kanabisu – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018



Medzi rokom 2010 a 2018 došlo k poklesu výskytu skúsenosti s užívaním kanabisu u 15-ročných chlapcov. Medzi ostatnými porovnávanými

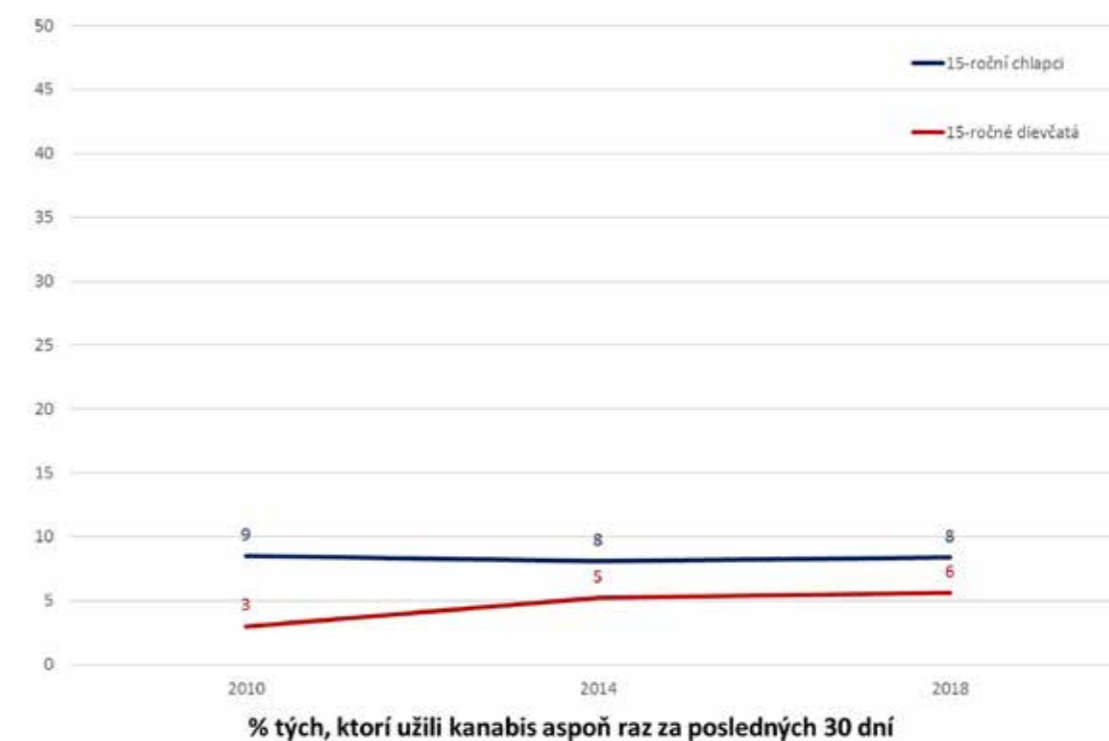
rokmi sme nezaznamenali rozdiely v častosti uvádzanej skúsenosti s kanabisom ani u chlapcov, ani u dievčat.

Tabuľka 24: Skúsenosť s užívaním kanabisu – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014			=			=
2014 vs. 2018			=			=
2010 vs. 2018			↓			=

## Užívanie kanabisu v súčasnosti (za posledných 30 dní)

Obrázok 105: Užívanie kanabisu v súčasnosti (za posledných 30 dní) – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018



U 15-ročných dievčat bol zistený stúpajúci trend v súčasnom užívaní kanabisu v roku 2014 oproti

roku 2010. Tento trend už v roku 2018 ďalej nestúpil.

Tabuľka 25: Užívanie kanabisu v súčasnosti (za posledných 30 dní) – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014			=			↑
2014 vs. 2018			=			=
2010 vs. 2018			=			↑



# Použitá literatúra

- Akers, R. L. (1977). *Deviant behavior: A social learning approach* (2d ed.) Belmont.
- Andrews, J. A., Hops, H., & Duncan, S. C. (1997). Adolescent modeling of parent substance use: the moderating effect of the relationship with the parent. *Journal of Family Psychology*, 11(3), 259.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs, NJ, 1986.
- Baumeister, S. E., & Tossman, P. (2005). Association between early onset of cigarette, alcohol and cannabis use and later drug use patterns: an analysis of a survey in European metropolises. *European Addiction Research*, 11(2), 92-98.
- Bellis, M. A., Quigg, Z., Hughes, K., Ashton, K., Ferris, J., & Winstock, A. (2015). Harms from other people's drinking: an international survey of their occurrence, impacts on feeling safe and legislation relating to their control. *BMJ open*, 5(12), e010112.
- Biederman, J., Faraone, S. V., Monuteaux, M. C., & Feighner, J. A. (2000). Patterns of alcohol and drug use in adolescents can be predicted by parental substance use disorders. *Pediatrics*, 106(4), 792-797.
- Buchmann, A. F., Schmid, B., Blomeyer, D., Becker, K., Treutlein, J., Zimmermann, U. S., ... & Rietschel, M. (2009). Impact of age at first drink on vulnerability to alcohol-related problems: testing the marker hypothesis in a prospective study of young adults. *Journal of psychiatric research*, 43(15), 1205-1212.
- Inchley, J., Currie, D., Vieno, A., Torsheim, T., Ferreira-Borges, C., Weber, M. M., ... & Breda, J. (2018). Adolescent alcohol-related behaviours: trends and inequalities in the WHO European Region, 2002-2014. Adolescent alcohol-related behaviours: trends and inequalities in the WHO European Region, 2002-2014.
- Cengelli, S., O'loughlin, J., Lauzon, B., & Cornuz, J. (2012). A systematic review of longitudinal population-based studies on the predictors of smoking cessation in adolescent and young adult smokers. *Tobacco control*, 21(3), 355-362.
- Copeland, J., Rooke, S., & Swift, W. (2013). Changes in cannabis use among young people: impact on mental health. *Current opinion in psychiatry*, 26(4), 325-329.
- Degenhardt, L., & Hall, W. (2012). Extent of illicit drug use and dependence, and their contribution to the global burden of disease. *The Lancet*, 379(9810), 55-70.
- Degenhardt, L., Whiteford, H. A., Ferrari, A. J., Baxter, A. J., Charlson, F. J., Hall, W. D., ... & Flaxman, A. (2013). Global burden of disease attributable to illicit drug use and dependence: findings from the Global Burden of Disease Study 2010. *The Lancet*, 382(9904), 1564-1574.
- European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. (2018). *European drug report 2018: trends and developments*. European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction.
- Fidler, J. A., Wardle, J., Brodersen, N. H., Jarvis, M. J., & West, R. (2006). Vulnerability to smoking after trying a single cigarette can lie dormant for three years or more. *Tobacco control*, 15(3), 205-209.
- Grant, J. D., Scherrer, J. F., Lynskey, M. T., Lyons, M. J., Eisen, S. A., Tsuang, M. T., ... & Bucholz, K. K. (2006). Adolescent alcohol use is a risk factor for adult alcohol and drug dependence: evidence from a twin design. *Psychological medicine*, 36(1), 109-118.
- Gravelly, S., Giovino, G. A., Craig, L., Commar, A., D'Espaignet, E. T., Schotte, K., & Fong, G. T. (2017). Implementation of key demand-reduction measures of the WHO Framework Convention on Tobacco Control and change in smoking prevalence in 126 countries: an association study. *The Lancet Public Health*, 2(4), e166-e174.
- Hall, W. (2009). The adverse health effects of cannabis use: what are they, and what are their implications for policy?. *International Journal of drug policy*, 20(6), 458-466.
- Hall, W. (2015). What has research over the past two decades revealed about the adverse health effects of recreational cannabis use?. *Addiction*, 110(1), 19-35.
- World Health Organization. (2017). *Injuries: a call for public health action in Europe*.
- Jha, P., & Peto, R. (2014). Global effects of smoking, of quitting, and of taxing tobacco. *New England Journal of Medicine*, 370(1), 60-68.
- Kraus, L., & Nociar, A. (2016). ESPAD report 2015: results from the European school survey project on alcohol and other drugs. *European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction*.
- Lewis-Laietmark, C., Wettlaufer, A., Shield, K. D., Giesbrecht, N., April, N., Asbridge, M., ... & Stockwell, T. (2017). The effects of alcohol-related harms to others on self-perceived mental well-being in a Canadian sample. *International journal of public health*, 62(6), 669-678.
- Marshall, E. J. (2014). Adolescent alcohol use: risks and consequences. *Alcohol and alcoholism*, 49(2), 160-164.
- McCarty, C. A., Ebel, B. E., Garrison, M. M., DiGiuseppe, D. L., Christakis, D. A., & Rivara, F. P. (2004). Continuity of binge and harmful drinking from late adolescence to early adulthood. *Pediatrics*, 114(3), 714-719.
- Meyers, J. L., & Dick, D. M. (2010). Genetic and environmental risk factors for adolescent-onset substance use disorders. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 19(3), 465-477.
- Rehm, J., Shield, K. D., Rehm, M. X., Gmel, G., & Frick, U. (2012). Alcohol consumption, alcohol dependence and attributable burden of disease in Europe. *Centre for Addiction and Mental Health*.
- US Department of Health and Human Services, O. O. F. H. S. G. (2007). *The Surgeon General's call to action to prevent and reduce underage drinking*. US Department of Health and Human Services, Office of the Surgeon General.
- US Department of Health and Human Services. (2014). *The health consequences of smoking—50 years of progress: a report of the Surgeon General*.
- Van De Ven, M. O. M., Greenwood, P. A., Engels, R. C. M. E., Olsson, C. A., & Patton, G. C. (2010). Patterns of adolescent smoking and later nicotine dependence in young adults: a 10-year prospective study. *Public health*, 124(2), 65-70.
- Viner, R. M., & Taylor, B. (2007). Adult outcomes of binge drinking in adolescence: findings from a UK national birth cohort. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 61(10), 902-907.
- World Health Organization. (2010). *Global strategy to reduce the harmful use of alcohol*.
- World Health Organization. (2012). *WHO global report on mortality attributable to tobacco*.
- World Health Organization. (2014). *Global status report on noncommunicable diseases 2014* (No. WHO/NMH/NVI/15.1). World Health Organization.
- World Health Organization. (2018). *Global status report on alcohol and health 2018*.
- World Health Organization. (2019). *Tobacco control country profiles* [online, cit. 2019-1-8] Dostupné na internete [https://www.who.int/tobacco/surveillance/policy/country\\_profile/en/](https://www.who.int/tobacco/surveillance/policy/country_profile/en/)
- Windle, M. (2000). Parental, sibling, and peer influences on adolescent substance use and alcohol problems. *Applied Developmental Science*, 4(2), 98-110.



# Násilné správanie

**Janka Holubčíková**

Násilné správanie dospelých je jedna z hlavných príčin úrazov a zranení v tejto vekovej skupine (Molcho a kol. 2006). Aj keď má výskyt násilného správania u dospelých v poslednom období mierne klesajúcu tendenciu (UNESCO 2019), počet dospelých, ktorí sa pravidelne stretávajú s násilným správaním je stále vysoký (Inschley a kol. 2018). Medzi najčastejšie formy násilného správania školákov patrí šikanovanie. Šikanovanie je použitie opakovanej agresie jednotlivcom alebo skupinou agresorov proti jednotlivcovi alebo malej skupine obetí (Pepler a kol. 2000). Je definované ako fyzické a verbálne útoky alebo zámerná izolácia. Vyznačuje sa nepomerom síl medzi šikanujúcim a obeťou šikanovania (Olweus 1991).

Účast na šikane v školskom veku zvyšuje riziko nepriaznivého vývinu (Gini a kol. 2009). Obete šikany častejšie trpia psychosomatickými symptómami (bolesti žalúdka, chrbta), depresiami, výkyvmi nálady (Due a kol. 2005) a užívajú vo vyššej miere návykové látky (Molcho a kol. 2004). Dospelí, ktorí sa zapájajú do šikanovania, vykazujú vo vyššej miere rizikové správanie ako fajčenie, nadmerné pitie alkoholu (Nansel a kol. 2001), účasť na fyzickej bitke a nosenie zbraní (Nansel a kol. 2003). Aktéri šikanovania majú častejšie problematické vzťahy s rodičmi a horší vzťah k škole (Olweus 2011). Istá časť školákov je zapojená do šikanovania ako obeť a aktér šikanovania zároveň. Tieto tzv. agresívne obeť sa od ostatných školákov odlišujú viacerými psycho-sociálnymi charakteristikami. Agresívne obeť majú v porovnaní s ostatnými školákmi zapojenými do šikanovania nižšie sebavedomie (Pollastri a kol. 2010; Juvonen a kol.

2003; Andreou 2000), vykazujú častejšie problematické vzťahy s rovesníkmi a negatívny vzťah k škole (O'Brennana kol. 2009).

Ďalšou častou formou násilného správania u dospelých je účasť na fyzickej bitke. Dospelí, ktorí sa zúčastňujú na bitke, vykazujú nižšiu úroveň životnej spokojnosti, horšie vzťahy s rodičmi a rovesníkmi a nižšiu spokojnosť so školou (Walsh a kol., 2013; Pickett a kol. 2009; Harel 1999) v porovnaní so svojimi rovesníkmi. Chlapci, mladší dospelí a tí, ktorí vykazujú rôzne druhy problémového správania (fajčenie, nezdravé stravovanie, užívanie alkoholu), majú vyššie riziko, že sa budú zapájať aj do bitiek (Swahn a kol. 2004; Sosin a kol. 1995).

V posledných rokoch sa ku klasickým formám násilného správaniam ako šikanovanie a bitky pridalo aj kyberšikanovanie. Kyberšikanovanie je forma šikanovania, pri ktorej sa používajú nové technológie (ako je počítač, internet, mobilný telefón). Prebieha vo virtuálnom priestore s využitím rôznych služieb a nástrojov, ako sú e-mail, čítanie, diskusné fóra, sociálne siete, stránky na zverejňovanie fotografií a videí, blogy, SMS správy, telefonáty (zodpovedne.sk). Kyberšikana v období dospelosti súvisí, podobne ako šikana, s vysokým rizikom emocionálnych, psychosomatických a sociálnych problémov (depresívne symptómy, užívanie návykových látok, suicídne myšlienky; Bottino a kol. 2015).

# Účasť na bitke

**Popis indikátora:** V priebehu posledných 12 mesiacov, koľkokrát si sa zúčastnil/a fyzickej bitky.

- Nezúčastnil/a som sa fyzickej bitky v posledných 12 mesiacoch
- 1 krát
- 2 krát
- 3 krát
- 4 alebo viackrát

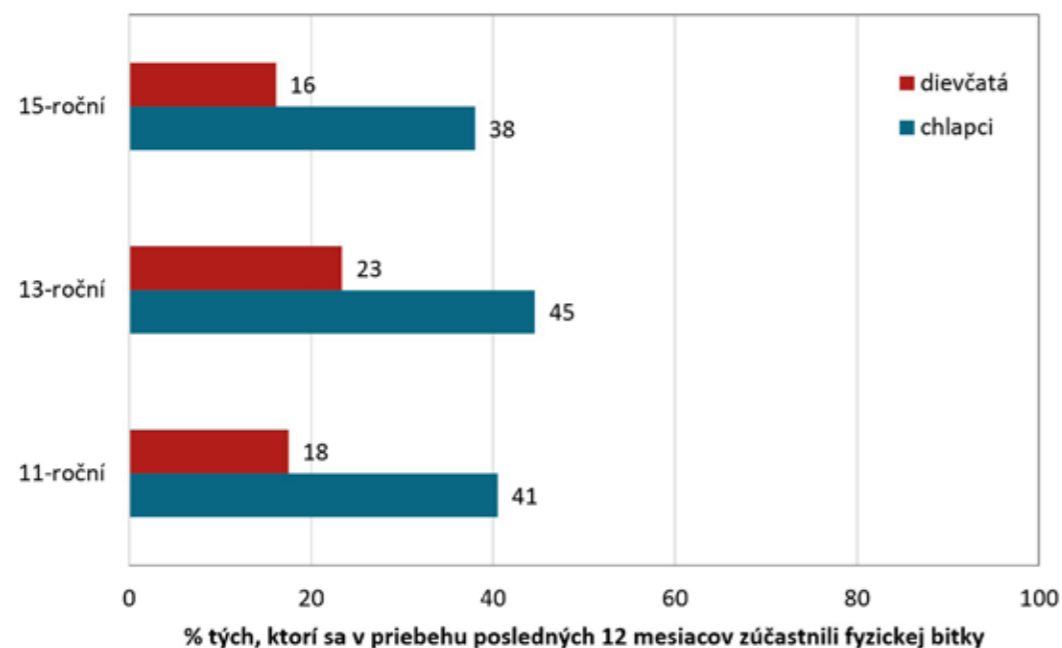
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že sa aspoň raz zúčastnili fyzickej bitky.

**Výskyt:** Približne pätina dievčat (16-23 %) a 40 % chlapcov (38-45 %) sa v priebehu posledných 12 mesiacov zúčastnilo fyzickej bitky.

**Rodové rozdiely:** Chlapci sa v uplynulom roku zúčastnili bitky častejšie ako dievčatá (11-roční CI/OR: 3,2/2,49-4,11; 13-roční CI/OR: 2,6/2,14-3,25; 15-roční CI/OR: 3,2/2,43-4,24).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely sme zaznamenali medzi 13 a 15-ročnými chlapcami a dievčatami, kde sa mladší školáci zapájali do bitiek častejšie ako tí starší (13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,06-1,62; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,6/1,21-2,11).

Obrázok 106: Účasť na fyzickej bitke aspoň raz sa posledný rok (v %)



# Obet' šikanovania

**Popis indikátora:** Toto sú niektoré otázky ohľadom šikanovania. Hovoríme, že niekto je šikanovaný vtedy, keď mu iná osoba alebo skupina osôb opakovane hovorí alebo robí protivné a nepríjemné veci. Šikanovanie je tiež, keď sa niekomu opakovane posmievajú spôsobom, ktorý mu nie je príjemný alebo keď je niekto schválne vylúčený z kolektívu. Ten, kto šikanuje je silnejší ako ten, kto je šikanovaný, a chce mu ublížiť. Šikanovanie ale nie je, keď sa dvaja ľudia zhruba rovnako silní hádajú alebo bijú.

Ako často si bol/a šikanovaný/á v škole za posledných pár mesiacov?

- Nebol/a som šikanovaný/á v škole za posledných pár mesiacov
- Stalo sa to raz alebo dvakrát
- 2 alebo 3 krát mesačne
- Asi raz za týždeň
- Niekoľkokrát za týždeň

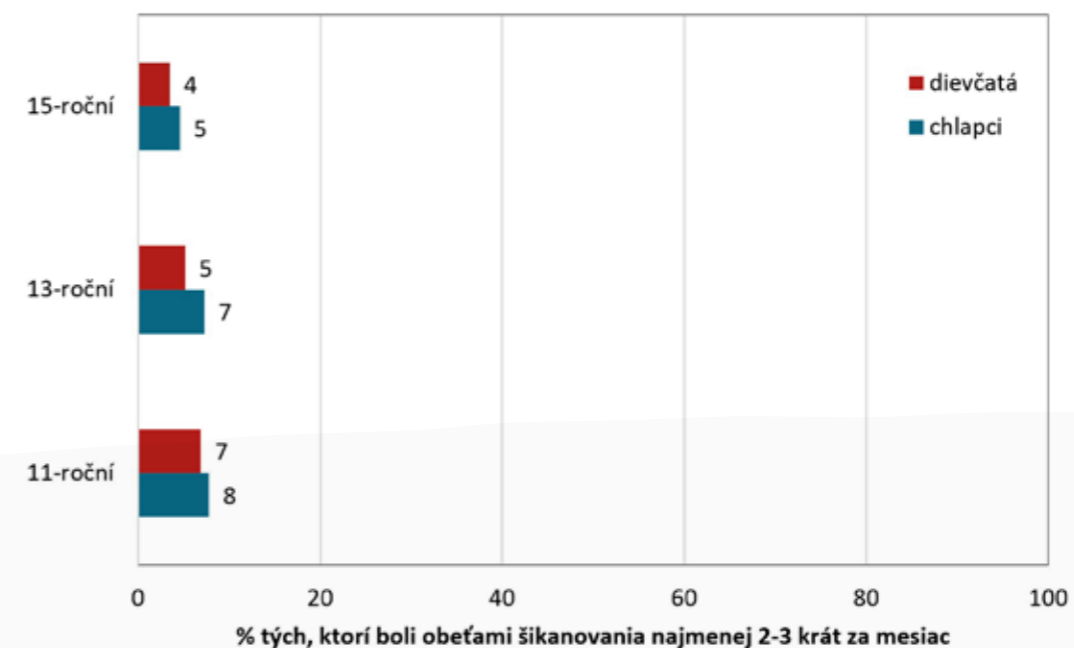
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že sa stali obeťou šikanovania 2 alebo 3 krát za mesiac a častejšie.

**Výskyt:** Výskyt školákov, ktorí priznali, že sa stali obeťou šikanovania nepresiahol 7 % u dievčat (4-7 %) a 8 % u chlapcov (5-8 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci a dievčatá udávali v rovnakej miere, že sa stali obeťou šikany, nenašli sme žiadne rodové rozdiely.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky boli obeťou šikanovania aspoň dvakrát za posledných pár mesiacov častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,8/1,10-2,85; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,7/1,05-2,62; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,0/1,19-3,53).

Obrázok 107: Obet' šikanovania (v %)



## Aktér šikanovania

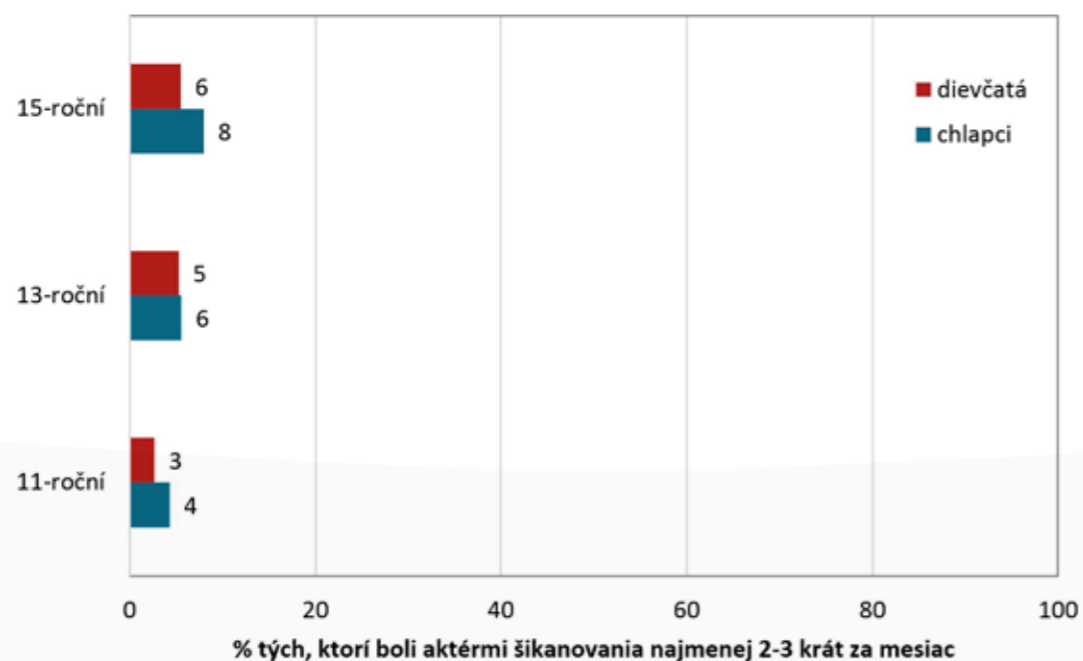
**Popis indikátora:** Toto sú niektoré otázky ohľadom šikanovania. Hovoríme, že niekto je šikanovaný vtedy, keď mu iná osoba alebo skupina osôb opakovane hovorí alebo robí protivné a nepríjemné veci. Šikanovanie je tiež, keď sa niekomu opakovane posmievajú spôsobom, ktorý mu nie je príjemný alebo keď je niekto schválne vylúčený z kolektívu. Ten, kto šikanuje je silnejší ako ten, kto je šikanovaný, a chce mu ublížiť. Šikanovanie ale nie je, keď sa dvaja ľudia zhruba rovnako silní hádajú alebo bijú.

Ako často si sa zúčastnil/a šikanovania voči inej osobe/osobám v škole za posledných pár mesiacov?

- Nezúčastnil/a som sa šikanovania voči inej osobe/osobám v škole za posledných pár mesiacov.
- Stalo sa to raz alebo dvakrát
- 2 alebo 3 krát mesačne
- Asi raz za týždeň
- Niekoľkokrát za týždeň

Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že sa zúčastnili šikanovania 2 alebo 3 krát za mesiac a častejšie.

Obrázok 108: Aktér šikanovania (v %)



**Výskyt:** Menej ako 6 % dievčat (3-6 %) a o niečo viac chlapcov (4-8 %) uviedlo, že niekoho šikanovali.

**Rodové rozdiely:** Chlapci aj dievčatá sa zapájali do šikanovania v rovnakej miere.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladšie školáčky a školáci uvádzali, že niekoho šikanovali menej často ako tí starší (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,32-0,83; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,5/0,27-0,87).

## Obet', a zároveň aktér šikanovania

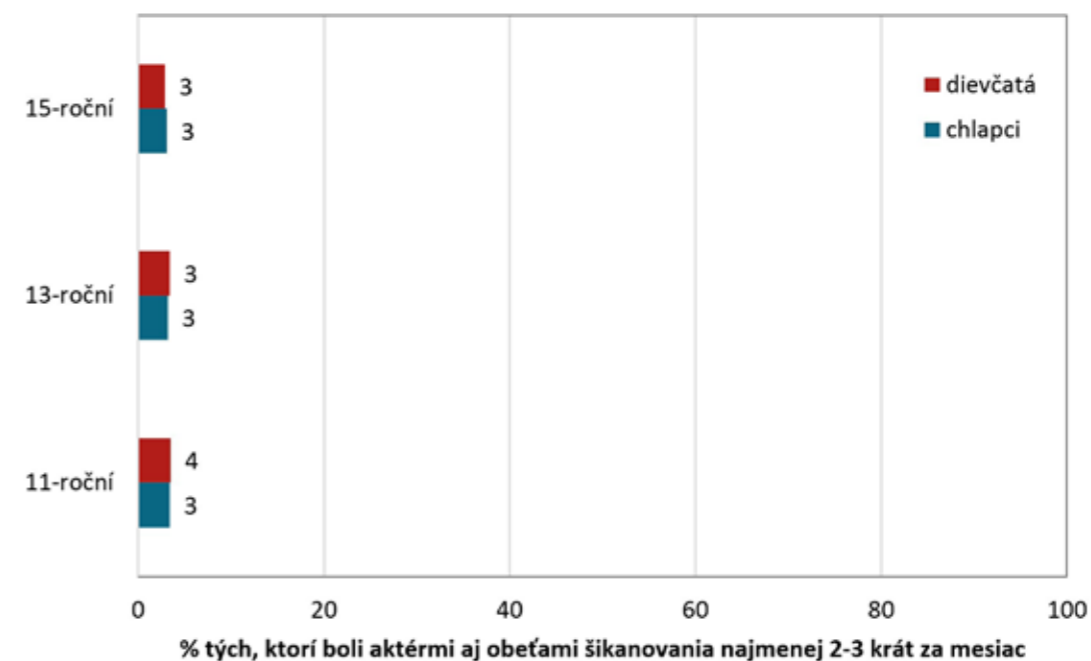
**Popis indikátora:** Vychádzajúc z predchádzajúcich dvoch otázok o výskyte šikanovania sme identifikovali skupinu adolescentov, ktorí uviedli, že sa šikanovania zúčastnili ako obeť aj aktér najmenej 2 až 3× za mesiac. Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že sa stali obeťou, a zároveň boli aj aktérmi násillia 2 alebo 3 krát za mesiac a častejšie.

**Výskyt:** Výskyt školákov, ktorí sa zapojili do šikanovania ako obeť aj aktér nepresiahol 4 %.

**Rodové rozdiely:** Chlapci aj dievčatá sa zapájali do šikanovania v roli aktéra aj obeť v rovnakej miere.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** V skupine aktérov a obeť šikany zároveň neboli zistené žiadne vekové rozdiely ani u chlapcov, ani u dievčat.

Obrázok 109: Aktér, a zároveň obeť šikanovania (v %)



# Obet kyberšikanovania

**Popis indikátora:** Počas posledných pár mesiacov, ako často sa Ti stalo, že si bol obeťou kyberšikany (napr. Ti niekto posielal protivné a nepríjemné správy na chate, cez e-mail alebo smskou, zverejňoval ich na sociálnej sieti, vytváral webové stránky, ktoré Ťa zosmiešňovali, zverejňoval Tvoje nelichotivé alebo nevhodné obrázky na internete bez Tvojho povolenia alebo ich zdieľal s inými)?

- Nebol/a som obeťou kyberšikany za posledných pár mesiacov.
- Stalo sa to raz alebo dvakrát
- 2 alebo 3 krát mesačne
- Asi raz za týždeň
- Niekoľkokrát za týždeň

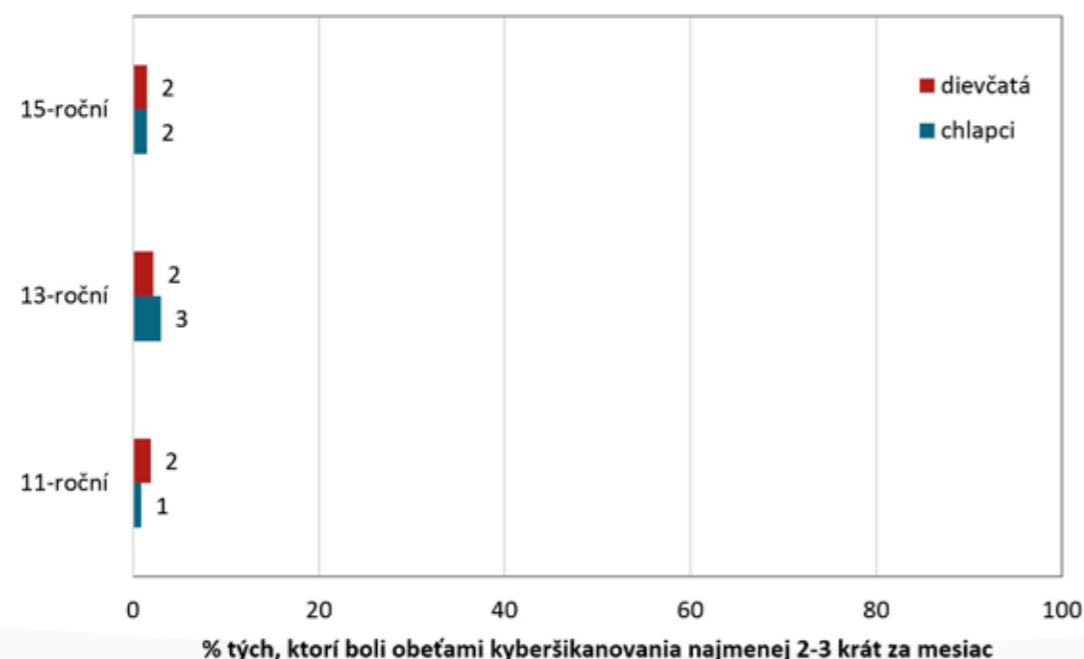
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že sa stali obeťou kyberšikanovania 2 alebo 3 krát za mesiac a častejšie.

**Výskyt:** Nie viac ako 3 % školákov a školáčok (1-3 %) priznali, že sa stali obeťou kyberšikanovania.

**Rodové rozdiely:** Pre nízky počet školákov, ktorí uviedli, že boli obeťou šikanovania sme rodové rozdiely nehodnotili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Pre nízky počet školákov, ktorí uviedli, že boli obeťou šikanovania sme rozdiely medzi vekovými skupinami nehodnotili.

Obrázok 110: Obet kyberšikanovania (v %)



# Aktér kyberšikanovania

**Popis indikátora:** Počas posledných pár mesiacov, ako často si sa podieľal/a na kyberšikane (napr. si niekomu posielal/a protivné a nepríjemné správy na chate, cez e-mail alebo smskou, zverejňoval/a ich na sociálnej sieti, vytváral/a si webové stránky, ktoré niekoho zosmiešňovali, zverejňoval/a si nelichotivé alebo nevhodné obrázky na internete bez povolenia alebo si ich zdieľal/a s inými)?

- Nezúčastnil/a som sa na kyberšikane voči inej osobe/osobám v škole za posledných pár mesiacov.
- Stalo sa to raz alebo dvakrát
- 2 alebo 3 krát mesačne
- Asi raz za týždeň
- Niekoľkokrát za týždeň

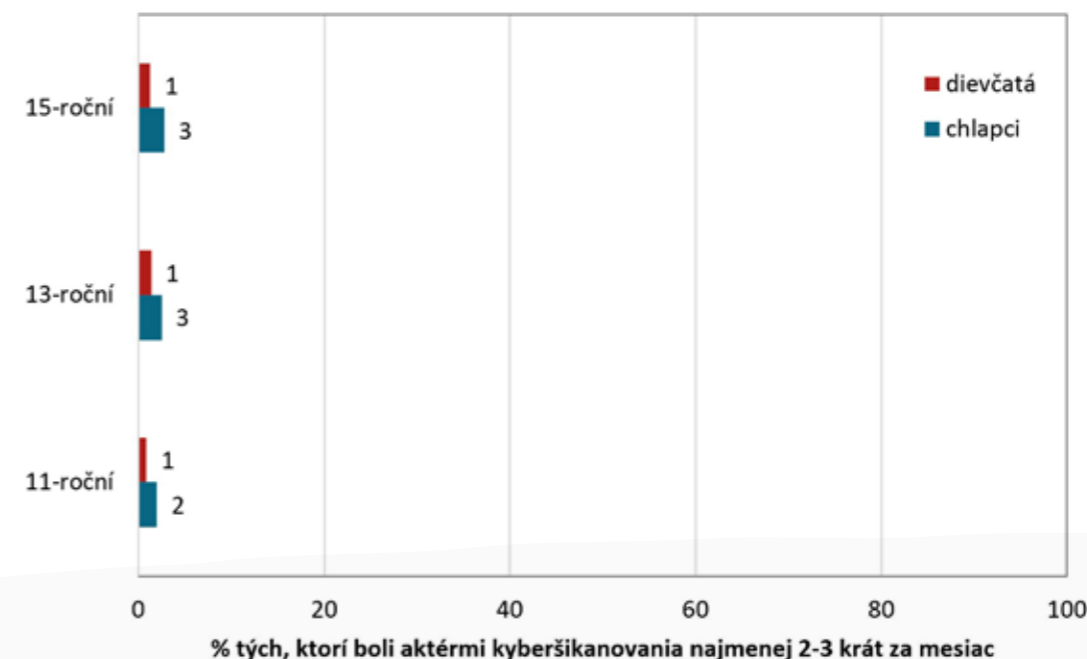
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že sa zúčastnili kyberšikanovania 2 alebo 3 krát za mesiac a častejšie.

**Výskyt:** Približne 1 % dievčat a 3 % chlapcov uviedli, že sa podieľali na kyberšikane.

**Rodové rozdiely:** Pre nízky počet školákov, ktorí uviedli, že boli aktérom šikanovania sme rodové rozdiely nehodnotili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Pre nízky počet školákov, ktorí uviedli, že boli aktérom šikanovania sme rozdiely medzi vekovými skupinami nehodnotili.

Obrázok 111: Aktér kyberšikanovania (v %)



# Obet', a zároveň aktér kyberšikanovania

**Popis indikátora:** Vychádzajúc z predchádzajúcich dvoch otázok o výskyte šikanovania sme identifikovali skupinu adolescentov, ktorí uviedli, že sa šikanovania zúčastnili ako obeť aj aktér najmenej 2 až 3 krát za mesiac.

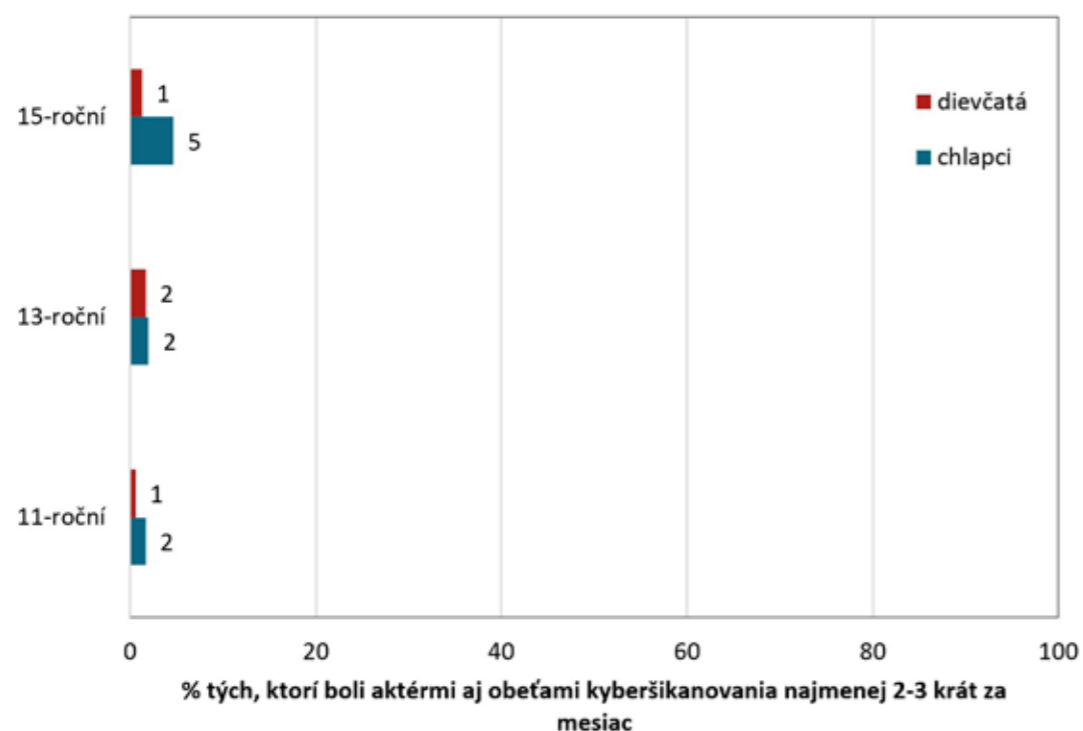
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že sa stali obeťou a zároveň boli aj aktérmi kyberšikanovania 2 alebo 3 krát za mesiac a častejšie.

**Výskyt:** Nie viac ako 2 % dievčat a 5 % chlapcov priznalo, že sa stali obeťou, a zároveň boli aj aktérmi kyberšikanovania 2 alebo 3 krát za mesiac a častejšie.

**Rodové rozdiely:** Pre nízky počet školákov, ktorí uviedli, že boli obeťou, a zároveň aktérom šikanovania sme rodové rozdiely nehodnotili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Pre nízky počet školákov, ktorí uviedli, že boli obeťou, a zároveň aktérom šikanovania sme rozdiely medzi vekovými skupinami nehodnotili.

Obrázok 112: Aktér, a zároveň obeť kyberšikanovania (v %)



# Hlásenie šikany

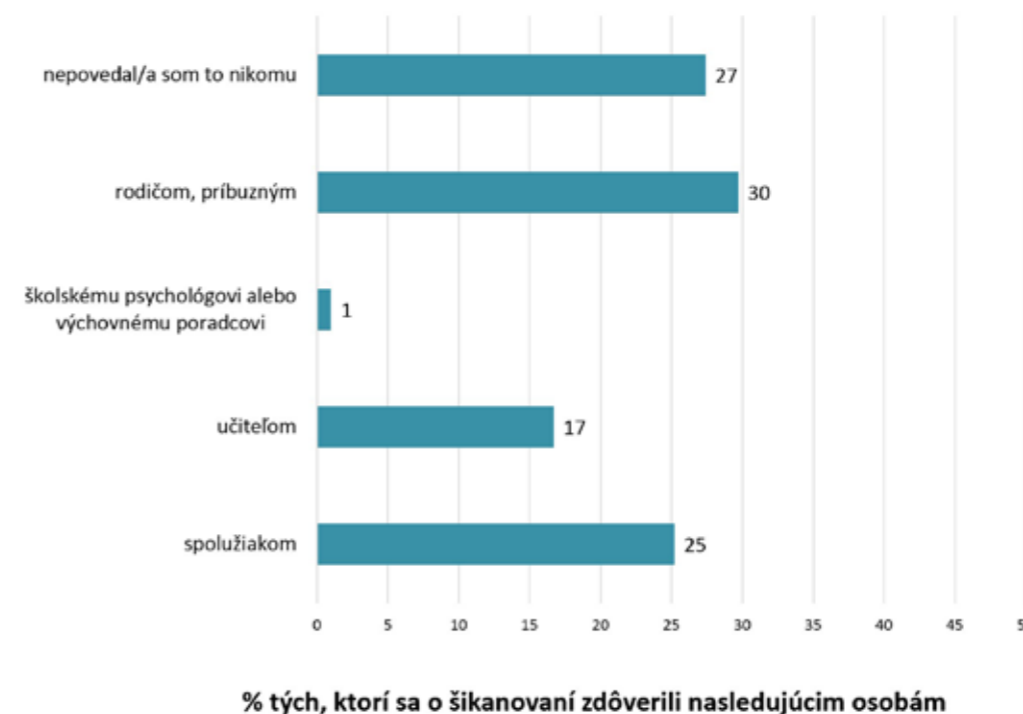
**Popis indikátora:** O tejto udalosti som informoval/a...

- Spolužiakov
- Učiteľov
- Školského psychológa alebo výchovného poradcu
- Rodičov, príbuzných
- Nepovedal/a som to nikomu

**Výskyt:** Približne tretina tých, ktorí sa stretli so šikanovaním, sa o tejto udalosti zdôverila rodičom alebo príbuzným (30 %). Asi každý štvrtý z nich o šikane povedal spolužiakom (25 %), 17 % školákov informovalo učiteľov a iba 1 % to povedalo školskému psychológovi alebo výchovnému poradcovi. Každý tretí školák, ktorý sa stretol so šikanou, o tejto udalosti nepovedal nikomu (27 %).

Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že sa o šikane zdôverili nasledujúcim osobám.

Obrázok 113: Hlásenie šikanovania (v %)



## Rolové správanie najlepšieho priateľa – problémy so zákonom

**Popis indikátora:** Má alebo mal tvoj najlepší priateľ problémy so zákonom?

- Áno
- Nie

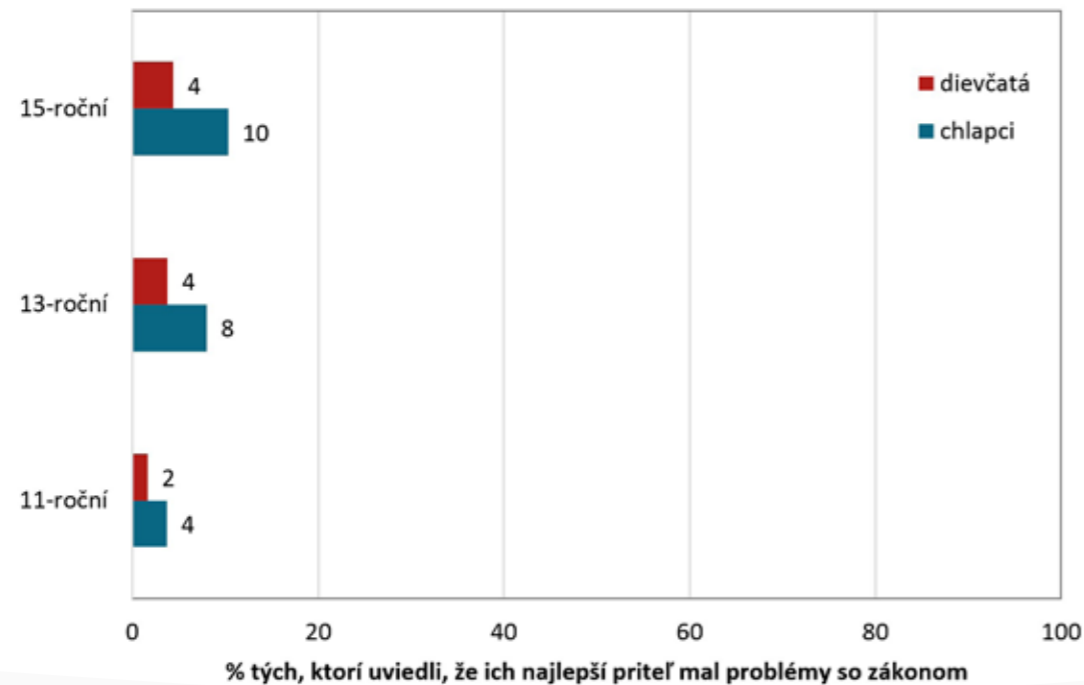
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že ich najlepší priateľ mal problémy so zákonom.

**Výskyt:** Výskyt dievčat, ktoré uviedli, že ich najlepší priateľ mal problémy so zákonom, nepresiahol 4 %. U chlapcov sa výskyt pohyboval medzi 4 a 10 %.

**Rodové rozdiely:** Chlapci uviedli, že ich najlepší priateľ mal problémy so zákonom, častejšie ako dievčatá (11-roční CI/OR: 2,4/1,17-4,94; 13-roční CI/OR: 2,2/1,43-3,49; 15-roční CI/OR: 2,5/1,51-4,07).

**Vekové rozdiely:** Mladší školáci a školáčky uviedli, že ich najlepší priateľ mal problémy so zákonom, menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,3/0,21-0,55; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,3/0,17-0,72).

Obrázok 114: Rolové správanie najlepšieho priateľa – problémy so zákonom (v %)



## Rolové správanie otca – problémy so zákonom

**Popis indikátora:** Má alebo mal tvoj otec problémy so zákonom?

- Áno
- Nie

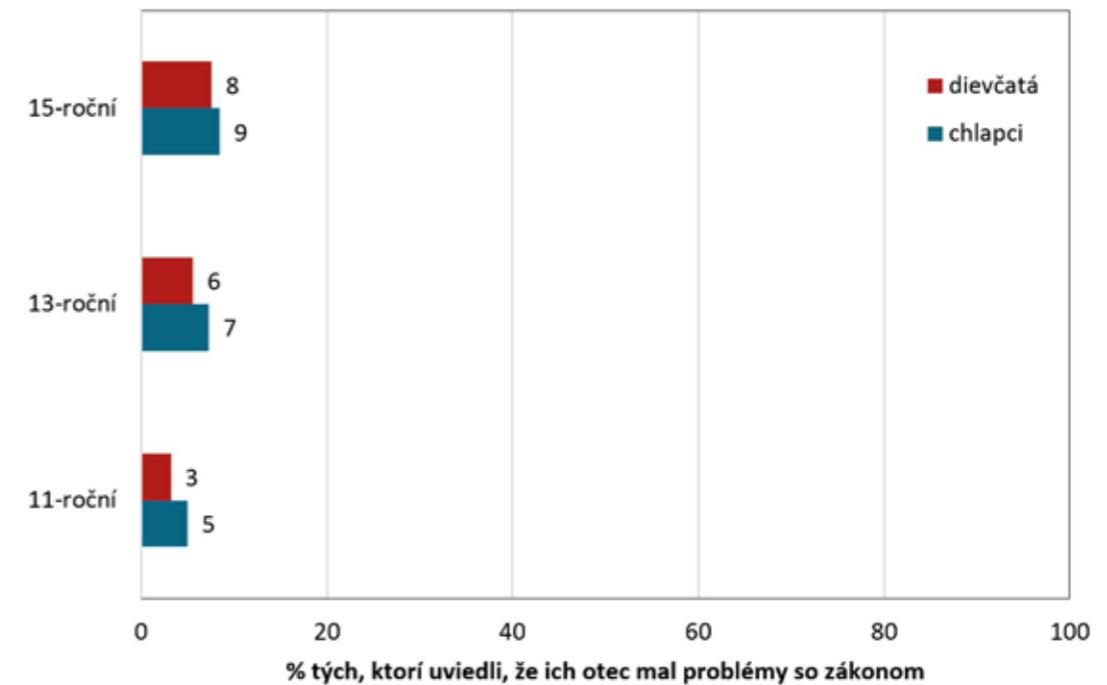
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že ich otec mal problémy so zákonom.

**Výskyt:** Výskyt tých, ktorí uvádzali, že ich otec mal niekedy problémy so zákonom sa pohyboval od 3 do 8 % u dievčat a od 5 do 9 % u chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci a dievčatá sa nelíšili vo výpovediach ohľadom problémov so zákonom ich otca.

**Vekové rozdiely:** Mladší školáci a školáčky uviedli, že ich otec mal problémy so zákonom, menej často v porovnaní so staršími školákmi a školáčkami (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,36-0,89; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,4/0,24-0,69).

Obrázok 115: Rolové správanie otca – problémy so zákonom (v %)



# Rolové správanie matky – problémy so zákonom

**Popis indikátora:** Má alebo mala tvoja mama problémy so zákonom?

- Áno
- Nie

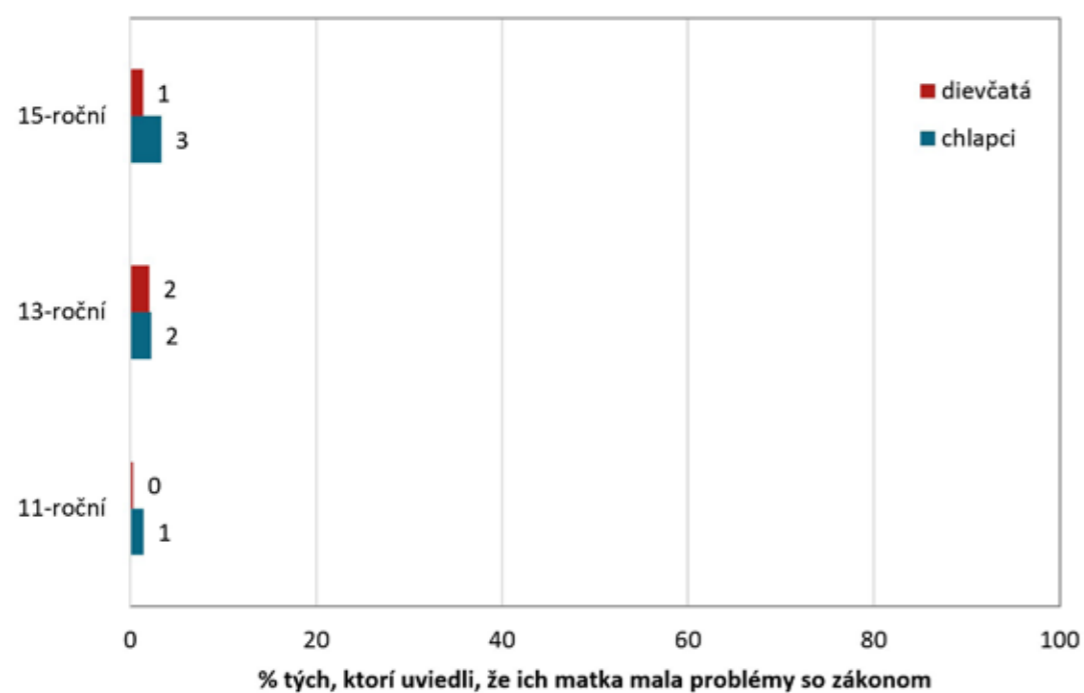
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že ich mama mala problémy so zákonom.

**Výskyt:** Výskyt školákov a školáčok, ktorí uviedli, že ich mama mala problémy so zákonom, nepresiahol 3 %.

**Rodové rozdiely:** Pre nízky počet respondentov v jednotlivých kategóriách sme rodové rozdiely neoverovali.

**Vekové rozdiely:** Pre nízky počet respondentov v jednotlivých kategóriách sme vekové rozdiely neoverovali.

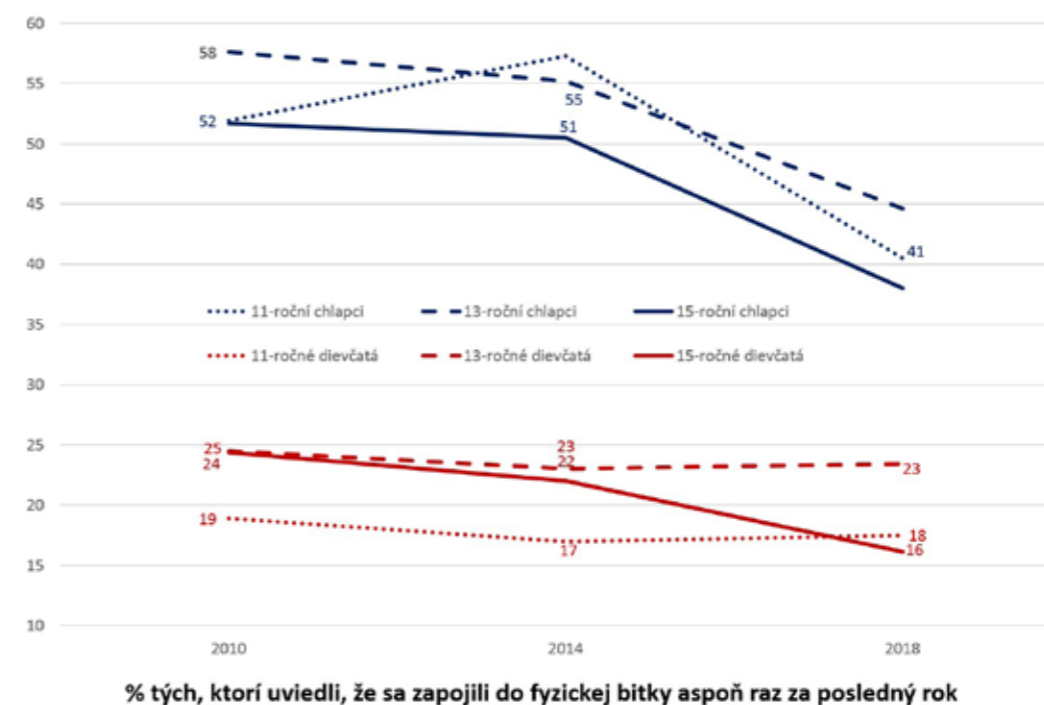
Obrázok 116: Rolové správanie matky – problémy so zákonom (v %)



# Trendy 2010 – 2014 – 2018

## Účasť na bitke aspoň raz za posledný rok

Obrázok 117: Účasť na bitke aspoň raz za posledný rok – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



V období medzi rokom 2014 a 2018 klesol počet chlapcov a dievčat, ktoré sa zapojili do fyzickej bitky. Výnimkou sú 11 a 13-ročné dievčatá, kde sme nezaznamenali zmeny vo výskyte zapojenia sa do bitky.

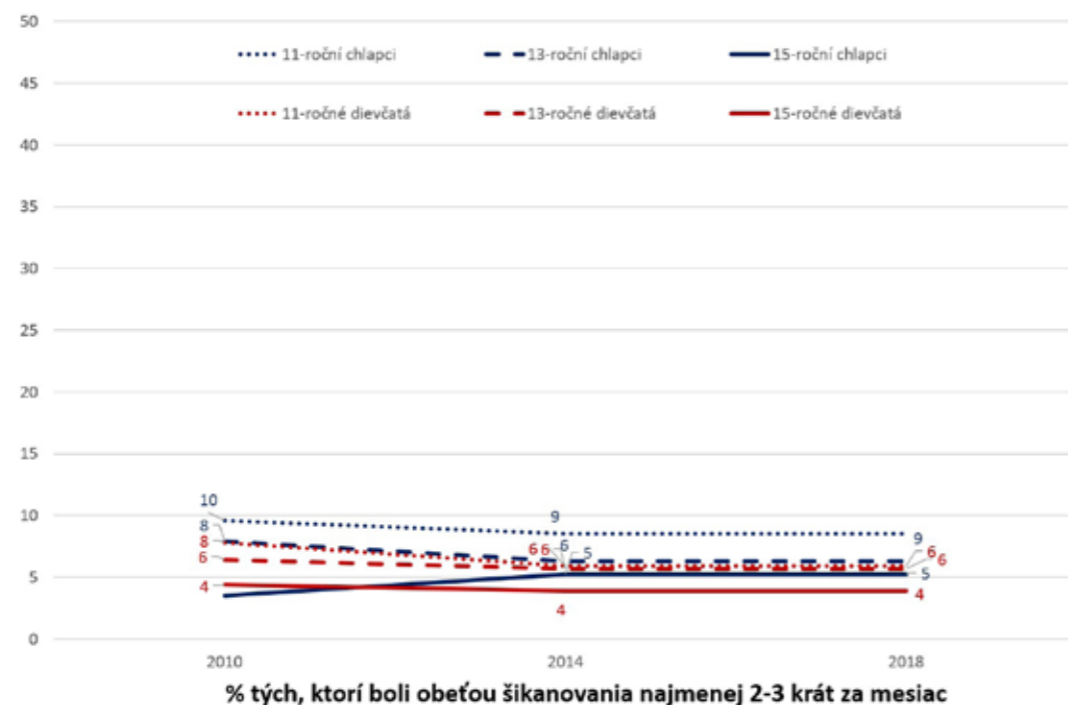
Tabuľka 26: Účasť na bitke aspoň raz za posledný rok – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	=
2014 vs. 2018	↓	↓	↓	=	=	↓
2010 vs. 2018	↓	↓	↓	=	=	↓



## Obet' šikanovania

Obrázok 118: Obet' šikanovania – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



V období medzi rokom 2010 a 2014 klesol počet 13-ročných chlapcov, ktorí boli obeťou šikanovania najmenej dvakrát za mesiac. V ostatných

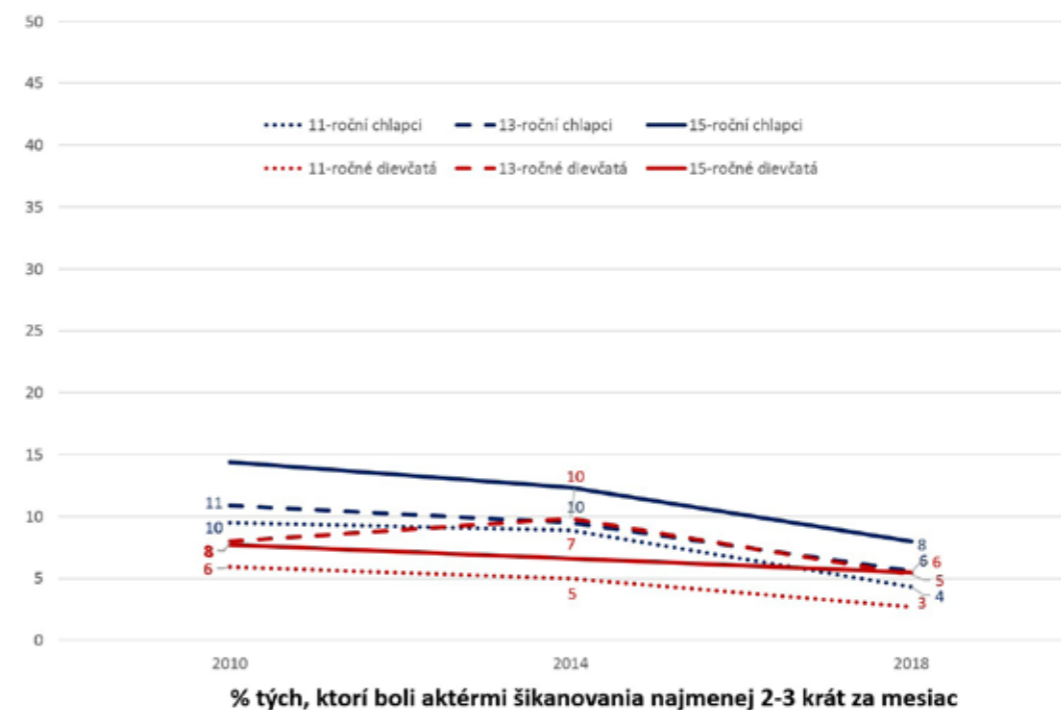
vekových kategóriách u chlapcov a dievčat sme nezaznamenali zmeny vo výskyte obetí šikanovania.

Tabuľka 27: Obet' šikanovania – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	↓	=	=	=	=
2014 vs. 2018	=	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	=	=	=	=	=	=

## Aktér šikanovania

Obrázok 119: Aktér šikanovania – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



V období medzi rokom 2014 a 2018 klesol počet chlapcov i dievčat, ktoré boli aktérmi šikanovania aspoň dvakrát za mesiac. Výnimkou bola

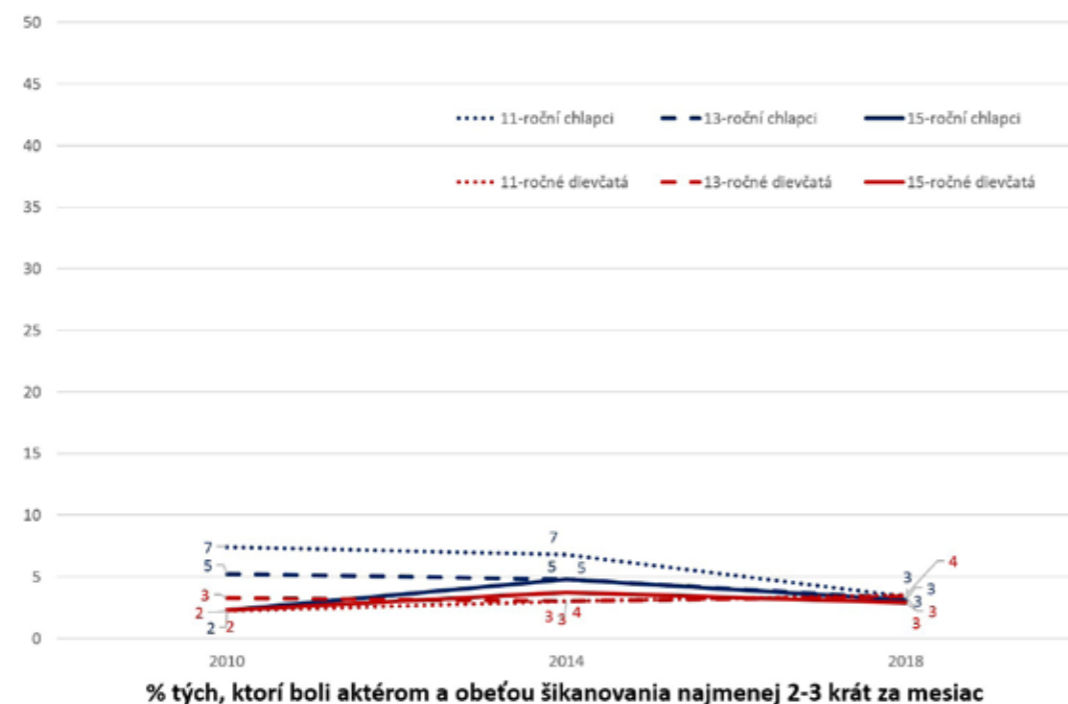
skupina 15-ročných dievčat, u ktorých nedošlo k zmene výskytu šikanovania v sledovanom období od roku 2010 do roku 2018.

Tabuľka 28: Obet' šikanovania – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	=
2014 vs. 2018	↓	↓	↓	↓	↓	=
2010 vs. 2018	↓	↓	↓	↓	↓	=

## Aktér aj obeť šikanovania

Obrázok 120: Aktér aj obeť šikanovania – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Kým u 11-ročných a 13-ročných chlapcov došlo k poklesu výskytu tých, ktorí priznali, že boli aktérmi i obeťmi šikany v období medzi rokom 2010 a 2018, u 15-ročných chlapcov došlo nao-

pak k nárastu výskytu tých, ktorí boli aktérmi aj obeťmi šikany a to v období medzi rokom 2010 a 2014. V skupine dievčat sa výskyt v období od roku 2010 do roku 2018 nelíšil.

Tabuľka 29: Aktér aj obeť šikanovania – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	↑	=	=	=
2014 vs. 2018	↓	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	↓	↓	=	=	=	=

## Použitá literatúra

Andreou, E. (2000). Bully/victim problems and their association with psychological constructs in 8-to 12-year-old Greek schoolchildren. *Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression*, 26(1), 49-56.

Bottino, S. M. B., Bottino, C., Regina, C. G., Correia, A. V. L., & Ribeiro, W. S. (2015). Cyberbullying and adolescent mental health: systematic review. *Cadernos de saude publica*, 31, 463-475.

Due, P., Holstein, B. E., Lynch, J., Diderichsen, F., Gabhain, S. N., Scheidt, P., & Currie, C. (2005). Bullying and symptoms among school-aged children: international comparative cross sectional study in 28 countries. *European journal of public health*, 15(2), 128-132.

Gini, G., & Pozzoli, T. (2009). Association between bullying and psychosomatic problems: A meta-analysis. *Pediatrics*, 123(3), 1059-1065.

Harel, Y. (1999). A cross-national study of youth violence in Europe. *International journal of adolescent medicine and health*, 11(3-4), 121-134.

Inchley, J., Currie, D., Vieno, A., Torsheim, T., Ferreira-Borges, C., Weber, M. M., ... & Breda, J. (2018). Adolescent alcohol-related behaviours: trends and inequalities in the WHO European Region, 2002-2014. *Adolescent alcohol-related behaviours: trends and inequalities in the WHO European Region, 2002-2014*.

Juvonen, J., Graham, S., & Schuster, M. A. (2003). Bullying among young adolescents: The strong, the weak, and the troubled. *Pediatrics*, 112(6), 1231-1237.

Kyberšikanovanie. (2007). [online, cit. 2019-2-26] Dostupné na internete <https://www.zodpovedne.sk/index.php/sk/ohrozenia/kybersikanovanie>

Molcho, M., Harel, Y., & Dina, L. O. (2004). Substance use and youth violence. A study among 6th to 10th grade Israeli school children.

Molcho, M., Harel, Y., Pickett, W., Scheidt, P. C., Mazur, J., Overpeck, M. D., & On Behalf of The Hbsc Violence and Injury Writing Group. (2006). The epidemiology of non-fatal injuries among 11-, 13-and 15-year old youth in 11 countries: findings from the 1998 WHO-HBSC cross national survey. *International journal of injury control and safety promotion*, 13(4), 205-211.

Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *Jama*, 285(16), 2094-2100.

Nansel, T. R., Overpeck, M. D., Haynie, D. L., Ruan, W. J., & Scheidt, P. C. (2003). Relationships between bullying and violence among US youth. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 157(4), 348-353.

O'Brennan, L. M., Bradshaw, C. P., & Sawyer, A. L. (2009). Examining developmental differences in the social-emotional problems among frequent bullies, victims, and bully/victims. *Psychology in the Schools*, 46(2), 100-115.

Olweus, D. (1991). Bully/victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program. *The development and treatment of childhood aggression*, 17, 411-448.

Olweus, D. (2011). Bullying at school and later criminality: Findings from three Swedish community samples of males. *Criminal behaviour and mental health*, 21(2), 151-156.

Pepler, D. J., & Craig, W. (2000). Making a difference in bullying. *LaMarsh report*, 59.

Pickett, W., Iannotti, R. J., Simons-Morton, B., & Dostaler, S. (2009). Social environments and physical aggression among 21,107 students in the United States and Canada. *Journal of School Health*, 79(4), 160-168.

Pollastri, A. R., Cardemil, E. V., & O'Donnell, E. H. (2010). Self-esteem in pure bullies and bully/victims: A longitudinal analysis. *Journal of interpersonal violence*, 25(8), 1489-1502.

Sosin, D. M., Koepsell, T. D., Rivara, F. P., & Mercy, J. A. (1995). Fighting as a marker for multiple problem behaviors in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 16(3), 209-215.

Swahn, M. H., Simon, T. R., Hammig, B. J., & Guerrero, J. L. (2004). Alcohol-consumption behaviors and risk for physical fighting and injuries among adolescent drinkers. *Addictive behaviors*, 29(5), 959-963.

UNESCO. (2019). Behind the numbers: ending school violence and bullying. [online, cit. 2019-2-26] Dostupné na internete <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/366483eng.pdf>

Walsh, S. D., Molcho, M., Craig, W., Harel-Fisch, Y., Huynh, Q., Kukawadia, A., ... & Pickett, W. (2013). Physical and emotional health problems experienced by youth engaged in physical fighting and weapon carrying. *PLoS One*, 8(2), e56403.

# Diskriminácia

Jaroslava Macková

Diskriminácia predstavuje nespravodlivé zaobchádzanie s ľuďmi, ktoré je založené na ich príslušnosti do niektorej sociálnej skupiny, určenej či už na základe ich rodu, rasy, etnicity, veku, sociálnej triedy, sexuálnej orientácie, telesnej váhy alebo inej charakteristiky (Thoits 2010). Je považovaná za sociálny stresor, a ako vyplýva z teórií stresu, vplyv takéhoto nepriaznivého zážitku sa môže prejavíť ako zvýšená zraniteľnosť, či náchylnosť k horšiemu zdraviu (Pearlin 1999).

Zahraničné štúdie, venujúce sa rasovej a etnickej diskriminácii, poukazujú na to, že diskriminácia súvisí s úzkostnými poruchami (Gee a kol. 2007), poruchami príjmu potravy (Durso a kol., 2012) či psychotickými poruchami (Oh a kol. 2014) u dospeljej populácie. Zážitok diskriminácie nie je spojený len s ťažkosťami týkajúcimi sa mentálneho zdravia, ale rovnako súvisí aj so zhoršeným fyzickým zdravím (Finch a kol. 2001; Pascoe a kol. 2009).

Vnímaná rasová diskriminácia súvisí aj u dospelievajúcich s ich horším mentálnym zdravím (Ellis a kol. 2010; Wong a kol. 2003) či zhoršeným psychologickým fungovaním, respektíve s vyšším vnímaným stresom, častejšou depresívnou symptomatológiou a zníženou psychologickou pohodou (Williams&Mohammed, 2009), ale taktiež aj s užívaním návykových látok (Gibbson a kol., 2010; Okamoto, 2009) či delikvenciou (Simons a kol. 2003). Okrem súvislostí so zdravím, vnímaná diskriminácia predstavuje potenciálne ohrozenie pre motiváciu k akademickým úspechom a, nakoniec aj pre samotnú sebaúctu dospelievajúcich (Wong a kol. 2003).

Hoci sa záujem upriamuje najmä na rasovú či etnickú diskrimináciu, stretávame sa aj s inými typmi diskriminácie. Výskum prináša zistenie, že diskriminácia kvôli nadhmotnosti súvisí u chlapcov a u dievčat s nespokojnosťou s vlastným telom, sociálnou úzkosťou, pocitom osamelosti a s výskytom somatických symptómov akými sú napríklad bolesti hlavy, bolesti brucha, nechutenstvo, zvracanie a únava u dievčat (Junoven a kol. 2017). Diskriminácia založená na príslušenstve k sociálnej triede bola zase jedným z mechanizmov, ktoré hovoria o tom, ako chudoba vplyva na zdravie (Fuller-Rowell a kol. 2012).

Môžeme predpokladať, že s neférovým či diskriminujúcim správaním sa stretne raz za čas takmer každý, no diskriminácia má závažne dôsledky na zdravie najmä v prípadoch, kedy je zažívaná vo viacerých formách a s vysokou frekvenciou opakovania (Grollman 2014; Grollman 2012).

*Mám spolužiaka, ku ktorému sa učitelia správajú hrozne. Možno to je tým, že kedysi robil zle. Už sa zmenil, ale učitelia to akosi nevidia, čo mi je ľúto. A je jedno koľko ľudí sa ho zastane, ale aj tak je to proste vždy on, ten čo je na vine. Je to proste zasadenie. Ale stojím si za svojim názorom, že aj učitelia by sa mali trochu uvedomiť.*

*Dievča, 15 rokov.*

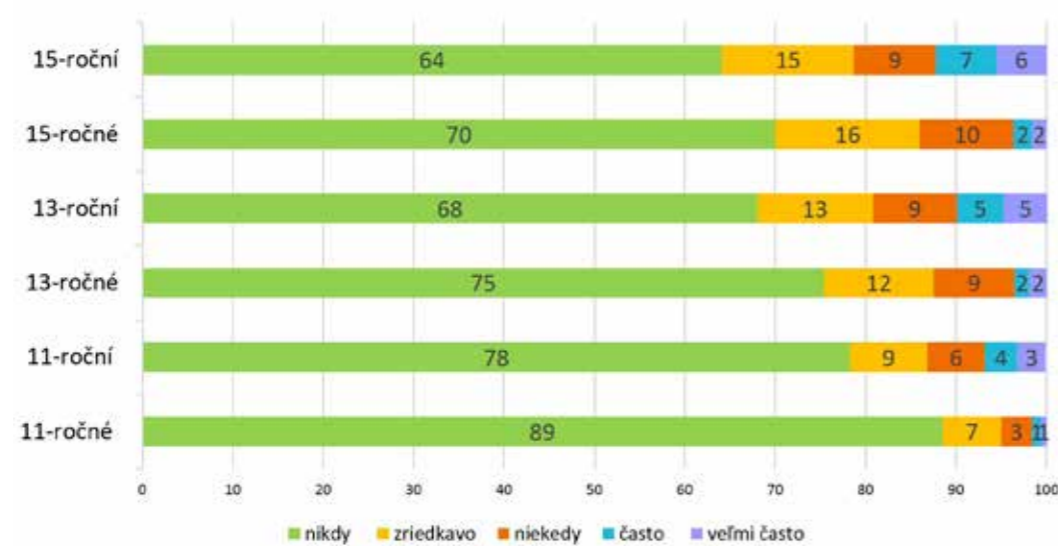
## Diskriminácia kvôli pohlaviu učiteľmi

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe učitelia správali nespravodlivo alebo neprijemne kvôli tomu, že si chlapec alebo dievča?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany učiteľov kvôli pohlaviu nikdy nezažilo viac ako 70 % dievčat (70-89 %) a viac ako 60 % chlapcov (64-78 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli pohlaviu zo strany učiteľov stretlo nie viac ako 4 % dievčat a 7 až 13 % chlapcov.

Obrázok 121: Diskriminácia kvôli pohlaviu zo strany učiteľa (v %)



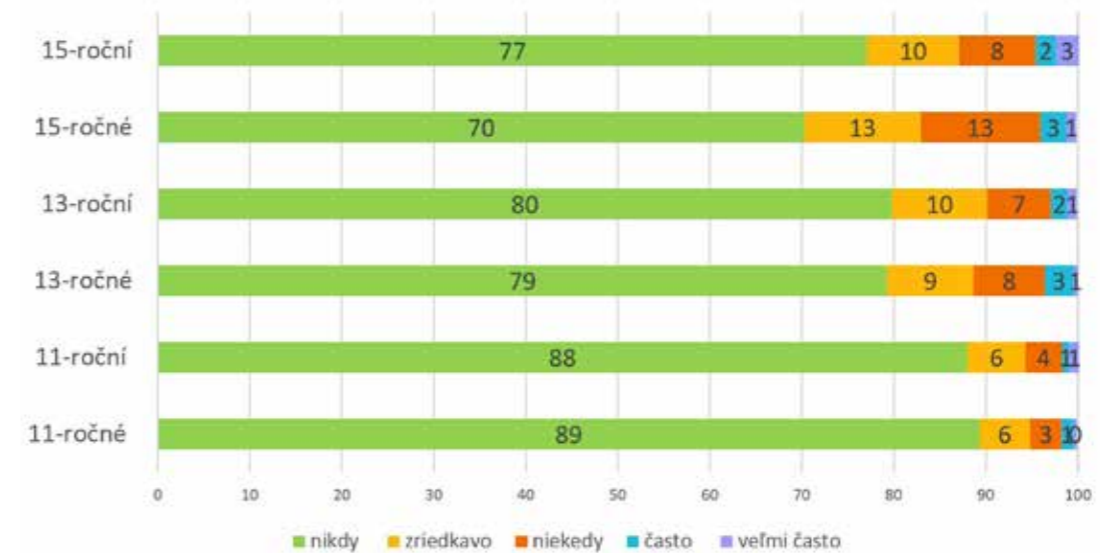
## Diskriminácia kvôli pohlaviu inými dospelými

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe iní dospelí správali nespravodlivo alebo neprijemne kvôli tomu, že si chlapec alebo dievča?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany učiteľov kvôli pohlaviu nikdy nezažilo viac ako 70 % školákov a školáčok (70-89 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli pohlaviu zo strany iných dospelých stretlo nie viac ako 5 % školákov a školáčok (1-5 %).

Obrázok 122: Diskriminácia kvôli pohlaviu inými dospelými (v %)



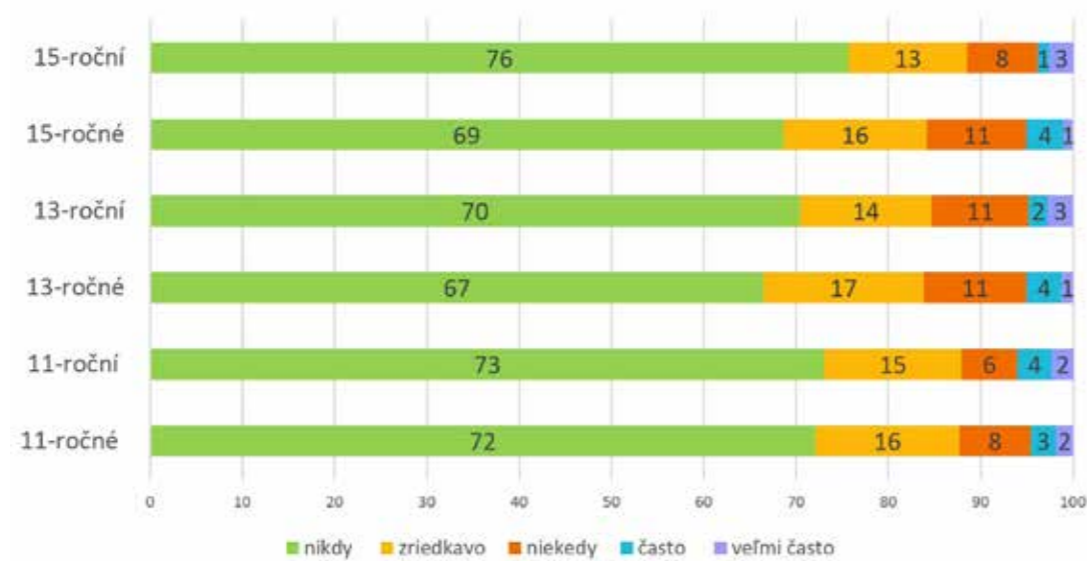
## Diskriminácia kvôli pohlaviu žiakmi v škole

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe žiaci v škole správali nespravodlivo alebo neprijemne kvôli tomu, že si chlapec alebo dievča?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany žiakov kvôli pohlaviu nikdy nezažilo viac ako 67 % dievčat (67-72 %) a viac ako 70 % chlapcov (70-76 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli pohlaviu zo strany žiakov stretlo nie viac ako 6 % školákov a školáčok (4-6 %).

Obrázok 123: Diskriminácia kvôli pohlaviu žiakmi v škole (v %)



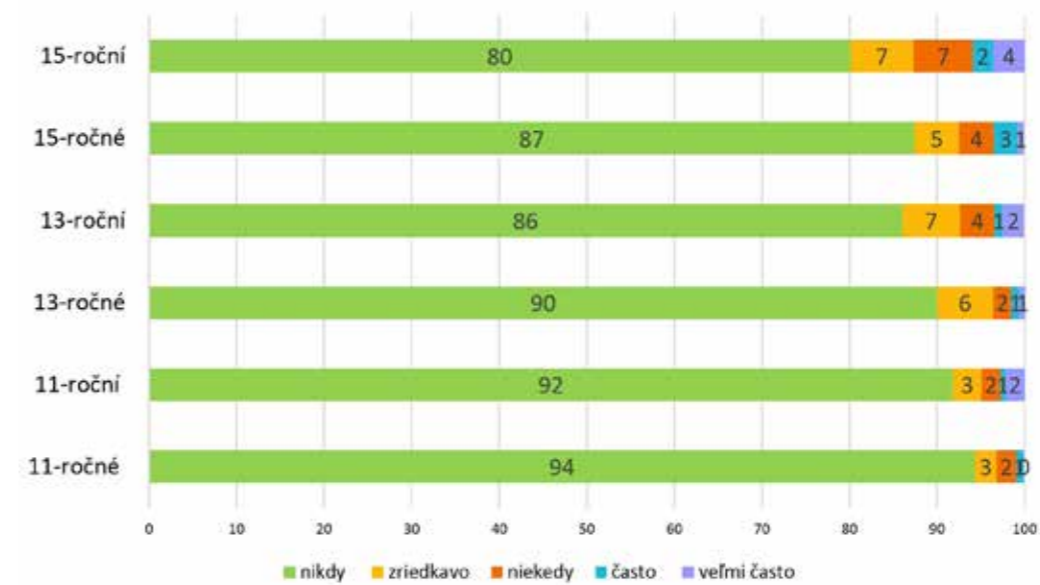
## Diskriminácia kvôli postave alebo výzoru učiteľmi

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe učiteľia správali nespravodlivo alebo neprijemne kvôli Tvojej postave alebo výzoru?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany učiteľov kvôli postave alebo výzoru nikdy nezažilo viac ako 80 % školákov a školáčok (80-94 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli postave alebo výzoru zo strany učiteľov stretlo nie viac ako 4 % dievčat (1-4 %) a 6 % chlapcov (3-6 %).

Obrázok 124: Diskriminácia kvôli postave alebo výzoru učiteľmi (v %)



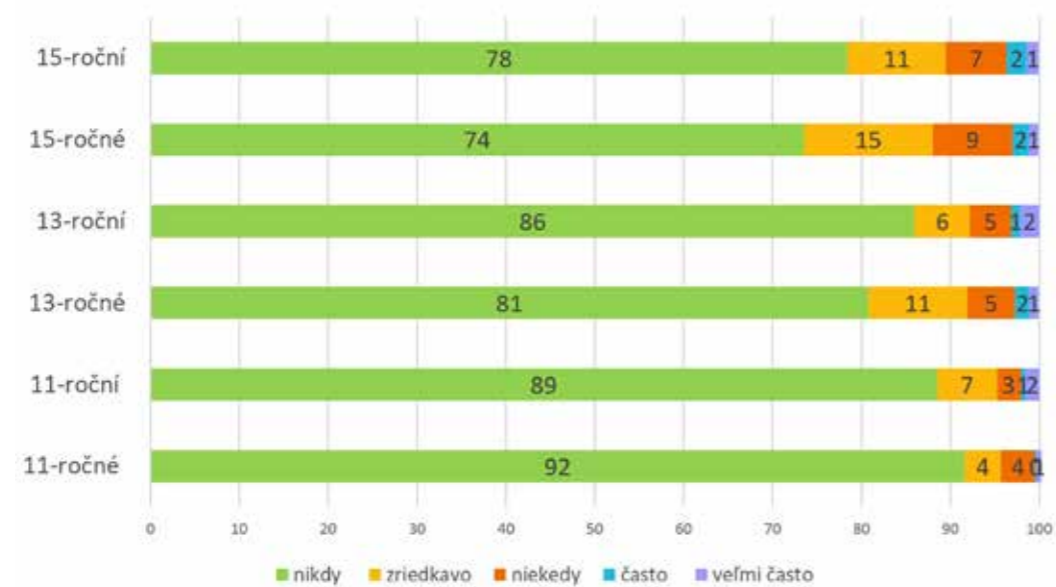
## Diskriminácia kvôli postave alebo výzoru inými dospelými

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe iní dospelí správali nespravodlivo alebo neprijemne kvôli Tvojej postave alebo výzoru?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany iných dospelých kvôli postave alebo výzoru nikdy nezažilo viac ako 70 % školákov a školáčok (74-92 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli postave alebo výzoru zo strany iných dospelých stretlo nie viac ako 4 % školákov a školáčok (1-4 %).

Obrázok 125: Diskriminácia kvôli postave alebo výzoru inými dospelými (v %)



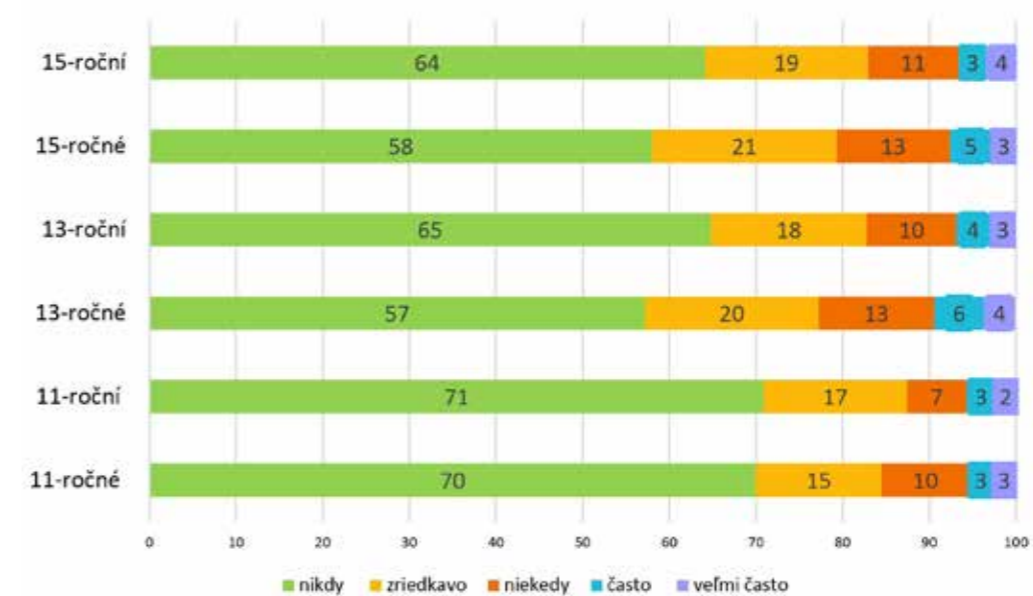
## Diskriminácia kvôli postave alebo výzoru žiakmi v škole

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe žiaci v škole správali nespravodlivo alebo neprijemne kvôli Tvojej postave alebo výzoru?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany žiakov v škole kvôli postave alebo výzoru nikdy nezažilo viac ako 58 % školákov a školáčok (58-71 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli postave alebo výzoru zo strany iných dospelých stretlo nie viac ako 10 % školákov a školáčok (5-10 %).

Obrázok 126: Diskriminácia kvôli postave alebo výzoru žiakmi v škole (v %)



*Závisí to od toho kde bývajú alebo aké majú oblečenie.  
Dievča, 13 rokov.*

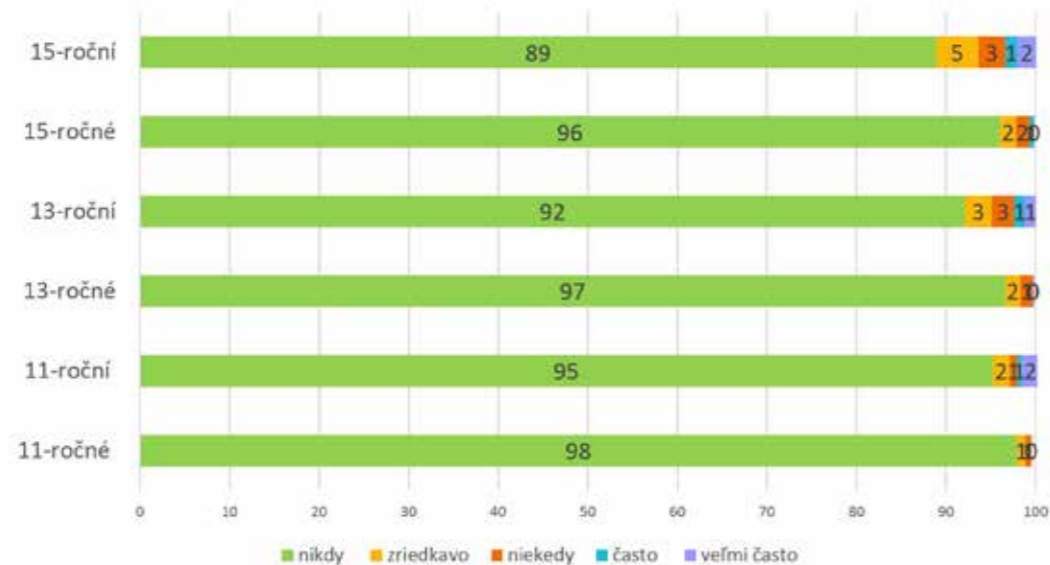
## Diskriminácia kvôli inej kultúre, jazyku či farbe pleti učiteľmi

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe učitelia správali nespravodlivo alebo nepríjemne kvôli tomu, že si z inej kultúry, rozprávaš doma iným jazykom alebo máš inú farbu pleti?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany učiteľov kvôli tomu, že sú z inej kultúry, rozprávajú doma iným jazykom alebo majú inú farbu pleti nikdy nezažilo viac ako 96 % dievčat (96-98 %) a viac ako 89 % chlapcov (89-95 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli tomu, že sú z inej kultúry, rozprávajú doma iným jazykom alebo majú inú farbu pleti zo strany učiteľov stretlo nie viac ako 1 % dievčat a 4 % chlapcov (2-4 %).

Obrázok 127: Diskriminácia kvôli kultúre, jazyku či farbe pleti učiteľmi (v %)



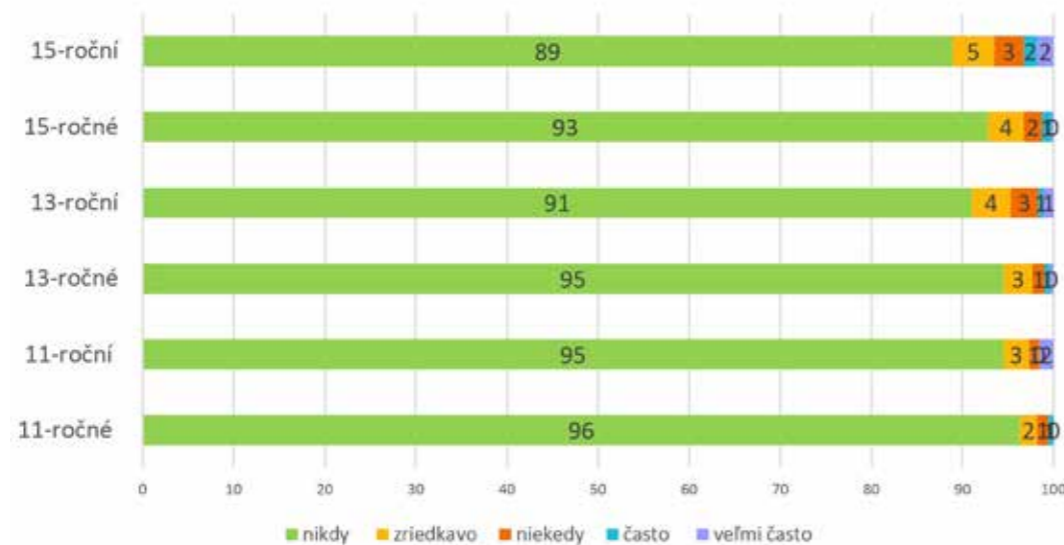
## Diskriminácia kvôli inej kultúre, jazyku či farbe pleti inými dospelými

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe iní dospelí správali nespravodlivo alebo nepríjemne kvôli tomu, že si z inej kultúry, rozprávaš doma iným jazykom alebo máš inú farbu pleti?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany iných dospelých kvôli tomu, že sú z inej kultúry, rozprávajú doma iným jazykom alebo majú inú farbu pleti nikdy nezažilo viac ako 96 % dievčat (96-98 %) a viac ako 89 % chlapcov (89-95 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli tomu, že sú z inej kultúry, rozprávajú doma iným jazykom alebo majú inú farbu pleti zo strany iných dospelých stretlo nie viac ako 1 % dievčat a najviac 4 % chlapcov (2-4 %).

Obrázok 128: Diskriminácia kvôli kultúre, jazyku či farbe pleti inými dospelými (v %)



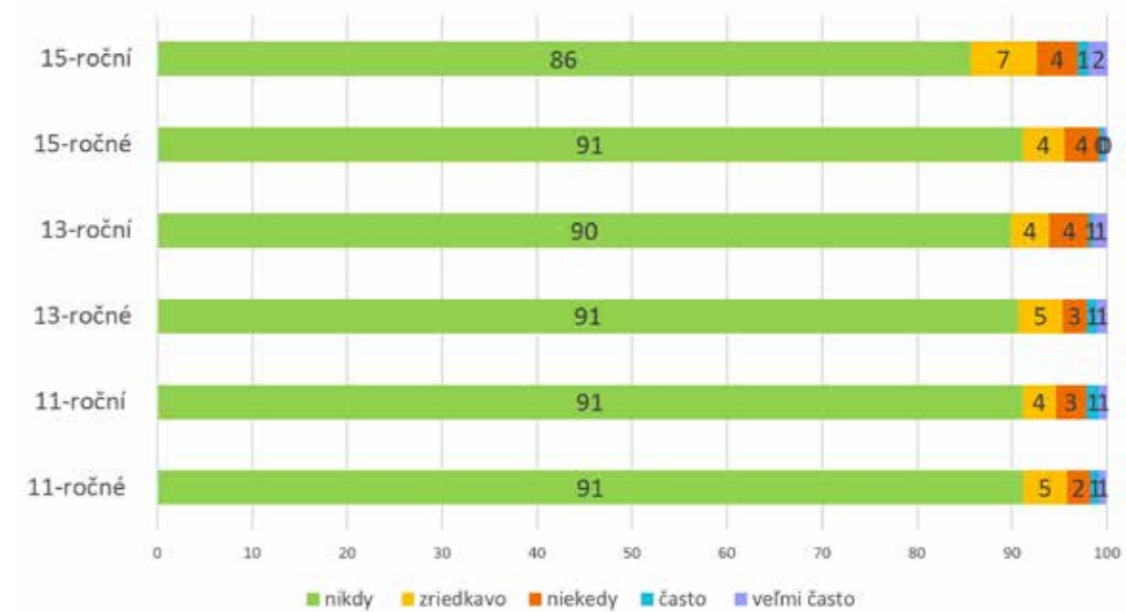
## Diskriminácia kvôli inej kultúre, jazyku či farbe pleti žiakmi v škole

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe žiaci v škole správali nespravodlivo alebo nepríjemne kvôli tomu, že si z inej kultúry, rozprávaš doma iným jazykom alebo máš inú farbu pleti?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany žiakov v škole kvôli tomu, že sú z inej kultúry, rozprávajú doma iným jazykom alebo majú inú farbu pleti nikdy nezažilo viac ako 86 % školákov a školáčok (86-91 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli tomu, že sú z inej kultúry, rozprávajú doma iným jazykom alebo majú inú farbu pleti zo strany žiakov v škole stretlo nie viac ako 3 % školákov a najviac 2 % školáčok (0-2 %).

Obrázok 129: Diskriminácia kvôli kultúre, jazyku či farbe pleti žiakmi v škole (v %)



*Myslia si, že sú viac ako my rómovia.*

*Dievča, 13 rokov.*

*Je to úžasné. S ľuďmi z iných krajín sa môžete toho veľa naučiť. Nové jazyky, zvyky, tradície.*

*Mám polovicu zahraničných kamarátov a je to fakt úžasné.*

*Dievča, 14 rokov.*



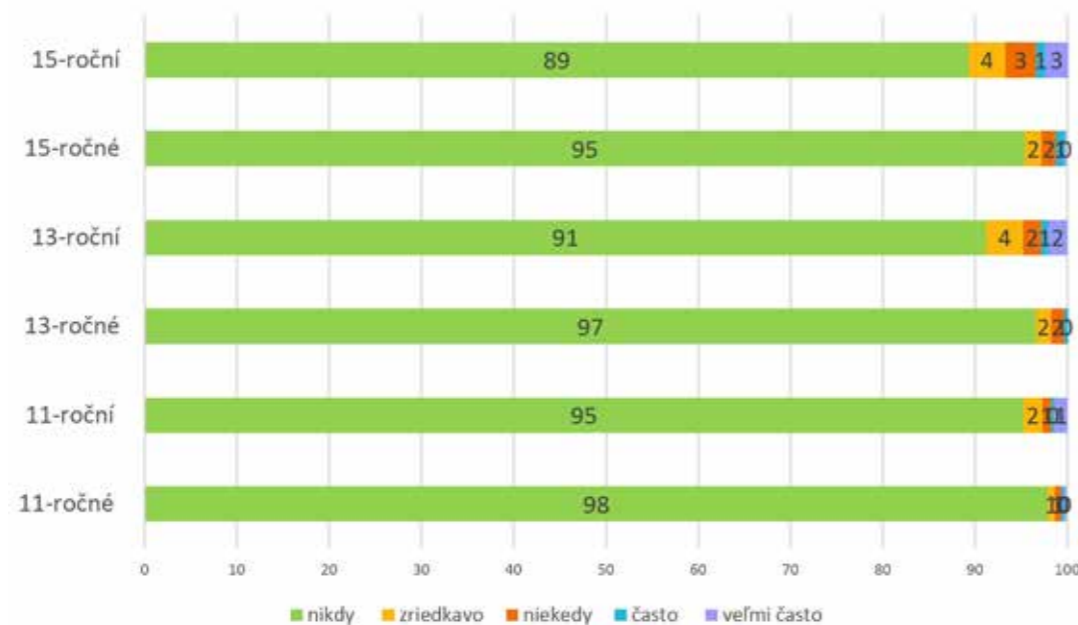
## Diskriminácia kvôli zlej situácii v rodine učiteľmi

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe učiteľia správali nespravodlivo alebo neprijemne kvôli zlej situácii v Tvojej rodine (peniaze, choroba, iné problémy)?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany učiteľov kvôli zlej situácii v rodine nikdy nezažilo viac ako 95 % dievčat (95-98 %) a viac ako 89 % chlapcov (89-95 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli zlej situácii v rodine zo strany učiteľov stretlo nie viac ako 1 % dievčat a 4 % chlapcov (1-4 %).

Obrázok 130: Diskriminácia kvôli zlej situácii v rodine učiteľmi (v %)



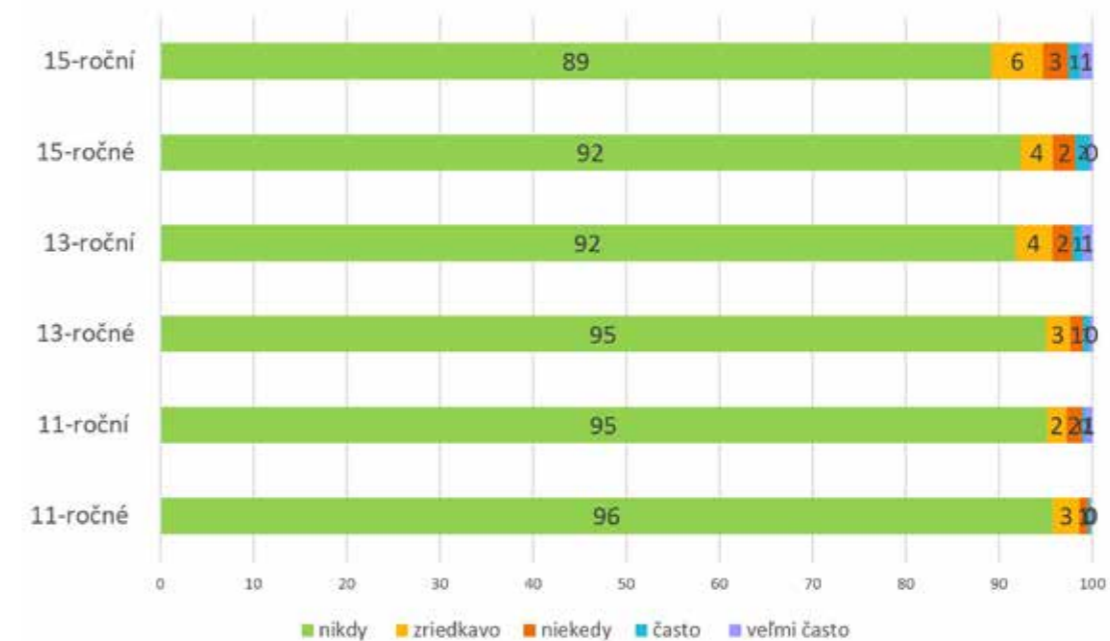
## Diskriminácia kvôli zlej situácii v rodine inými dospelými

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe iní dospelí správali nespravodlivo alebo neprijemne kvôli zlej situácii v Tvojej rodine (peniaze, choroba, iné problémy)?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany iných dospelých kvôli zlej situácii v rodine nikdy nezažilo viac ako 89 % školákov a školáčok (89-96 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli zlej situácii v rodine zo strany iných dospelých stretlo nie viac ako 3 % školákov a školáčok (0-3 %).

Obrázok 131: Diskriminácia kvôli zlej situácii v rodine inými dospelými (v %)



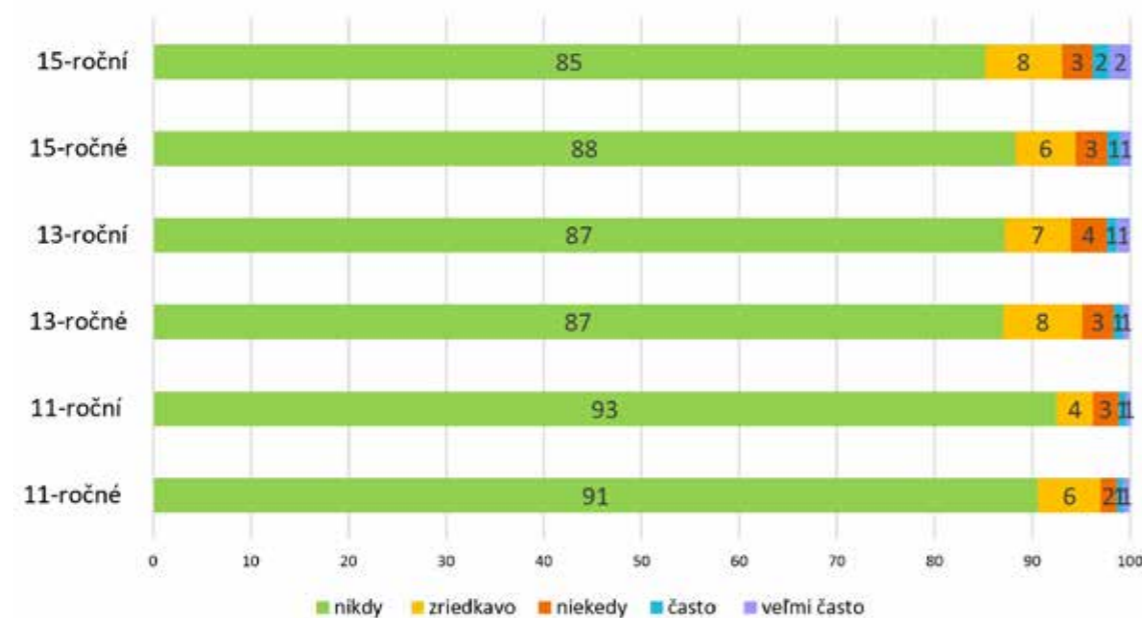
# Diskriminácia kvôli zlej situácii v rodine žiakmi v škole

**Popis indikátora:** Ako často sa Ti stalo, že sa k Tebe žiaci v škole správali nespravodlivo alebo neprijemne kvôli zlej situácii v Tvojej rodine (peniaze, choroba, iné problémy)?

- Nikdy
- Zriedkavo
- Niekedy
- Často
- Veľmi často

**Výskyt:** Diskrimináciu zo strany iných dospelých kvôli zlej situácii v rodine nikdy nezažilo viac ako 85 % školákov a školáčok (85-93 %). Často alebo veľmi často sa s diskrimináciou kvôli zlej situácii v rodine zo strany iných dospelých stretlo nie viac ako 2 % dievčat a 4 % chlapcov (2-4 %).

Obrázok 132: Diskriminácia kvôli zlej situácii v rodine žiakmi v škole (v %)



# Použitá literatúra

Durso, L. E., Latner, J. D., & Hayashi, K. (2012). Perceived discrimination is associated with binge eating in a community sample of non-overweight, overweight, and obese adults. *Obesity Facts*, 5(6), 869-880.

Ellis, B. H., MacDonald, H. Z., Klunk-Gillis, J., Lincoln, A., Strunin, L., & Cabral, H. J. (2010). Discrimination and mental health among Somali refugee adolescents: The role of acculturation and gender. *American Journal of Orthopsychiatry*, 80(4), 564.

Finch, B. K., Hummer, R. A., Kol, B., & Vega, W. A. (2001). The role of discrimination and acculturative stress in the physical health of Mexican-origin adults. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 23(4), 399-429.

Fuller-Rowell, T. E., Evans, G. W., & Ong, A. D. (2012). Poverty and health: The mediating role of perceived discrimination. *Psychological Science*, 23(7), 734-739.

Gee, G. C., Spencer, M., Chen, J., Yip, T., & Takeuchi, D. T. (2007). The association between self-reported racial discrimination and 12-month DSM-IV mental disorders among Asian Americans nationwide. *Social Science & Medicine*, 64(10), 1984-1996.

Gibbons, F. X., Etcheverry, P. E., Stock, M. L., Gerrard, M., Weng, C. Y., Kiviniemi, M., & O'hara, R. E. (2010). Exploring the link between racial discrimination and substance use: What mediates? What buffers?. *Journal of personality and social psychology*, 99(5), 785.

Grollman, E. A. (2012). Multiple forms of perceived discrimination and health among adolescents and young adults. *Journal of Health and Social Behavior*, 53(2), 199-214.

Grollman, E. A. (2014). Multiple disadvantaged statuses and health: the role of multiple forms of discrimination. *Journal of health and social behavior*, 55(1), 3-19.

Juvonen, J., Lessard, L. M., Schacter, H. L., & Suchilt, L. (2017). Emotional implications of weight stigma across middle school: The role of weight-based peer discrimination. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 46(1), 150-158.

Oh, H., Yang, L. H., Anglin, D. M., & DeVyllder, J. E. (2014). Perceived discrimination and psychotic experiences across multiple ethnic groups in the United States. *Schizophrenia research*, 157(1-3), 259-265.

Okamoto, J., Ritt-Olson, A., Soto, D., Baezconde-Garbanati, L., & Unger, J. B. (2009). Perceived discrimination and substance use among Latino adolescents. *American journal of health behavior*, 33(6), 718-727.

Pascoe, E. A., & Smart Richman, L. (2009). Perceived discrimination and health: a meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 135(4), 531.

Pearlin, L. I. (1999). The stress process revisited. In *Handbook of the sociology of mental health* (pp. 395-415). Springer, Boston, MA.

Simons, R. L., Chen, Y. F., Stewart, E. A., & Brody, G. H. (2003). Incidents of discrimination and risk for delinquency: A longitudinal test of strain theory with an African American sample. *Justice Quarterly*, 20(4), 827-854.

Thoits, P. A. (2010). Stress and health: Major findings and policy implications. *Journal of health and social behavior*, 51(1\_suppl), S41-S53.

Williams, D. R., & Mohammed, S. A. (2009). Discrimination and racial disparities in health: evidence and needed research. *Journal of behavioral medicine*, 32(1), 20-47.

Wong, C. A., Eccles, J. S., & Sameroff, A. (2003). The influence of ethnic discrimination and ethnic identification on African American adolescents' school and socioemotional adjustment. *Journal of personality*, 71(6), 1197-1232.



# Rovesníci

**Peter Kolarčík**

V období dospievania dochádza k zmenám trávenia voľného času a postupnému presunu ťažiska voľnočasových aktivít z prostredia rodiny do prostredia zdieľaného s rovesníkmi, mimo dozoru dospelých (Hartup 1983). Takýmto spôsobom vplyv rovesníkov stúpa na úkor vplyvu dospelých (De Goede a kol. 2009). Dospievajúci majú potrebu byť začlenení do rovesníckych skupín, ktoré ich budú akceptovať, dokonca aj vtedy, keď sa skupina podieľa na rôznych nežiadúcich aktivitách (napr. výtržníctvo, násilie, rizikové správanie, Steinberg 2010; Tarrant a kol. 2006; Nurmi 2004). Z vývinového hľadiska zohrávajú rovesníci a rovesnícke skupiny dôležitú úlohu a to tým, že poskytujú príležitosti pre socializáciu, sprostredkujú a zásadným spôsobom usmerňujú proces sociálneho učenia a umožňujú rôzne interakcie. V rámci skupiny si dospievajúci formujú postoje k iným a k sebe a osvojujú si rolové modely. V tomto období narastá význam a vplyv mienky rovesníkov a to najmä na vlastné sebahodnotenie dospievajúceho.

Rovesníci predstavujú jeden z hlavných zdrojov sociálnej opory, od ktorej závisí, ako sa dospievajúcim podarí vysporiadať sa so zmenami, ku ktorým dochádza počas tohto obdobia ako sú napríklad zmeny v školskom prostredí, telesné zmeny, zmeny v oblasti emócií či sociálnych vzťahov (Bokhorst, a kol. 2010, Vedder a kol. 2005, Pretty a kol. 1994). Dospievajúci, ktorí vnímajú oporu svojich rovesníkov, dosahujú vyššiu mieru subjektívnej pohody, majú menej emocionálnych problémov a lepšie sociálne kompetencie (Lenzi a kol. 2012).

Dospievanie sa tiež vyznačuje telesnými a hormonálnymi zmenami spojenými s pohlavným dozrievaním, ktoré so sebou prináša nové emócie

a prebúdajúcu sa sexualitu. Zážitok romantického vzťahu, zaľúbenosti a lásky je dôležitým elementom v živote, ktorý má významný dopad na ďalšie oblasti života. Romantický vzťah môže byť pre dospievajúceho prínosný v niekoľkých oblastiach: zvýšenie sebaúcty a sebavedomia, nárast popularity a sociálneho statusu, zlepšenie sociálnych kompetencií, samostatnosti, nezávislosti a takýto vzťah môže tiež slúžiť ako ochrana proti sociálnej úzkosti (Manlove a kol. 2006). Spôsob akým mladý človek zažije svoje prvé oboznamovanie sa s romantickými vzťahmi a pocitmi, ktoré prinášajú, má významný vplyv na jeho duševné zdravie, budúci vývoj a ďalšie romantické vzťahy v jeho živote. Romantické vzťahy v období dospievania sú priestorom na prvotné objavovanie vlastnej sexuality, ktoré môže viesť k prvému sexuálnemu styku a ďalšej sexuálnej aktivite. Zapojenie do romantických aktivít primeraných daného veku je pre naplnenie vývinových úloh žiadúce, no predčasné skúsenosti s aktivitami, ktoré by bolo lepšie odložiť do neskoršieho veku (napr. párové randenie, pohlavný styk) môžu viesť k nežiadúcim problémom, pretože dospievajúci nemusia byť pripravení zvládnuť situácie a problémy, ktoré sa môžu vyskytnúť (Baker a kol. 2016, Beckmeyer 2015, Connolly a kol. 2013, Davila 2008, Furman a kol. 2007). Sexuálna aktivita u dospievajúcich je spájaná s rizikovejším sexuálnym správaním, väčším rizikom nákazy sexuálne prenosnými ochoreniami alebo neplánovaným otehotnením (Fergus a kol. 2007). Mnoho mladých ľudí vypovedalo, že dôvody k pohlavnému styku v mladom veku zahŕňali najmä rovesnícky tlak alebo tlak partnera. Sexuálna aktivita v mladom veku so sebou prináša viaceré riziká vyplývajúce z nezrelosti takýchto aktérov. Neplánované tehotenstvo a pohlavne prenosné choroby sú iba niektorými dôsledkami, ktoré sa môžu

vyskytnúť (Dumas a kol. 2012). Pri romantických vzťahoch v mladom veku sa však hovorí aj o možných negatívnych dopadoch akými sú napríklad konzumácia nelegálnych drog, delikventné správanie, problémy v škole, prílišné zaoberanie sa vzťahom, ruminácie a prežívanie stresu v prípade, že vzťah neprebieha podľa predstáv (Aicken a kol. 2010, Groves a kol. 2009, Kaestle a kol. 2002, Svare a kol. 2002, Narring a kol. 2000). Byť s niekým vo vzťahu môže so sebou priniesť ďalšie negatívne okolnosti, ako je napríklad predčasná sexuálna aktivita, nechcené tehotenstvo (Bajos & Bozon, 2008), partnerské násilné správanie vo vzťahu (Hickman a kol. 2004) a zvýšenú náchylnosť k depresívnym symptómom (Exner-Cortens a kol. 2013, Campbell 2002). Taktiež prípadné rozchody či rozpad vzťahu často súvisia s epizodami depresie, somatizáciami alebo chronickými psychosomatickými poruchami (Low a kol. 2012, Lewinsohn a kol. 1998).

## Sociálna opora rovesníkov – priatelia sa snažia pomáhať

**Popis indikátora:** Zaujíma nás, ako hodnotíš nasledujúci výrok:

Moji priatelia sa mi naozaj snažia pomáhať.

- 1 vôbec nesúhlasím
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7 úplne súhlasím

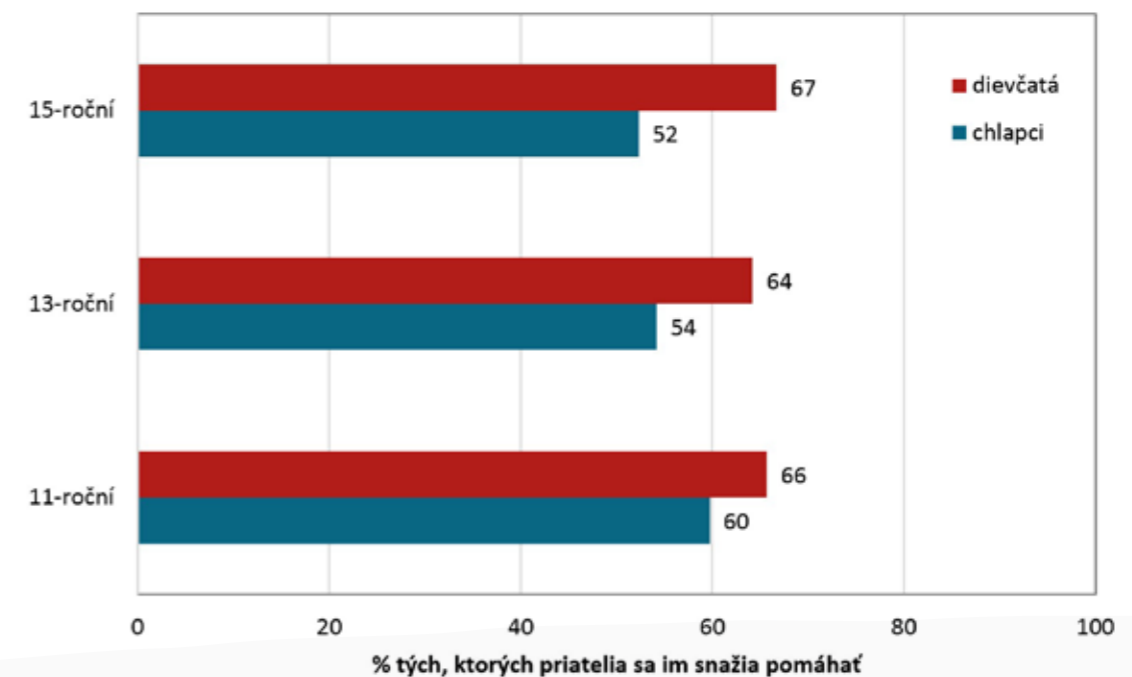
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí hodnotili sociálnu oporu rovesníkov číslom „5 - 7“.

**Výskyt:** Viac než polovica chlapcov vo veku 13 a 15 rokov (52-24 %) a dve tretiny dievčat (64-67 %) a chlapcov vo veku 11 rokov (60 %) mala priateľov, ktorí sa im snažia pomáhať.

**Rodové rozdiely:** Chlapci menej často ako dievčatá uviedli, že majú priateľov, ktorí sa im snažia pomáhať (11-roční OR/CI: 0,8/0,62-0,97; 13-roční OR/CI: 0,7/0,54-0,81; 15-roční OR/CI: 0,5/0,43-0,70).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Chlapci vo veku 11 rokov uviedli, že majú priateľov, ktorí sa im snažia pomáhať častejšie ako chlapci vo veku 15 rokov (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,4/1,08-1,69). Rozdiely medzi ďalšími vekovými skupinami sme nepotvrdili.

Obrázok 133: Sociálna opora rovesníkov - priatelia sa snažia pomáhať (v %).



*Dnes to chodí tak, že ak sa niekto niekomu páči, najprv si to nepriznajú, a ak si to priznajú,*

*tak skoro stále si píše, volajú cez videohovor.*

*Dievča, 12 rokov.*

*Niektorí sa hanbia a niektorí to povedia hneď osobe, ktorá sa im páči. Chlapec by mal pozvať*

*dievča. Dievča by malo úprimne odpovedať.*

*Dievča, 13 rokov.*

## Sociálna opora rovesníkov – môžu počítať s priateľmi, keď majú problém

**Popis indikátora:** Zaujíma nás, ako hodnotíš nasledujúci výrok:

Môžem počítať s mojimi priateľmi, keď mám problém.

- 1 vôbec nesúhlasím
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7 úplne súhlasím

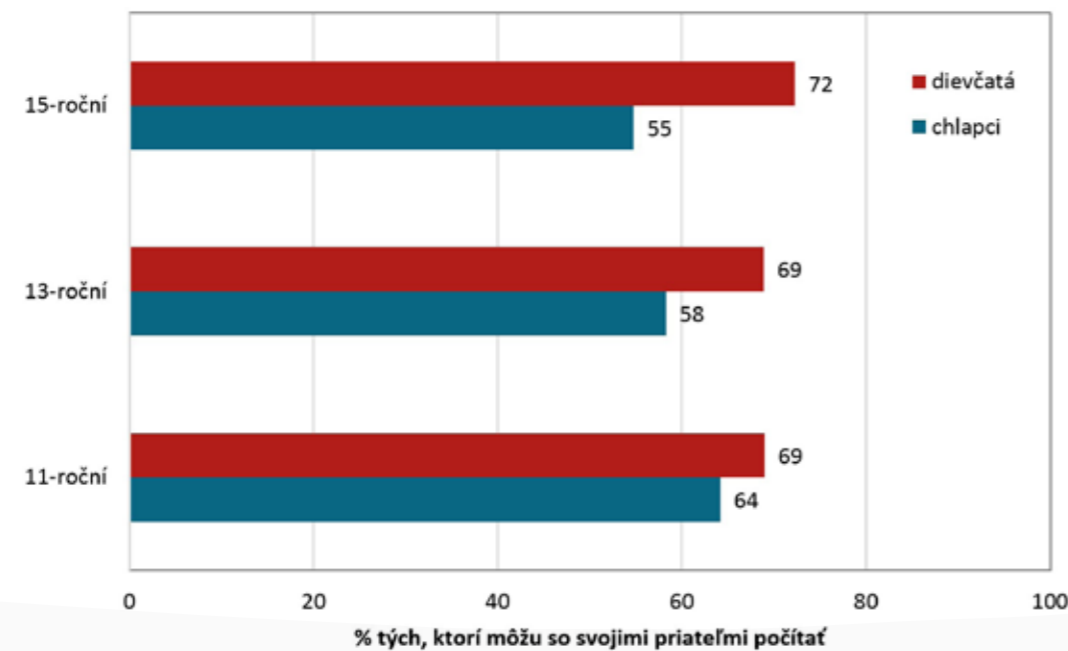
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí hodnotili sociálnu oporu rovesníkov číslom „5 - 7“.

**Výskyt:** Viac ako polovica chlapcov (55-64 %) a približne 70 % dievčat (69-72 %) uviedla, že môžu počítať s priateľmi, keď majú problém.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov menej často ako dievčatá v tomto veku uviedli, že môžu počítať s priateľmi, keď majú problém (11-roční OR/CI: 0,6/0,52-0,78; 15-roční OR/CI: 0,5/0,36-0,59).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Chlapci vo veku 11 rokov uviedli, že môžu počítať s priateľmi, keď majú problém častejšie ako chlapci vo veku 15 rokov (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,5/1,17-1,86). Rozdiely medzi ďalšími vekovými skupinami sme nepotvrdili.

Obrázok 134: Sociálna opora rovesníkov - môžu počítať s priateľmi, keď majú problém (v %).



## Sociálna opora rovesníkov – priatelia, s ktorými sa môžu podeliť o radosti aj starosti

**Popis indikátora:** Zaujíma nás, ako hodnotíš nasledujúci výrok:

Mám priateľov, s ktorými sa môžem podeliť o moje radosti aj starosti.

- 1 vôbec nesúhlasím
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7 úplne súhlasím

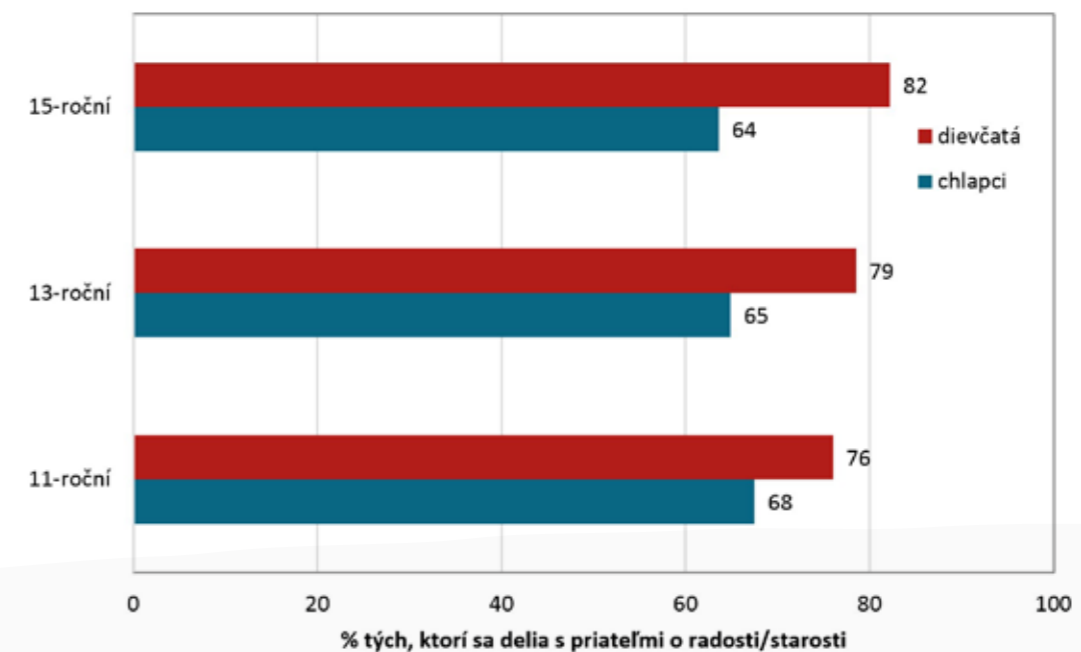
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí hodnotili sociálnu oporu rovesníkov číslom „5 - 7“.

**Výskyt:** Viac ako dve tretiny chlapcov (64-68 %) a približne 80 % dievčat (76-82 %) uviedlo, že majú priateľov, s ktorými sa môžu podeliť o svoje radosti aj starosti.

**Rodové rozdiely:** Chlapci menej často ako dievčatá uviedli, že majú priateľov, s ktorými sa môžu podeliť o svoje radosti aj starosti (11-roční OR/CI: 0,7/0,51-0,84; 13-roční OR/CI: 0,5/0,41-0,63; 15-roční OR/CI: 0,4/0,29-0,50).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Dievčatá vo veku 11 rokov uviedli, že môžu počítať s priateľmi, keď majú problém menej často ako dievčatá vo veku 15 rokov (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/0,52-0,91). Rozdiely medzi ďalšími vekovými skupinami sme nepotvrdili.

Obrázok 135: Sociálna opora rovesníkov - priatelia, s ktorými sa môžu podeliť o radosti aj starosti (v %).



## Sociálna opora rovesníkov – môžu s priateľmi hovoriť o svojich problémoch

**Popis indikátora:** Zaujíma nás, ako hodnotíš nasledujúci výrok:

S mojimi priateľmi môžem hovoriť o svojich problémoch.

- 1 vôbec nesúhlasím
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7 úplne súhlasím

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí hodnotili sociálnu oporu rovesníkov číslom „5 - 7“.

**Výskyt:** Menej ako 60 % chlapcov (57-59 %), no viac ako 70 % dievčat (71-79 %) uviedlo, že so svojimi priateľmi môžu hovoriť o svojich problémoch.

**Rodové rozdiely:** Chlapci menej často ako dievčatá uviedli, že so svojimi priateľmi môžu hovoriť o svojich problémoch (11-roční OR/CI: 0,6/0,44-0,71; 13-roční OR/CI: 0,5/0,43-0,66; 15-roční OR/CI: 0,4/0,30-0,51).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladšie dievčatá menej často ako staršie dievčatá uviedli, že so svojimi priateľmi môžu hovoriť o svojich problémoch (11-ročné vs 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,50-0,85; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/0,56-0,94). V skupine chlapcov sme rozdiely medzi vekovými skupinami nepotvrdili.

## Zaľúbenosť

**Popis indikátora:** Bol/a si niekedy do niekoho zaľúbený/á? (hovori sa tomu aj „byť zamilovaný/á“ alebo „byť do niekoho“)

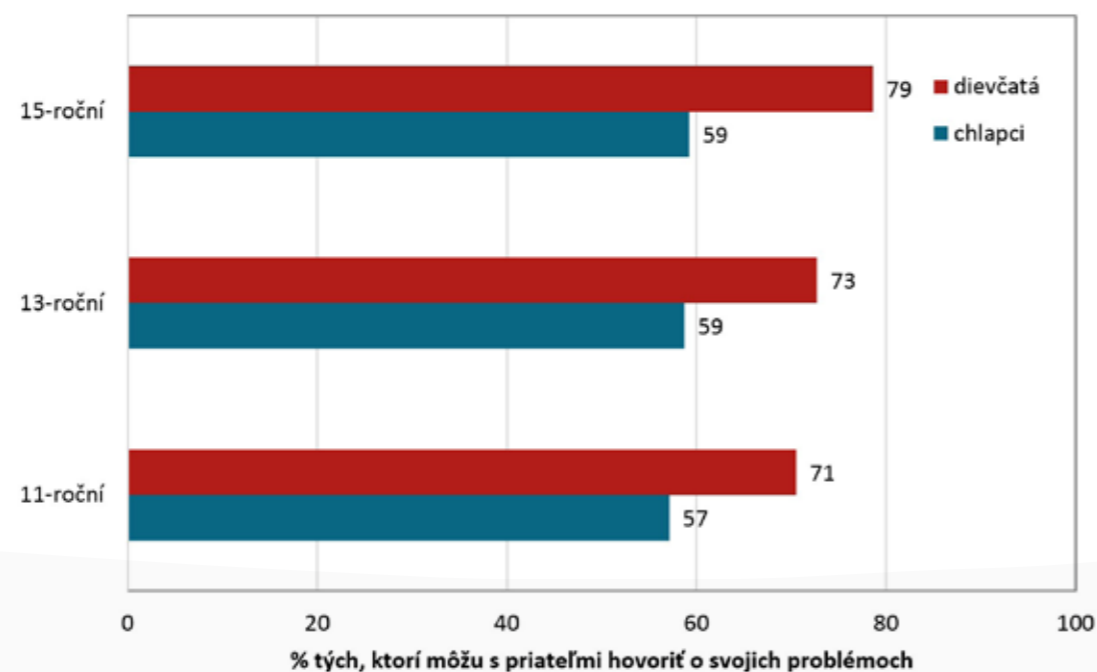
- Áno, do dievčaťa alebo viacerých dievčat
- Áno, do chlapca alebo viacerých chlapcov
- Nie, nikdy

Na uvedené položky odpovedali len 15-roční školáci (N=1293). Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že „Áno, do dievčaťa alebo viacerých dievčat“ alebo „Áno, do chlapca alebo viacerých chlapcov“.

**Výskyt:** Približne dve tretiny dievčat (69 %) a chlapcov (60 %) vo veku 15 rokov uviedla, že už boli niekedy do niekoho zaľúbení.

**Rodové rozdiely:** Chlapci menej často ako dievčatá priznali, že už boli zaľúbení (15-roční OR/CI: 0,7/0,54-0,87).

Obrázok 136: Sociálna opora rovesníkov - môžu s priateľmi hovoriť o svojich problémoch (v %).



*Nevie byť bez druhého, chce sa s ním stále stretávať, rozprávať, telefonovať.  
Dievča, 14 rokov.*

# Randenie, bozkávanie, objímanie a hladenie na intímnych miestach

## Popis indikátorov:

Chodil/a si už niekedy s niekým (hovorí sa tomu aj „mať rande“)?

- Áno, s dievčaťom alebo viacerými dievčatami
- Áno, s chlapcom alebo viacerými chlapcami
- Nie, nikdy

Robil/a si v priebehu posledného roka nasledujúce veci?

- Áno
- Nie

Bozkával/a si sa s niekým (za posledný rok)?

- Áno
- Nie

Objímal/a a maznal/a si sa s niekým (za posledný rok)?

- Áno
- Nie

Hladil/a si sa s niekým na intímnych miestach (za posledný rok)?

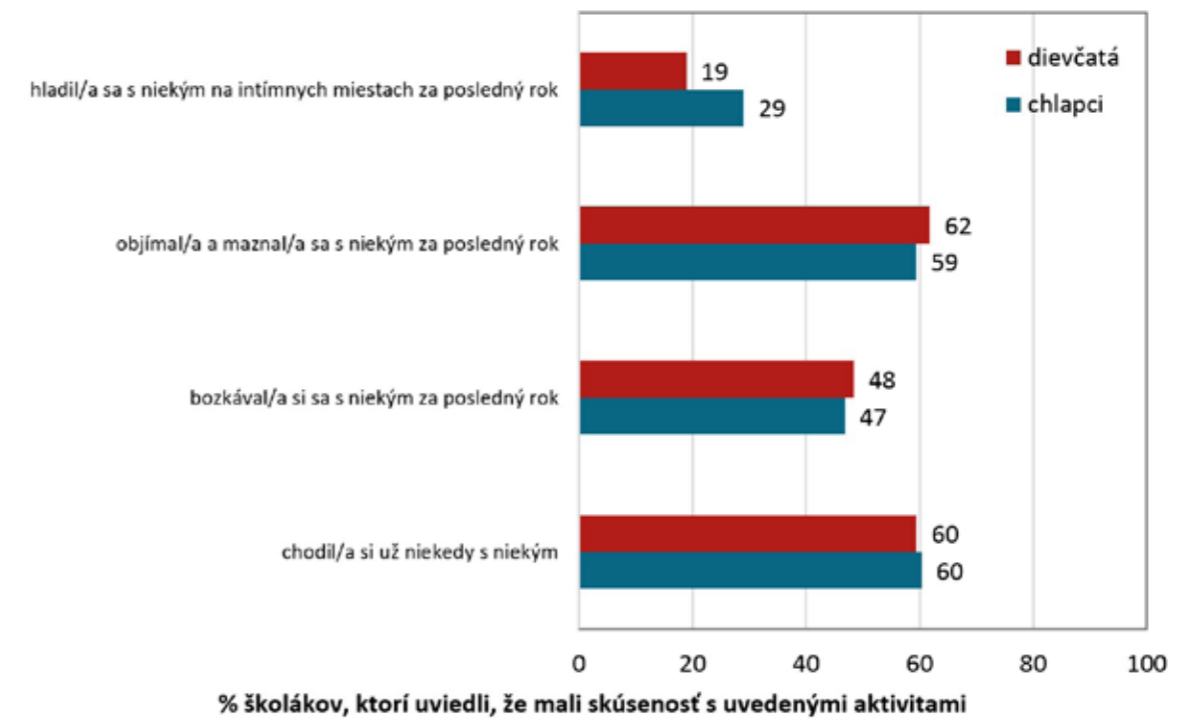
- Áno
- Nie

Na uvedené položky odpovedali len 15-roční školáci. Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli, že „Áno, s dievčaťom alebo viacerými dievčatami“ alebo „Áno, s chlapcom alebo viacerými chlapcami“, respektíve „Áno“.

**Výskyt:** Skoro dve tretiny 15-ročných školákov (58 %) a školáčok (59 %) uviedla, že v priebehu posledného roka s niekým chodila, respektíve mala rande. Približne polovica 15-ročných školákov a školáčok sa za posledný rok s niekým bozkávala (47-48 %), skoro dve tretiny školákov a školáčok sa za posledný rok s niekým objímal/a alebo maznala (59-62 %); 19 % dievčat a 29 % chlapcov uviedlo, že sa v poslednom roku s niekým hladili na intímnych miestach.

**Rodové rozdiely:** Chlapci častejšie ako dievčatá uviedli, že za posledný rok sa s niekým hladili na intímnych miestach (OR/CI 1,7/1,30-2,35). Rodové rozdiely v skúsenosti s randením, bozkávaním či objímaním sme nepotvrdili.

Obrázok 137: Randenie, bozkávanie, objímanie a hladenie na intímnych miestach (v %)



## Skúsenosť s pohlavným stykom

**Popis indikátora:** Mal/a si niekedy pohlavný styk (niekedy sa tomu hovorí „milovať sa“, „mať sex“ alebo „vyspať sa s niekým“)?

- Áno
- Nie

Na uvedené položky odpovedali len 15-roční školáci. Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli „Áno“.

**Výskyt:** Skúsenosť s pohlavným stykom priznalo 11 % dievčat a 17 % chlapcov vo veku 15 rokov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci častejšie ako dievčatá mali skúsenosť s pohlavným stykom (15-roční OR/CI: 1,6/1,13-2,29).

## Hodnotenie prvej sexuálnej skúsenosti

**Popis indikátora:** O svojom prvom pohlavnom styku (niekedy sa tomu hovorí „milovať sa“, „mať sex“ alebo „vyspať sa s niekým“) by som povedal/a:

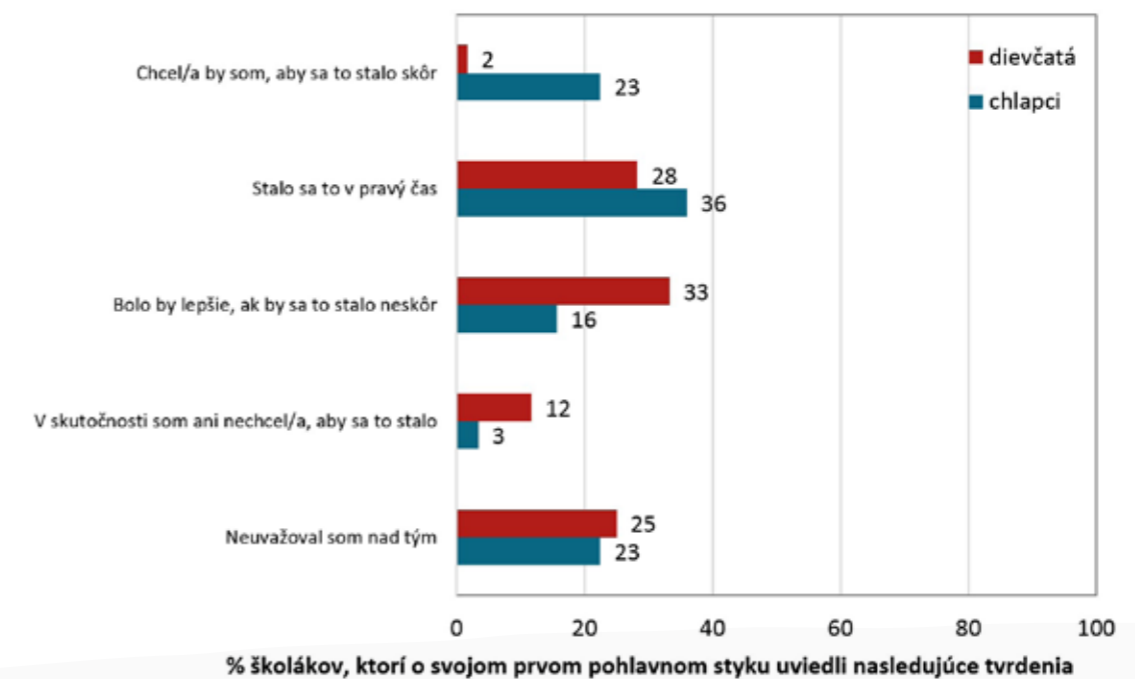
- Chcel/a by som, aby sa to stalo skôr
- Stalo sa to v pravý čas
- Bolo by lepšie, ak by sa to stalo neskôr
- V skutočnosti som ani nechcel/a, aby sa to stalo
- Neuvažoval/a som nad tým

Na uvedené položky odpovedali len 15-roční školáci. Prezentovaný je výskyt jednotlivých odpovedí školákov, ktorí už mali pohlavný styk (dievčatá N=60, chlapci N=89).

**Výskyt:** Najčastejšou odpoveďou 15-ročných školákov, ktorí mali sexuálnu skúsenosť, bola, že ich prvý pohlavný styk sa udial v pravý čas (36 % chlapcov a 28 % dievčat) a v skupine dievčat. Minimum dievčat (2 %), ale až pätina chlapcov (23 %) by chcela, aby sa to stalo skôr, no tretina dievčat (33 %) a 16 % chlapcov by chcelo, aby sa to stalo neskôr. 12 % dievčat a 3 % chlapcov v skutočnosti nechcelo, aby sa to stalo a štvrtina dievčat a pätina chlapcov o tom neuvažovala (25%/23 %).

**Rodové rozdiely:** Pre nízky počet respondentov v jednotlivých kategóriách sme rodové rozdiely neoverovali.

Obrázok 138: Hodnotenie prvej sexuálnej skúsenosti (v %)





# Ochrana pred neželaným tehotenstvom

**Popis indikátora:** Poslednýkrát, keď si mal/a pohlavný styk, použili ste Ty alebo Tvoj/a partner/ka:

- » Kondóm
- » Tabletky (hormonálna antikoncepcia)
- » Tabletky „po“ (napr. Escapelle, Postinor)
- » Nejaká iná metóda

Pri každej metóde bolo možné uviesť nasledujúce odpovede:

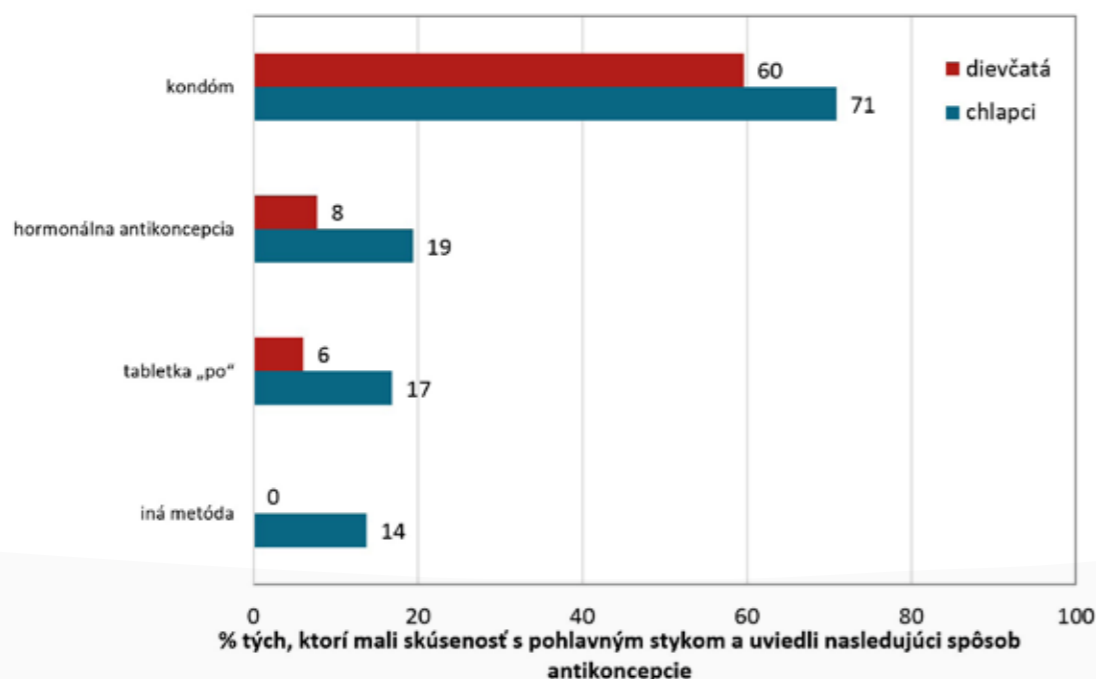
- Áno
- Nie
- Neviem

Na uvedené položky odpovedali len 15-roční školáci, ktorí už mali pohlavný styk (dievčatá N=60, chlapci N=89). Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí uviedli „Áno“ pri konkrétnej metóde.

**Výskyt:** Najčastejšie používanou metódou ochrany pred neželaným tehotenstvom bol kondóm (71 % chlapcov, 60 % dievčat), druhou najčastejšou bolo používanie hormonálnej antikoncepcie (19 % chlapcov a 8 % dievčat) a tabletky „po“ (17 % chlapcov a 6 % dievčat). Najmenej uvádzanou metódou ochrany proti neželanému tehotenstvu bolo používanie „inej metódy“ bližšie nešpecifikovanej (14 % chlapcov).

**Rodové rozdiely:** Pre nízky počet respondentov v jednotlivých kategóriách sme rodové rozdiely neoverovali.

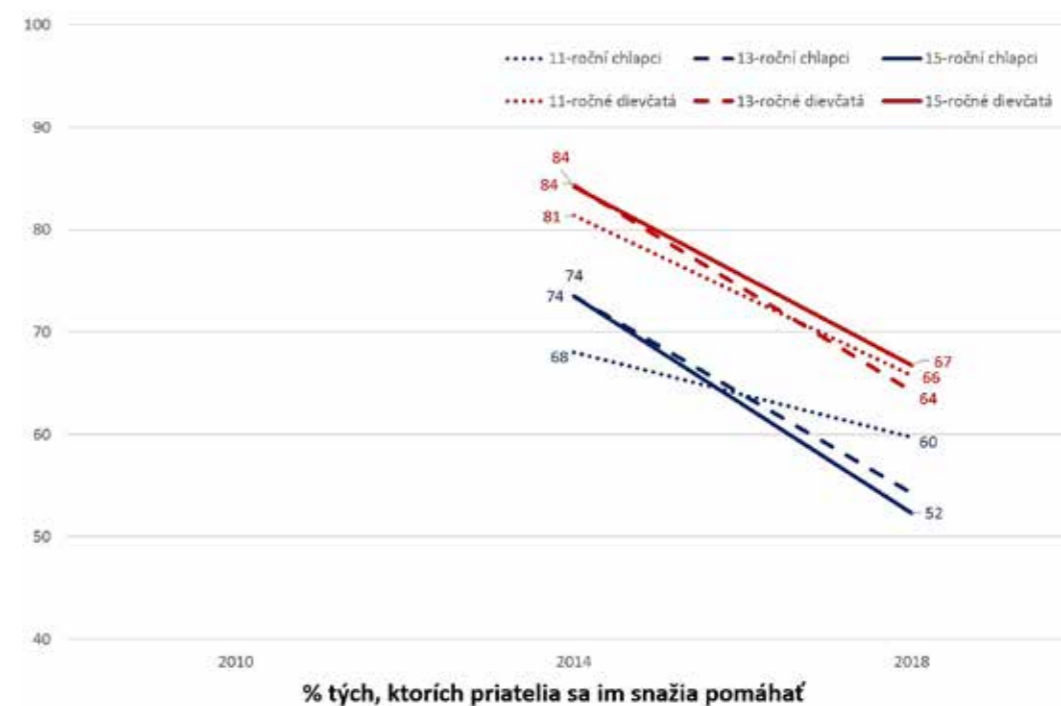
Obrázok 139: Ochrana pred neželaným tehotenstvom (v %)



# Trendy 2010 – 2014 – 2018

## Sociálna opora rovesníkov - priatelia sa snažia pomáhať

Obrázok 140: Sociálna opora rovesníkov - priatelia sa snažia pomáhať – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



V období medzi rokom 2014 a 2018 klesol počet školákov, ktorí uviedli, že ich priatelia sa im snažia pomáhať. Slovenskí školáci tak v roku 2018

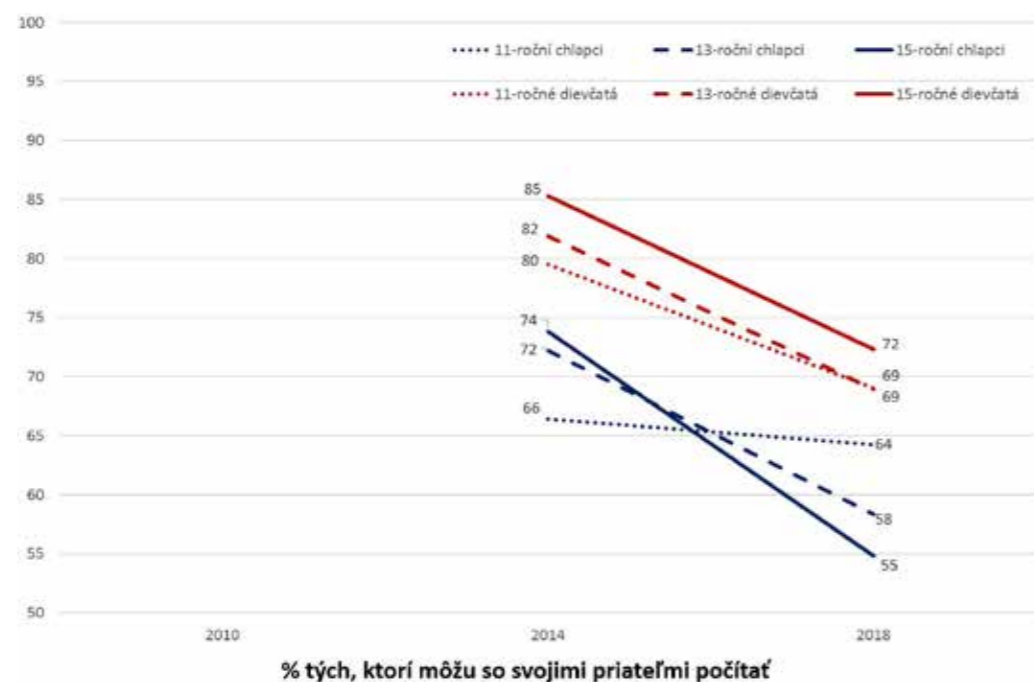
hodnotili snahu priateľov pomáhať im horšie ako školáci v roku 2014.

Tabuľka 30: Sociálna opora rovesníkov - priatelia sa snažia pomáhať – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014						
2014 vs. 2018	↓	↓	↓	↓	↓	↓
2010 vs. 2018						

## Sociálna opora rovesníkov - môžu počítať s priateľmi, keď majú problém

Obrázok 141: Sociálna opora rovesníkov - môžu počítať s priateľmi, keď majú problém – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



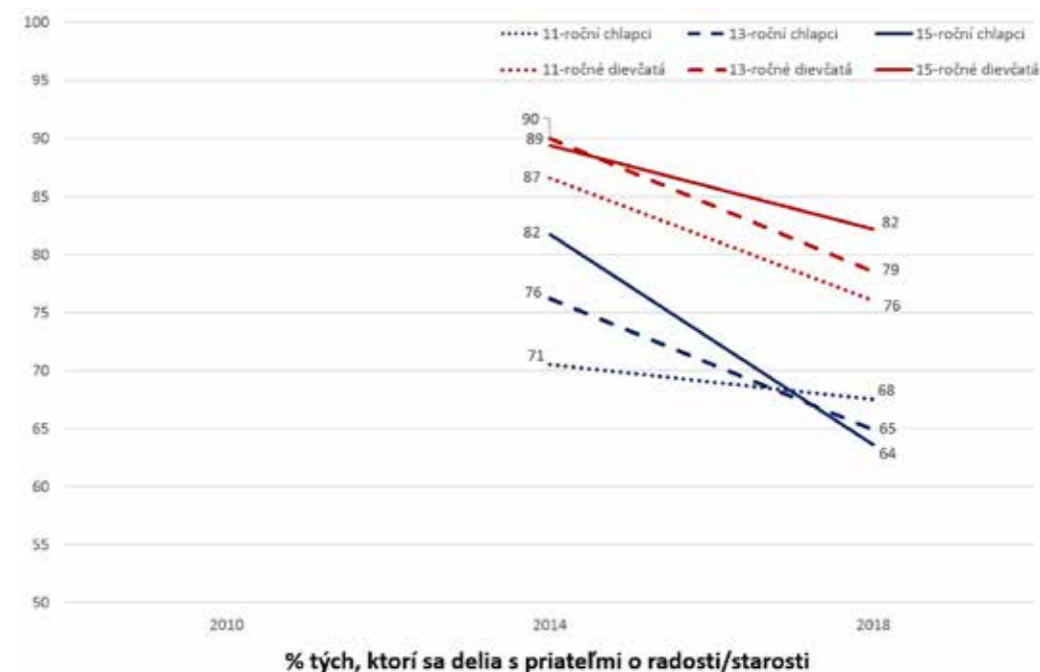
V období medzi rokom 2014 a 2018 klesol počet školákov, ktorí uviedli, že môžu so svojim priateľmi počítať. Výnimkou boli iba 11-roční chlapci, u ktorých sme zmenu nepotvrdili.

Tabuľka 31: Sociálna opora rovesníkov - môžu počítať s priateľmi, keď majú problém – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014						
2014 vs. 2018	=	↓	↓	↓	↓	↓
2010 vs. 2018						

## Sociálna opora rovesníkov - priatelia, s ktorými sa môžu podeliť o radosti aj starosti

Obrázok 142: Sociálna opora rovesníkov - priatelia, s ktorými sa môžu podeliť o radosti aj starosti – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



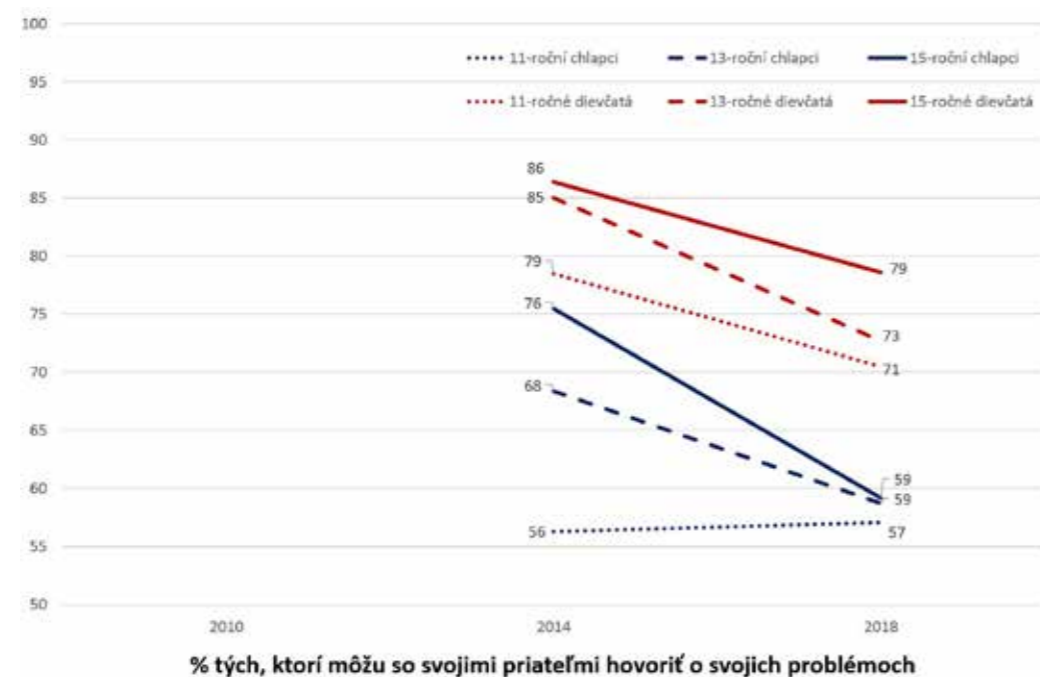
V období medzi rokom 2014 a 2018 klesol počet školákov, ktorí uviedli, že sa delia s priateľmi o radosti a starosti. Výnimkou boli iba 11-roční chlapci, u ktorých sme zmenu nepotvrdili.

Tabuľka 32: Sociálna opora rovesníkov - priatelia, s ktorými sa môžu podeliť o radosti aj starosti – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014						
2014 vs. 2018	=	↓	↓	↓	↓	↓
2010 vs. 2018						

## Sociálna opora rovesníkov - môžu s priateľmi hovoriť o svojich problémoch

Obrázok 143: Sociálna opora rovesníkov - môžu s priateľmi hovoriť o svojich problémoch – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



V období medzi rokom 2014 a 2018 klesol počet školákov, ktorí uviedli, že so svojimi priateľmi môžu hovoriť o svojich problémoch. Výnimkou

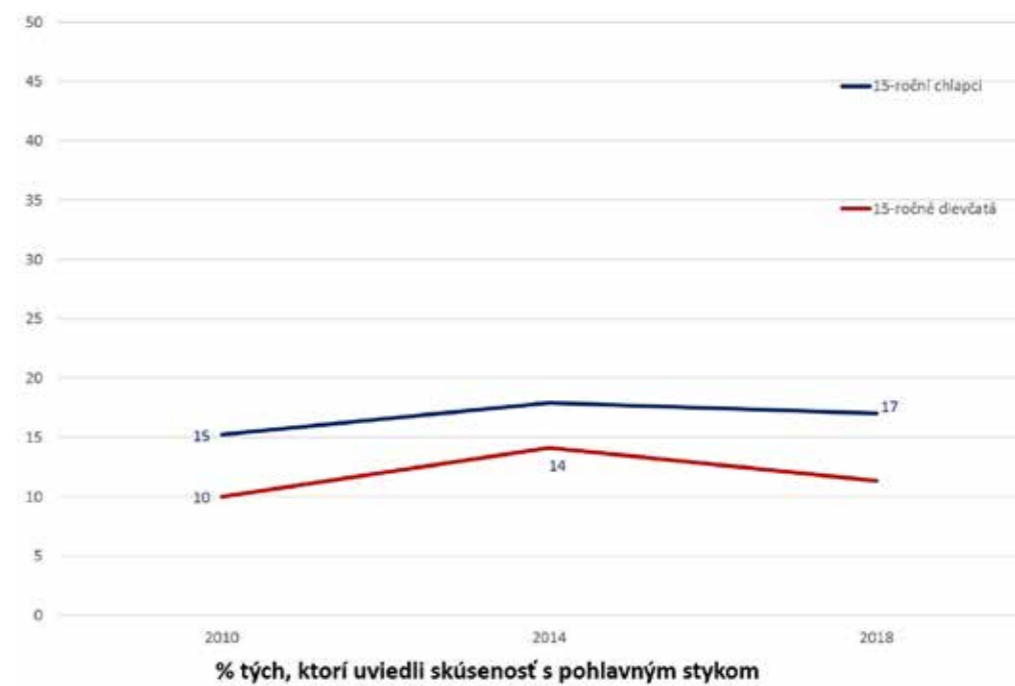
boli iba 11-roční chlapci, u ktorých sme zmenu nepotvrdili.

Tabuľka 33: Sociálna opora rovesníkov - môžu s priateľmi hovoriť o svojich problémoch – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014						
2014 vs. 2018	=	↓	↓	↓	↓	↓
2010 vs. 2018						

## Skúsenosť s pohlavným stykom

Obrázok 144: Skúsenosť s pohlavným stykom – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Porovnanie skúseností s pohlavným stykom u 15-ročných školákov medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 sme nezistili žiadne štatisticky významné zmeny okrem mierneho nárastu sexuálnych skúseností u dievčat medzi rokmi 2010 a 2014,

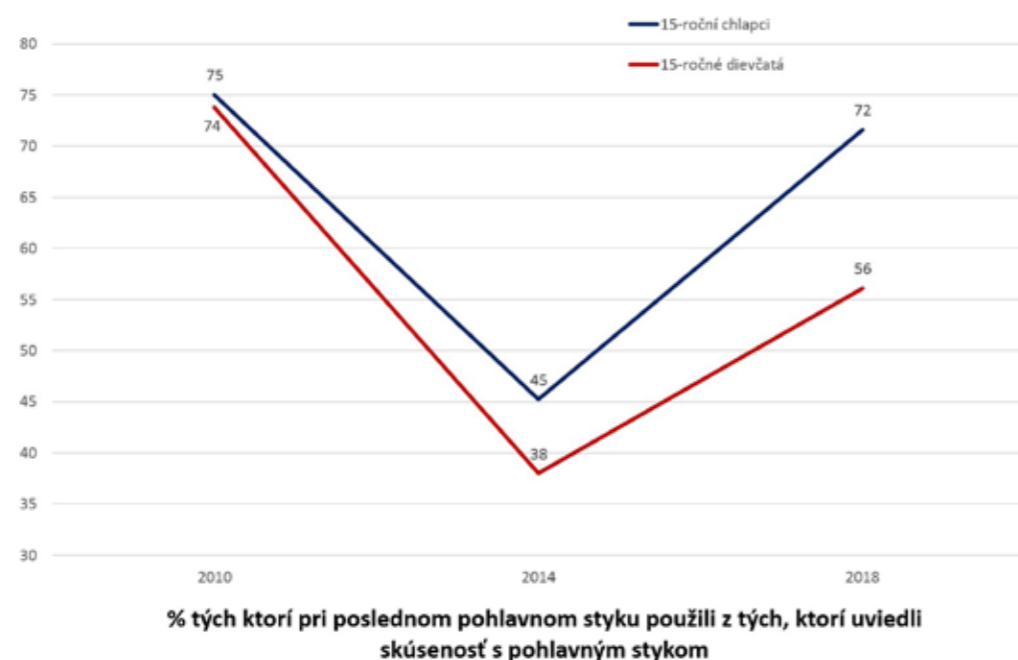
ktorý ostal medzi rokmi 2014 a 2018 bez štatisticky významnej zmeny. Dlhodobé porovnanie medzi rokmi 2010 a 2018 neukázalo štatisticky významný nárast ani u chlapcov a ani u dievčat.

Tabuľka 34: Skúsenosť s pohlavným stykom – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014			=			↑
2014 vs. 2018			=			=
2010 vs. 2018			=			=

## Ochrana pred neželaným tehotenstvom – kondóm

Obrázok 145: Ochrana pred neželaným tehotenstvom – kondóm – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Porovnanie používania kondómu ako ochrany pred neželaným tehotenstvom u sexuálne aktívnych 15-ročných školákov medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 sme zistili výrazný a štatisticky významný pokles u chlapcov aj u dievčat medzi

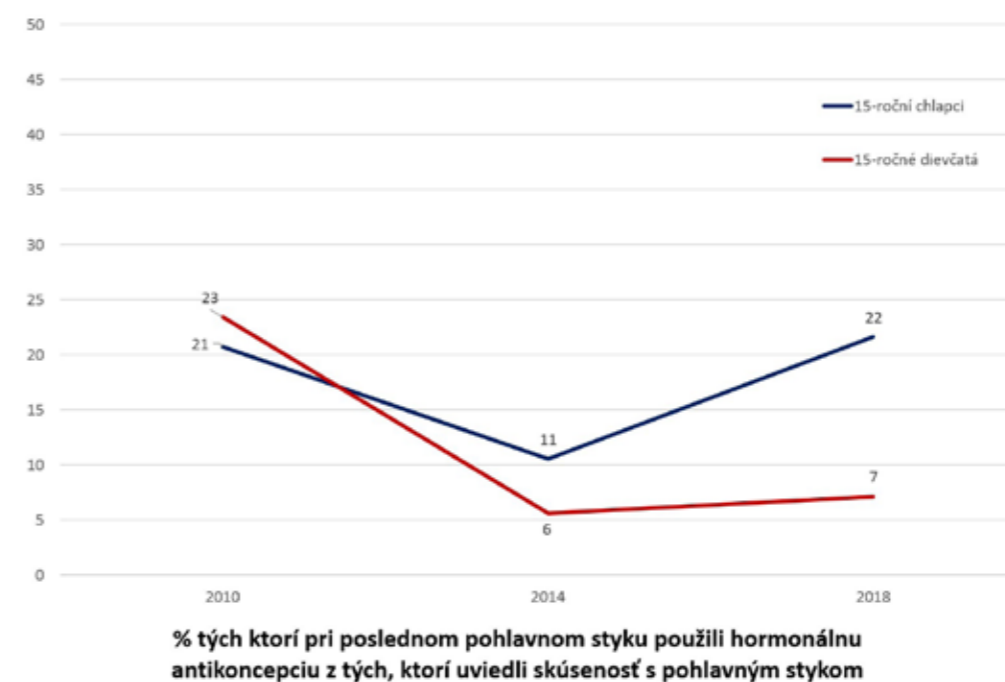
rokmi 2010 a 2014 a následne výrazný nárast medzi rokmi 2014 a 2018 na takmer pôvodnú úroveň u chlapcov z roku 2010 a štatisticky významne nižšiu úroveň u dievčat z roku 2010.

Tabuľka 35: Ochrana pred neželaným tehotenstvom – kondóm – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014			↓			↓
2014 vs. 2018			↑			↑
2010 vs. 2018			=			↓

## Ochrana pred neželaným tehotenstvom – hormonálna antikoncepcia

Obrázok 146: Ochrana pred neželaným tehotenstvom – hormonálna antikoncepcia – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Porovnanie používania hormonálnej antikoncepcie ako ochrany pred neželaným tehotenstvom u sexuálne aktívnych 15-ročných školákov medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 kopíruje trend v používaní kondómu avšak v menšom meradle. Tak tiež tu došlo k štatisticky významnému poklesu u chlapcov aj u dievčat medzi rokmi 2010 a 2014

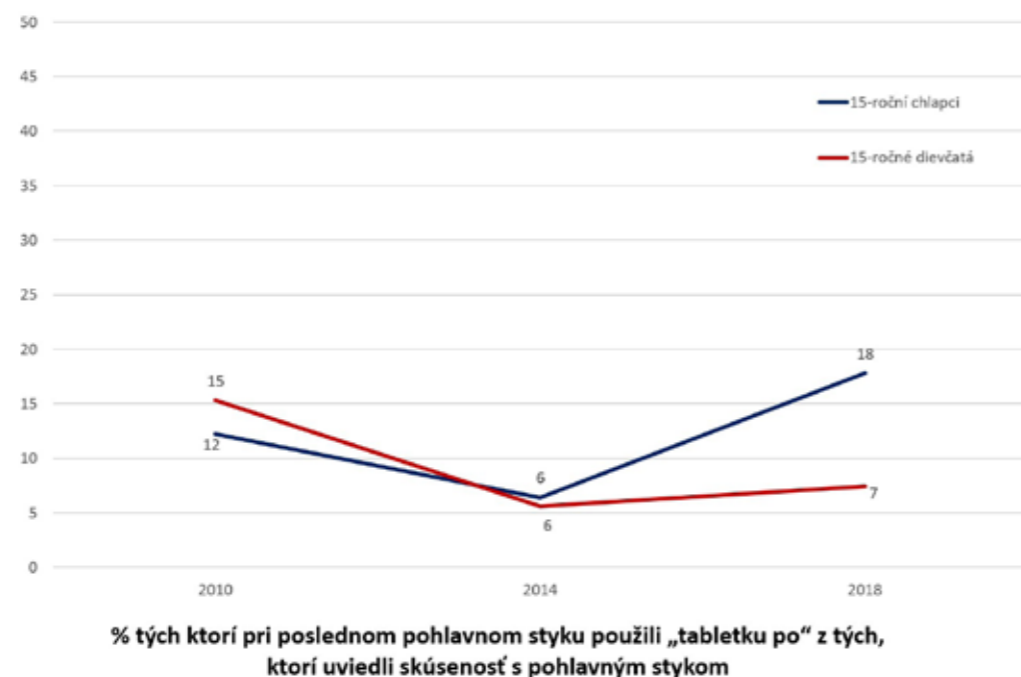
a následnému nárastu medzi rokmi 2014 a 2018, ale len v skupine chlapcov, kde tento nárast dosiahol úroveň nameranú v roku 2010. U dievčat nebola zmena medzi rokmi 2014 a 2018 štatisticky významná a bola štatisticky významne nižšia ako úroveň nameraná v roku 2010.

Tabuľka 36: Ochrana pred neželaným tehotenstvom – hormonálna antikoncepcia – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014			↓			↓
2014 vs. 2018			↑			=
2010 vs. 2018			=			↓

## Ochrana pred neželaným tehotenstvom – tabletky po

Obrázok 147: Ochrana pred neželaným tehotenstvom – tabletky po – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Porovnanie používania núdzovej antikoncepcie tzv. tabletky „po“ ako ochrany pred neželaným tehotenstvom u sexuálne aktívnych 15-ročných školákov medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 ukazuje štatisticky významnému pokles medzi rokmi 2010 a 2014 u dievčat, ale žiadnu významnú

zmenu u chlapcov. Naopak medzi rokmi 2014 a 2018 došlo k štatisticky významnému nárastu u chlapcov a k žiadnej významnej zmene u dievčat. Porovnanie rokov 2010 a 2018 hovorí o porovnateľnej úrovni bez štatisticky významných rozdielov.

Tabuľka 37: Ochrana pred neželaným tehotenstvom – tabletky po – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014			=			↓
2014 vs. 2018			↑			=
2010 vs. 2018			=			=

## Použitá literatúra

Aicken, C. R., Nardone, A., & Mercer, C. H. (2010). Alcohol misuse, sexual risk behaviour and adverse sexual health outcomes: evidence from Britain's national probability sexual behaviour surveys. *Journal of public health*, 33(2), 262-271.

Bajos, N., Bozon, M., & Beltzer, N. (2008). Enquête sur la sexualité en France. *Pratiques, genre et santé. Lectures, Publications reçues.*

Baker, C. K., & Carreño, P. K. (2016). Understanding the role of technology in adolescent dating and dating violence. *Journal of Child and Family Studies*, 25(1), 308-320.

Beckmeyer, J. J. (2015). Comparing the associations between three types of adolescents' romantic involvement and their engagement in substance use. *Journal of adolescence*, 42, 140-147.

Bokhorst, C. L., Sumter, S. R., & Westenberg, P. M. (2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive?. *Social development*, 19(2), 417-426.

Campbell, J. C. (2002). Health consequences of intimate partner violence. *The lancet*, 359(9314), 1331-1336.

Connolly, J., Nguyen, H. N., Pepler, D., Craig, W., & Jiang, D. (2013). Developmental trajectories of romantic stages and associations with problem behaviours during adolescence. *Journal of adolescence*, 36(6), 1013-1024.

Davila, J. (2008). Depressive symptoms and adolescent romance: Theory, research, and implications. *Child Development Perspectives*, 2(1), 26-31.

De Goede, I. H., Branje, S. J., Delsing, M. J., & Meeus, W. H. (2009). Linkages over time between adolescents' relationships with parents and friends. *Journal of youth and adolescence*, 38(10), 1304-1315.

Dumas, T. M., Ellis, W. E., & Wolfe, D. A. (2012). Identity development as a buffer of adolescent risk behaviors in the context of peer group pressure and control. *Journal of adolescence*, 35(4), 917-927.

Exner-Cortens, D., Eckenrode, J., & Rothman, E. (2013). Longitudinal associations between teen dating violence victimization and adverse health outcomes. *Pediatrics*, 131(1), 71-78.

Fergus, S., Zimmerman, M. A., & Caldwell, C. H. (2007). Growth trajectories of sexual risk behavior in adolescence and young adulthood. *American Journal of Public Health*, 97(6), 1096-1101.

Furman, W., Ho, M. J., & Low, S. M. (2007). The rocky road of adolescent romantic experience: Dating and adjustment. *Friends, lovers and groups: Key relationships in adolescence*, 61-80.

Groves, R. M., Mosher, W. D., Lepkowski, J. M., & Kirgis, N. G. (2009). Planning and development of the continuous National Survey of Family Growth. *Vital and health statistics. Ser. 1, Programs and collection procedures*, (48), 1-64.

Hartup, W. W. (1983). Peer relations. In M. Heathersington (Ed.), *Handbook of Child Psychology* (Vol. 4, pp. 103-196).

Kaestle, C. E., Morisky, D. E., & Wiley, D. J. (2002). Sexual intercourse and the age difference between adolescent females and their romantic partners. *Perspectives on sexual and reproductive health*, 304-309.

Lenzi, M., Vieno, A., Perkins, D. D., Pastore, M., Santinello, M., & Mazzardis, S. (2012). Perceived neighborhood social resources as determinants of prosocial behavior in early adolescence. *American Journal of Community Psychology*, 50(1-2), 37-49.

Lewinsohn, P. M., Rohde, P., & Seeley, J. R. (1998). Major depressive disorder in older adolescents: prevalence, risk factors, and clinical implications. *Clinical psychology review*, 18(7), 765-794.

Low, N. C., Dugas, E., O'Loughlin, E., Rodriguez, D., Contreras, G., Chaiton, M., & O'Loughlin, J. (2012). Common stressful life events and difficulties are associated with mental health symptoms and substance use in young adolescents. *BMC psychiatry*, 12(1), 116.

Manlove, J., Terry-Humen, E., & Ikramullah, E. (2006). Young teenagers and older sexual partners: correlates and consequences for males and females. *Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 38(4), 197-207.

Nurmi, J. E. (2004). Socialization and self-development. *Handbook of adolescent psychology*, 2, 85-124.

Pretty, G. M., Andrewes, L., & Collett, C. (1994). Exploring adolescents' sense of community and its relationship to loneliness. *Journal of community psychology*, 22(4), 346-358.

Steinberg, L. (2010). *Adolescence*. New York: McGraw Hill. pp. 1-434.

Svare, E. I., Kjaer, S. K., Thomsen, B. L., & Bock, J. E. (2002). Determinants for non-use of contraception at first intercourse; a study of 10,841 young Danish women from the general population. *Contraception*, 66(5), 345-350.

Tarrant, M., MacKenzie, L., & Hewitt, L. A. (2006). Friendship group identification, multidimensional self-concept, and experience of developmental tasks in adolescence. *Journal of adolescence*, 29(4), 627-640.

Vedder, P., Boekaerts, M., & Seegers, G. (2005). Perceived social support and well being in school; The role of students' ethnicity. *Journal of youth and adolescence*, 34(3), 269-278.



# Rodina

**Daniela Husárová, Miriama Lacková Rebičová**

Rodinné prostredie je jedným z najvýznamnejších faktorov podieľajúcich sa na rozvoji a formovaní osobnosti dospelujúcich. Napriek postupnému zvyšovaniu ich samostatnosti a nezávislosti, rodinné vzťahy a väzby zostávajú dôležitým zdrojom opory či pocitu istoty a bezpečia. Podporujúce a stabilné zázemie poskytuje dospelujúcim modely správania potrebné pre uchovanie fyzického aj psychického zdravia. Rovnako aj socioekonomická pozícia rodiny, vzťahujúca sa napr. k príjmu, vzdelaniu či zamestnanosti rodičov, je dôležitým faktorom, ktorý v určitej miere vplyva na zdravie a so zdravím súvisiace správanie. Rozdielna úroveň socioekonomickej pozície však vytvára priestor pre vznik nerovností v zdraví, a býva často spájaná s celkovou úrovňou zdravia alebo výskytom zdravotných problémov u dospelujúcich (Quon&McGrath 2014) či životnou spokojnosťou (Ravens-Sieberer a kol. 2008). Taktiež nízky socioekonomický status býva spájaný s horšou dostupnosťou k potrebnej zdravotnej starostlivosti (Newacheck a kol. 2003). Navyše, rozdiely v zdraví dospelujúcich sú základom aj pre vznik nerovností v zdraví v dospelosti (Viner a kol. 2012).

Vplyvom súčasných spoločenských zmien sa však mení aj štruktúra a fungovanie rodiny, mení sa jej spôsob života, preto je dôležité zaoberať sa tým, aký to má dopad na plnenie jej základných funkcií. Rozvodovosť, skúsenosť so striedanou starostlivosťou či rôzne ďalšie varianty rodinného prostredia, nezamestnanosť rodičov, sťahovanie sa kvôli práci či práca rodičov mimo bydliska sa môžu kumulovať, a tak naberať na intenzite, čo môže byť následne spojené s vyšším výskytom rizikového správania či emocionálnymi alebo behaviorálnymi problémami (Paclíková a kol. 2018; Bellis a kol. 2014).

Jednotlivé aspekty rodinného fungovania, vrátane úrovne rodičovskej kontroly, výchovného štýlu či komunikácie, vo významnej miere ovplyvňujú so zdravím súvisiace správanie, čím priamo alebo nepriamo vplyvajú aj na zdravie dospelujúcich (Berge a kol. 2013; Berge a kol. 2010).

Rodičovská kontrola je jedným z prostriedkov regulácie aktivít a správania dospelujúcich, ktorý môže prispieť k formovaniu so zdravím súvisiaceho správania, napríklad zdravých spôsobov stravovania (Ma&Hampl 2018) či zníženému výskytu problémového správania (Hancock&Hoskins 2014). Efektívny spôsob rodičovskej kontroly predstavuje také správanie rodičov, ktoré zahŕňa aktívnu pozornosť venovanú ich deťom, ako i monitorovanie toho, s kým a ako trávajú svoj čas mimo domova (Marmorstein 2019). Na druhej strane je potrebné zdôrazniť, že štruktúra alebo spôsob rodičovskej kontroly by sa mal meniť v súlade a podľa aktuálnych potrieb dospelujúceho. Kým v detstve sa rodičia viac zameriavajú na prostredie domova a školy, v období dospelovania sa väčší dôraz kladie na rastúcu potrebu autonómie a nezávislosti, a teda viac je monitorovaný čas a aktivity v rámci širšieho prostredia dospelujúceho mimo jeho domova prostredníctvom vzájomnej komunikácie (Racz&McMahon 2011; Clark a kol. 2008).

Efektívna rodičovská kontrola teda súvisí aj so spôsobom a úrovňou komunikácie rodičov a dospelujúcich o rôznych témach. Otvorená a podporujúca komunikácia je významným protektívnym faktorom problémového správania, napr. užívania psycho-aktívnych látok (Guilamo-Ramos a kol. 2006), a delikventného správania (Ponnet a kol., 2015), či emocionálnych a behaviorálnych problémov (Paclíková a kol. 2018).

Zároveň je dôležitým faktorom ovplyvňujúcim celkovú životnú spokojnosť dospelých (Levin&Currie, 2010). Vo všeobecnosti majú dospelí tendenciu hodnotiť komunikáciu s matkou v pozitívnejšom svetle najmä kvôli otvorenejšiemu prístupu a slobodnejšiemu priestoru pre rozoberanie viacerých tém, ktoré sú pre nich dôležité (Inchley a kol. 2016). Ak však dospelí začnú vnímať komunikáciu s rodičmi, najmä s otcom, ako komplikovanú, majú tendenciu inklinovať k rizikovému správaniu (Ryan 2015) a k negatívnym emóciám ako hnev, agresivita u chlapcov, a emocionálnym problémom u dievčat (Gallarín&Alonso-Arbiol 2012).

Súčasťou aktívnej rodičovskej mediácie je aj aplikovanie rodičovských pravidiel a v mnohých prípadoch ovplyvňuje i samotné zdravie. Najmä chýbajúce pravidlá, ktoré by dospelí usmerňovali v používaní digitálnych technológií (počítačové hry, čítanie, surfovanie na internete), významne prispievajú k nadmernému tráveniu času pri obrazovkách (Brindova a kol. 2014), čo následne môže viesť

k rôznym fyzickým a psychickým problémom (Brindova a kol. 2015), prípadne problémom v škole (Husarova a kol. 2018).

Dospelie je obdobím, pre ktoré je charakteristické postupné dosahovanie čoraz väčšej samostatnosti a nezávislosti. Napriek tomu spoločne strávený čas s rodinou zostáva dôležitou súčasťou života dospelých (Offer 2013), pričom rodičia predstavujú určité vzorové modely správania sa (Bandura 1971). K najčastejším aktivitám, ktoré dospelí uvádzajú, patria buď aktívne spôsoby trávenia voľného času (napr. šport, prechádzky), tak aj vzájomné rozhovory, jedávanie či iné pasívne voľnočasové činnosti (Jimenez-Iglesias a kol. 2015). Takéto spôsoby trávenia voľného času pozitívne vplyvajú na udržiavanie zdravého životného štýlu (napr. fyzická aktivita, stravovanie), a tým aj na celkové zdravie (Brooks a kol. 2015; Jimenez-Iglesias a kol. 2015), ale sú aj zdrojom emocionálnej podpory a pocitu istoty a bezpečia (Coyne a kol. 2011).

*Moji rodičia sú super, ale až prehnane sa o mňa boja a kvôli tomu nič nemôžem. Možno menej strachu a priznanie, že už sa o seba viem postarať by mi stačilo.*

*Dievča, 15 rokov.*

*Viac by sa mali venovať deťom. Dať im priestor na vzdelávanie a záujmy a dať im čo najviac súkromia.*

*Dievča, 13 rokov.*

## Zloženie rodiny

**Popis indikátora:** Každá rodina je iná (napríklad nie každý žije s obidvoma svojimi rodičmi, niekedy ľudia žijú len s jedným rodičom, alebo majú dva domovy, alebo žijú v dvoch rodinách) a my by sme sa radi dozvedeli viac o Tvojej rodine.

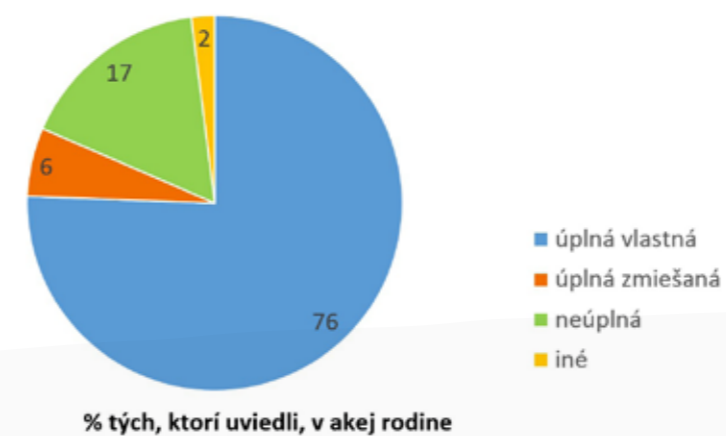
Odpovedz, prosím, na túto otázku ohľadom domova, kde bývaš všetok alebo väčšinu svojho času a zaškrtni ľudí, ktorí tam žijú.

- matka
- otec
- nevlastná matka (alebo otcova priateľka/partnerka)
- nevlastný otec (alebo matkin priateľ/partner)
- žijem v pestúnskej starostlivosti alebo detskom domove
- niekde inde alebo u niekoho iného, prosím zapíš.....

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že žijú v úplnej vlastnej rodine, v úplnej zmiešanej a neúplnej rodine. Do kategórie iné boli zaradení školáci, ktorí uviedli, že žijú detskom domove alebo v pestúnskej starostlivosti, u starých rodičov alebo iných členov rodiny, prípadne sú v striedavej starostlivosti.

**Výskyt:** Tri štvrtiny školákov (76 %) uviedli, že žijú v úplnej vlastnej rodine s obidvomi rodičmi. V úplnej zmiešanej rodine, s nevlastnou mamou alebo otcom, žije 6 % školákov a v neúplnej rodine s jedným rodičom 17 %. Približne 2 % školákov uviedla, že žije v detskom domove alebo v pestúnskej starostlivosti, prípadne u starých rodičov či iných členov rodiny.

Obrázok 148: Zloženie rodiny (v %)



## Závažné životné udalosti z detstva

**Popis indikátora:** Zažil si niekedy niektorú z nasledujúcich závažných udalostí?

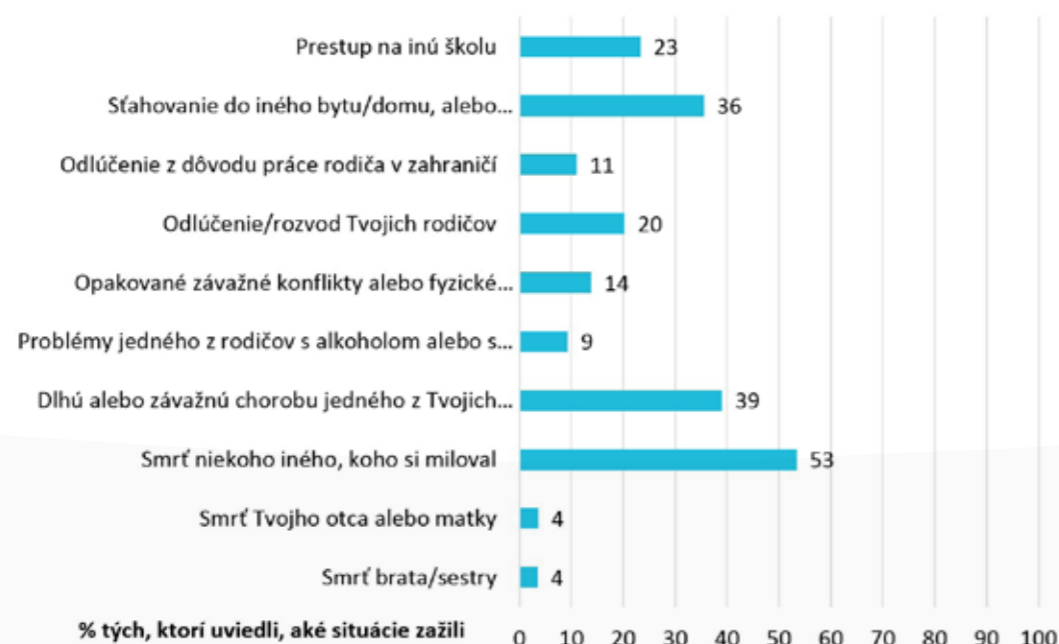
- Smrť brata/sestry
- Smrť Tvojho otca alebo matky
- Smrť niekoho iného, koho si miloval
- Svoju vlastnú dlhú alebo závažnú chorobu
- Dlhú alebo závažnú chorobu jedného z Tvojich rodičov alebo niekoho iného blízkeho
- Problémy jedného z rodičov s alkoholom alebo s drogami
- Opakované závažné konflikty alebo fyzické roztržky medzi Tvojimi rodičmi
- Odlúčenie/rozvod Tvojich rodičov
- Odlúčenie z dôvodu práce rodiča v zahraničí
- Sťahovanie do iného bytu/domu, alebo mesta/dediny
- Prestup na inú školu

Na uvedenú položku odpovedali všetci 11-roční, 13-roční a 15-roční respondenti s možnosťami odpovede Áno/Nie.

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí zažili konkrétne závažné udalosti.

**Výskyt:** Smrť rodiča alebo smrť súrodenca zažili 4 % školákov, smrť niekoho iného, koho milovali zažilo 53 % školákov a dlhú alebo závažnú chorobu jedného zo svojich rodičov alebo niekoho iného blízkeho zažilo 39 % školákov, avšak žiadne dieťa neuviedlo prežitie vlastnej dlhej alebo závažnej choroby. Problémy rodiča s alkoholom alebo s drogami reportovalo 9 % školákov a 14 % chlapcov a dievčat zažilo opakované závažné konflikty alebo fyzické roztržky medzi rodičmi, pričom až každý piaty školák či školáčka zažili odlúčenie alebo rozvod rodičov (20 %). Samotné odlúčenie od rodiča z dôvodu práce v zahraničí uviedlo 11 % opýtaných školákov. Viac ako tretina opýtaných školákov zažilo sťahovanie do iného bytu/domu, alebo mesta/dediny (36 %) a 23 % školákov uviedlo ako závažnú udalosť prestup na inú školu.

Obrázok 149: Závažné životné udalosti z detstva (v %)



## Najvyššie vzdelanie rodičov

**Popis indikátora:** Akú školu, aké vzdelanie majú ukončené Tvoji rodičia?

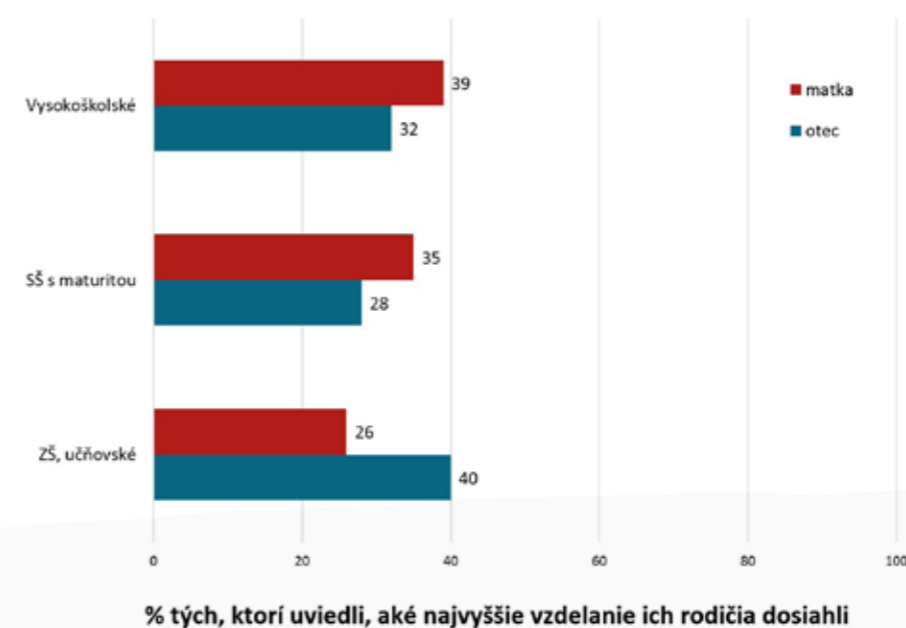
- Základná škola (ukončená alebo neukončená)
- Stredná odborná škola, učilište – Výučný list (bez maturity, napr. murár, elektrikár)
- Stredná odborná škola, Gymnázium (s maturitou)
- Vysoká škola (titul Bc., Mgr., MUDr., JUDr., PhDr., Ing. a pod.)
- Nevie
- Nepoznám alebo sa neviem s otcom/matkou

Kategórie základného a odborného vzdelania sme zlúčili do spoločnej kategórie a kategórie „nevie“ a „nepoznám...“ boli pre účely tejto správy vylúčené z hodnotenia.

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli aké najvyššie vzdelanie majú ich rodičia ukončené.

**Výskyt:** Nanajvyš základné alebo učňovské vzdelanie malo podľa výpovedí školákov ukončené 40 % otcov a 26 % matiek; stredoškolské maturitné vzdelanie malo ukončené 28 % otcov a 35 % matiek a vysokoškolské vzdelanie malo ukončené 32 % otcov a 39 % matiek.

Obrázok 150: Najvyššie vzdelanie rodičov (v %)





## Zamestnanosť rodičov

**Popis indikátora:** Má Tvoj otec prácu?/ Má Tvoja Matka prácu?

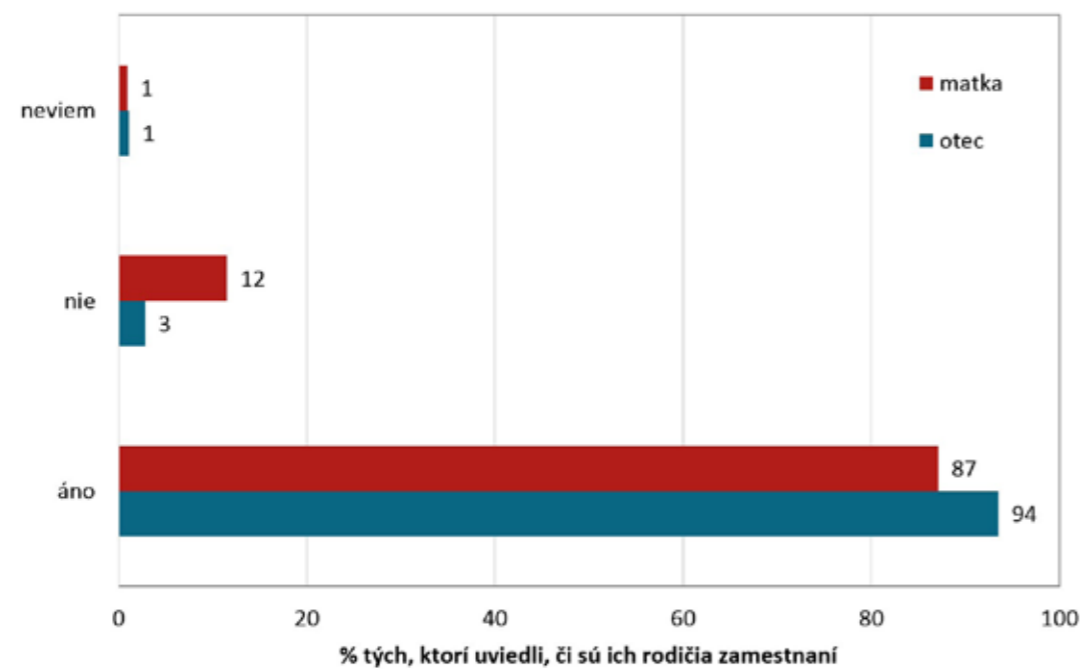
- Áno
- Nie
- Neviem
- Nepoznám alebo nestretávam svojho otca/matku

Kategórie „neviem“ a „nepoznám alebo nestretávam svojho otca“ boli zlúčené do spoločnej kategórie „neviem“.

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, či sú ich rodičia zamestnaní.

**Výskyt:** Prevažná väčšina rodičov opýtaných školákov bola zamestnaná (87 % matiek a 94 % otcov). Nezamestnaných bolo podľa výpovedí školákov 12 % matiek a 3 % otcov.

Obrázok 151: Zamestnanosť rodičov (v %)



## Majetkové pomery rodiny

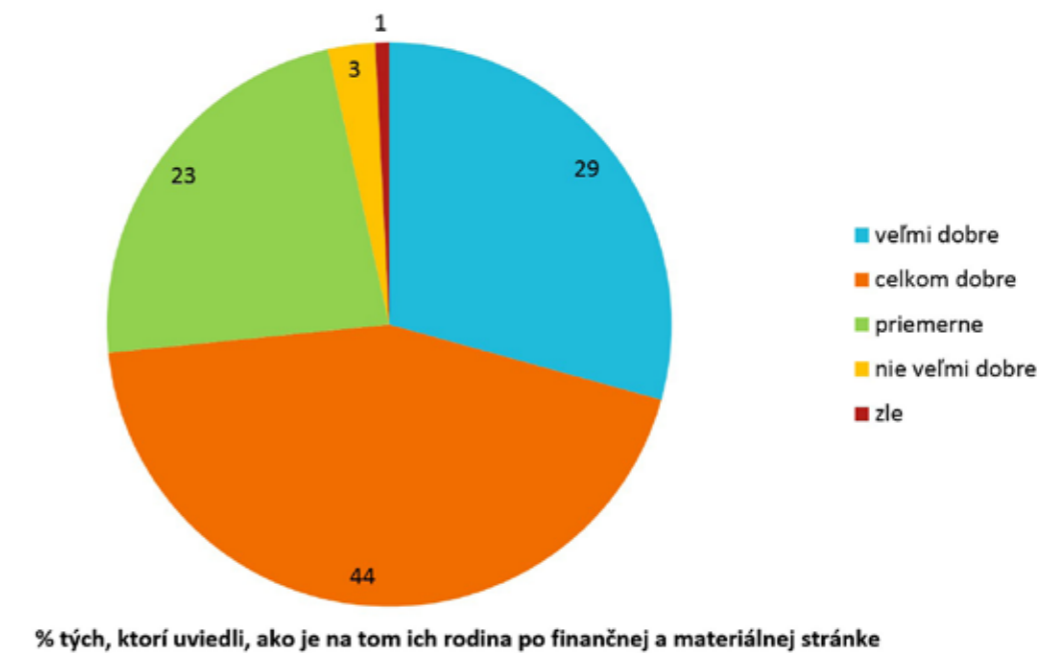
**Popis indikátora:** Ako je na tom podľa Teba Tvoja rodina po finančnej a materiálnej stránke?

- Veľmi dobre
- Celkom dobre
- Priemerne
- Nie veľmi dobre
- Zle

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako je na tom ich rodina po finančnej a materiálnej stránke.

**Výskyt:** Väčšina opýtaných školákov a školáčok vnímala finančnú a materiálnu stránku svojej rodiny ako veľmi dobrú (29 %) alebo dobrú (44 %). Ako priemernú ju vnímalo 23 % školákov a školáčok a ako nie veľmi dobrú až zlú iba 4 % školákov a školáčok.

Obrázok 152: Majetkové pomery rodiny (v %)



*Väčšinou pracujú, takže veľa času sú v práci. Stačí mi, ak sme spolu.  
Dievča, 12 rokov.*

## Komunikácia s matkou

**Popis indikátora:** Aké jednoduché je pre teba rozprávať sa s matkou o veciach, ktoré ťa skutočne trápia?

- Veľmi ľahko
- Ľahko
- Ťažko
- Veľmi ťažko
- Nemám alebo nestretávam takúto osobu.

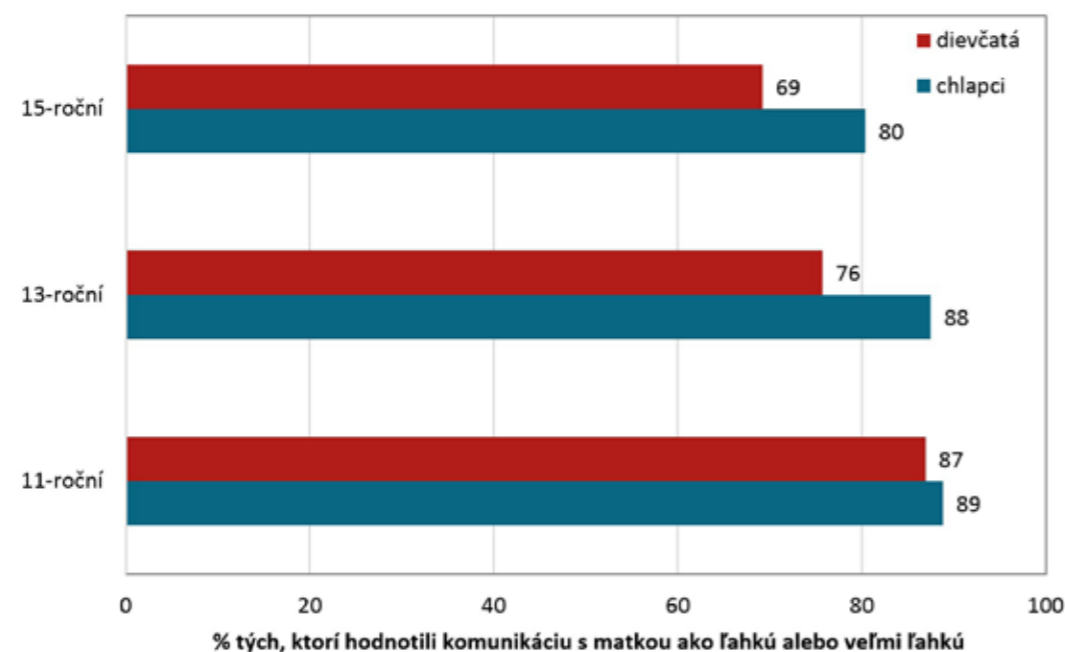
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí hodnotili komunikáciu s matkou ako ľahkú alebo veľmi ľahkú.

**Výskyt:** Temer 90 % 11-ročných školákov a školáčok (89 % chlapcov a 87 % dievčat), ale len 80 % chlapcov a 69 % dievčat vo veku 15 rokov hodnotilo komunikáciu s matkou ako ľahkú alebo veľmi ľahkú.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov hodnotili komunikáciu s matkou ako ľahkú alebo veľmi ľahkú častejšie ako dievčatá (13-roční OR/CI: 2,2/1,67-3,02; 15-roční OR/CI: 1,8/1,35-2,46).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky hodnotili komunikáciu s matkou ako ľahkú alebo veľmi ľahkú častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,9/1,34-2,78; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,7/1,23-2,37; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,9/2,13-4,08; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,4/1,07-1,81).

Obrázok 153: Komunikácia s matkou (v %)



*Rodičia by nás mohli nechať urobiť veci aj s chybami nech sa poučíme.  
Dievča, 13 rokov.*

## Komunikácia s otcom

**Popis indikátora:** Aké jednoduché je pre teba rozprávať sa s otcom o veciach, ktoré ťa skutočne trápia?

- Veľmi ľahko
- Ľahko
- Ťažko
- Veľmi ťažko
- Nemám alebo nestretávam takúto osobu.

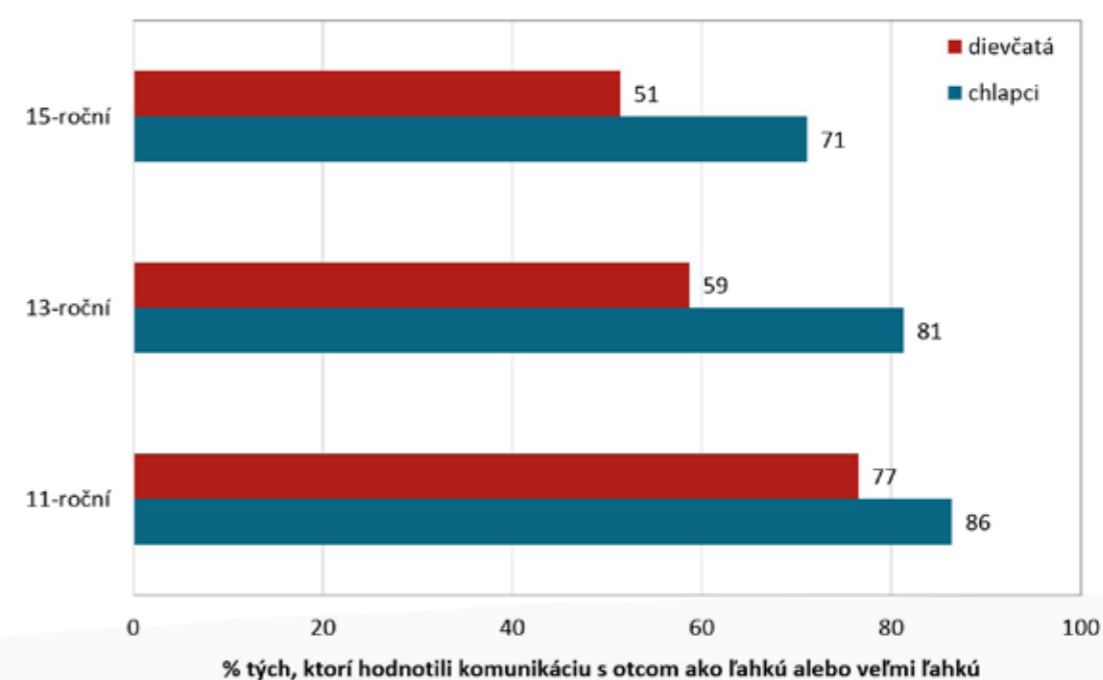
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí hodnotili komunikáciu s otcom ako ľahkú alebo veľmi ľahkú.

**Výskyt:** Kým vo veku 11 rokov 86 % chlapcov a 77 % dievčat považovalo komunikáciu s otcom za ľahkú alebo veľmi ľahkú, vo veku 13 rokov to bolo 81 % chlapcov a 59 % dievčat a vo veku 15 rokov iba 71 % chlapcov a 51 % dievčat.

**Rodové rozdiely:** Chlapci v porovnaní s dievčatami hodnotili komunikáciu s otcom častejšie ako ľahkú alebo veľmi ľahkú (11-roční OR/CI: 2,0/1,40-2,73; 13-roční OR/CI: 3,1/2,37-3,95; 15-roční OR/CI: 2,3/1,77-3,06).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší chlapci a dievčatá častejšie hodnotili komunikáciu s otcom ako ľahkú alebo veľmi ľahkú (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 2,6/1,86-3,61; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,8/1,34-2,35; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 3,1/2,33-4,07; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,3/1,06-1,72).

Obrázok 154: Komunikácia s otcom (v %)



## Rodičovské pravidlá – pravidelné raňajkovanie

**Popis indikátora:** Tu je zoznam tvrdení, ktoré sa týkajú pravidiel v niektorých rodinách. Zaškrtni, prosím, do akej miery jednotlivé pravidlá platia v Tvojej rodine:

V mojej rodine sú raňajky povinnou súčasťou dňa.

- Vždy
- Väčšinou
- Zriedkavo
- Nikdy

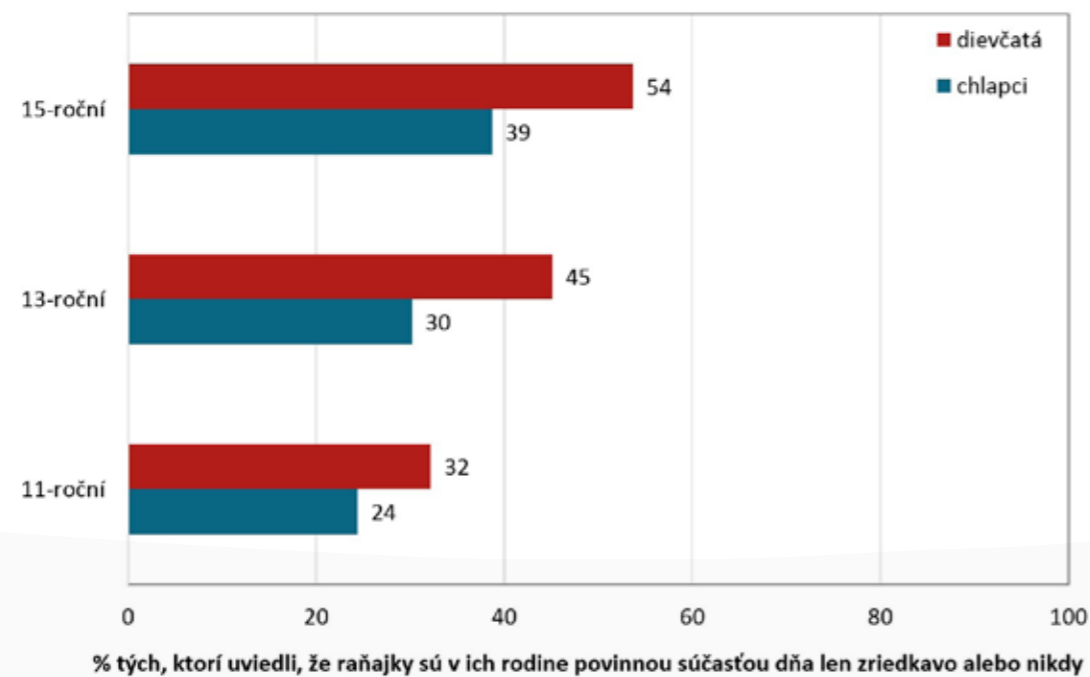
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že raňajky sú v ich rodine povinnou súčasťou dňa zriedkavo alebo nikdy.

**Výskyt:** Temer každý štvrtý chlapec (24 %) a každé tretie dievča (32 %) vo veku 11 rokov uviedli, že v ich rodine sú raňajky povinné len zriedkavo alebo vôbec. V prípade starších 15-ročných školákov to uviedlo až 39 % chlapcov a 54 % dievčat.

**Rodové rozdiely:** Chlapci v porovnaní s dievčatami uvádzali menej často, že v ich rodinách nie sú raňajky povinnou súčasťou dňa (11-roční OR/CI: 0,7/0,51-0,90; 13-roční OR/CI: 0,5/0,42-0,66; 15-roční OR/CI: 0,5/0,42-0,71).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci uvádzali menej často, že v ich rodinách nie sú raňajky povinnou súčasťou dňa, v porovnaní so staršími (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,39-0,67; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/0,53-0,88; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,4/0,32-0,53; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/0,56-0,90).

Obrázok 155: Rodičovské pravidlá – pravidelné raňajkovanie (v %)



## Rodičovské pravidlá – čas trávený vonku po škole

**Popis indikátora:** Tu je zoznam tvrdení, ktoré sa týkajú pravidiel v niektorých rodinách. Zaškrtni, prosím, do akej miery jednotlivé pravidlá platia v Tvojej rodine:

Moji rodičia mi určujú, ako dlho môžem byť vonku po škole.

- Vždy
- Väčšinou
- Zriedkavo
- Nikdy

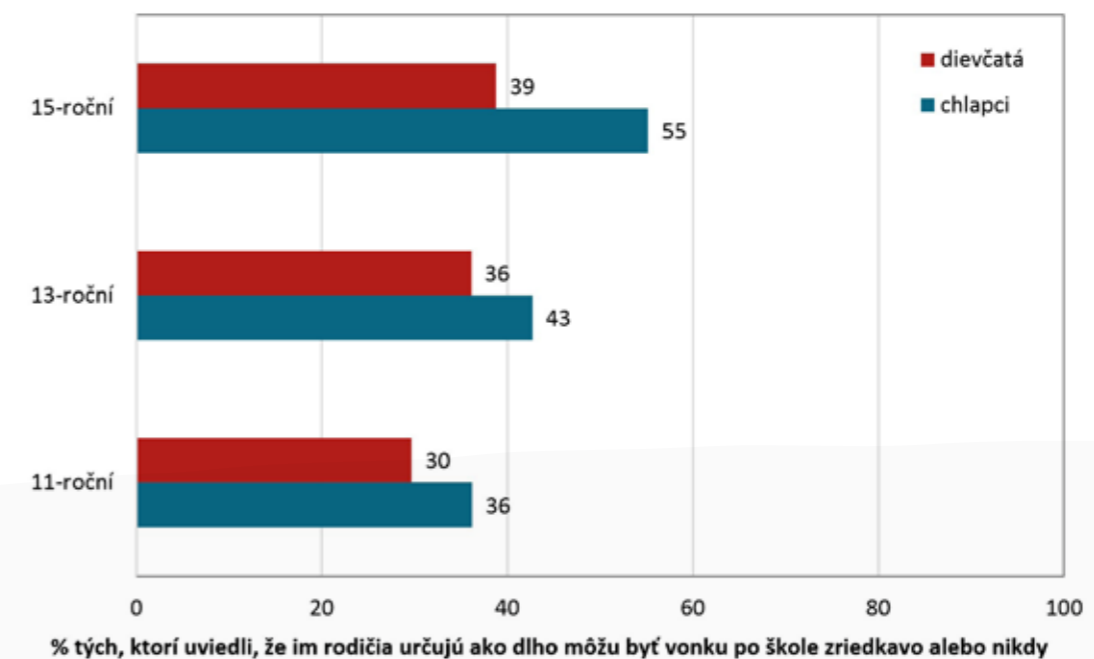
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že im rodičia určujú ako dlho môžu byť vonku po škole zriedkavo alebo nikdy.

**Výskyt:** Asi tretina školákov vo veku 11 rokov (30-36 %) uviedla, že im rodičia zriedkavo určujú alebo vôbec neurčujú, ako dlho môžu byť po škole vonku. U starších 15-ročných školákov je to viac ako polovica chlapcov (55 %) a dve pätiny dievčat (39 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci v porovnaní s dievčatami častejšie uvádzali, že ich rodičia im len zriedkavo alebo nikdy určujú ako dlho môžu byť vonku po škole (11-roční OR/CI: 1,3/1,03-1,76; 13-roční OR/CI: 1,3/1,06-1,65; 15-roční OR/CI: 1,9/1,50-2,52).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci v porovnaní so staršími menej často uvádzali, že ich rodičia im len zriedkavo alebo nikdy určujú ako dlho môžu byť vonku po škole (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,36-0,60; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,48-0,77; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/0,51-0,87).

Obrázok 156: Rodičovské pravidlá – čas trávený vonku po škole (v %)



## Rodičovské pravidlá – spánok

**Popis indikátora:** Tu je zoznam tvrdení, ktoré sa týkajú pravidiel v niektorých rodinách. Zaškrtni, prosím, do akej miery jednotlivé pravidlá platia v Tvojej rodine:

Moji rodičia mi určujú, kedy mám ísť spať.

- Vždy
- Väčšinou
- Zriedkavo
- Nikdy

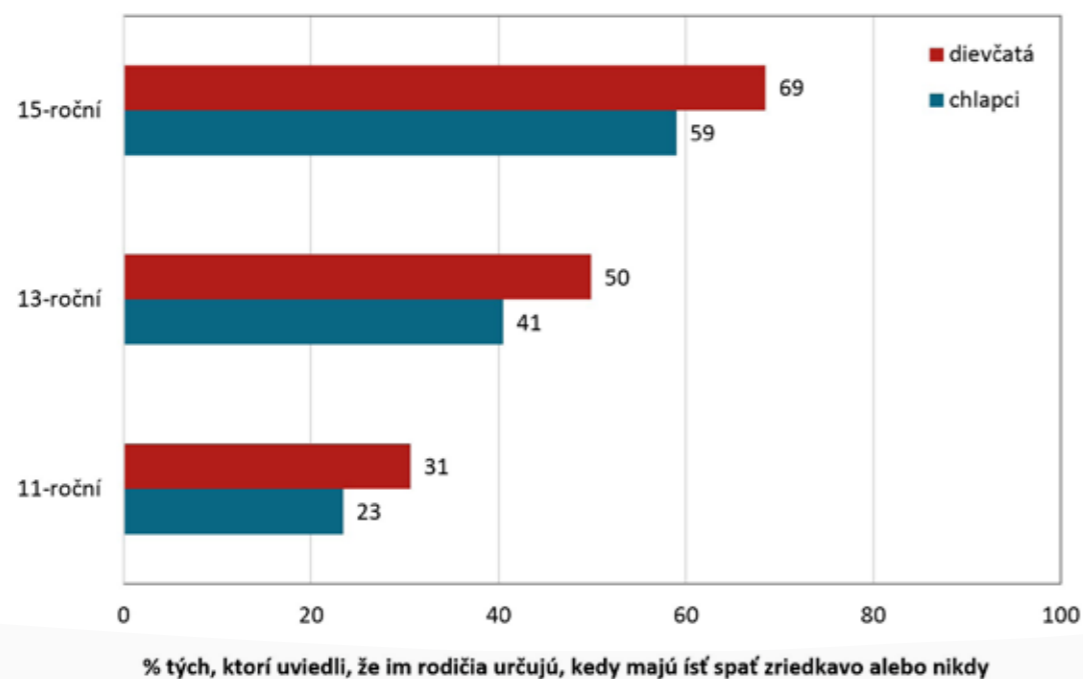
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že im rodičia určujú, kedy majú ísť spať zriedkavo alebo nikdy.

**Výskyt:** V skupine 11-ročných školákov každý štvrtý chlapec (23 %) a každé tretie dievča (31 %) uviedli, že im rodičia len zriedkavo alebo vôbec neurčujú, kedy majú ísť spať. U 15-ročných školákov je to až 59 % chlapcov a 69 % dievčat.

**Rodové rozdiely:** Chlapci v porovnaní s dievčatami menej často uviedli, že im rodičia len zriedkavo alebo vôbec neurčujú, kedy majú ísť spať (11-roční OR/CI: 0,7/0,52-0,92; 13-roční OR/CI: 0,7/0,55-0,85; 15-roční OR/CI: 0,7/0,51-0,87).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci v porovnaní so staršími menej často uviedli, že im rodičia len zriedkavo alebo vôbec neurčujú, kedy majú ísť spať (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,2/0,16-0,28; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,37-0,60; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,2/0,15-0,27; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,5/0,36-0,58).

Obrázok 157: Rodičovské pravidlá – spánok (v %)



## Rodičovské pravidlá – používanie internetu

**Popis indikátora:** Tu je zoznam tvrdení, ktoré sa týkajú pravidiel v niektorých rodinách. Zaškrtni, prosím, do akej miery jednotlivé pravidlá platia v Tvojej rodine:

V mojej rodine máme pravidlá na používanie internetu.

- Vždy
- Väčšinou
- Zriedkavo
- Nikdy

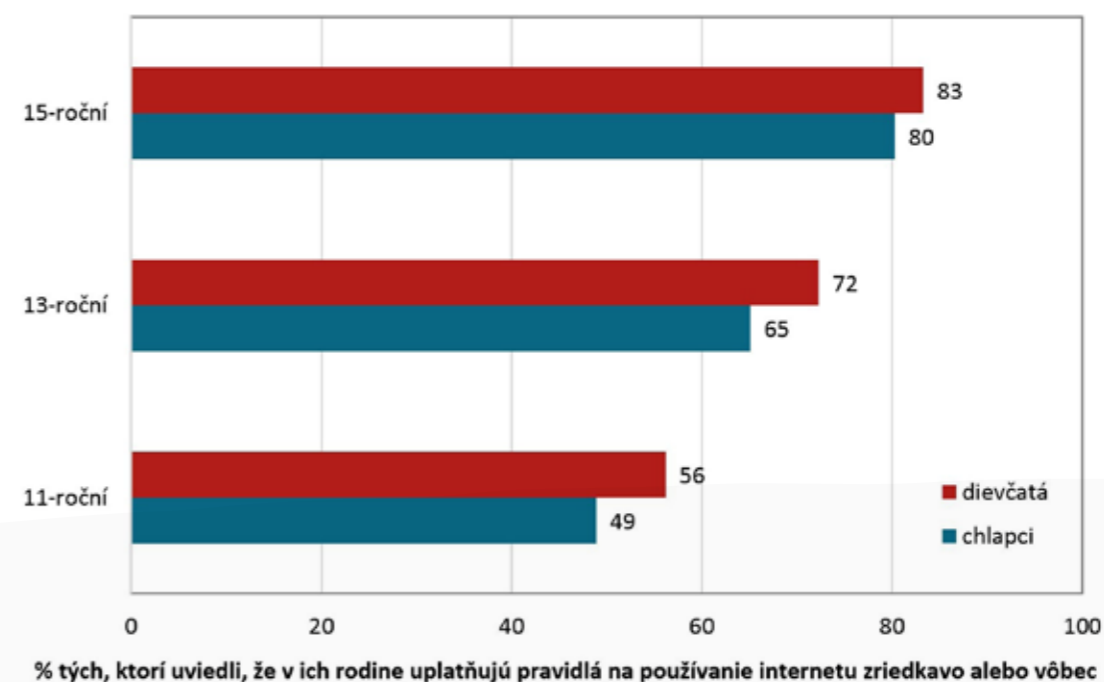
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že v ich rodine uplatňujú pravidlá na používanie internetu zriedkavo alebo vôbec.

**Výskyt:** Približne polovica 11-ročných školákov (49-56 %) uviedla, že v ich rodine uplatňujú pravidlá na užívanie internetu len zriedkavo alebo vôbec. V skupine 15-ročných školákov to uviedlo až 80 % chlapcov a 83 % dievčat.

**Rodové rozdiely:** Chlapci v porovnaní s dievčatami menej často uviedli, že v ich rodinách uplatňujú pravidlá na používanie internetu len zriedkavo alebo vôbec (11-roční OR/CI: 0,7/0,58-0,96; 13-roční OR/CI: 0,7/0,57-0,90).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci v porovnaní so staršími menej často uviedli, že v ich rodine uplatňujú pravidlá na užívanie internetu len zriedkavo alebo vôbec (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,2/0,18-0,31; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,5/0,35-0,60; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,3/0,19-0,35; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,5/0,39-0,70).

Obrázok 158: Rodičovské pravidlá – používanie internetu (v %)



## Spoločne strávené aktivity s rodičmi – pozeranie televízie alebo videa

**Popis indikátora:** Tu je zoznam vecí, ktoré robia niektoré rodiny spoločne. Ako často robíte Ty a Tvoja rodina spoločne každú z týchto vecí?

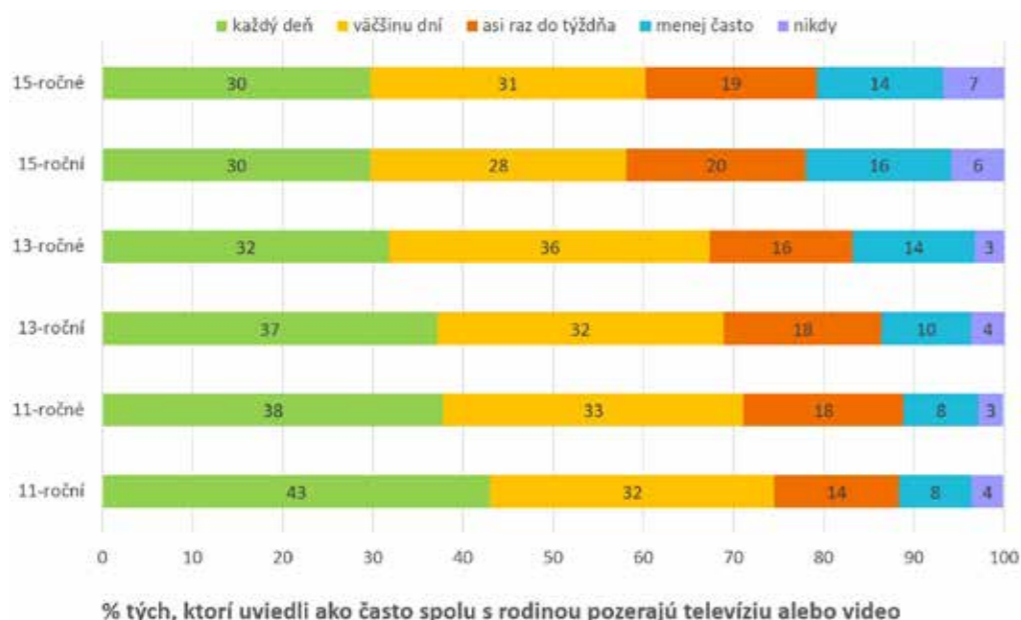
Pozeráme spolu televíziu alebo video.

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi raz do týždňa
- Menej často
- Nikdy

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako často spolu s rodičmi pozerajú televíziu alebo video.

**Výskyt:** Kým vo veku 11 rokov skoro dve pätiny školákov (38-43 %) uviedlo, že spolu s rodičmi sledovali televíziu alebo video každý deň, vo veku 15 rokov to bola už len tretina školákov (30 %).

Obrázok 159: Spoločne strávené aktivity s rodičmi – pozeranie televízie alebo videa (v %)



*Výlety, obyčajné pozeranie telky. Bytie s nimi je samo o sebe fajn.  
Dievča, 14 rokov.*

## Spoločne strávené aktivity s rodičmi – hry

**Popis indikátora:** Tu je zoznam vecí, ktoré robia niektoré rodiny spoločne. Ako často robíte Ty a Tvoja rodina spoločne každú z týchto vecí?

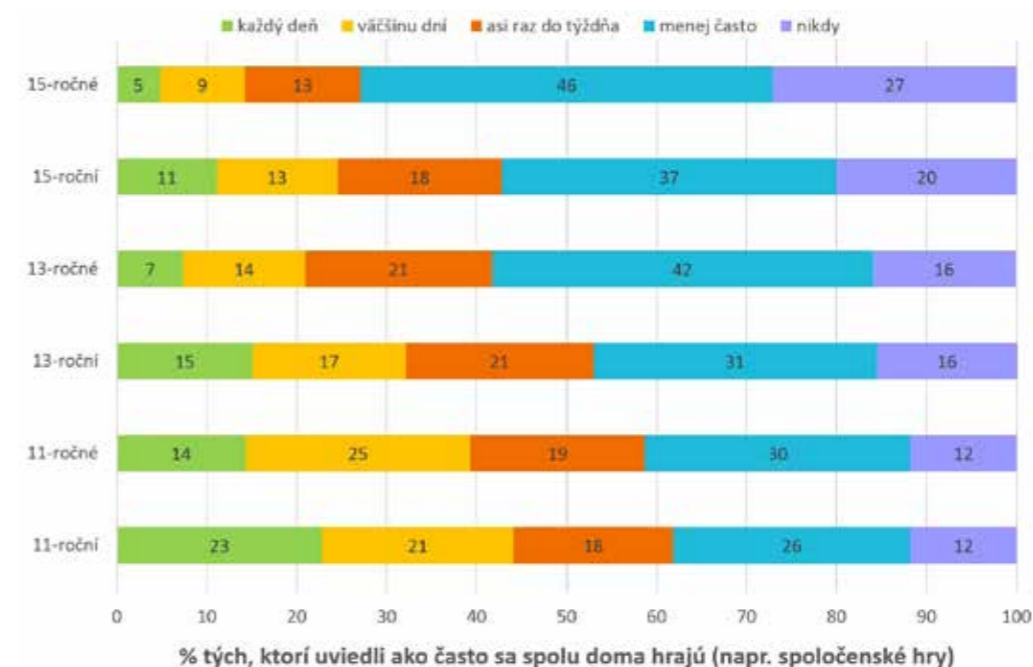
Hráme sa spolu doma (napr. spoločenské hry).

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi raz do týždňa
- Menej často
- Nikdy

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako často sa spolu s rodičmi hrajú (napr. spoločenské hry).

**Výskyt:** Vo veku 11 rokov uviedlo 23 % chlapcov a 14 % dievčat, že so svojimi rodičmi hralo každý deň a len 12 % z nich sa nehralo nikdy. Vo veku 15 rokov sa iba 5 % dievčat a 11 % chlapcov hralo s rodičmi každý deň a naopak nikdy sa nehralo 27 % dievčat a 20 % chlapcov.

Obrázok 160: Spoločne strávené aktivity s rodičmi – hry (v %)



*Veľa času trávim spolu. Chodíme do prírody, hráme spoločenské hry.  
Chlapec, 12 rokov.*

*Každú sobotu hráme spoločenské hry.  
Dievča, 13 rokov.*

## Spoločne strávené aktivity s rodičmi – počítačové hry

**Popis indikátora:** Tu je zoznam vecí, ktoré robia niektoré rodiny spoločne. Ako často robíte Ty a Tvoja rodina spoločne každú z týchto vecí?

Hráme spolu počítačové hry.

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi raz do týždňa
- Menej často
- Nikdy

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako často spolu s rodičmi hrajú počítačové hry.

**Výskyt:** Viac ako polovica školákov vo veku 11 rokov (52-63 %) uviedla, že počítačové hry spolu s rodičmi nehra vôbec. Podobne 51 % chlapcov a 69 % dievčat vo veku 15 rokov.

Obrázok 161: Spoločne strávené aktivity s rodičmi – počítačové hry (v %)



## Spoločne strávené aktivity s rodičmi – jedávanie

**Popis indikátora:** Tu je zoznam vecí, ktoré robia niektoré rodiny spoločne. Ako často robíte Ty a Tvoja rodina spoločne každú z týchto vecí?

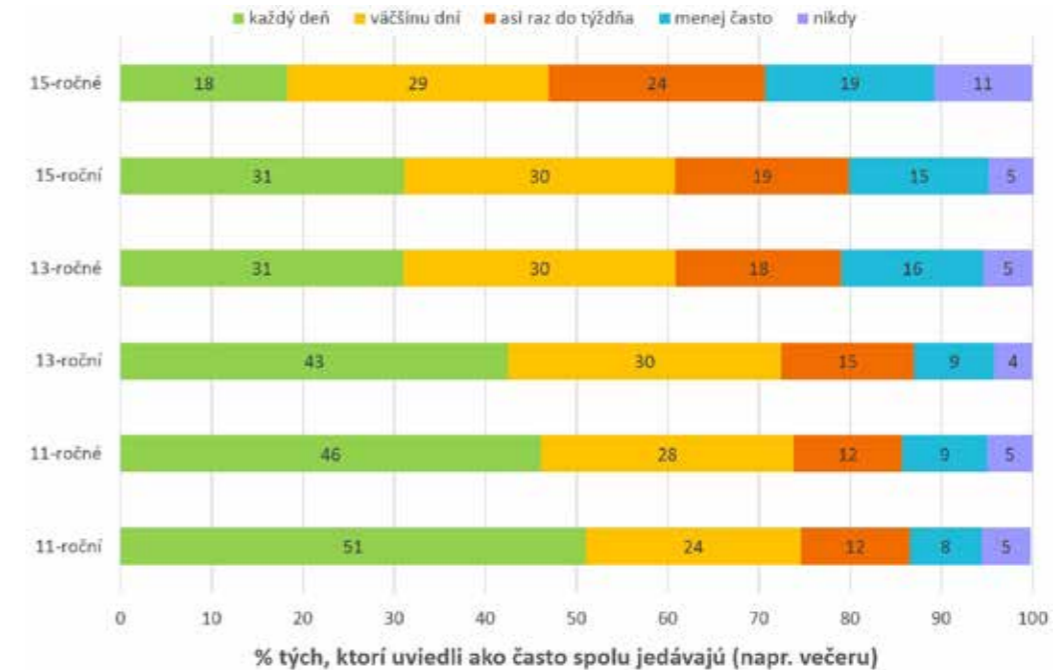
Jedávame spolu (napr. večeru).

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi raz do týždňa
- Menej často
- Nikdy

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako často spolu s rodičmi jedávajú (napr. večeru).

**Výskyt:** Približne polovica 11-ročných školákov (46-51 %) uviedla, že spolu so svojimi rodičmi zvykne jedávať každý deň, ale vo veku 15 rokov to bolo už iba 18 % dievčat a 31 % chlapcov.

Obrázok 162: Spoločne strávené aktivity s rodičmi – jedávanie (v %)



*Neraňajkujeme ani nevečeriame spoločne kvôli práci rodičov. Skoro vôbec nie sme spolu.  
Dievča, 15 rokov.*

## Spoločne strávené aktivity s rodičmi – prechádzky

**Popis indikátora:** Tu je zoznam vecí, ktoré robia niektoré rodiny spoločne. Ako často robíte Ty a Tvoja rodina spoločne každú z týchto vecí?

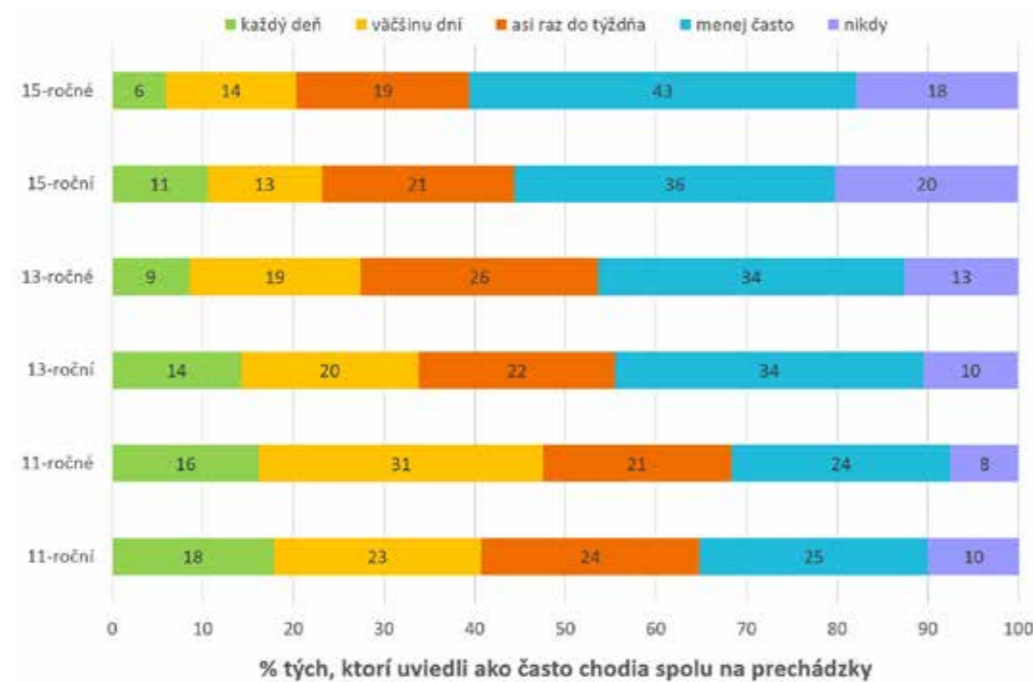
Chodíme spolu na prechádzky.

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi raz do týždňa
- Menej často
- Nikdy

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako často spolu s rodičmi chodia na prechádzky.

**Výskyt:** Asi tretina školákov vo veku 11 rokov (32-35 %) chodila s rodičmi na prechádzky menej často alebo nikdy. S pribúdajúcim vekom je takýchto detí čoraz viac a v skupine 15-ročných školákov ich bolo viac ako polovica (56-61 %).

Obrázok 163: Spoločne strávené aktivity s rodičmi – prechádzky (v %)



*S mojimi rodičmi mám veľmi rada prechádzky s mojim malým bratom.  
Dievča, 13 rokov.*

## Spoločne strávené aktivity s rodičmi – aktivity mimo domova, napr. kino, večera

**Popis indikátora:** Tu je zoznam vecí, ktoré robia niektoré rodiny spoločne. Ako často robíte Ty a Tvoja rodina spoločne každú z týchto vecí?

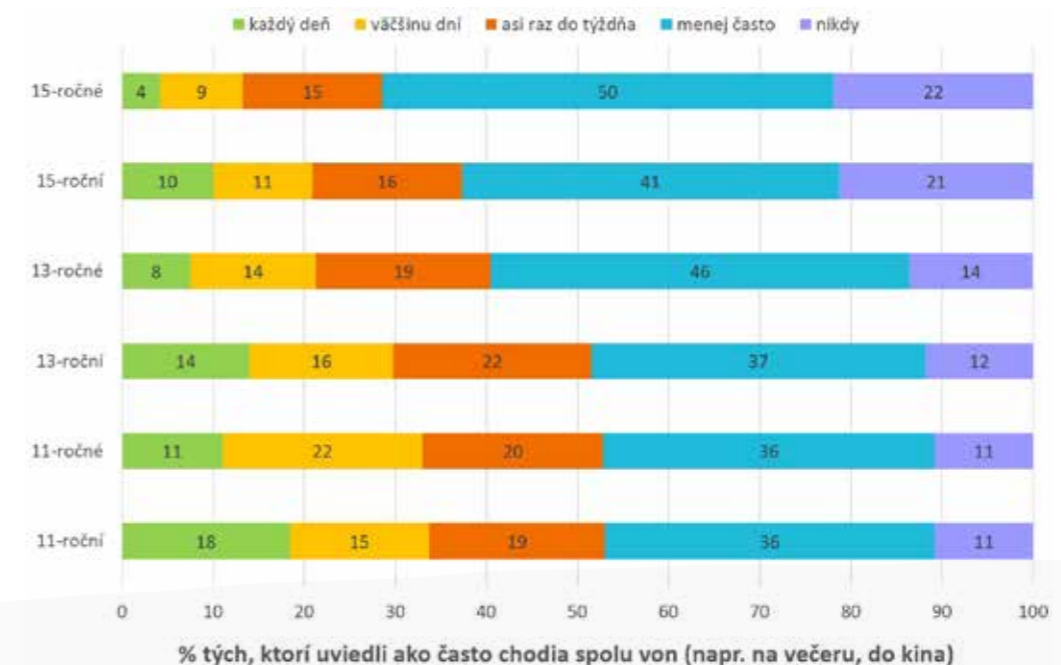
Chodíme spolu von (napr. na večeru, do kina).

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi raz do týždňa
- Menej často
- Nikdy

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako často chodia spolu s rodičmi von (napr. na večeru, do kina).

**Výskyt:** Takmer polovica 11-ročných školákov a školáčok (47 %) chodila s rodičmi von menej často alebo nikdy, no vo veku 15 rokov to bolo až 72 % dievčat a 62 % chlapcov.

Obrázok 164: Spoločne strávené aktivity s rodičmi – aktivity mimo domova, napr. kino, večera (v %)



## Spoločne strávené aktivity s rodičmi – návštevy priateľov alebo príbuzných

**Popis indikátora:** Tu je zoznam vecí, ktoré robia niektoré rodiny spoločne. Ako často robíte Ty a Tvoja rodina spoločne každú z týchto vecí?

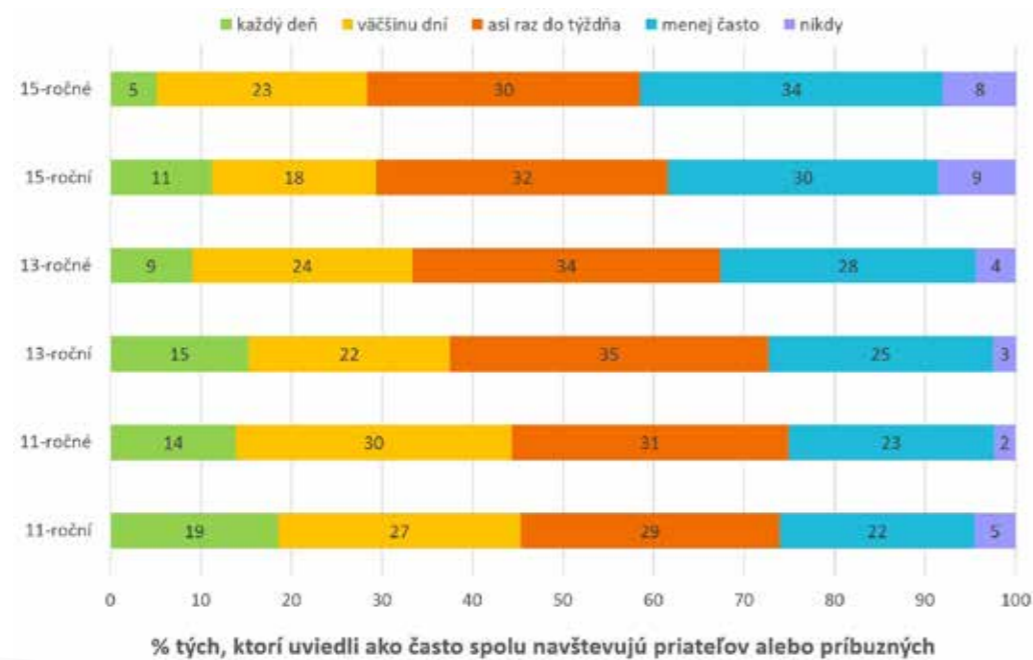
Navštevujeme spolu priateľov alebo príbuzných.

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi raz do týždňa
- Menej často
- Nikdy

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako často spolu s rodičmi navštevujú priateľov alebo príbuzných.

**Výskyt:** V skupine 11-ročných školákov, 27 % chlapcov a 25 % dievčat uviedlo, že spolu s rodičmi navštevovali priateľov alebo príbuzných menej často alebo nikdy. S pribúdajúcim vekom tento počet školákov rastie, a u 15-ročných školákov je to 39 % chlapcov a 42 % dievčat.

Obrázok 165: Spoločne strávené aktivity s rodičmi – návštevy priateľov alebo príbuzných (v %)



## Spoločne strávené aktivity s rodičmi – šport

**Popis indikátora:** Tu je zoznam vecí, ktoré robia niektoré rodiny spoločne. Ako často robíte Ty a Tvoja rodina spoločne každú z týchto vecí?

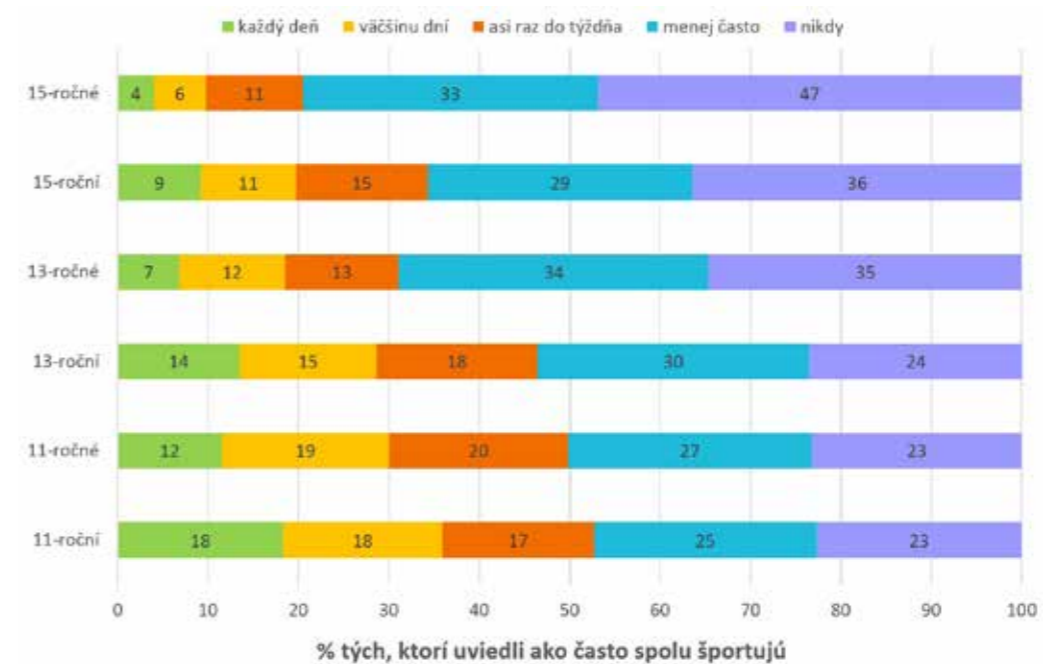
Športujeme spolu.

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi raz do týždňa
- Menej často
- Nikdy

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako často spolu s rodičmi športujú.

**Výskyt:** Takmer štvrtina 11-ročných školákov (23 %) uviedla, že so svojimi rodičmi nikdy nešportovali. V prípade 15-ročných školákov je to až 36 % chlapcov a 47 % dievčat.

Obrázok 166: Spoločne strávené aktivity s rodičmi – šport (v %)





# Spoločne strávené aktivity s rodičmi – rozprávanie sa o veciach

**Popis indikátora:** Tu je zoznam vecí, ktoré robia niektoré rodiny spoločne. Ako často robíte Ty a Tvoja rodina spoločne každú z týchto vecí?

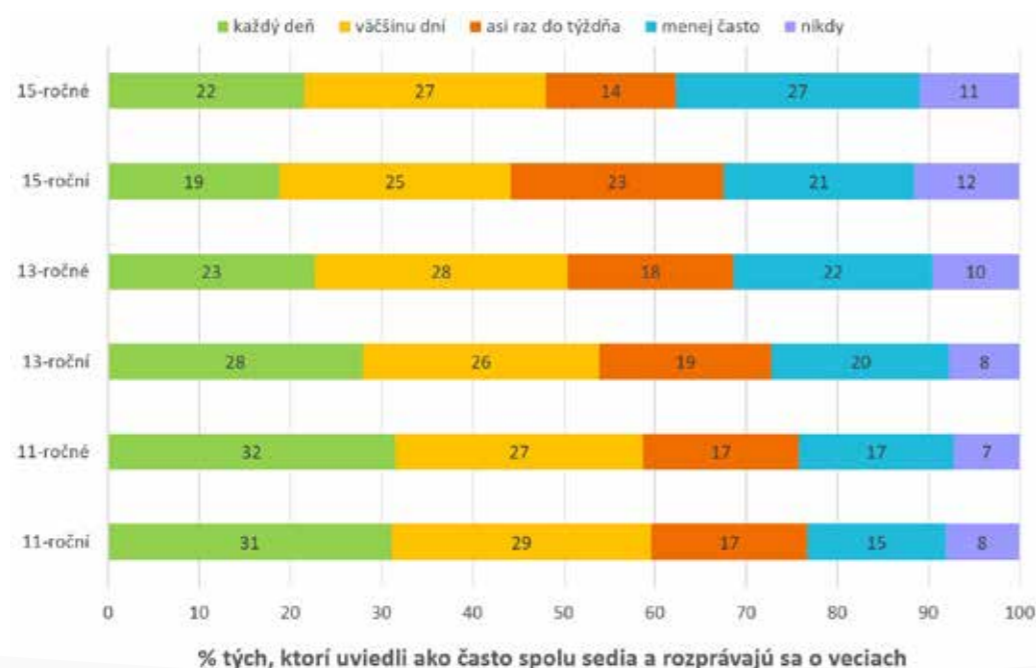
Sedíme a rozprávame sa spolu o veciach.

- Každý deň
- Väčšinu dní
- Asi raz do týždňa
- Menej často
- Nikdy

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, ako často spolu s rodinou sedia a rozprávajú sa o veciach.

**Výskyt:** Takmer štvrtina 11-ročných školákov (23-24 %) uviedla, že sa svojimi rodičmi rozpráva menej často alebo nikdy. S pribúdajúcim vekom sa tento počet znižuje, najmenej sa so svojimi rodičmi rozprávajú chlapci aj dievčatá vo veku 15 rokov (nikdy sa s nimi nerozpráva 12 % chlapcov a 11 % dievčat).

Obrázok 167: Spoločne strávené aktivity s rodičmi – rozprávanie sa o veciach (v %)



# Návšteva knižnice

**Popis indikátora:** Navštevuješ knižnicu v škole alebo v mieste tvojho bydliska?

- Nie
- Áno, aspoň raz za mesiac
- Áno, aspoň raz za týždeň

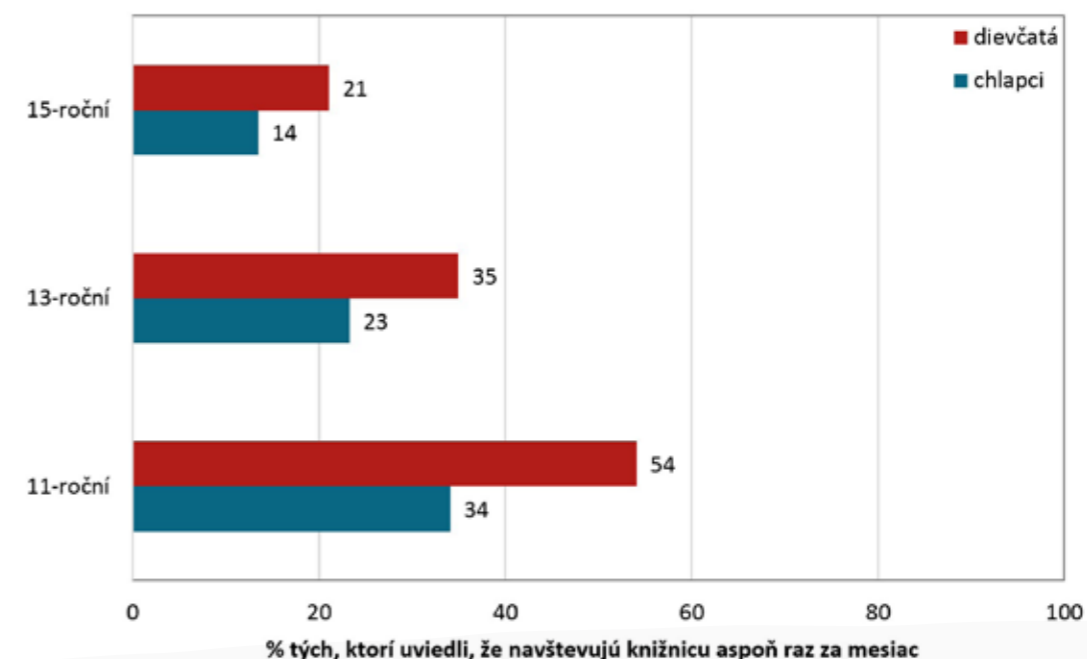
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že navštevujú knižnicu aspoň raz za mesiac.

**Výskyt:** Viac ako polovica dievčat (54 %) a tretina chlapcov (34 %) vo veku 11 rokov navštevovala knižnicu aspoň raz za mesiac. Vo veku 13 rokov to bolo už iba 35% dievčat a 23 % chlapcov a vo veku 15 rokov 21 % dievčat a 14 % chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci navštevovali knižnicu menej často ako dievčatá (11-roční OR/CI: 0,4/0,34-0,58; 13-roční OR/CI: 0,6/0,44-0,73; 15-roční OR/CI: 0,6/0,41-0,84).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci v porovnaní so staršími navštevovali knižnicu aspoň raz za mesiac (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 3,3/2,36-4,63; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,9/1,39-2,71; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 4,4/3,29-5,92; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,0/1,53-2,67).

Obrázok 168: Návšteva knižnice (v %)



## Rozprávanie sa o knihách, predstaveniach, koncertoch, umeleckých dielach

**Popis indikátora:** Rozprávate sa doma o knihách, filmoch, predstaveniach, koncertoch či umeleckých dielach?

- Nie, nikdy
- Áno, občas
- Áno, pravidelne sa rozprávame

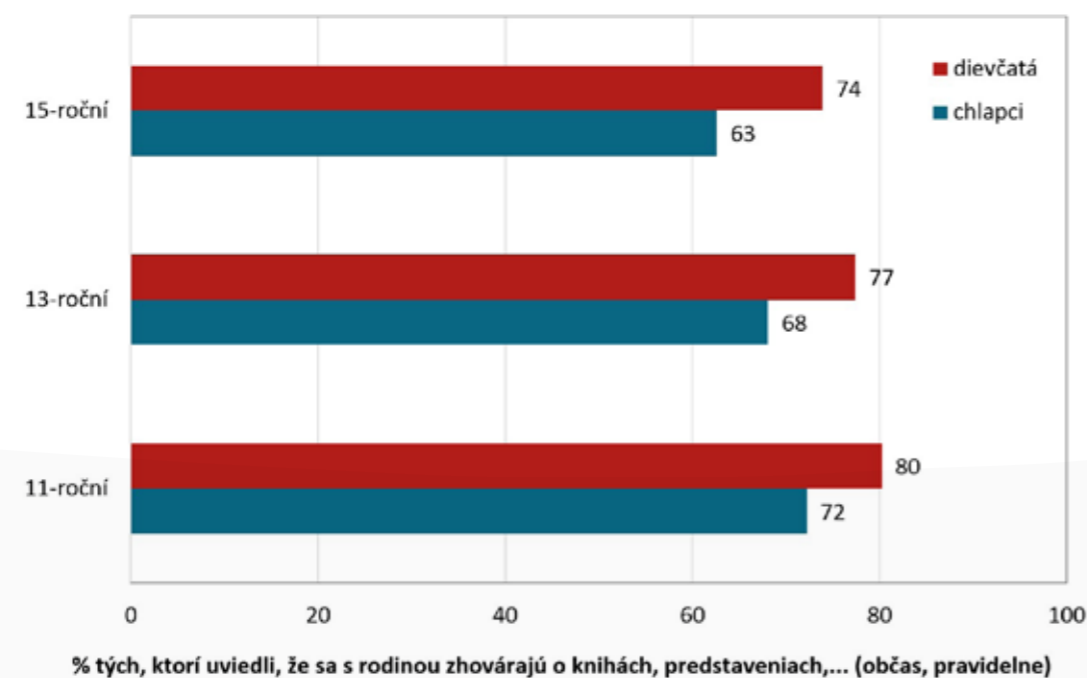
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že sa doma rozprávajú o knihách, filmoch predstaveniach,... aspoň občas.

**Výskyt:** Pravidelne alebo občas sa o knihách, filmoch, predstaveniach, koncertoch či umeleckých dielach rozprávali doma približne tri štvrtiny školákov (63-80 %). Najmenej sa o týchto veciach rozprávajú školáci vo veku 15 rokov (63 % chlapcov a 74 % dievčat).

**Rodové rozdiely:** Chlapci sa v porovnaní s dievčatami rozprávali o knihách, filmoch, predstaveniach, koncertoch či umeleckých dielach menej často (11-roční OR/CI: 0,6/0,47-0,88; 13-roční OR/CI: 0,6/0,48-0,80; 15-roční OR/CI: 0,6/0,44-0,78).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší 11-roční školáci sa v porovnaní so staršími 15-ročnými školákmi rozprávajú o knihách, filmoch, predstaveniach, koncertoch či umeleckých dielach častejšie (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,6/1,17-2,06; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,4/1,05-1,96).

Obrázok 169: Rozprávanie sa knihách, predstaveniach, koncertoch,... (v %)



## Výber knihy ako darčeka

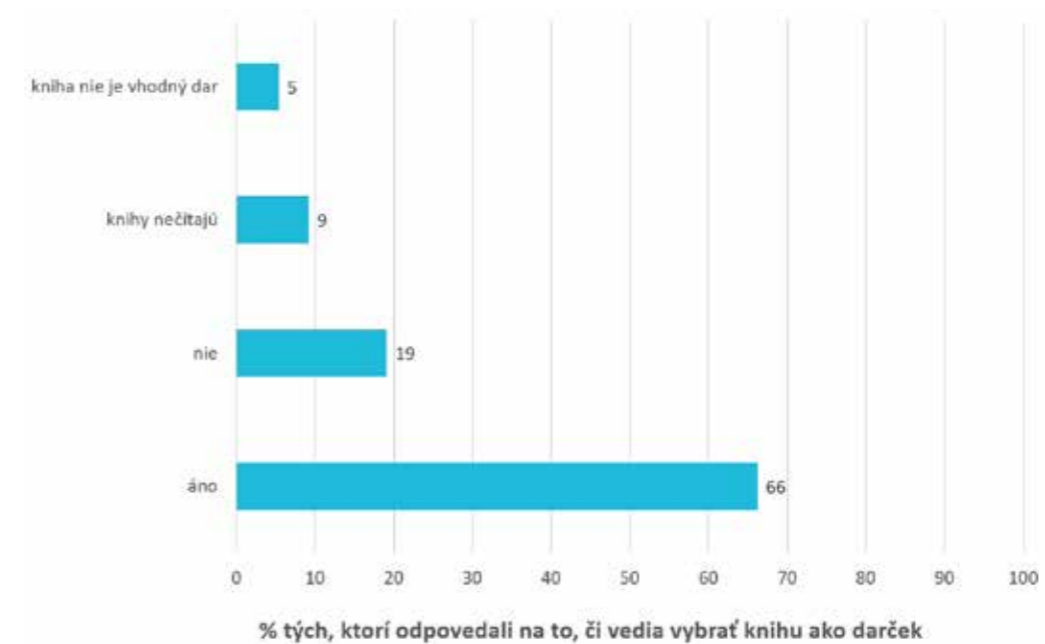
**Popis indikátora:** Vieš vybrať vhodnú knihu ako darček pre niekoho z tvojej rodiny alebo pre kamaráta?

- Áno
- Nie
- Knihy nečítajú.....(predtým nikdy nečíta)
- Kniha nie je vhodný dar

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, či vedia vybrať vhodnú knihu ako darček.

**Výskyt:** Dve tretiny školákov (66 %) uviedlo, že by vedeli vybrať knihu ako darček pre niekoho z ich rodiny alebo pre kamarát a iba 19 % školákov uviedlo, že by to nezvládli. Knihy nikdy nečíta 9 % školákov.

Obrázok 170: Výber knihy ako darčeka (v %)



# Čítanie kníh doma

**Popis indikátora:** Čítate si doma nahlas knihu?

- Nikdy
- Občas, napríklad zaujímavé časti
- Áno, pravidelne

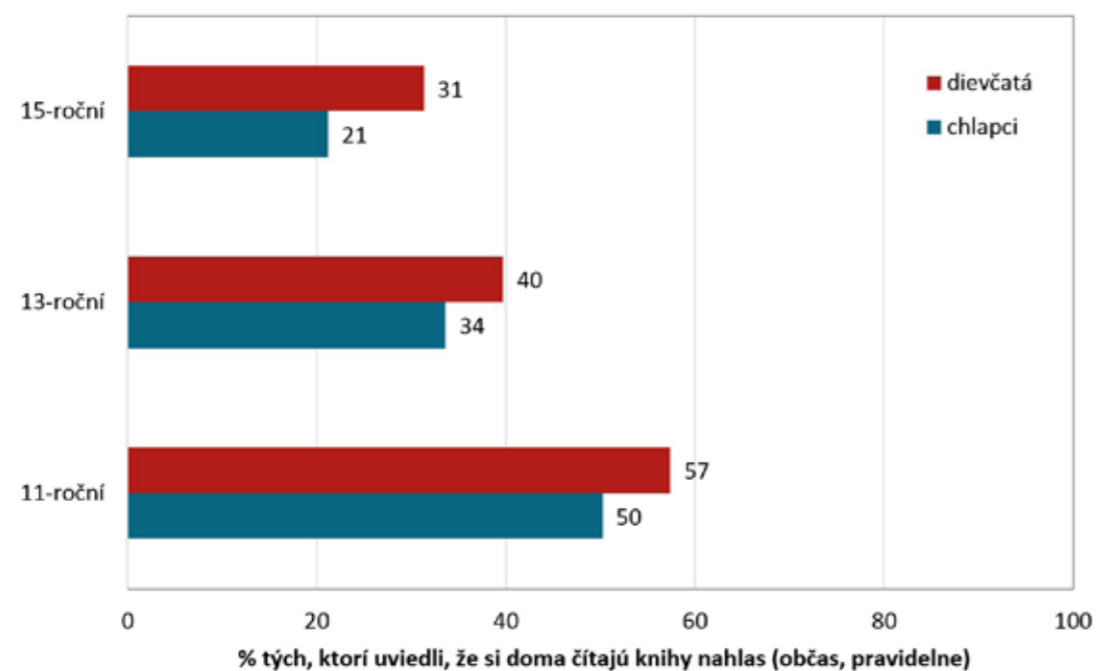
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, či si doma čítajú nahlas aspoň občas.

**Výskyt:** Viac ako polovica 11-ročných školákov (50-57 %) uviedla, že si knihy pravidelne alebo občas čítali doma nahlas. Vo veku 15 rokov uviedla tretina dievčat (31 %) a pätina chlapcov (21 %), že si doma pravidelne alebo občas čítali knihu nahlas.

**Rodové rozdiely:** Chlapci si čítajú knihy nahlas menej ako dievčatá (11-roční OR/CI: 0,7/0,57-0,98; 13-roční OR/CI: 0,8/0,61-0,97; 15-roční OR/CI: 0,6/0,44-0,80).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Starší školáci si doma čítajú nahlas menej ako mladší (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 3,7/2,79-5,04; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,9/1,41-2,49; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 3,0/2,25-3,89; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,4/1,12-1,86).

Obrázok 171: Čítanie kníh doma (v %)

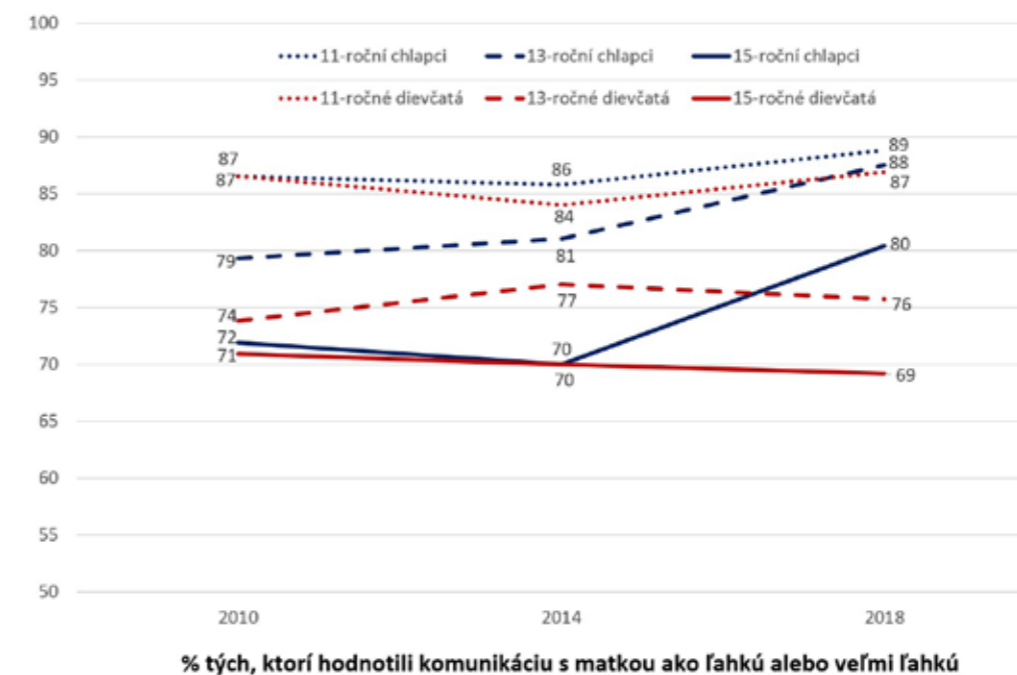


*Ja rada trávim svoj voľný čas tak, že čítam. Ale niektorí ľudia ho trávia tak, že pozerajú do mobilov.  
Dievča, 13 rokov.*

# Trendy 2010 – 2014 – 2018

## Komunikácia s matkou

Obrázok 172: Komunikácia s matkou – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní hodnotenia komunikácie s matkou školákmi v rokoch 2010, 2014 a 2018 je možné vidieť, že v roku 2018 v porovnaní s rokom 2010 a 2014 došlo k významnému nárastu počtu

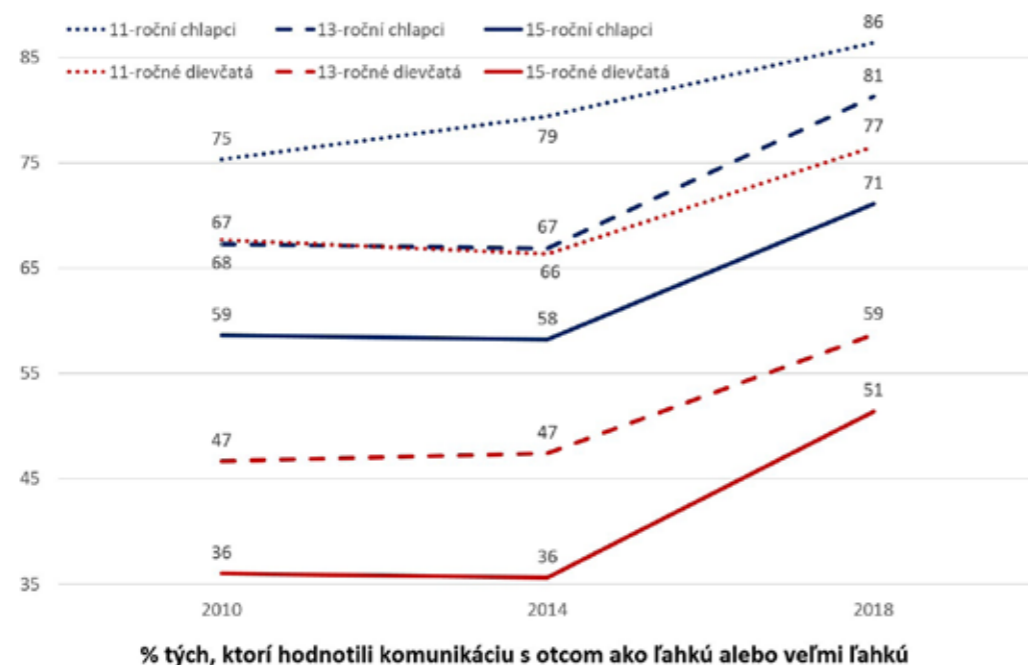
chlapcov vo veku 13 a 15 rokov, ktorí hodnotili komunikáciu s matkou ako ľahkú alebo veľmi ľahkú. V prípade dievčat v rokoch 2010, 2014 a 2018 nedošlo k žiadnym výrazným zmenám.

Tabuľka 38: Komunikácia s matkou – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	=
2014 vs. 2018	=	↑	↑	=	=	=
2010 vs. 2018	=	↑	↑	=	=	=

## Komunikácia s otcom

Obrázok 173: Komunikácia s otcom – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Výrazný pozitívny trend je možné vidieť pri porovnaní hodnotenia komunikácie s otcom. Pri porovnaní rokov 2014 a 2018, rovnako ako 2010 a 2018, sme zistili výrazný nárast počtu chlap-

cov aj dievčat vo všetkých vekových kategóriách, ktorí hodnotili komunikáciu s otcom ako ľahkú alebo veľmi ľahkú.

Tabuľka 39: Komunikácia s otcom – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	=
2014 vs. 2018	↑	↑	↑	↑	↑	↑
2010 vs. 2018	↑	↑	↑	↑	↑	↑

## Použitá literatúra

Bandura, A. (1971). Social learning theory. New York: General Learning Press, 1971.

Bellis, M. A., Hughes, K., Leckenby, N., Hardcastle, K. A., Perkins, C., & Lowey, H. (2014). Measuring mortality and the burden of adult disease associated with adverse childhood experiences in England: a national survey. *Journal of public health*, 37(3), 445-454.

Berge, J. M., Wall, M., Bauer, K. W., & Neumark-Sztainer, D. (2010). Parenting characteristics in the home environment and adolescent overweight: a latent class analysis. *Obesity*, 18(4), 818-825.

Berge, J. M., Wall, M., Larson, N., Loth, K. A., & Neumark-Sztainer, D. (2013). Family functioning: associations with weight status, eating behaviors, and physical activity in adolescents. *Journal of adolescent health*, 52(3), 351-357.

Brindova, D., Pavelka, J., Ševčíkova, A., Žežula, I., van Dijk, J. P., Reijneveld, S. A., & Geckova, A. M. (2014). How parents can affect excessive spending of time on screen-based activities. *BMC Public Health*, 14(1), 1261.

Brindova, D., Veselska, Z. D., Klein, D., Hamrik, Z., Sigmundova, D., van Dijk, J. P., ... & Geckova, A. M. (2015). Is the association between screen-based behaviour and health complaints among adolescents moderated by physical activity?. *International journal of public health*, 60(2), 139-145.

Brooks, F., Magnusson, J., Klemner, E., Spencer, N., & Morgan, A. (2015). HBSC England National Report: Health behaviour in school-aged children (HBSC): World Health Organization collaborative cross national study.

Clark, D. B., Kirisci, L., Mezzich, A., & Chung, T. (2008). Parental supervision and alcohol use in adolescence: Developmentally specific interactions. *Journal of developmental and behavioral pediatrics*: JDBP, 29(4), 285.

Coyne, S. M., Padilla-Walker, L. M., Stockdale, L., & Day, R. D. (2011). Game on... girls: Associations between co-playing video games and adolescent behavioral and family outcomes. *Journal of Adolescent Health*, 49(2), 160-165.

Gallarín, M., & Alonso-Arbiol, I. (2012). Parenting practices, parental attachment and aggressiveness in adolescence: A predictive model. *Journal of adolescence*, 35(6), 1601-1610.

Guilamo-Ramos, V., Jaccard, J., Dittus, P., & Bouris, A. M. (2006). Parental expertise, trustworthiness, and accessibility: parent-adolescent communication and adolescent risk behavior. *Journal of Marriage and Family*, 68(5), 1229-1246.

Hoskins, D. (2014). Consequences of parenting on adolescent outcomes. *Societies*, 4(3), 506-531.

Husarova, D., Blinka, L., Madarasova Geckova, A., Sirucek, J., van Dijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2017). Do sleeping habits mediate the association between time spent on digital devices and school problems in adolescence?. *The European Journal of Public Health*, 28(3), 463-468.

Inchley, J., & Currie, D. (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*, 2-3.

Jiménez-Iglesias, A., Moreno, C., Ramos, P., & Rivera, F. (2015). What family dimensions are important for health-related quality of life in adolescence?. *Journal of Youth Studies*, 18(1), 53-67.

Levin, K. A., & Currie, C. (2010). Family structure, mother-child communication, father-child communication, and adolescent life satisfaction: A cross-sectional multilevel analysis. *Health Education*, 110(3), 152-168.

Ma, Z., & Hample, D. (2018). Modeling Parental Influence on Teenagers' Food Consumption: An Analysis Using the Family Life, Activity, Sun, Health, and Eating (FLASHE) Survey. *Journal of nutrition education and behavior*, 50(10), 1005-1014.

Marmorstein, N. R. (2019). Investigating associations between caffeinated beverage consumption and later alcohol consumption among early adolescents. *Addictive behaviors*, 90, 362-368.

Newacheck, P. W., Hung, Y. Y., Jane Park, M., Brindis, C. D., & Irwin Jr, C. E. (2003). Disparities in adolescent health and health care: does socioeconomic status matter?. *Health services research*, 38(5), 1235-1252.

Offer, S. (2013). Family time activities and adolescents' emotional well-being. *Journal of Marriage and Family*, 75(1), 26-41.

Paclikova, K., Veselska, Z. D., Bobakova, D. F., Palfiova, M., & Geckova, A. M. (2018). What role do family composition and functioning play in emotional and behavioural problems among adolescent boys and girls?. *International journal of public health*, 1-9.

Ponnet, K., Van Leeuwen, K., Wouters, E., & Mortelmans, D. (2015). A family system approach to investigate family-based pathways between financial stress and adolescent problem behavior. *Journal of research on adolescence*, 25(4), 765-780.

Quon, E. C., & McGrath, J. J. (2014). Subjective socioeconomic status and adolescent health: a meta-analysis. *Health Psychology*, 33(5), 433.

Racz, S. J., & McMahon, R. J. (2011). The relationship between parental knowledge and monitoring and child and adolescent conduct problems: A 10-year update. *Clinical child and family psychology review*, 14(4), 377-398.

Ravens-Sieberer, U., Erhart, M., Torsheim, T., Hetland, J., Freeman, J., Danielson, M., ... & HBSC Positive Health Group. (2008). An international scoring system for self-reported health complaints in adolescents. *European Journal of Public Health*, 18(3), 294-299.

Ryan, J., Roman, N. V., & Okwany, A. (2015). The effects of parental monitoring and communication on adolescent substance use and risky sexual activity: A systematic review. *The Open Family Studies Journal*, 7(1).

Viner, R. M., Ozer, E. M., Denny, S., Marmot, M., Resnick, M., Fatusi, A., & Currie, C. (2012). Adolescence and the social determinants of health. *The lancet*, 379(9826), 1641-1652.



# Komunita, okolie

**Jaroslava Kopčáková**

Miesto, kde mladý človek žije, ovplyvňuje jeho individuálne správanie, formuje ho a je dôležitým kontextom pre jeho rozvoj. Pre školákov to môže byť miesto, ktoré na nich pôsobí pozitívne (napr. podporuje k fyzickej aktivite, voľnočasovým aktivitám, vytvára priestor pre rovesnícke stretnutia a pod.), ale i negatívne (napr. inšpiruje k užívaniu alkoholu, drog, podporuje násilné správanie a pod.). Školáci majú v porovnaní s dospelými obmedzenú mobilitu, aj preto sa ich sociálne vzťahy dejú v blízkosti miesta, kde žijú. Okrem toho, dôležitým aspektom rozvoja školákov je formovanie pozitívnej väzby na vonkajší svet. Miesto, kde žijú im môže poskytnúť podporné siete, ktoré ovplyvňujú ich správanie a well-being, ale môžu tiež vytvárať stresujúce prostredie pre ich následné správanie (Vieno a kol. 2016; Karcher&Sass 2010; Evans a kol. 2005).

Zmapovanie sociálneho kapitálu komunity (napr. ľudia sa na ulici zdravia, môžem im veriť, požiadať ich o pomoc a pod.) a deprivácie okolia (v mieste môjho bydliska sú skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy; sú tu odpadky, rozbité sklo, smeti všade navôkol; schátrané domy alebo budovy) nám môže napomôcť porozumieť významným zdrojom podpory či ohrozenia vývinu školákov žijúcich v prostredí typickom pre ľudí s nízkym socioekonomickým statusom.

Vyrastať v prostredí, kde sú všade prítomné graffiti, smeti, nevrátené nákupné vozíky môže viesť k tomu, že neporiadok, priestupky či drobné krádeže budú dospelavajúcimi považované za akceptovateľné normálne správanie. Podľa teórie „rozbitých okien“ vytvárajú viditeľné známky antisociálneho správania prostredie, ktoré následne podporuje ďalšie antisociálne správanie, kriminalitu, závažné trestné činy. Následne to spôsobuje úpadok takýchto oblastí a zhoršenie kvality života tu žijúcich obyvateľov (Keizer a kol. 2008; Keelling&Willson 1982).

Tieto tvrdenia potvrdzujú aj rôzne iné teórie, napr. model sociálneho rozvoja (Hawkins&Weis, 2017) či v poslednej dekáde populárna socio-ekologická teória (Sallis a kol. 2008; Sallis a kol. 2006), ktorá predpokladá, že správanie jedinca je ovplyvňované na viacerých úrovniach, teda individuálnej, interpersonálnej, organizačnej, spoločenskej a komunitnej. Ústrednou myšlienkou socio-ekologického prístupu je zmena individuálneho správania školákov prostredníctvom vhodného prostredia (Sallis a kol. 2006).

Školáci sú aktívni agenti v miestach, kde žijú a ich skúsenosti sú pre nás dôležité informácie. Miesto, kde školáci žijú ovplyvňuje a utvára ich každodenný život, ktorý chceme my dospelí spoznať, a následne zlepšiť.

*Mám svoje miesta, kde si chodím oddýchnuť, ak chcem byť chvíľu sama.  
Dievča, 12 rokov.*

## Sociálny kapitál komunity – ľudia sa na ulici zdravia a rozprávajú

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcimi vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žiješ.

Ľudia sa na ulici zdravia a často sa zastavujú, aby sa porozprávali.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

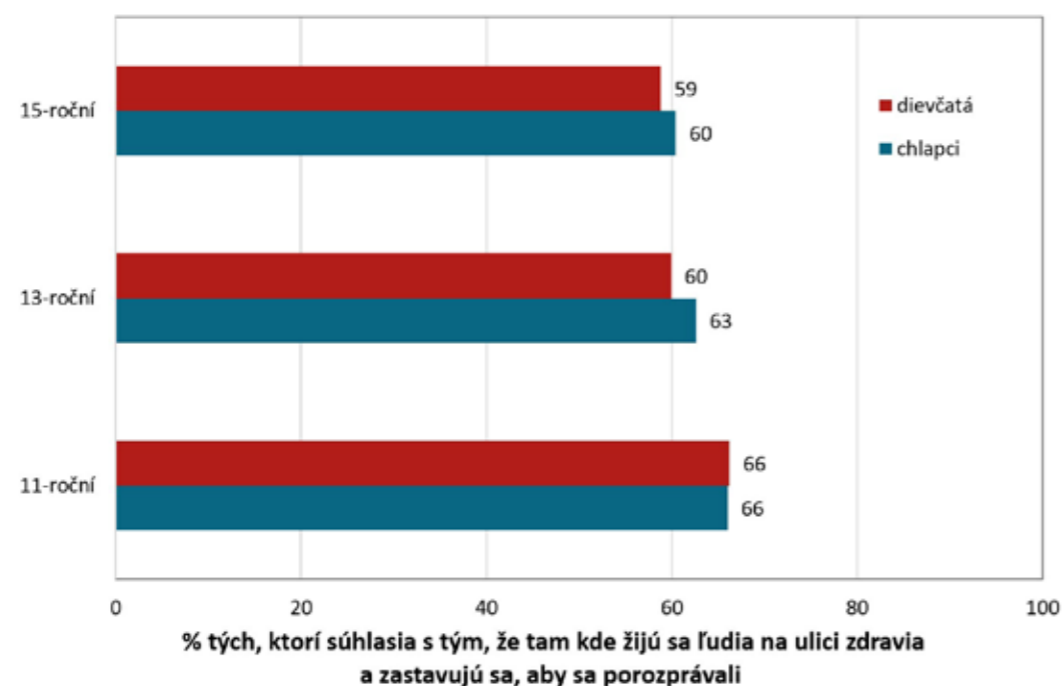
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí súhlasia alebo úplne súhlasia s vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žijú.

**Výskyt:** Skoro dve tretiny školákov (59-66 %) uviedlo, že ľudia sa na ulici zdravia a často sa zastavujú, aby sa porozprávali.

**Rodové rozdiely:** Chlapci i dievčatá rovnako často súhlasili s tvrdením, že v ich okolí sa ľudia zdravia a často sa zastavujú, aby sa porozprávali.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladšie dievčatá častejšie súhlasili s tvrdením, že v ich okolí sa ľudia zdravia a často sa zastavujú, aby sa porozprávali v porovnaní so staršími dievčatami (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,4/1,05-1,80).

Obrázok 174: Sociálny kapitál komunity - ľudia sa na ulici zdravia a rozprávajú (v %)



## Sociálny kapitál komunity – je bezpečné pre menšie deti hrať sa na ulici cez deň

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcimi vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žiješ.

Je bezpečné pre menšie deti hrať sa na ulici cez deň.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

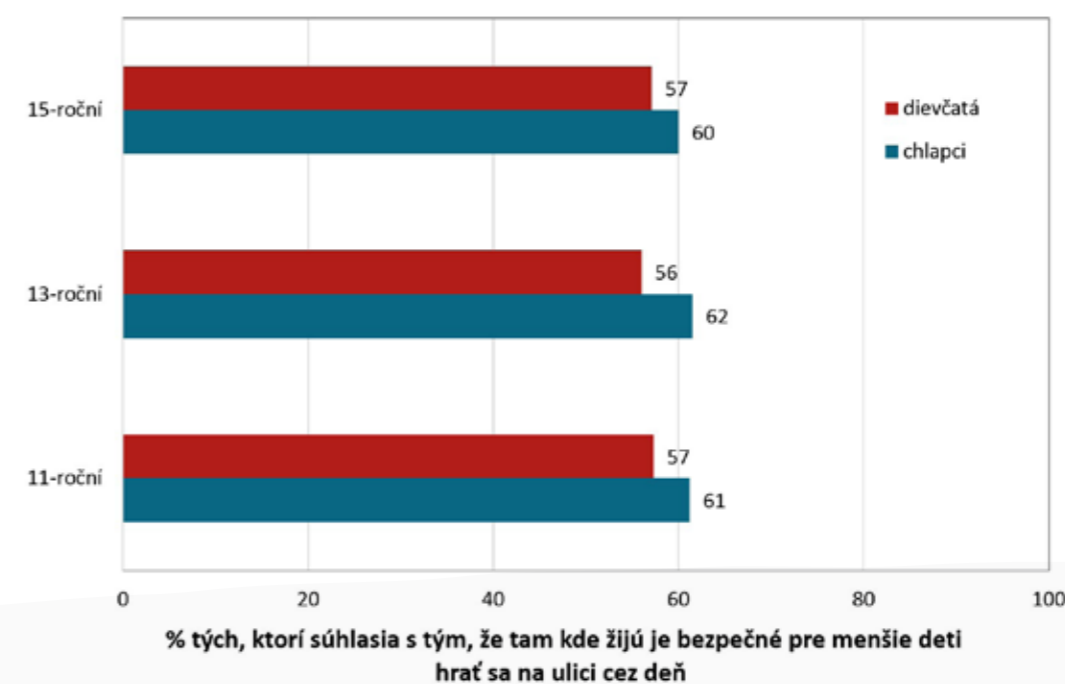
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí súhlasia alebo úplne súhlasia s vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žijú.

**Výskyt:** Viac ako polovica školákov (56-62 %) uviedla, že je bezpečné pre menšie deti hrať sa na ulici cez deň.

**Rodové rozdiely:** Chlapci i dievčatá rovnako často súhlasili s tvrdením, že je bezpečné pre menšie deti hrať sa na ulici cez deň.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Starší i mladší školáci a školáčky rovnako často súhlasili s tvrdením, že je bezpečné pre menšie deti hrať sa na ulici cez deň.

Obrázok 175: Sociálny kapitál komunity - je bezpečné pre menšie deti hrať sa na ulici cez deň (v %)



## Sociálny kapitál komunity – ľudom v tejto oblasti môžem veriť

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcimi vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žiješ.

Ľuďom z tejto oblasti môžem veriť.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

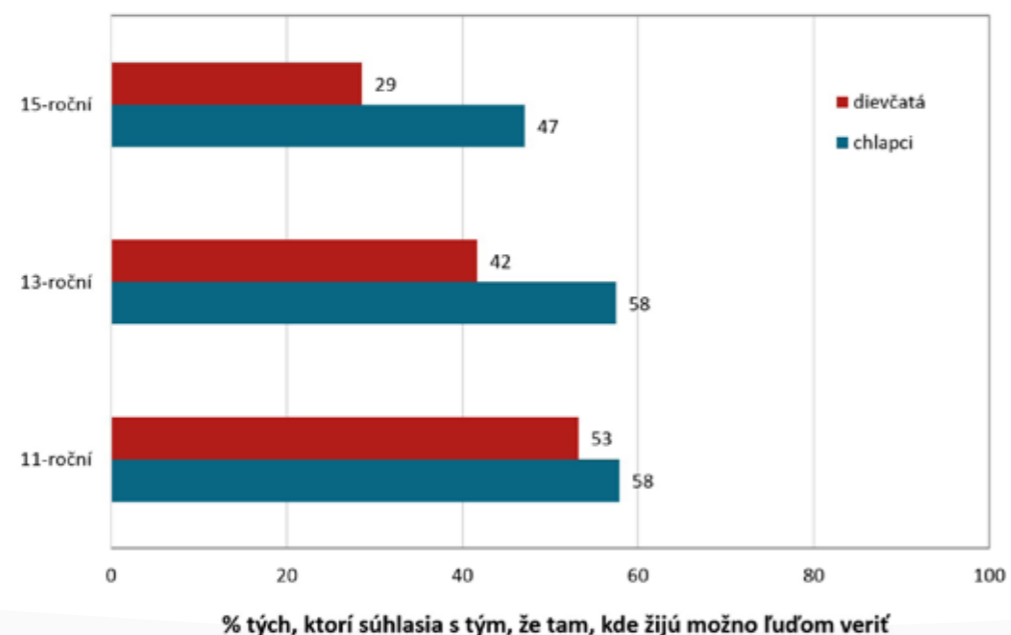
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí súhlasia alebo úplne súhlasia s vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žijú.

**Výskyt:** Viac ako polovica školákov vo veku 11 rokov (53-58 %) a chlapcov vo veku 13 rokov súhlasilo, že ľudom v ich okolí možno veriť. S týmto tvrdením však súhlasilo iba 29 % dievčat vo veku 15 rokov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov súhlasili, že ľudom v ich okolí môžu veriť častejšie ako dievčatá v tomto veku (13-roční OR/CI: 1,9/1,51-2,38; 15-roční OR/CI: 2,2/1,68-2,93).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky súhlasili, že ľudom v ich okolí môžu veriť častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,5/1,18-2,02; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,5/1,19-1,95; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,8/2,16-3,74; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,8/1,38-2,31).

Obrázok 176: Sociálny kapitál komunity - ľudom v tejto oblasti môžem veriť (v %)



*V meste sa cítim bezpečne. Nevyhl'adávam rizikové miesta.  
Dievča, 15 rokov.*

## Sociálny kapitál komunity – je tu veľa miest, kde môžem tráviť voľný čas

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcimi vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žiješ.

V oblasti kde bývam je veľa miest, kde môžem tráviť voľný čas (napr. centrá voľného času, parky, obchody).

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

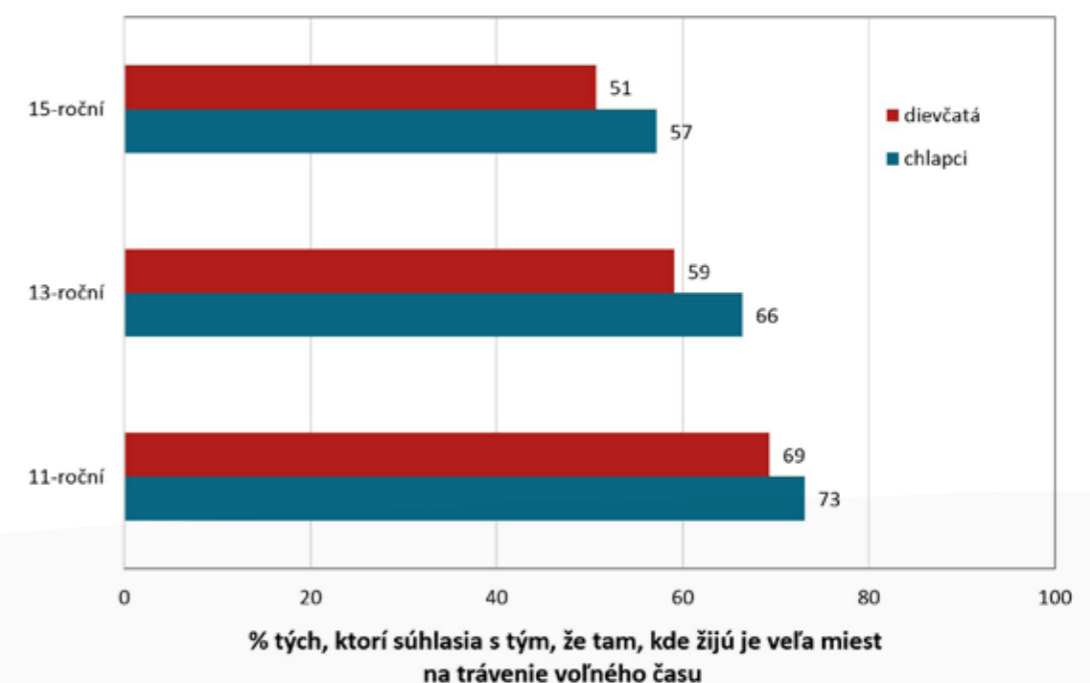
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí súhlasia alebo úplne súhlasia s vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žijú.

**Výskyt:** Približne 70 % 11-ročných, dve tretiny 13-ročných (59-66 %) a viac ako polovica 15-ročných školákov (51-57 %) súhlasila s tvrdením, že v okolí je veľa miest na trávenie voľného času.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 rokov častejšie ako dievčatá v tomto veku súhlasili s tvrdením, že v okolí je veľa miest na trávenie voľného času (13-roční OR/CI: 1,4/1,08-1,73).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky súhlasili, že v okolí je veľa miest na trávenie voľného času častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 2,0/1,53-2,70; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,5/1,14-1,91; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,2/1,67-2,88; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,4/1,10-1,79).

Obrázok 177: Sociálny kapitál komunity - je tu veľa miest, kde môžem tráviť voľný čas (v %)



## Sociálny kapitál komunity – susedov môžem požiadať o pomoc alebo láskavosť

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcimi vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žiješ.

Mojich susedov môžem požiadať o pomoc alebo láskavosť.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

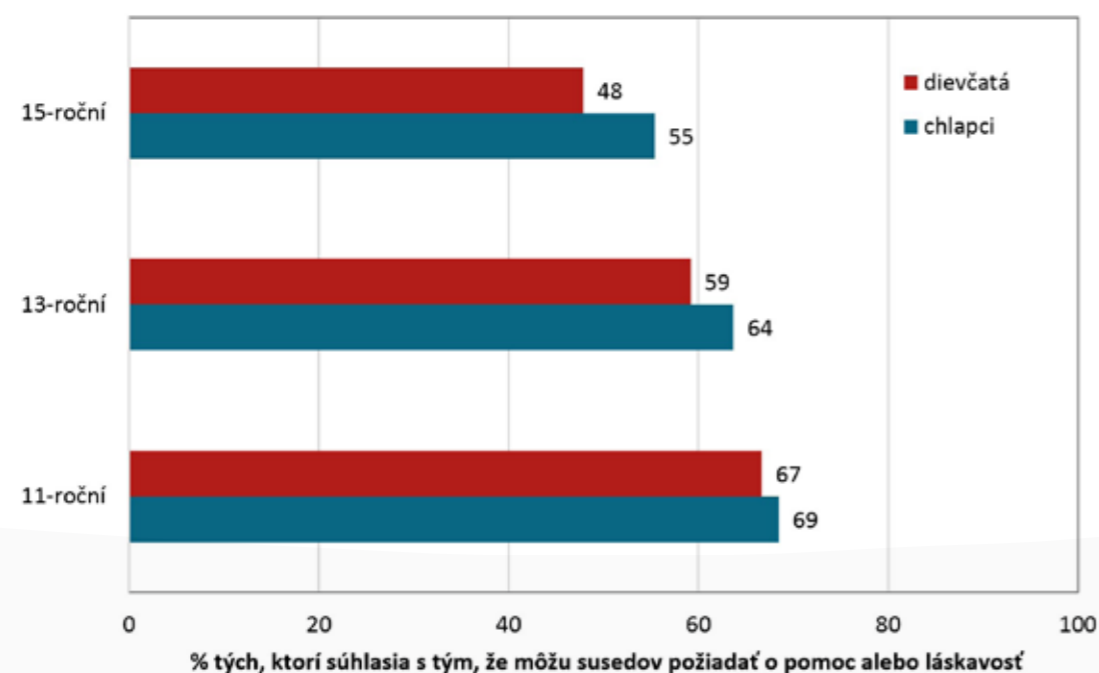
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí súhlasia alebo úplne súhlasia s vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žijú.

**Výskyt:** Približne dve tretiny 11-ročných a 13-ročných školákov a polovica 15-ročných školákov súhlasila, že môžu svojich susedov požiadať o pomoc alebo láskavosť.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 15 rokov častejšie ako dievčatá v tomto veku súhlasili, že môžu svojich susedov požiadať o pomoc alebo láskavosť (15-roční OR/CI: 1,4/1,04-1,76).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky súhlasili, že môžu svojich susedov požiadať o pomoc alebo láskavosť častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,8/1,33-2,31; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,4/1,10-1,82; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,2/1,66-2,85; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,6/1,24-2,01).

Obrázok 178: Sociálny kapitál komunity - susedov môžem požiadať o pomoc alebo láskavosť (v %)



## Sociálny kapitál komunity – väčšina ľudí by sa pokúsila ma využiť

**Popis indikátora:** Označ, prosím, do akej miery súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcimi vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žiješ.

Väčšina ľudí v mieste, kde žijem, by sa pokúsila ma využiť, ak by mali takú možnosť.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

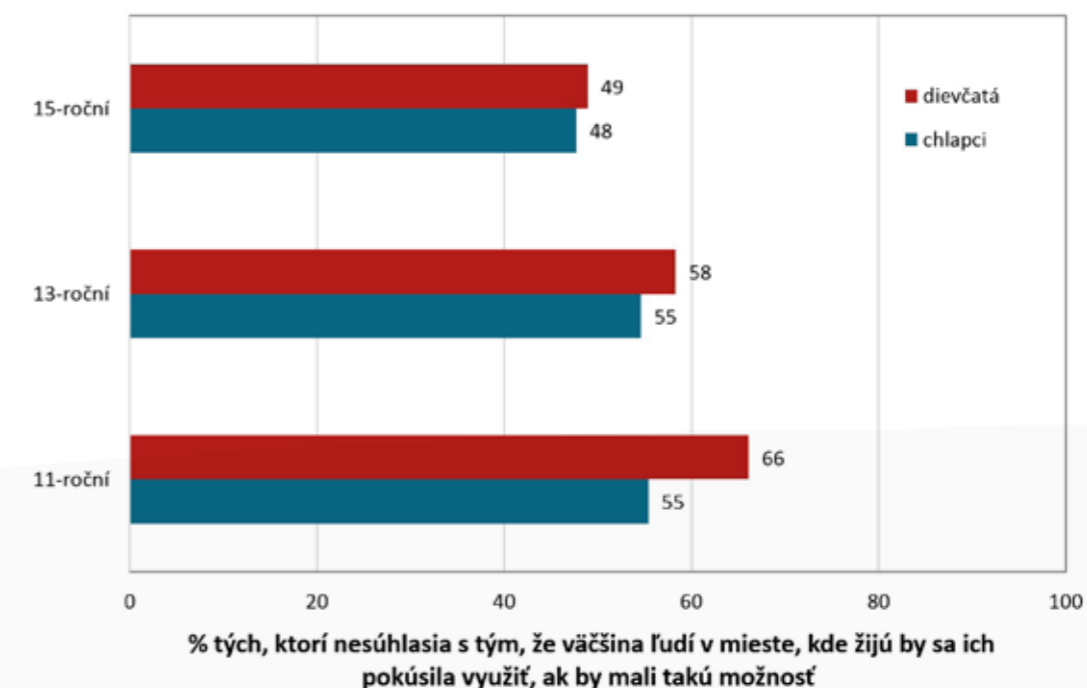
Prezentovaný je výskyt respondentov, ktorí nesúhlasia alebo vôbec nesúhlasia s vyjadreniami týkajúcimi sa miesta, v ktorom žijú.

**Výskyt:** Približne polovica školákov a školáčok (48-58 %) nesúhlasila s vyjadrením, že väčšina ľudí v mieste, kde žijú, by sa ich pokúsila využiť, ak by mali takú možnosť, pričom až dve tretiny 11-ročných dievčat nesúhlasilo s týmto tvrdením.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 rokov nesúhlasili s vyjadrením, že väčšina ľudí v mieste, kde žijú, by sa ich pokúsila využiť menej často ako dievčatá v tomto veku (11-roční OR/CI: 0,6/0,48-0,84).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky nesúhlasili s vyjadrením, že väčšina ľudí v mieste, kde žijú, by sa ich pokúsila využiť častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,4/1,04-1,79; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,03-1,70; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,0/1,55-2,68; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,5/1,15-1,87).

Obrázok 179: Sociálny kapitál komunity - väčšina ľudí, by sa pokúsila ma využiť (v %)





## Deprivácia okolia – skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy

**Popis indikátora:** Sú v mieste Tvojho bydliska...?

Skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy?

- veľa
- nejaké
- žiadne

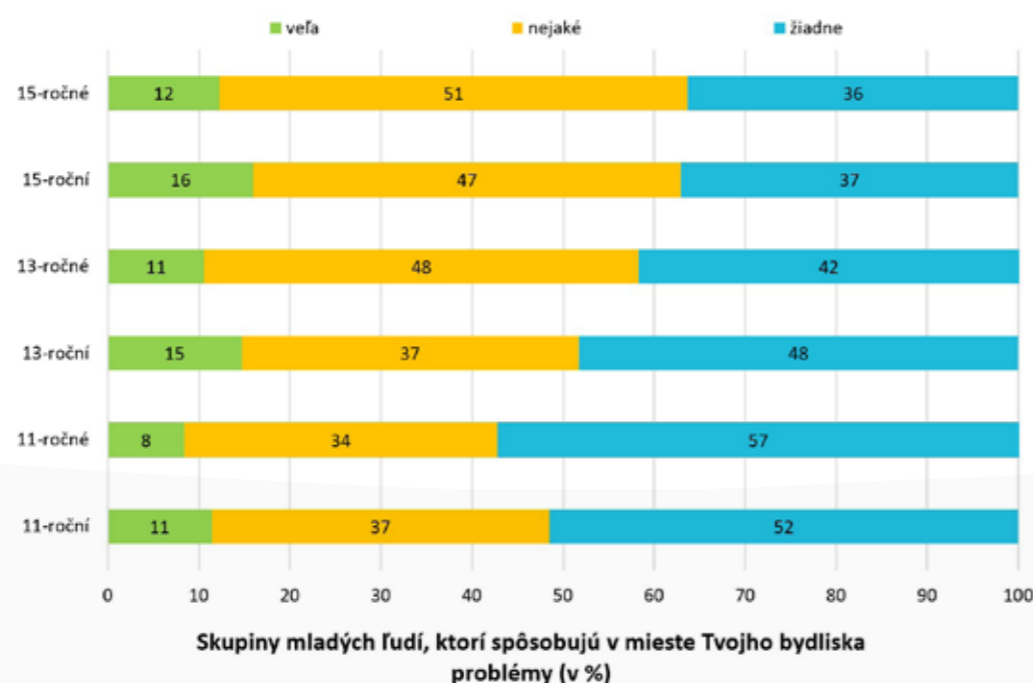
Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na respondentov, ktorí v mieste bydliska reportovali nejaké alebo veľa skupín mladých ľudí spôsobujúcich problémy a respondentov, ktorí takéto skupiny v mieste svojho bydliska nezaznamenali.

**Výskyt:** Približne 12 % školákov vnímalo v svojom okolí veľa a ďalších 42 % nejaké skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobovali problémy, pričom starší školáci ich vnímajú častejšie. V svojom bydlisku žiadne takéto skupiny nespozorovalo 36 až 57 % školákov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 rokov menej často ako dievčatá v tomto veku súhlasili, že v mieste ich bydliska sú skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy (13-roční OR/CI: 0,8/0,61-0,96).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky súhlasili, že v mieste ich bydliska sú skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,43-0,73; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,49-0,81; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,4/0,33-0,55).

Obrázok 180: Deprivácia okolia - skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy (v %)



## Deprivácia okolia – odpadky, rozbité sklo alebo smeti všade navôkol

**Popis indikátora:** Sú v mieste Tvojho bydliska...?

Odpadky, rozbité sklo alebo smeti všade navôkol?

- veľa
- nejaké
- žiadne

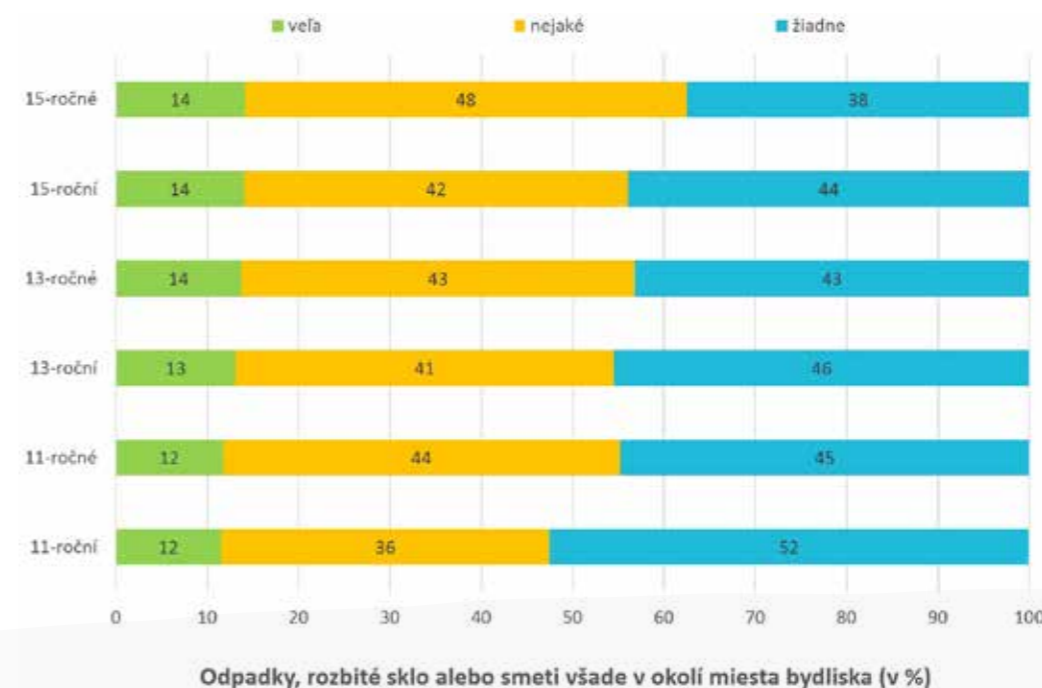
Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na respondentov, ktorí v mieste bydliska reportovali nejaké alebo veľa miest, kde boli odpadky, rozbité sklo a smetie navôkol a respondentov, ktorí takéto miesta v mieste svojho bydliska nezaznamenali.

**Výskyt:** Približne 14 % školákov vnímalo v svojom okolí veľa a ďalších 42 % nejaké odpadky, rozbité sklo alebo smeti všade navôkol. Žiadne odpadky, rozbité sklo alebo smeti v svojom okolí nevidelo 38 až 52 % školákov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 a 15 rokov menej často ako dievčatá v tomto veku súhlasili, že v mieste ich bydliska sú odpadky, rozbité sklo alebo smeti všade navôkol (11-roční OR/CI: 0,7/0,57-0,84; 15-roční OR/CI: 0,8/0,59-1,00).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky súhlasili, že v mieste ich bydliska sú skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/0,54-0,93; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,7/0,57-0,96).

Obrázok 181: Deprivácia okolia - odpadky, rozbité sklo alebo smeti všade navôkol (v %)



*Je tu bezpečne. Nemáme však odpadové koše a je tu veľa odpadu.  
Dievča, 14 rokov.*

# Deprivácia okolia – schátrané domy alebo budovy

**Popis indikátora:** Sú v mieste Tvojho bydliska...?

Schátrané domy alebo budovy?

- veľa
- nejaké
- žiadne

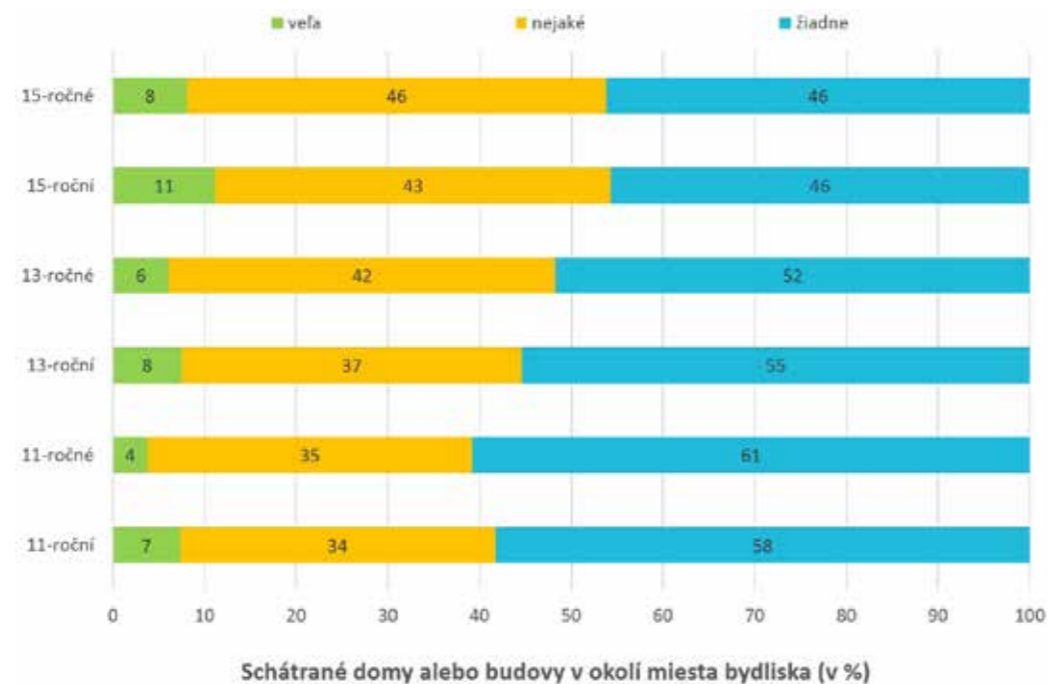
Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na respondentov, ktorí v mieste bydliska reportovali nejaké alebo veľa schátraných domov alebo budov a respondentov, ktorí takéto miesta v mieste svojho bydliska nezaznamenali.

**Výskyt:** Približne 7 % školákov vnímalo v svojom okolí veľa a ďalších 40 % nejaké schátrané domy alebo budovy. Žiadne schátrané domy alebo budovy v svojom okolí nevidelo 46 až 61 % školákov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci i dievčatá rovnako často súhlasili s tvrdením, že v mieste ich bydliska sú schátrané domy alebo budovy.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky súhlasili, že v mieste ich bydliska sú schátrané domy alebo budovy menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,46-0,79; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/0,53-0,87; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,42-0,72).

Obrázok 182: Deprivácia okolia - schátrané domy alebo budovy (v %)



# Použitá literatúra

Evans, D. L., Foa, E. B., Gur, R. E., Hendin, H., O'Brien, C. P., Seligman, M. E., & Walsh, B. T. (Eds.). (2005). Treating and preventing adolescent mental health disorders: What we know and what we don't know. Oxford University Press.

Hawkins, J. D., & Weis, J. G. (1980). The social development model: An integrated approach to delinquency prevention. Seattle: Center for Law and Justice, University of Washington. Alebo

Hawkins, J. D., & Weis, J. G. (2017). The social development model: An integrated approach to delinquency prevention. In Developmental and Life-course Criminological Theories (pp. 3-27). Routledge.

Karcher, M. J., & Sass, D. (2010). A multicultural assessment of adolescent connectedness: Testing measurement invariance across gender and ethnicity. *Journal of Counseling Psychology*, 57(3), 274.

Keizer, K., Lindenberg, S., & Steg, L. (2008). The spreading of disorder. *Science*, 322(5908), 1681-1685.

Kelling, G. L., & Wilson, J. Q. (1982). Broken windows. *Atlantic monthly*, 249(3), 29-38, [online, cit. 2019-2-26] Dostupné na internete [http://www.theatlantic.com/magazine/archive/1982/03/broken-windows/4465/?single\\_page=true](http://www.theatlantic.com/magazine/archive/1982/03/broken-windows/4465/?single_page=true).

Sallis, J. F., Cervero, R. B., Ascher, W., Henderson, K. A., Kraft, M. K., & Kerr, J. (2006). An ecological approach to creating active living communities. *Annu. Rev. Public Health*, 27, 297-322.

Sallis, J. F., Owen, N., & Fisher, E. (2015). Ecological models of health behavior. *Health behavior: Theory, research, and practice*, 5, 43-64.

Vieno, A., Lenzi, M., Roccato, M., Russo, S., Monaci, M. G., & Scacchi, L. (2016). Social capital and fear of crime in adolescence: a multilevel study. *American journal of community psychology*, 58(1-2), 100-110.

*Žijem pod úrovňou cesty vo veľkom starom dome bez oplotenia. Každý nám čumí do kuchyne.  
Dievča, 15 rokov.*

# Škola

**Lucia Bosáková, Zuzana Boberová**

Škola je unikátne a dynamické prostredie, ktoré je súčasťou života detí a dospelujúcich v tom najcitlivejšom období ich vývinu. Podporné školské prostredie je prínosom pre zdravie, so zdravím súvisiace správanie a celkovú životnú spokojnosť (John-Akinola&Gabhainn 2015; Vieno a kol. 2005; Samdal a kol. 1998), zatiaľ čo nepodporujúce školské prostredie môže predstavovať v daných oblastiach obrovské riziko.

Spokojnosť so školou odzrkadľuje to, ako sú dospelujúci prepojení so školou a rovesníkmi. Viaceré medzinárodné štúdie (PISA, HBSC) poukazujú v posledných rokoch práve na nízku úroveň šťastia a spokojnosti slovenských školákov v školskom prostredí (Boberová a kol. 2017). Prítom nízka spokojnosť so školou môže nepriaznivo ovplyvniť u dospelujúcich vlastný sebaobraz, celkovú spokojnosť so životom a ich ochotu učiť sa (OECD 2013). Nízka spokojnosť so školou je aj často spojená s nízkou školskou úspešnosťou a ďalšími negatívnymi dopadmi v oblasti zdravia, ako sú nízka úroveň duševného zdravia, fajčenie, užívanie alkoholu a marihuany, hranie hier (Rossen a kol. 2016; Garcia-Moya a kol. 2015; Moor a kol. 2015; Vogel a kol. 2015; Griffiths a kol. 2012; Samdal a kol. 2000) a šikanovanie (Wormington a kol. 2016, Harel-Fisch a kol. 2011).

Podpora v škole, chápaná ako kvalita vzťahov medzi učiteľom a žiakom a spolužiakmi navzájom je často spojená so zdravím. Podpora učiteľa bola spojená s lepším duševným zdravím (Garcia-Moya a kol. 2015, Tennant a kol. 2015), nižšou mierou užívania alkoholu (McCarty a kol. 2012), nižším rizikom fajčenia a užívania marihuany (Perra a kol. 2012). Výskumy tiež ukazujú, že najmä znevýhodnení školáci dosahujú lepšiu školskú úspešnosť a majú menej disciplinárnych problémov, ak majú pocit, že učiteľom na nich

záleží (Gamoran 1993) a môžu svojím učiteľom dôverovať (Crosnoe a kol. 2004).

Študenti, ktorí majú väčší stres v škole majú i väčší sklon k rizikovému správaniu, častejšie zdravotné problémy, ako napr. bolesť hlavy, bolesť brucha, chrbta, závraty a psychologické problémy, teda prežívajú smútok, napätie, nervozitu (Arguera a kol. 2015; Guo a kol. 2014; Ottova a kol. 2012).

Významnú úlohu hrá i podpora a pomoc s domácimi úlohami a s prípravou do školy. Zdrojmi takejto podpory môžu byť napríklad rodičia, starí rodičia, učitelia, spolužiaci, či kamaráti, ktorí sú v každodennej interakcii so žiakom. Podpora a pomoc v príprave do školy má významný vplyv na spokojnosť žiakov so školou, na ich výsledky v škole, školské kompetencie, ale i na ich celkovú životnú spokojnosť (Danielsen a kol. 2010). Výskum ďalej ukazuje, že podporujúce domáce vzdelávacie prostredie je pozitívne spojené s hodnotením učiteľov, a to najmä v oblasti čítania a matematiky (McWayne a kol. 2004). Na druhej strane, nedostatočná rodičovská podpora pri vzdelávaní predstavuje významný rizikový faktor napríklad pri šikane, a to hlavne u chlapcov (Erginoz a kol. 2015).

Konzistentná školská dochádzka je dôležitá pre osobný, emocionálny, sociálny a akademický rozvoj (Dube & Orpinas 2009). Naopak, častá alebo dlhodobá neúčast môže viesť k zhoršeniu výkonnosti v škole a vytváraniu negatívneho cyklu, ktorý je ťažké zlomiť (Credé a kol. 2010). Dlhodobé dôsledky takejto neúčasti môžu byť vážne a zahŕňajú napr. predčasné ukončenie školskej dochádzky, zhoršené sociálne fungovanie, nezamestnanosť, či problémy s duševným zdravím (Havik a kol. 2015; Silver a kol. 2008). Pomerne častým dôvodom pre neúčast v škole je záškoláctvo, pričom neospravedlnené absencie v škole

predstavujú približne 20 % všetkých neúčastí. Záškoláctvo sa často spája s delikventným správaním a kriminalitou mladistvých (Havik a kol. 2015). Je tiež úzko spojené so širokou škálou iných ťažkostí v dospelosti, vrátane neschopnosti usadiť sa v rutine práce a/alebo manželstva, častej zmeny zamestnania, izolácie, patologických porúch, chudoby, vyššej miery rozvodovosti, negramotnosti (Reid 2000).

Opakovanie ročníka predstavuje pomerne rozšírenú stratégiu zlepšenia prospechu žiakov. Výskum však naznačuje, že jej dlhodobější dopad nemusí byť pozitívny (Jimerson 2014; Viland 2001). Naopak, takáto skúsenosť môže žiakov skôr stigmatizovať, poznačiť ich sebavedomie i celkový vzťah k škole a výučbe (OECD 2018; Jimerson a kol. 2002; Jimerson 2001), a taktiež viesť až k predčasnemu ukončeniu štúdia (Jimerson a kol. 2002; Viland 2001).

Funkčná gramotnosť je dôležitým predpokladom kvalitného uplatnenia sa v živote a na trhu práce (Miklovičová a kol. 2015). Funkčne gramotný človek vie využívať čítanie, písanie a počítanie pre vlastný rozvoj a rozvoj celej komunity (UNESCO 1978). Nízka úroveň funkčnej gramotnosti v dospelosti je spojená s nedokončenou školskou dochádzkou, absenciami v škole i nízkym socioekonomickým statusom (White 1982). Preto je monitorovanie funkčnej gramotnosti dôležité najmä v prípade znevýhodnených školákov, nakoľko Slovenská republika sa stále zaraďuje medzi krajiny s relatívne vysokou mierou vplyvu socioekonomického zázemia na výkon školákov (Miklovičová a kol. 2015). Posudzovanie funkčnej gramotnosti môže pomôcť odlíšiť aj zdravotné znevýhodnenia (napr. dyslexia, dysgrafia, dyskalkulia), ktoré môžu falošne vplývať na výkon pri posudzovaní funkčnej gramotnosti školákov (Vágvölgyi a kol. 2016).

Postoj k vzdelaniu odráža pocity týkajúce sa hodnoty vzdelávania (Gorard a kol. 2012). Môže mať vplyv na spokojnosť so školou a vice versa (Gorard a kol. 2012), ale i na výkon v škole (Li a kol. 2010). Individuálne aspirácie odrážajú pracovné i vzdelanostné preferencie školákov. Sú dôležité, pretože môžu ovplyvniť kľúčové voľby a výsledky, akými sú vzdelávacie a pracovné úspechy (Gorard a kol. 2012). Práve v školskom veku začínajú najdôležitejšie procesy kariérneho rozvoja, kedy deti čoraz viac ohraničujú svoje preferencie a voľby, pretože začínajú viac rozumieť sebe a svetu okolo seba (Wahl&Blackhurst 2000). Deti s vyššími vzdelanostnými aspiráciami majú väčšiu motiváciu a dosahujú lepšie výsledky v škole ako ich rovesníci (Jacob&Wilder 2010). Existuje však veľké množstvo faktorov, na čele so socioekonomickým statusom a podporou od rodičov (Wahl&Blackhurst 2000), ktoré môžu mať tak na postoj k vzdelaniu, ako i na aspirácie výrazný vplyv, a teda priamo alebo nepriamo určiť budúcu kariérnu trajektóriu dieťaťa.

Škola podporujúca zdravie by mala rozvíjať kompetencie detí aj v oblasti zdravia, to znamená vedomosti, postoje a zručnosti vzťahujúce sa k zdraviu a trvalo udržateľnému osobnostnému rozvoju. Zdravotná gramotnosť, ako schopnosť rozumieť sebe, ostatným a svetu okolo nás a robiť rozhodnutia týkajúce v prospech zdravia (Paakkari&Paakkari, 2012) bola identifikovaná ako determinant zdravia (Geboers a kol. 2014, Speirs a kol. 2012, Berkman a kol. 2011) a nezávislý rizikový faktor pre zdravie (Adams a kol. 2013). Zdravotná gramotnosť sa začína rozvíjať už v detstve. V priebehu školských rokov sa deti stávajú čoraz autonómnejšie pri zaobchádzaní s informáciami o zdraví a pri rozhodovaní o ich zdraví. Je preto veľmi dôležité zamerať sa na monitorovanie a rozvoj zdravotnej gramotnosti medzi mladšími vekovými skupinami.

## Spokojnosť so školou

**Popis indikátora:** Aký máš v súčasnosti vzťah k škole?

- Veľmi sa mi páči v škole
- Trochu sa mi páči v škole
- Nie veľmi sa mi páči v škole
- Vôbec sa mi nepáči v škole

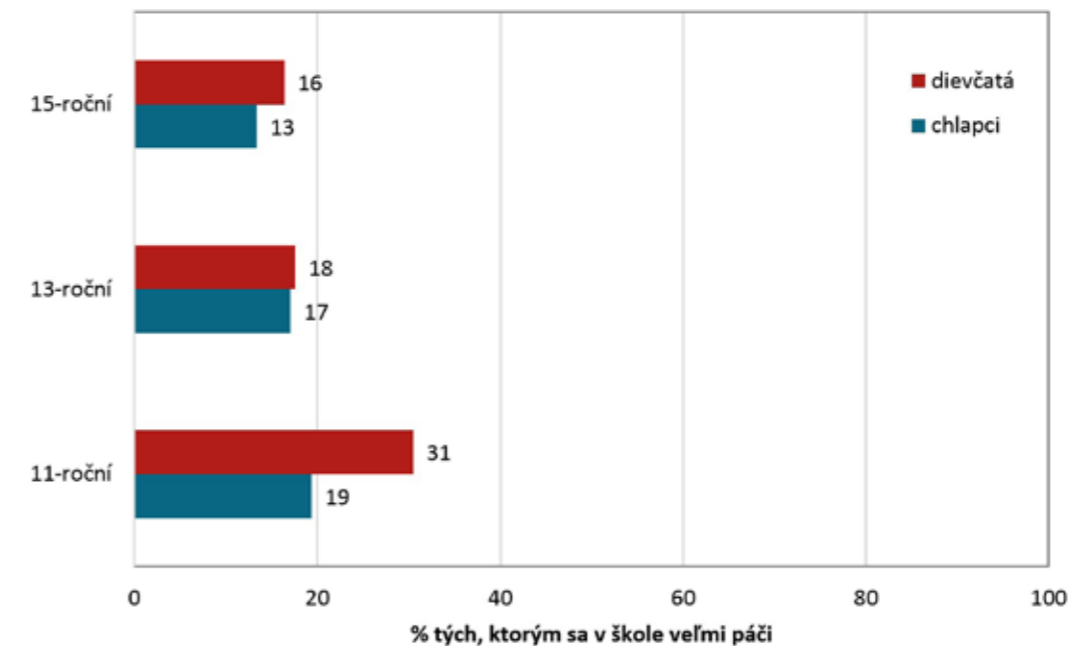
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že sa im v škole „veľmi páči“.

**Výskyt:** Tretine dievčat (31 %) a pätine chlapcov (19 %) vo veku 11 rokov sa v škole veľmi páčilo. Vo veku 13 rokov bolo so školou spokojných už iba 18 % dievčat a 17 % chlapcov a vo veku 15 rokov iba 16 % dievčat a 13 % chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely sme potvrdili iba v skupine 11-ročných. Chlapcom sa v škole veľmi páčilo menej často ako dievčatám (11-roční OR/CI: 0,6/0,43-0,70).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladším školákom sa v škole veľmi páčilo častejšie ako starším školákom (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,6/1,17-2,10; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,01-1,78; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,2/1,70-2,92).

Obrázok 183: Spokojnosť so školou (v %)



*Učitelia berú všetko vážne. Keby kúsok povolili. Boli by zábavnejší, nie tak prísni. Netlačiť na nás. Mali by byť viac tolerantní a chápacejší. Lepšie vysvetľovať.*

*Dievča, 12 rokov.*

*Snazia sa, aby sa z nás niečo stalo, aby sme niečo dokázali vo svojom živote.*

*Dievča, 14 rokov.*

## Stres v škole

**Popis indikátora:** Nakolko sa cítiš byť pod tlakom pri školských úlohách, ktoré musíš robiť?

- Vôbec
- Trochu
- Dosť
- Veľmi

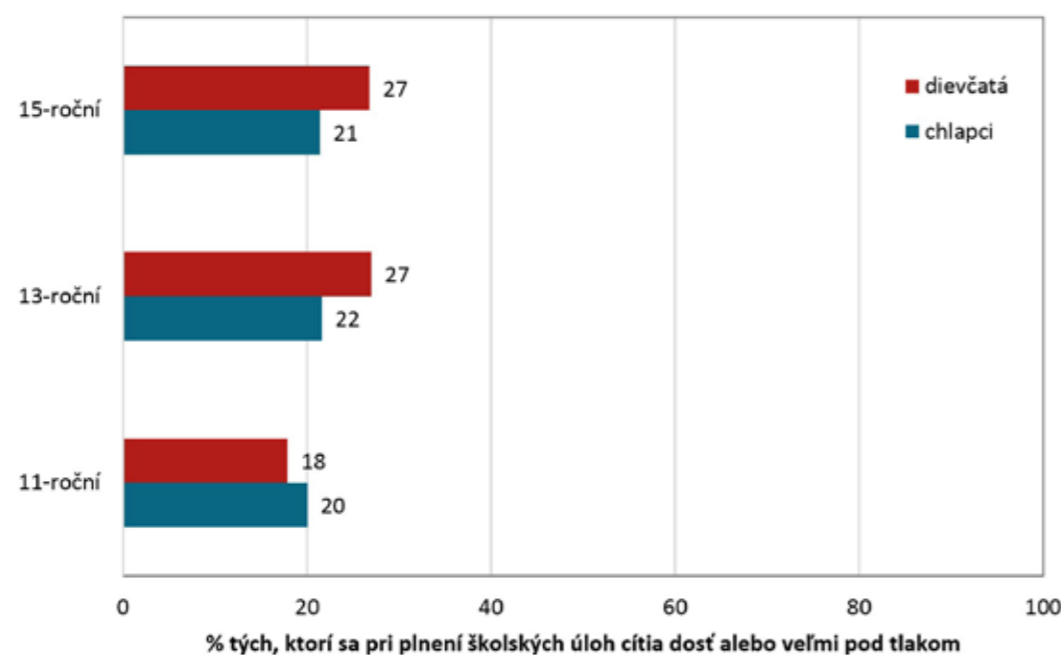
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že sa cítia byť „dosť“ alebo „veľmi“ pod tlakom pri školských úlohách, ktoré musia urobiť.

**Výskyt:** Až 20 % chlapcov a 18 % dievčat vo veku 11 rokov sa cítilo byť pod tlakom pri školských úlohách. U 13 a 15-ročných je to ešte o čosi viac: pätina chlapcov (21-22 %) a tretina dievčat (27 %) sa cítila byť dosť alebo veľmi pod tlakom pri školských úlohách, ktoré museli robiť.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov sa cítili byť v škole pod tlakom menej často ako dievčatá (13-roční: OR/CI: 0,7/0,60-0,93; 15-roční OR/CI: 0,7/0,57-0,97).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Dievčatá vo veku 11 rokov sa cítili byť pod tlakom v škole menej často ako 15-ročné dievčatá (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,6/0,46-0,77). Rozdiely v miere stresu v škole medzi vekovými skupinami chlapcov sme nepotvrdili.

Obrázok 184: Stres v škole (v %)



## Vzťahy medzi spolužiakmi – spolužiaci sú spolu radi

**Popis indikátora:** Prosím označ, ako veľmi súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcim vyjadrením o spolužiakoch v Tvojej triede:

Spolužiaci v mojej triede sú spolu radi.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

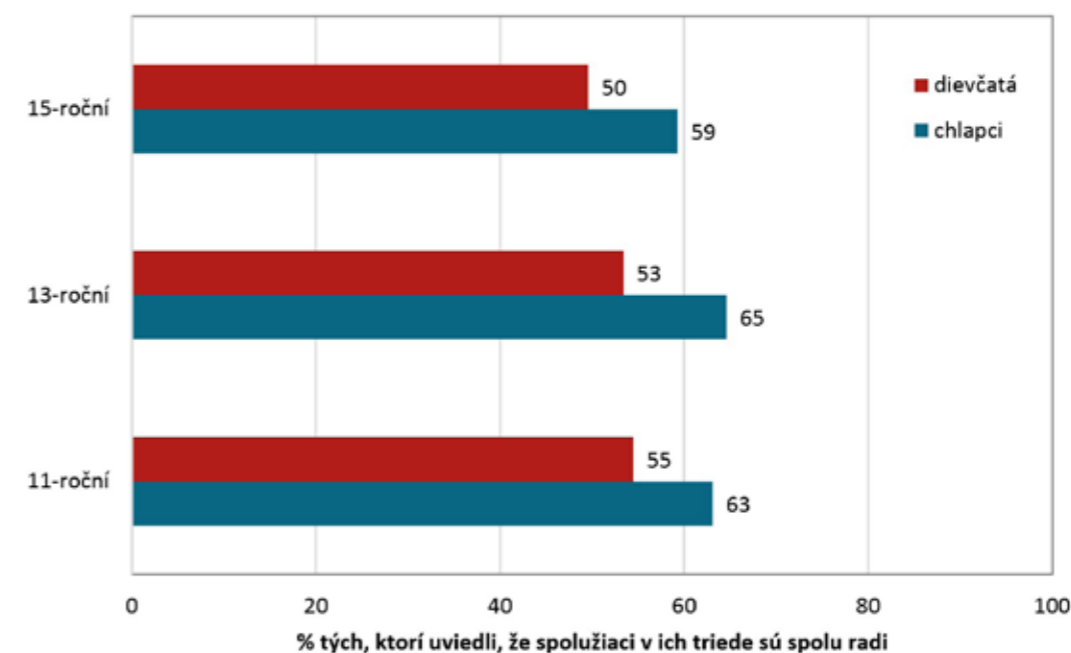
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že „úplne súhlasia“ alebo „súhlasia“.

**Výskyt:** Polovica dievčat (50-55 %) a dve tretiny chlapcov (59-65 %) si mysleli, že ich spolužiaci sú spolu radi.

**Rodové rozdiely:** Chlapci si mysleli, že ich spolužiaci sú spolu radi častejšie ako dievčatá (11-roční OR/CI: 1,4/1,16-1,76; 13-roční OR/CI: 1,6/1,32-1,93; 15-roční OR/CI: 1,5/1,18-1,86).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Chlapci vo veku 13 rokov si mysleli, že ich spolužiaci sú spolu radi častejšie ako chlapci vo veku 15 rokov (13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,02-1,55). Rozdiely medzi vekovými skupinami dievčat sme nepotvrdili.

Obrázok 185: Vzťahy medzi spolužiakmi- spolužiaci sú spolu radi (v %)



*Pretože dávajú veľa domácich úloh, písania a učenia.*

*Dievča, 13 rokov.*

## Vzťahy medzi spolužiakmi – spolužiaci sú milí a nápomocní

**Popis indikátora:** Prosím označ, ako veľmi súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcim vyjadrením o spolužiakoch v Tvojej triede:

Mnohí spolužiaci v mojej triede sú milí a nápomocní.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

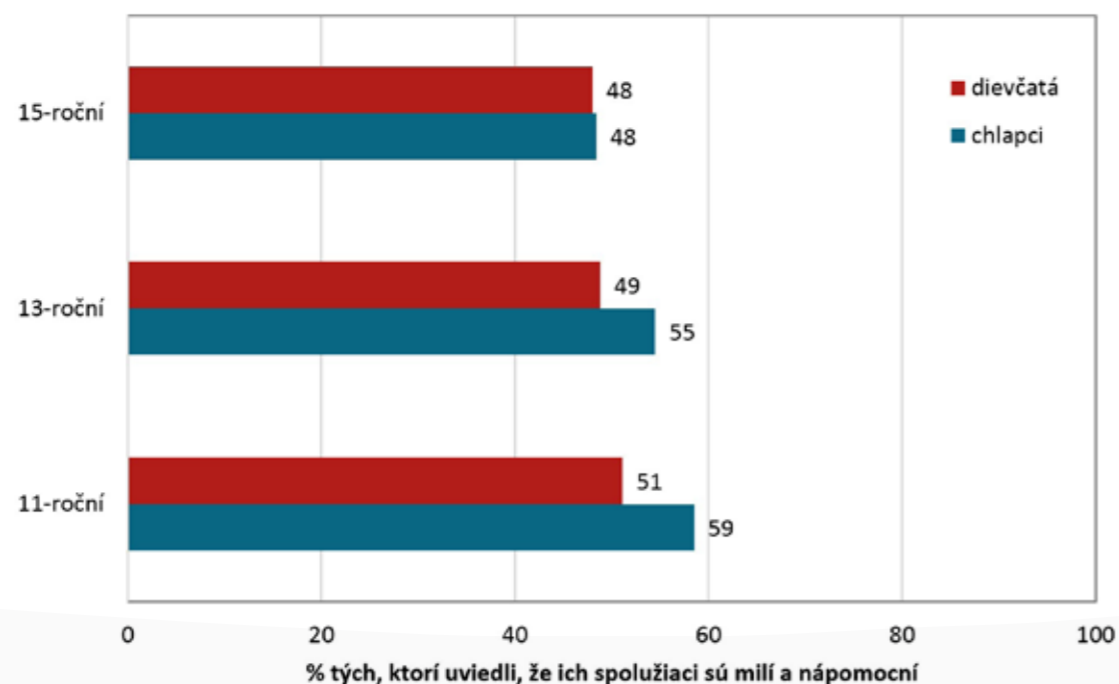
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že „úplne súhlasia“ alebo „súhlasia“.

**Výskyt:** Približne polovica školákov a školáčok (48-55 %) považovala svojich spolužiakov v triede za milých a nápomocných. Výnimkou sú 11-roční chlapci, z ktorých skoro dve tretiny (59 %) hodnotilo svojich spolužiakov ako milých a nápomocných.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 a 13 rokov hodnotili svojich spolužiakov ako milých a nápomocných častejšie ako dievčatá v tomto veku (11-roční OR/CI: 1,3/1,10-1,66; 13-roční OR/CI: 1,3/1,04-1,52).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší chlapci hodnotili svojich spolužiakov ako milých a nápomocných častejšie ako starší chlapci (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,5/1,21-1,87; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,04-1,57). Rozdiely medzi vekovými skupinami dievčat sme nepotvrdili.

Obrázok 186: Vzťahy medzi spolužiakmi - spolužiaci sú milí a nápomocní (v %)



*Pomáhajú mi spolužiaci. Ak niečomu nerozumiem, cez prestávku si pomôžeme.*  
Dievča, 13 rokov.

## Vzťahy medzi spolužiakmi – spolužiaci sú akceptujúci

**Popis indikátora:** Prosím označ, ako veľmi súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcim vyjadrením o spolužiakoch v Tvojej triede:

Ostatní spolužiaci ma prijali takého/takú, aký/á som.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

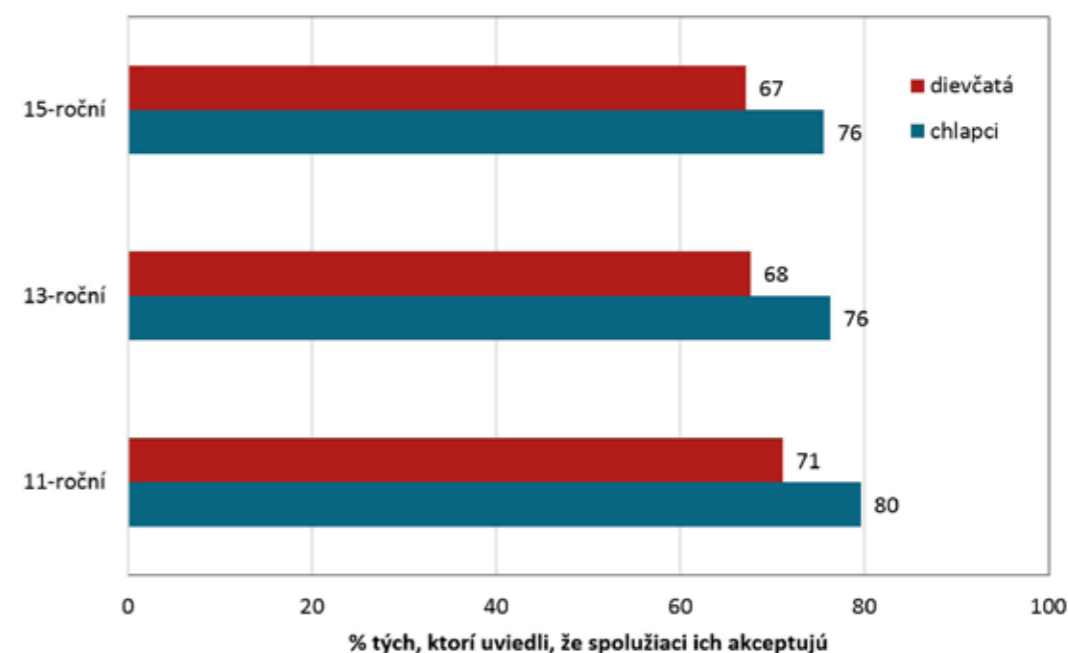
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že „úplne súhlasia“ alebo „súhlasia“.

**Výskyt:** Približne 70 % dievčat (67-71 %) a viac než 75 % chlapcov (76-80 %) si myslelo, že ich spolužiaci prijali takých, akí sú, pričom až 80 % chlapcov vo veku 11 rokov považovalo svojich spolužiakov za akceptujúcich.

**Rodové rozdiely:** Chlapci považovali svojich spolužiakov za akceptujúcich častejšie ako dievčatá (11-roční OR/CI: 1,6/1,24-2,02; 13-roční OR/CI: 1,5/1,25-1,90; 15-roční OR/CI: 1,5/1,18-1,96).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme nepotvrdili ani u chlapcov, ani u dievčat.

Obrázok 187: Vzťahy medzi spolužiakmi - spolužiaci sú akceptujúci (v %)



*Učiteľia sa slabším budú venovať viac, aby skôr a lepšie porozumeli učivu.*  
Dievča, 13 rokov.

## Vzťahy s učiteľmi – učiteľ ich akceptuje takých, akí sú

**Popis indikátora:** Prosím označ, ako veľmi súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcim vyjadrením o Tvojich učiteľoch.

Mám pocit, že ma môj/moja učiteľ/ka akceptuje takého/takú, aký/á som.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

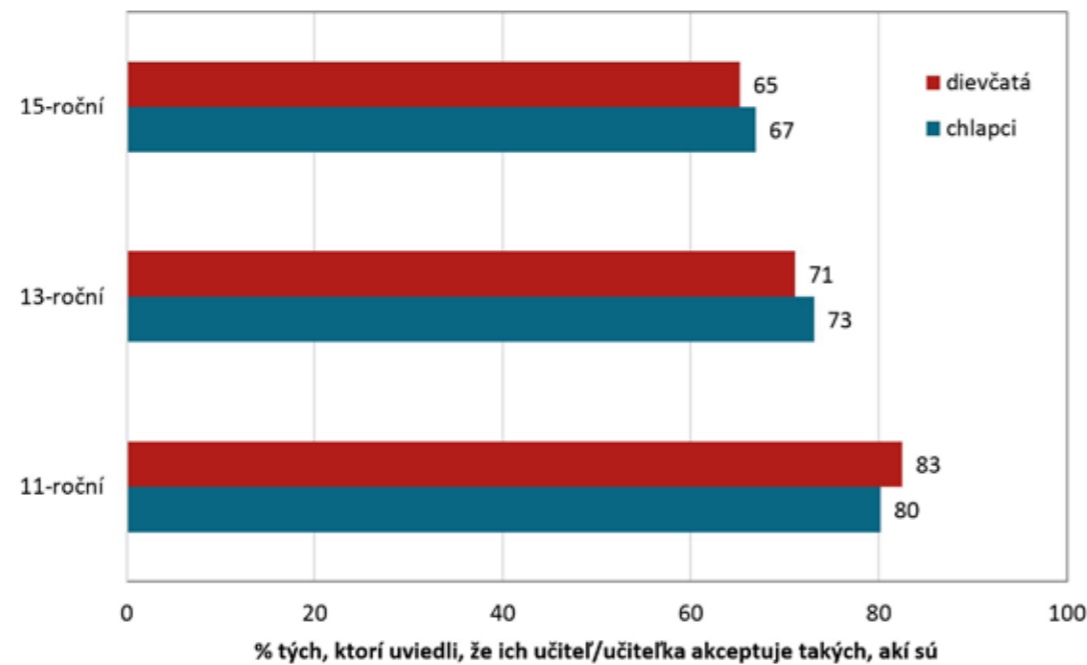
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že „úplne súhlasia“ alebo „súhlasia“.

**Výskyt:** Približne 80 % 11-ročných (80-83 %), viac než 70 % 13-ročných (71-73 %) a viac než 65 % 15-ročných školákov (65-67 %) si myslelo, že ich učiteľ akceptuje takých, akí sú.

**Rodové rozdiely:** V hodnotení učiteľov ako akceptujúcich sa chlapci a dievčatá nelíšili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky mali pocit, že ich učiteľ alebo učiteľka akceptuje takých, akí sú častejšie ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 2,0/1,56-2,57; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,3/1,08-1,68; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,5/1,95-3,24; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,3(1,05-1,65).

Obrázok 188: Vzťahy s učiteľmi - učiteľ ich akceptuje takých, akí sú (v %)



*Žiaci by si mali navzájom pomáhať, mali by fungovať ako kolektív. Tým, ktorým to ide horšie by mali chodiť na doučovanie alebo sa viac venovať škole.*

*Chlapec, 14 rokov.*

## Vzťahy s učiteľmi – učiteľom na nich záleží

**Popis indikátora:** Prosím označ, ako veľmi súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcim vyjadrením o Tvojich učiteľoch.

Mám pocit, že mojím učiteľom na mne ako na človeku záleží.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

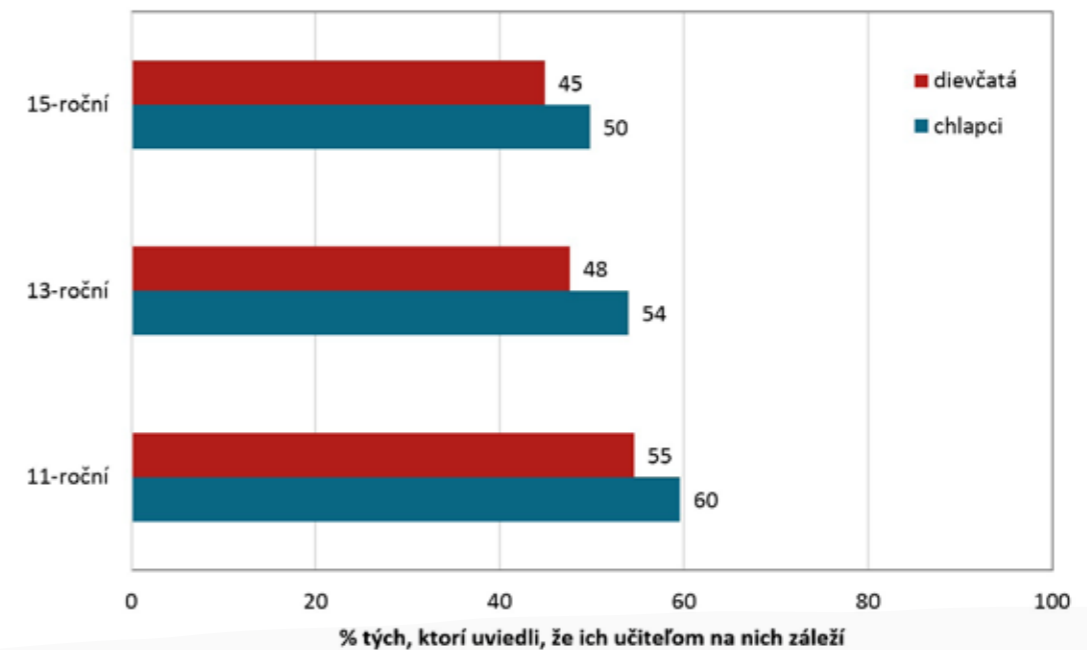
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že „úplne súhlasia“ alebo „súhlasia“.

**Výskyt:** Približne polovica školákov (45-60 %) mala pocit, že ich učiteľom na nich ako na človeku záleží. Vo veku 11 rokov si to myslelo 60 % chlapcov a 55 % dievčat, kým vo veku 15 rokov si to myslelo už iba 50 % chlapcov a 45 % dievčat.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 rokov mali pocit, že ich učiteľom na nich záleží častejšie ako dievčatá v tomto veku (13-roční OR/CI: 1,3/1,07-1,56).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** 11-roční školáci a školáčky mali pocit, že ich učiteľom na nich záleží častejšie ako 15-roční školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční školáci OR/CI: 1,5/1,19-1,84; 11-ročné vs. 15-ročné školáčky OR/CI: 1,5/1,19-1,84).

Obrázok 189: Vzťahy s učiteľmi – učiteľom na nich záleží (v %)



*Znamená to veľa, keď vidím, že učiteľovi nie som ľahostajný.*

*Chlapec, 14 rokov.*

## Vzťahy s učiteľmi – učiteľom môžu veľmi dôverovať

**Popis indikátora:** Prosím označ, ako veľmi súhlasíš alebo nesúhlasíš s nasledujúcim vyjadrením o Tvojich učiteľoch.

Cítim, že mojím učiteľom môžem veľmi dôverovať.

- Úplne súhlasím
- Súhlasím
- Ani súhlasím, ani nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Vôbec nesúhlasím

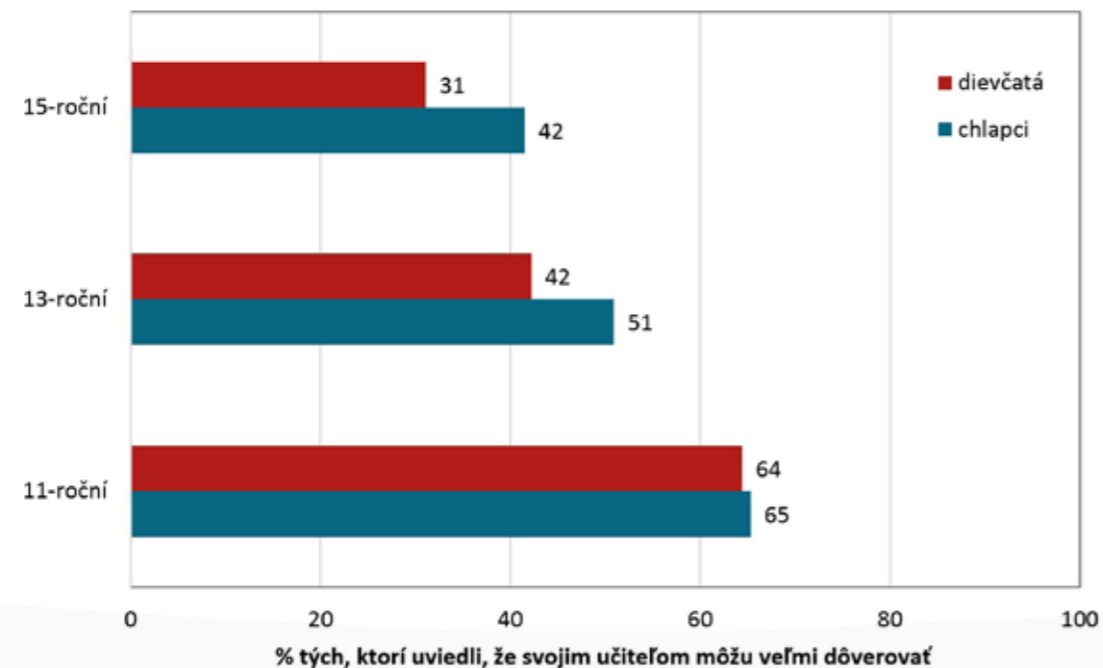
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že „úplne súhlasia“ alebo „súhlasia“.

**Výskyt:** Približne 65 % 11-ročných chlapcov i dievčat (64-65 %) si myslelo, že svojim učiteľom môže dôverovať, no vo veku 13 rokov svojim učiteľom dôverovala len polovica chlapcov (51 %) a 42 % dievčat a vo veku 15 rokov už len 42 % chlapcov a tretina dievčat (31 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 a 15 rokov si mysleli, že svojim učiteľom môžu dôverovať častejšie ako dievčatá v tomto veku (13-roční OR/CI: 1,4/1,17-1,71; 15-roční OR/CI: 1,6/1,24-2,00).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci si mysleli, že svojim učiteľom môžu dôverovať častejšie ako starší školáci (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 2,6/2,12-3,31; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,5/1,19-1,79; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 4,0/3,18-5,06; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,6/1,29-2,03).

Obrázok 190: Vzťahy s učiteľmi – učiteľom môžu veľmi dôverovať (v %)



*V škole sú učitelia naši druhí rodičia.  
Chlapec, 14 rokov.*

## Funkčná gramotnosť – ťažkosti s písaním

**Popis indikátora:** Mal si niekedy ťažkosti s písaním?

- Žiadne ťažkosti
- Nejaké ťažkosti
- Zreteľné ťažkosti

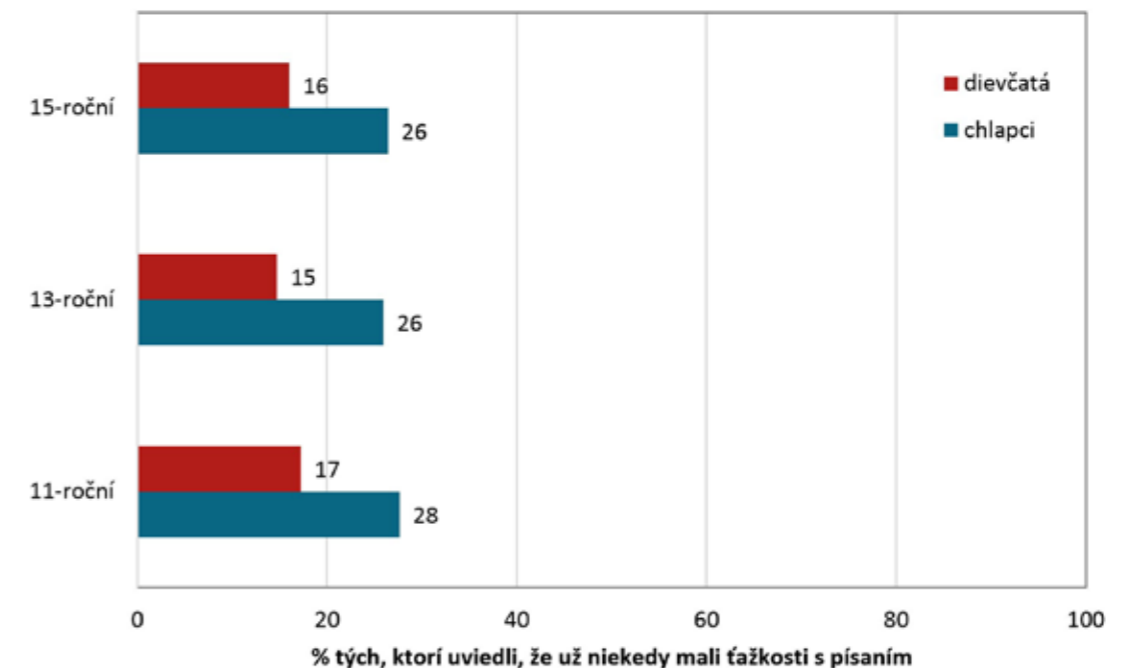
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že už mali nejaké ťažkosti s písaním.

**Výskyt:** Viac než štvrtina chlapcov (26-28 %) a menej ako pätina dievčat (15-17 %) už mala niekedy nejaké ťažkosti s písaním.

**Rodové rozdiely:** Chlapci mali niekedy nejaké ťažkosti s písaním častejšie ako dievčatá (11-roční OR/CI: 1,8/1,43-2,37; 13-roční OR/CI: 2,0/1,59-2,58; 15-roční OR/CI: 1,9/1,42-2,51).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami chlapcov a dievčat sme nepotvrdili.

Obrázok 191: Funkčná gramotnosť – ťažkosti s písaním (v %)





# Funkčná gramotnosť – ťažkosti s čítaním

**Popis indikátora:** Mal si niekedy ťažkosti čítaním?

- Žiadne ťažkosti
- Nejaké ťažkosti
- Zreteľné ťažkosti

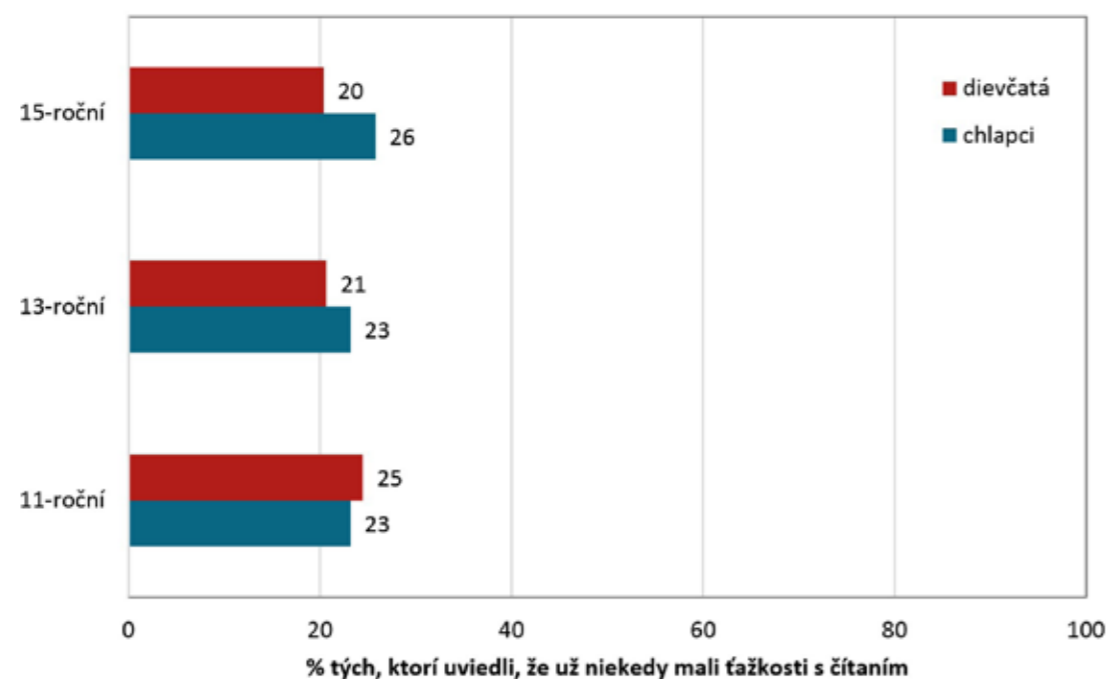
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že mali nejaké ťažkosti s čítaním.

**Výskyt:** Približne štvrtina chlapcov (23-26 %) a dievčat (20-25 %) mala niekedy nejaké ťažkosti s čítaním.

**Rodové rozdiely:** Iba chlapci vo veku 15 rokov mali niekedy nejaké ťažkosti s čítaním častejšie ako dievčatá (15-roční OR/CI: 1,36/1,03-1,78).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami chlapcov a dievčat sme nepotvrdili.

Obrázok 192: Funkčná gramotnosť – ťažkosti s čítaním (v %)



## Funkčná gramotnosť – ťažkosti s matematikou

**Popis indikátora:** Mal si niekedy ťažkosti s matematikou?

- Žiadne ťažkosti
- Nejaké ťažkosti
- Zreteľné ťažkosti

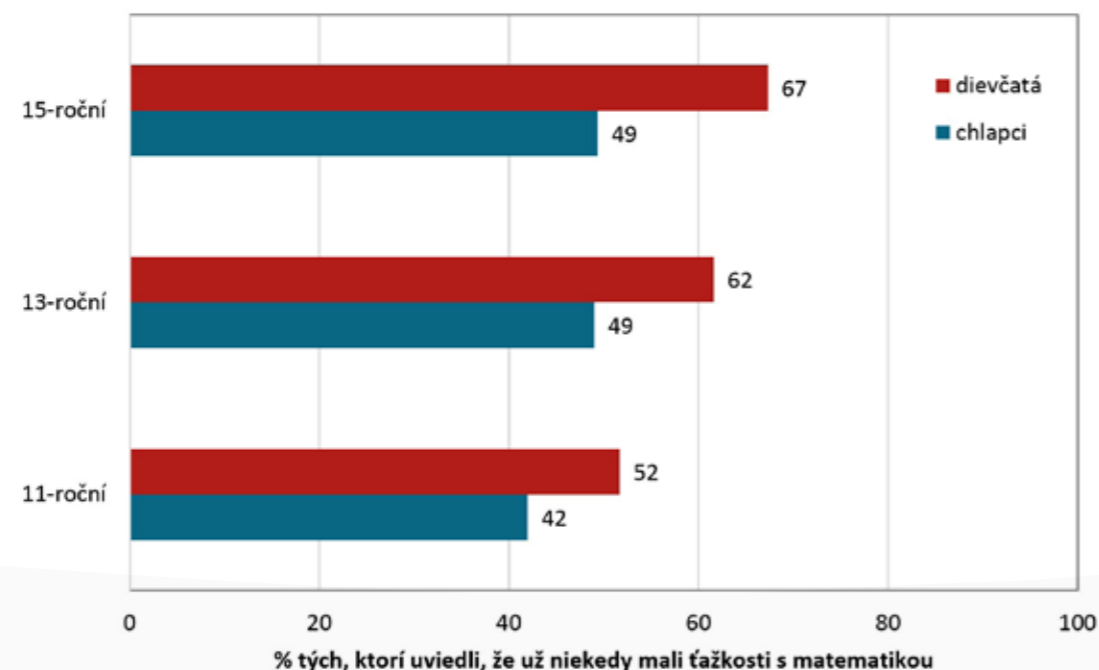
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že mali nejaké ťažkosti s matematikou.

**Výskyt:** Vo veku 11 rokov malo niekedy nejaké ťažkosti s matematikou 42 % chlapcov, no vo veku 13 a 15 rokov až 49 % chlapcov. Ešte vyšší výskyt bol v skupine dievčat: vo veku 11 rokov mala niekedy nejaké problémy s matematikou polovica dievčat (52 %), no vo veku 13 a 15 rokov to boli dve tretiny dievčat (62-67 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci mali niekedy nejaké ťažkosti s matematikou menej často ako dievčatá (11-roční OR/CI: 0,7/0,55-0,83; 13-roční OR/CI: 0,6/0,49-0,73; 15-roční OR/CI: 0,5/0,37-0,60).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky mali niekedy nejaké problémy s matematikou menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/0,60-0,92; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,5/0,42-0,65; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,8/0,62-0,97).

Obrázok 193: Funkčná gramotnosť – ťažkosti s matematikou (v %)



## Podpora a pomoc v príprave do školy – matka, alebo otec

**Popis indikátora:** Podporuje Ťa, pomáha Ti matka alebo otec s domácimi úlohami a prípravou do školy?

- Áno, pravidelne
- Áno, občas
- Nie

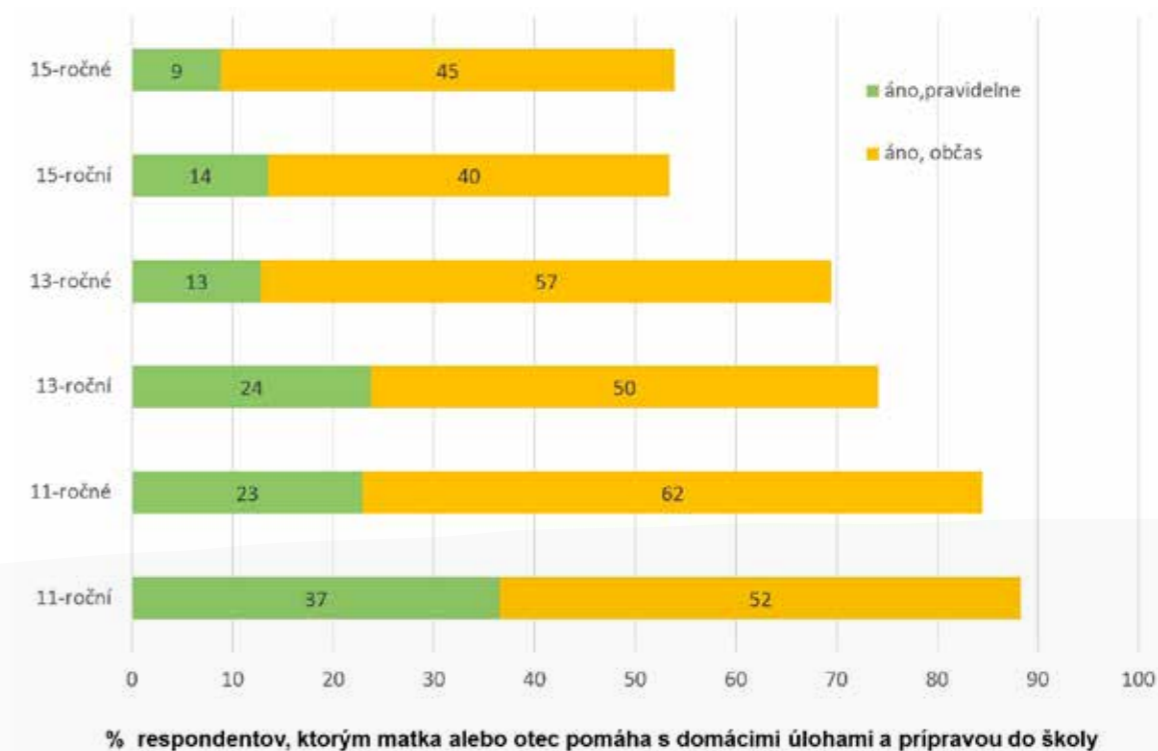
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli „Áno, pravidelne“ a „Áno, občas“. Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na školákov, ktorým nepomáhali a školákov, ktorým pomáhali občas alebo pravidelne.

**Výskyt:** Približne 50 % školákov vo všetkých vekových kategóriách uviedlo, že im rodičia občas pomáhajú v príprave do školy (45-62 %). Pravidelne pomáhali rodičia najviac 11-ročným (37 %) a 13-ročným (24 %) chlapcom, a tiež 11-ročným dievčatám (23 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapcom vo veku 11 a 13 rokov pomáhali rodičia občas alebo pravidelne o niečo častejšie ako dievčatám (11-roční OR/CI: 1,4/1,02-1,86; 13-roční OR/CI: 1,3/1,02-1,55),

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladším školákom a školáčkam pomáhali rodičia občas alebo pravidelne častejšie ako starším školákom a školáčkam (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 6,6/4,97-8,74; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 2,5/2,01-3,10; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá: OR/CI: 4,7/3,61-6,06; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,0/1,56-2,43).

Obrázok 194: Podpora a pomoc v príprave do školy - matka alebo otec (v %)



## Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto zo starých rodičov

**Popis indikátora:** Podporuje Ťa, pomáha Ti niekto zo starých rodičov s domácimi úlohami a prípravou do školy?

- Áno, pravidelne
- Áno, občas
- Nie

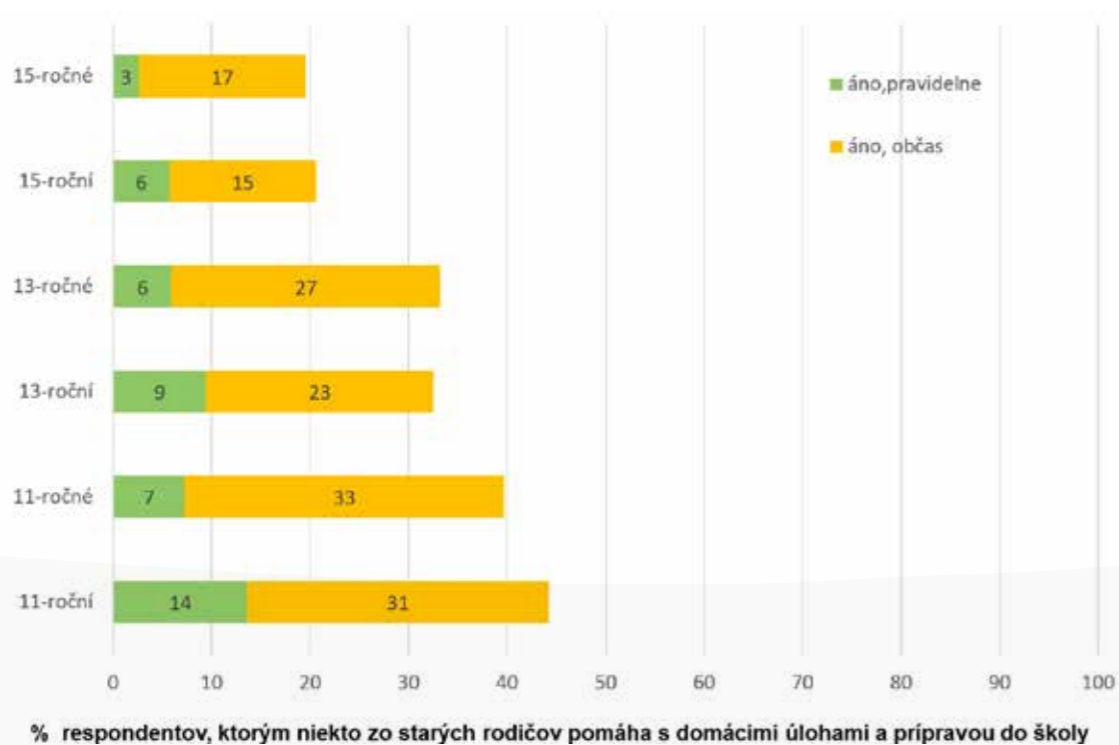
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli „Áno, pravidelne“ a „Áno, občas. Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na školákov, ktorým nepomáhali a školákov, ktorým pomáhali občas alebo pravidelne.

**Výskyt:** Tretina 11-ročných (31-33 %), štvrtina 13-ročných (23-27 %) a menej ako pätina 15-ročných školákov a školáčok (15-17 %) uviedli, že im občas v príprave do školy pomáha niekto zo starých rodičov. Starí rodičia pravidelne pomáhali s domácimi úlohami a prípravou do školy 14 % chlapcov vo veku 11 rokov, 7 % dievčat vo veku 11 rokov, no až 9 % chlapcov vo veku 13 rokov.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely v podpore a pomoci v príprave do školy od niektorého zo starých rodičov sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladším školákom a školáčkam občas alebo pravidelne pomáhali starí rodičia častejšie ako starším školákom a školáčkam (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 3,1/2,38-3,91; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,9/1,46-2,37; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá: OR/CI: 2,7/2,11-3,53; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 2,1/1,60-2,67).

Obrázok 195: Podpora a pomoc v príprave do školy – starí rodičia (v %)



## Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto zo súrodencov

**Popis indikátora:** Podporuje Ťa, pomáha Ti niekto zo súrodencov s domácimi úlohami a prípravou do školy?

- Áno, pravidelne
- Áno, občas
- Nie

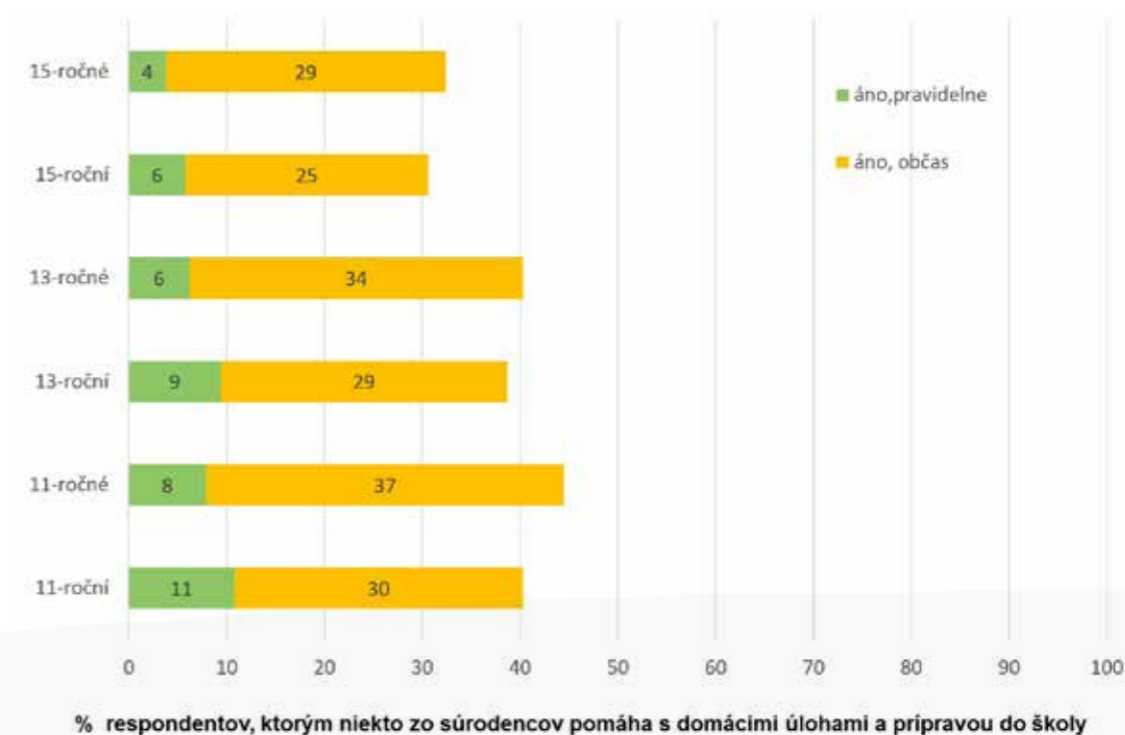
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli „Áno, pravidelne“ a „Áno, občas. Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na školákov, ktorým nepomáhali a školákov, ktorým pomáhali občas alebo pravidelne.

**Výskyt:** Približne tretina školákov (25-37 %) uviedla, že im občas v príprave do školy pomáhal niekto zo súrodencov. Pravidelne pomáhal niekto zo súrodencov najčastejšie 11-ročným (11 %) a 13-ročným (9 %) chlapcom.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely v podpore a pomoci v príprave do školy od niektorého zo súrodencov sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladším chlapcom aj dievčatám pomáhali súrodenci občas alebo pravidelne častejšie ako starším (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,5/1,21-1,92; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,4/1,15-1,78; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá: OR/CI: 1,7/1,32-2,10; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,4/1,12-1,76).

Obrázok 196: Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto zo súrodencov (v %)



## Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto iný z rodiny

**Popis indikátora:** Podporuje Ťa, pomáha Ti niekto iný z rodiny s domácimi úlohami a prípravou do školy?

- Áno, pravidelne
- Áno, občas
- Nie

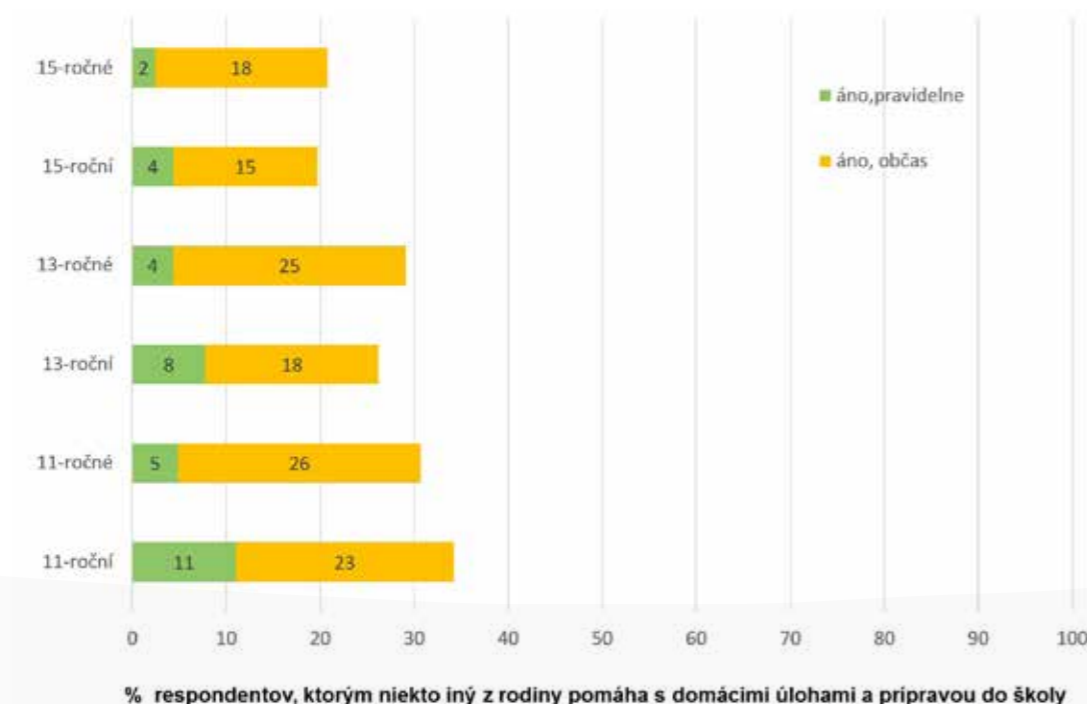
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli „Áno, pravidelne“ a „Áno, občas. Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na školákov, ktorým nepomáhali a školákov, ktorým pomáhali občas alebo pravidelne.

**Výskyt:** Štvrtina 11-ročných a 13-ročných dievčat (25-26 %), pätina 11-ročných a 13-ročných chlapcov a 15-ročných dievčat (18-23 %) a 15 % 15-ročných chlapcov uviedlo, že im občas v príprave do školy pomáha niekto iný z rodiny. Pravidelne pomáhal niekto iný z rodiny najčastejšie 11-ročným (11 %) a 13-ročným (8 %) chlapcom.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely v podpore a pomoci v príprave do školy od niekoho iného z rodiny sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladším chlapcom aj dievčatám pomáhal niekto iný z rodiny častejšie ako starším (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 2,1/1,63-2,72; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 1,5/1,13-1,86; 11-ročné vs. 15-ročné dievčatá: OR/CI: 1,7/1,30-2,19; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 1,6/1,21-2,01).

Obrázok 197: Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto iný z rodiny (v %)



## Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto dospelý z mojej školy

**Popis indikátora:** Podporuje Ťa, pomáha Ti niekto dospelý z tvojej školy s domácimi úlohami a prípravou do školy?

- Áno, pravidelne
- Áno, občas
- Nie

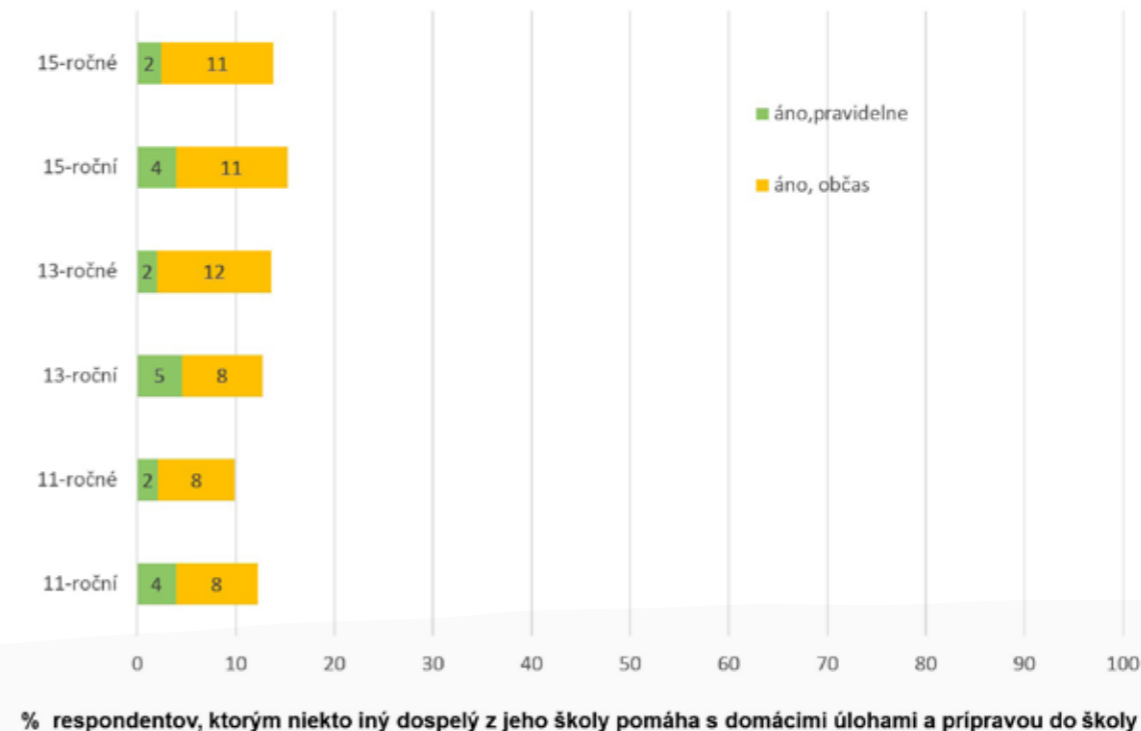
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli „Áno, pravidelne“ a „Áno, občas. Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na školákov, ktorým nepomáhali a školákov, ktorým pomáhali občas alebo pravidelne.

**Výskyt:** Menej ako 12 % školákov a školáčok uviedlo, že im v príprave do školy občas pomáha niekto dospelý z ich školy (8-12 %). Menej ako 5 % školákov a školáčok uviedlo, že im v príprave do školy pomáha niekto dospelý zo školy pravidelne.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely v podpore a pomoci v príprave do školy od niekoho dospelého zo školy sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladším dievčatám pomáhali dospelí zo školy menej často ako starším (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá: OR/CI: 0,7/0,48-0,96).

Obrázok 198: Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto dospelý z mojej školy (v %)



## Podpora a pomoc v príprave do školy – iný dospelý mimo rodiny

**Popis indikátora:** Podporuje Ťa, pomáha Ti niekto dospelý mimo rodiny s domácimi úlohami a prípravou do školy?

- Áno, pravidelne
- Áno, občas
- Nie

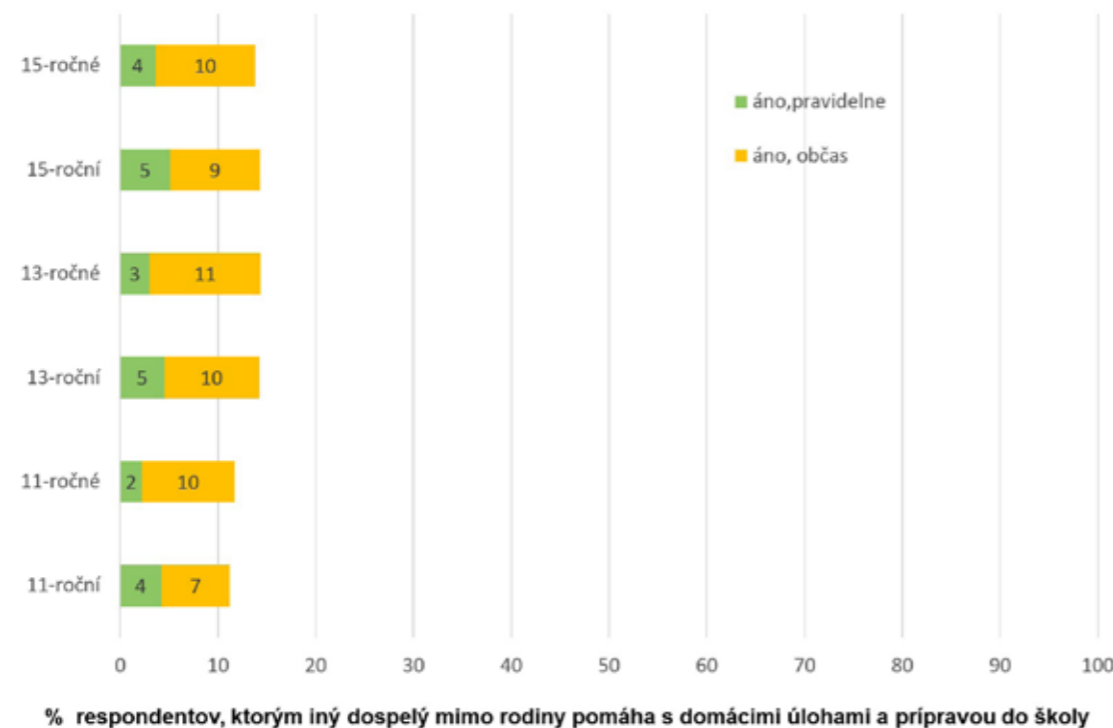
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli „Áno, pravidelne“ a „Áno, občas“. Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na školákov, ktorým nepomáhali a školákov, ktorým pomáhali občas alebo pravidelne.

**Výskyt:** Približne 10 % všetkých školákov a školáčok (7-11 %) uviedlo, že im občas niekto iný dospelý mimo rodiny pomáha s prípravou do školy. Pravidelne pomáhal niekto iný dospelý mimo rodiny menej ako 5 % školákov.

**Rodové rozdiely:** Rodové rozdiely v podpore a pomoci v príprave do školy od iného dospelého mimo rodiny sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Vekové rozdiely v podpore a pomoci v príprave do školy od iného dospelého mimo rodiny sme nepotvrdili.

Obrázok 199: Podpora a pomoc v príprave do školy – iný dospelý mimo rodiny (v %)



## Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto z mojich kamarátov, rovesníkov

**Popis indikátora:** Podporuje Ťa, pomáha Ti niekto z tvojich kamarátov s domácimi úlohami a prípravou do školy?

- Áno, pravidelne
- Áno, občas
- Nie

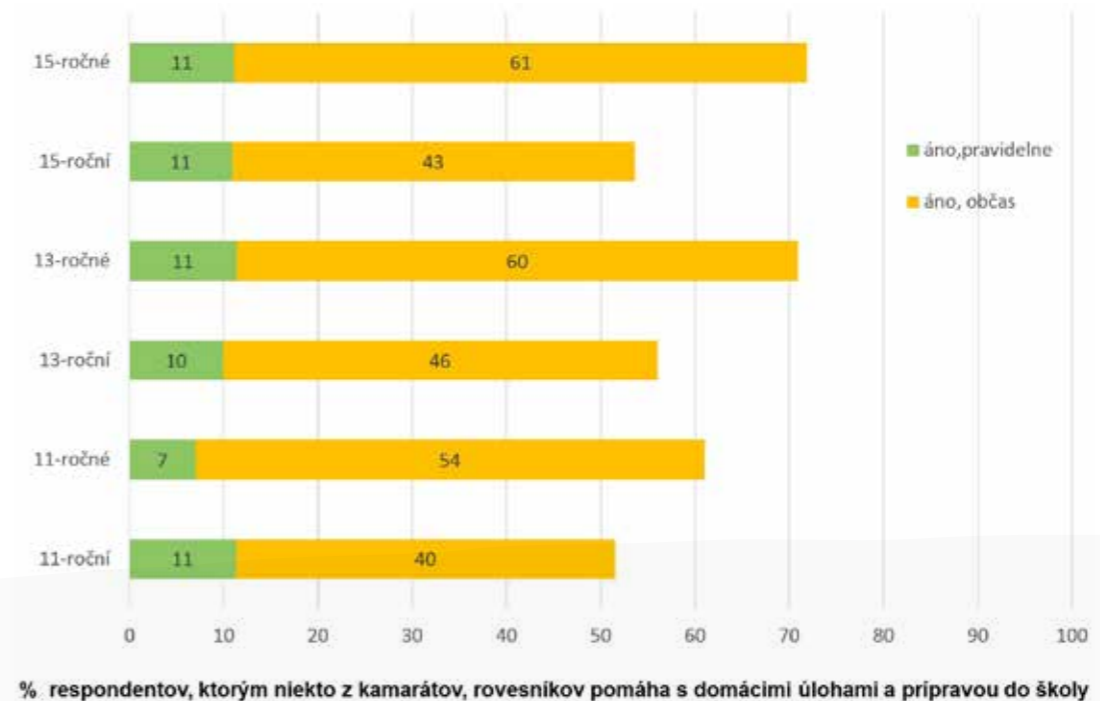
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli „Áno, pravidelne“ a „Áno, občas“. Pre zhodnotenie rodových a vekových rozdielov boli skupiny rozdelené na školákov, ktorým nepomáhali a školákov, ktorým pomáhali občas alebo pravidelne.

**Výskyt:** Dve pätiny školákov (40-43 %) a takmer dve tretiny školáčok (54-61 %) uviedlo, že im občas niekto z kamarátov pomáha v príprave do školy. Pravidelne pomáhal v príprave do školy niekto z kamarátov približne 10 % školákov (7-11 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapcom pomáhali kamaráti menej často ako dievčatám (11-roční OR/CI: 0,7/0,55-0,84; 13-roční OR/CI: 0,5/0,43-0,64; 15-roční: OR/CI: 0,5/0,35-0,58).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladším dievčatám pomáhali kamaráti menej často ako starším (11-ročné vs. 15-ročné dievčatá: OR/CI: 0,6/0,48-0,78). Rozdiely medzi vekovými skupinami chlapcov sme nepotvrdili.

Obrázok 200: Podpora a pomoc v príprave do školy – niekto z tvojich kamarátov, rovesníkov (v %)



## Školské prostredie podporujúce prípravu do školy / využívanie

**Popis indikátora:** Je v škole miestnosť, kde si žiaci môžu robiť domáce úlohy a pripravovať sa do školy?

- Áno
- Nie

Využil si túto miestnosť v uplynulom roku na prípravu do školy, robenie domácich úloh?

- Áno, využívam ju pravidelne
- Áno, využívam ju občas
- Nie, nevyužívam ju

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že ich škola má miestnosť na robenie domácich úloh a prípravu do školy a výskyt školákov, ktorí mali takúto miestnosť k dispozícii a využívali ju občas alebo pravidelne.

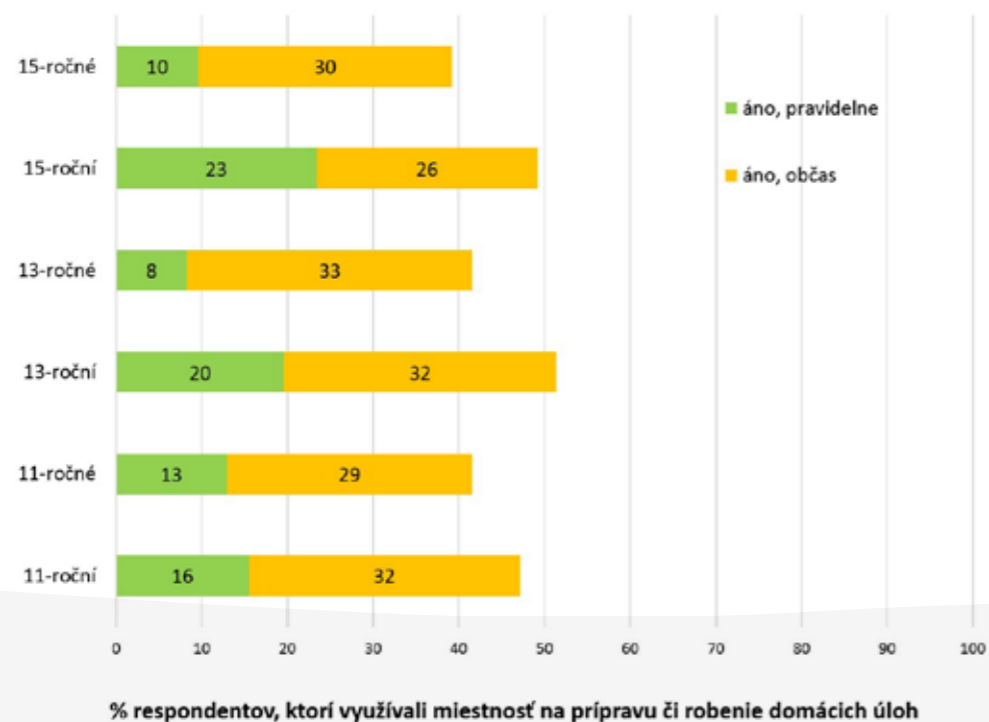
**Výskyt:** Štvrtina školákov uviedla, že na škole majú miestnosť, kde si žiaci môžu robiť domáce úlohy a pripravovať sa do školy, no viac ako polovica z nich ju nevyužíva.

Občas ju využívala tretina všetkých školákov (26 %-32 %). Pravidelne túto miestnosť využívali menej mladší školáci vo veku 11 rokov (15 %) a ešte menej dievčatá vo veku 13 aj 15 rokov. No až 20 % chlapcov vo veku 13 rokov a 23 % chlapcov vo veku 15 rokov túto miestnosť využívalo pravidelne.

**Rodové rozdiely:** Iba chlapci vo veku 13 rokov využívali častejšie túto miestnosť ako dievčatá (13-roční OR/CI: 1,5/1,01-2,17).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami chlapcov a dievčat sme nepotvrdili.

Obrázok 201: Využívanie školského prostredia podporujúceho prípravu do školy (v %)



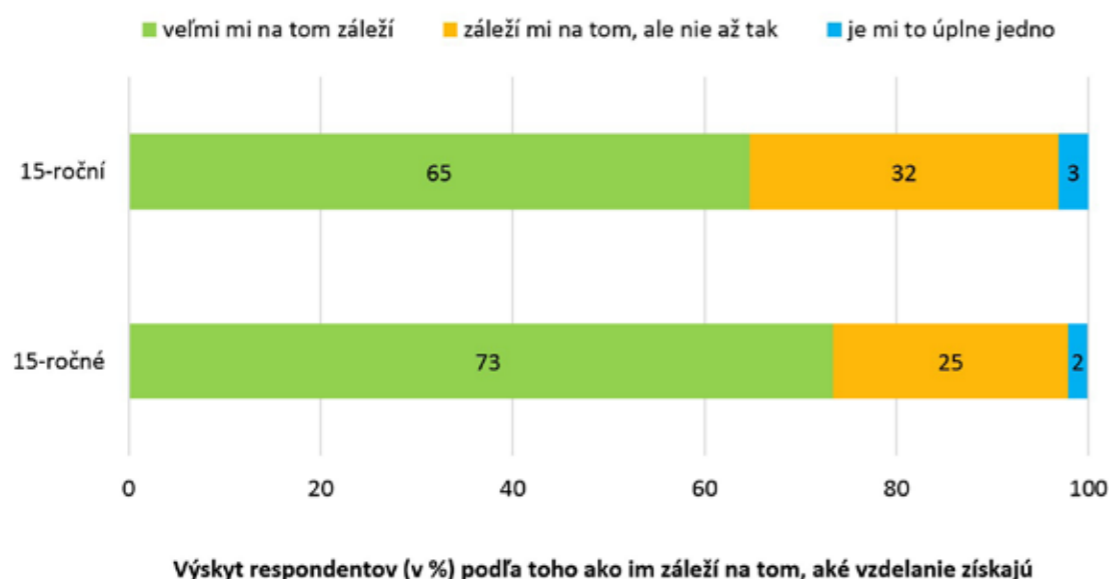
## Postoj k vzdelaniu

**Popis indikátora:** Záleží Ti na tom, aké vzdelanie získaš?

- Veľmi mi na tom záleží
- Záleží mi na tom, ale nie až tak
- Je mi to úplne jedno

Na túto otázku odpovedali iba 15-roční respondenti. Pre zhotovenie rodových rozdielov boli skupiny rozdelené na školákov, ktorým na tom, aké vzdelanie získajú veľmi záleží a tých, ktorým na tom záleží, ale nie až tak, alebo im to je úplne jedno.

Obrázok 202: Postoj k vzdelaniu (v %)



**Výskyt:** Drvivaj väčšine 15-ročných školákov a školáčok záleží na tom, aké vzdelanie získajú, pričom 73 % dievčat a 65 % chlapcov uviedlo, že im na tom, aké vzdelanie získajú veľmi záleží.

**Rodové rozdiely:** Chlapci uvádzali, že im na vzdelaní veľmi záleží menej často ako dievčatá (15-roční OR/CI: 0,7/0,52-0,86).

## Ašpirácie

**Popis indikátora:** Čo si myslíš, že budeš robiť po ukončení strednej školy?

- Budem asi nezamestnaný
- Budem pokračovať v štúdiu
- Zamestnám sa, alebo budem podnikateľ
- Budem si hľadať prácu v zahraničí
- Vydám sa a ostanem v domácnosti
- Nemám predstavu
- Iné

Na túto otázku odpovedali iba 15-roční respondenti. Prezentovaný je výskyt školákov za každú alternatívu. Pre zhotovenie rodových rozdielov sme porovnali tých, čo budú pokračovať po skončení školy v štúdiu s ostatnými, tých čo sa zamestnajú, alebo budú podnikateľ s ostatnými a tých čo si budú hľadať prácu v zahraničí s ostatnými.

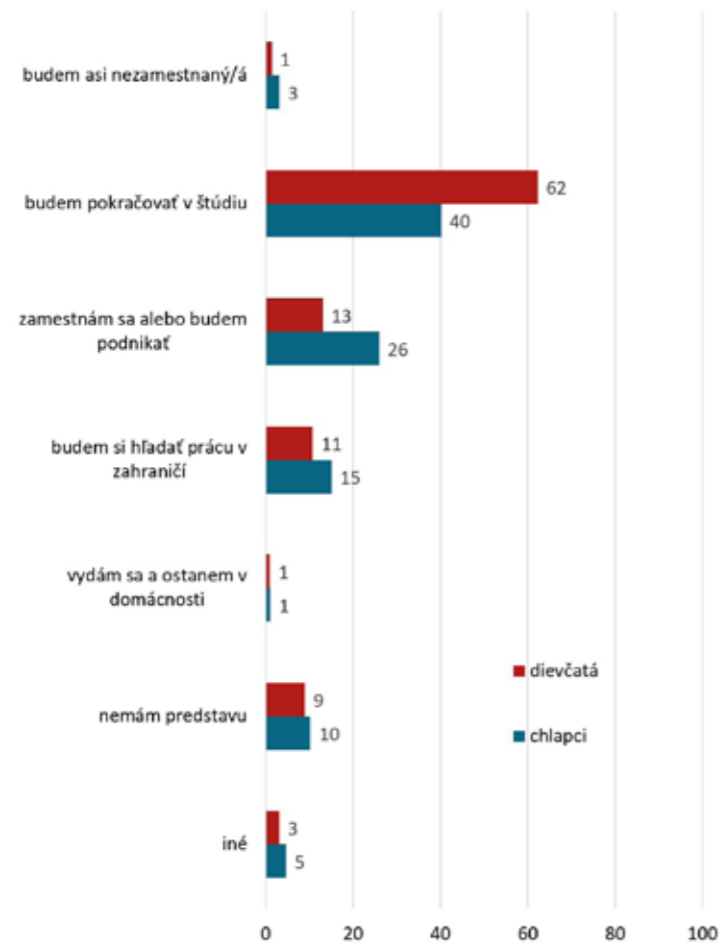
**Výskyt:** 62 % dievčat a 40 % chlapcov uviedlo, že bude po ukončení strednej školy pokračovať v štúdiu. 26 % chlapcov a 13 % dievčat uviedlo, že sa plánuje zamestnať alebo podnikateľ, až 15 % chlapcov a 11 % dievčat označilo, že si bude hľadať prácu v zahraničí. 10 % školákov nemalo jasnú predstavu o svojej budúcnosti po skončení strednej školy, 5 % chlapcov a 3 % dievčat uviedli, že budú robiť niečo iné, len 3 % chlapcov a 1 % dievčat si myslelo, že budú nezamestnaní a napokon len 1 % školákov si myslelo, že sa po skončení strednej školy vydá a ostane v domácnosti.

**Rodové rozdiely:** Chlapci uvádzali, že budú pokračovať po skončení školy v štúdiu menej často ako dievčatá (OR/CI: 0,4/0,32-0,52).

Chlapci uvádzali, že sa zamestnajú alebo budú po skončení školy podnikateľ častejšie ako dievčatá (OR/CI: 2,4/1,72-3,20).

Chlapci uvádzali, že si budú po skončení školy hľadať prácu v zahraničí častejšie ako dievčatá (OR/CI: 1,5/1,03-2,09).

Obrázok 203: Ašpirácie (v %)



Čo si myslíš, že budeš robiť po ukončení strednej školy?

## Neospravedlnené absencie v škole

**Popis indikátora:** Stalo sa Ti za posledných 12 mesiacov, že si nebol/a v škole bez riadneho ospravedlnenia najmenej celý jeden deň?

- Nikdy
- Raz alebo dvakrát
- Trikrát a viac

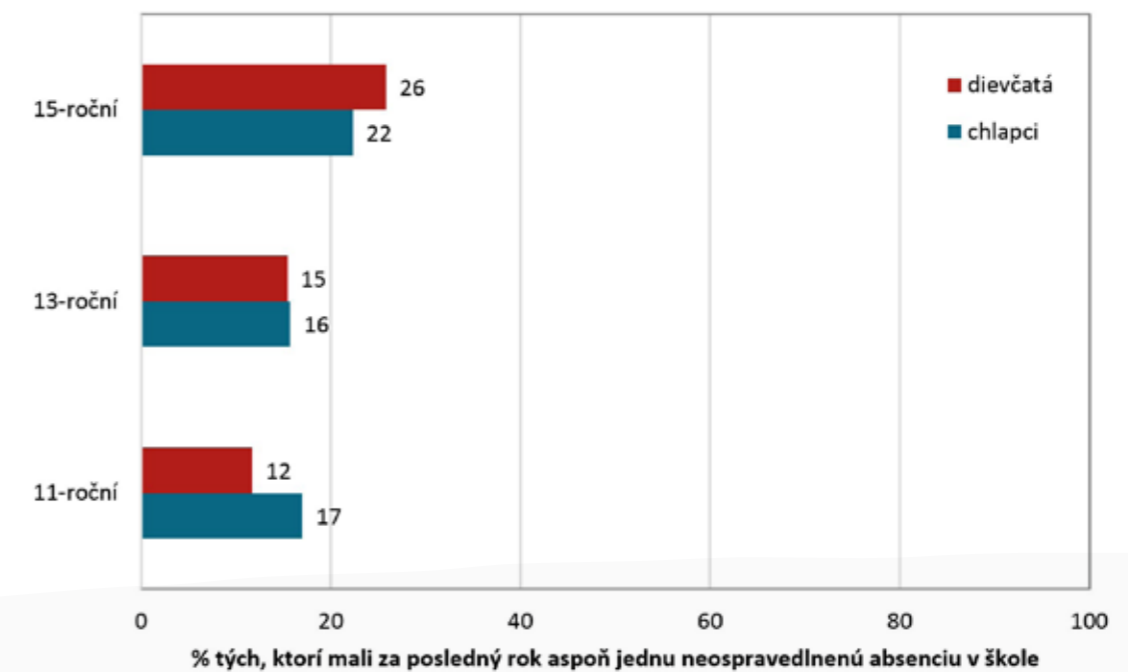
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že aspoň raz neboli v škole bez riadneho ospravedlnenia.

**Výskyt:** Až 17 % chlapcov a 12 % dievčat vo veku 11 rokov uviedlo, že neboli v škole bez riadneho ospravedlnenia aspoň raz za uplynulý rok. Vo veku 13 rokov nebolo v škole bez riadneho ospravedlnenia približne 15 % dievčat a 16 % chlapcov a vo veku 15 rokov skoro štvrtina školákov (22-26 %).

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 11 rokov neboli v škole bez riadneho ospravedlnenia aspoň raz častejšie ako dievčatá v tomto veku (11-roční OR/CI: 1,5/1,14-2,10).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší školáci a školáčky neboli v škole bez riadneho ospravedlnenia menej často ako starší školáci a školáčky (11-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,7/0,54-0,94; 13-roční vs. 15-roční chlapci OR/CI: 0,6/0,50-0,84; 11-ročné vs 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,4/0,28-0,51; 13-ročné vs. 15-ročné dievčatá OR/CI: 0,5/0,40-0,68).

Obrázok 204: Neospravedlnené absencie v škole (v %)





## Opakovanie ročníka

**Popis indikátora:** Opakoval si niekedy ročník v škole?

- Nie
- Áno, raz
- Áno, niekoľkokrát

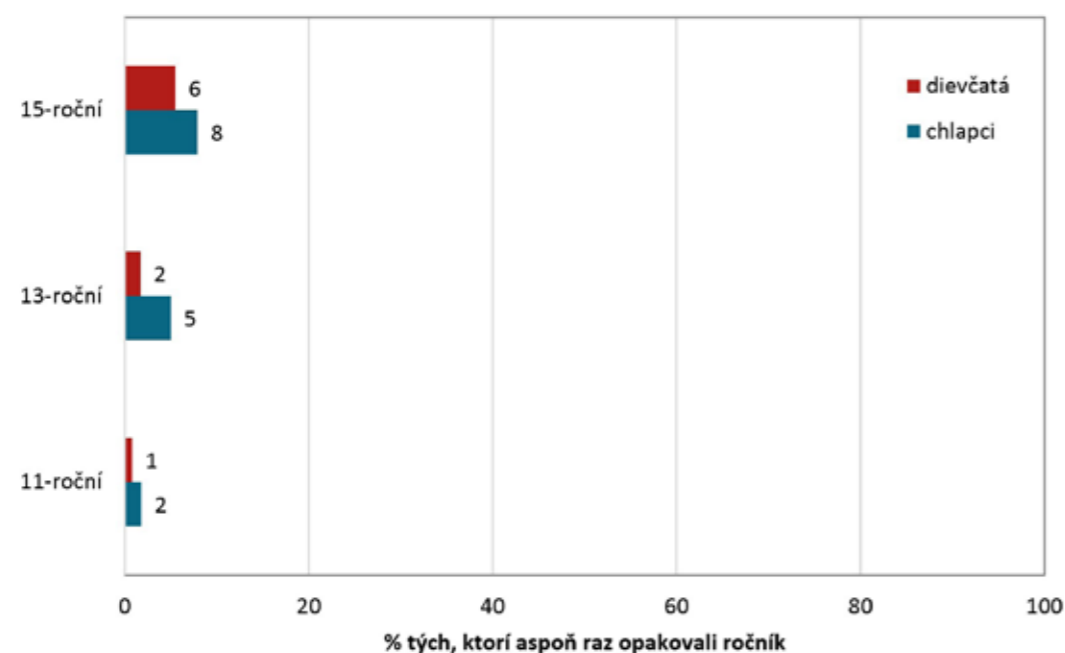
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že už niekedy opakovali ročník (aspoň raz).

**Výskyt:** Menej ako 2 % školákov a školáčok vo veku 11 rokov opakovalo niekedy ročník, ale vo veku 15 rokov túto skúsenosť už malo 6 % dievčat a 8 % chlapcov.

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13 rokov uviedli, že niekedy opakovali ročník častejšie ako dievčatá v tomto veku (13-roční OR/CI: 3,1/1,70-5,75).

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme pre nízky počet školákov v jednotlivých kategóriach neoverovali.

Obrázok 205: Opakovanie ročníka (v %)



## Zdravotná gramotnosť

**Popis indikátora:** Zdravotnú gramotnosť sme hodnotili dotazníkom HLSAC (Health Literacy among School-Aged Children), ktorý pozostáva z desiatich položiek, na ktoré žiaci odpovedajú škálou:

- Vôbec nie je pravda
- Nie tak celkom pravda
- Trochu pravda
- Úplná pravda

Z odpovedí na desať položiek sa počíta súčet bodov od 1 (vôbec nie je pravda) do 4 (úplná pravda). Úroveň zdravotnej gramotnosti je klasifikovaná tak, že spadá do troch skupín:

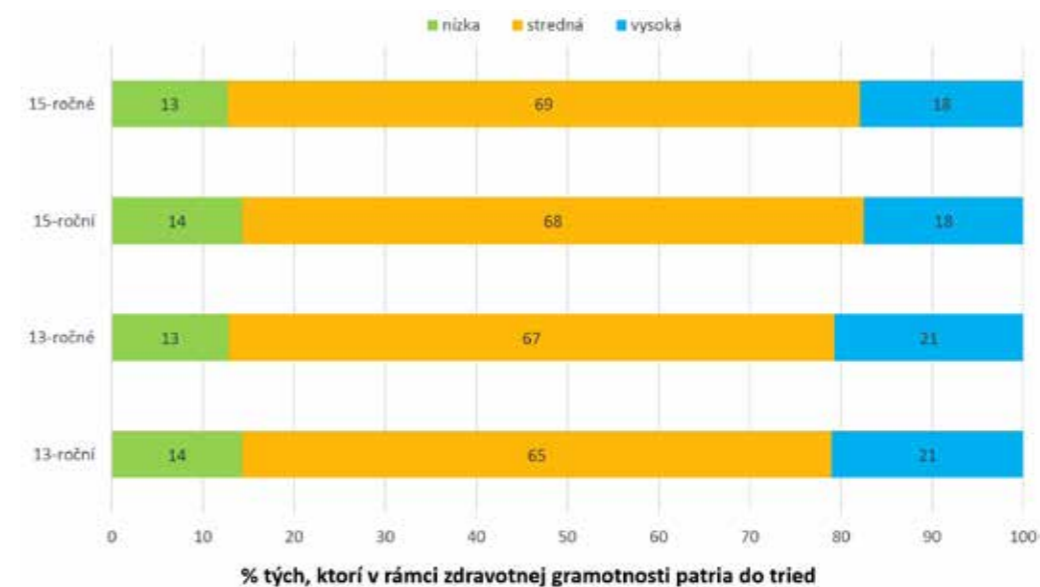
- » (1) nízka (skóre 10-25)
- » (2) stredná (skóre 26-35)
- » (3) vysoká (skóre 36-40).

**Výskyt:** Päťina školákov vo veku 13 a 15 rokov mala vysokú mieru zdravotnej gramotnosti (18-21 %), ale 13 % až 14 % školákov malo naopak nízku mieru zdravotnej gramotnosti.

**Rodové rozdiely:** Rozdiely medzi chlapcami a dievčatami sme nepotvrdili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami chlapcov a dievčat sme nepotvrdili.

Obrázok 206: Zdravotná gramotnosť (v %)



# Témy, ktoré zaujímajú mladých ľudí

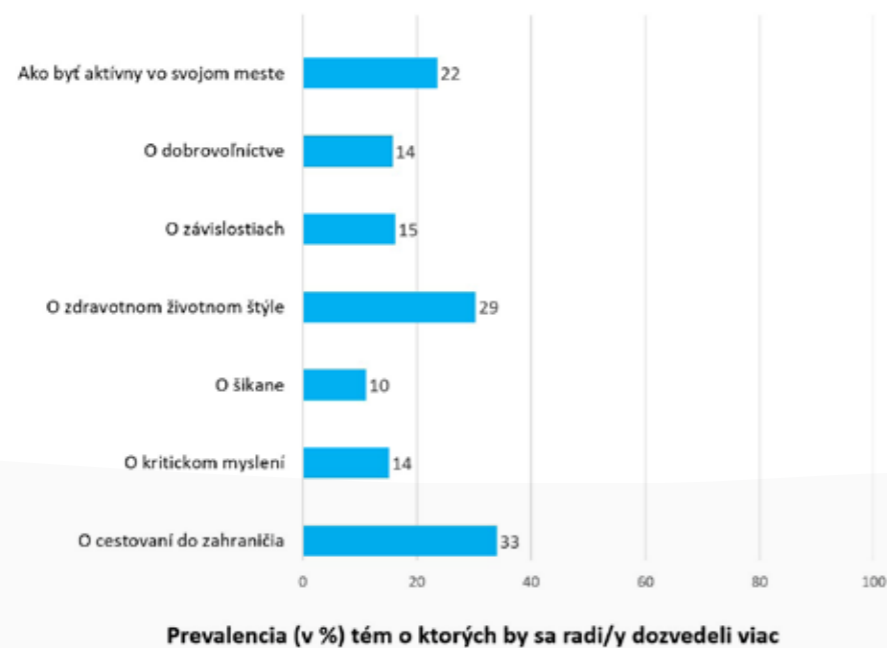
**Popis indikátora:** O ktorej z uvedených tém, by si sa rád dozvedel viac?

- Ako byť aktívny vo svojom meste (čo môžeš spraviť pre to, aby sa mladým ľuďom v tvojom meste žilo lepšie)
- O dobrovoľníctve (ako byť dobrovoľníkom a aké máš príležitosti)
- O závislostiach (na drogách, internete, mobilnom telefóne a iné)
- O zdravom životnom štýle (ako žiť tak, aby si sa cítil dobre psychicky aj fyzicky)
- O šikane (ako ju rozpoznať a ako seba alebo niekoho iného pred ňou ochrániť)
- O kritickom myslení (ako vedieť rozlíšiť užitočné informácie od zbytočných)
- O cestovaní do zahraničia (o mládežníckych programoch, ktoré to umožňujú)
- Iné – uveď, témy

Prezentovaný je výskyt školákov za každú alternatívu.

**Výskyt:** Približne tretina školákov uviedla, že by sa chcela dozvedieť viac o cestovaní a zdravom životnom štýle a každý piaty školák uviedol, že by chcel vedieť ako byť aktívny vo svojom meste. Asi 15 % školákov uviedlo, že by chcelo vedieť viac o závislostiach (drogy, internet, mobilný telefón), o kritickom myslení a dobrovoľníctve. Školákov najmenej zaujímala téma o šikanovaní, len 10 % z nich označilo, že by sa chcelo dozvedieť o tejto téme viac.

Obrázok 207: Témy, ktoré zaujímajú mladých ľudí (v %)



# Seberealizácia

**Popis indikátora:** Seberealizácia znamená venovať sa niečomu, čo Ťa baví a získavať pritom nové skúsenosti, ktoré ti neskôr môžu pomôcť. Čo z možností nižšie by Ťi vyhovovalo v Tvojej seberealizácii.

- Viac sa v téme, ktorá ma zaujíma vzdelávať aj mimo školy (rôzne neformálne workshopy, školenia pre mladých a pod.)
- Môcť navštevovať priestor/otvorený klub na stretávanie sa s inými mladými (kde sa môžeš stretávať s inými mladými ľuďmi a venovať sa napr. dobrovoľníctvu alebo iným aktivitám, alebo nič nerobiť, len tak tam byť a pod.)
- Záujmové krúžky
- Priestor na športové aktivity
- Získavať informácie na akciách - Informačné dni (Dni otvorených dverí), workshopy (tvorivé dielne), tematické stretnutia (napríklad so zaujímavými ľuďmi ako rečníkmi a pod.)
- Zúčastňovať sa na kultúrnych akciách – koncerty, divadlá, výstavy
- Nové informácie o príležitostiach vycestovať do zahraničia v rámci mládežníckych programov (mládežnícke výmeny, dobrovoľnícka služba, tábory...)
- Iné – uveď, témy

Prezentovaný je výskyt školákov za každú alternatívu.

**Výskyt:** Štvrtina školákov videlo vzdelávanie mimo školy (workshopy, školenia pre mladých) a športové aktivity ako vhodnú formu seberealizácie. Každý piaty školák označil, že by si vybral ako formu seberealizácie záujmové krúžky, kultúrne akcie a cestovanie do zahraničia v rámci mládežníckych programov. O niečo menej školákov videlo informačné dni, či tematické dni (17 %), ale aj možnosť stretávať sa s mladými ľuďmi v rámci klubov (15 %) ako vhodnú formu seberealizácie.

*Pre mňa znamená byť spokojný, že niečo dokážem, niečo spravím a bude to dobré.  
Chlapec, 14 rokov.*

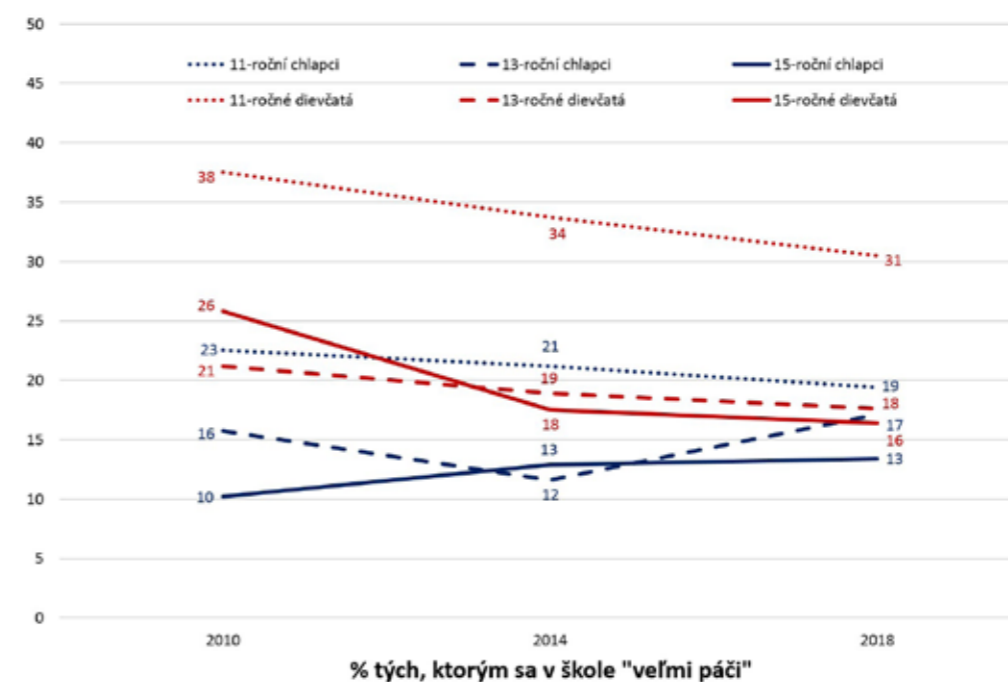
Obrázok 208: Formy seberealizácie (v %)



## Trendy 2010 – 2014 – 2018

### Spokojnosť so školou

Obrázok 209: Spokojnosť so školou – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní hodnotenia spokojnosti so školou školákmi medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 sme zistili najskôr pokles u 13-ročných chlapcov a 15-ročných dievčat medzi rokmi 2010 a 2014, a následne nárast u 13-ročných chlapcov medzi

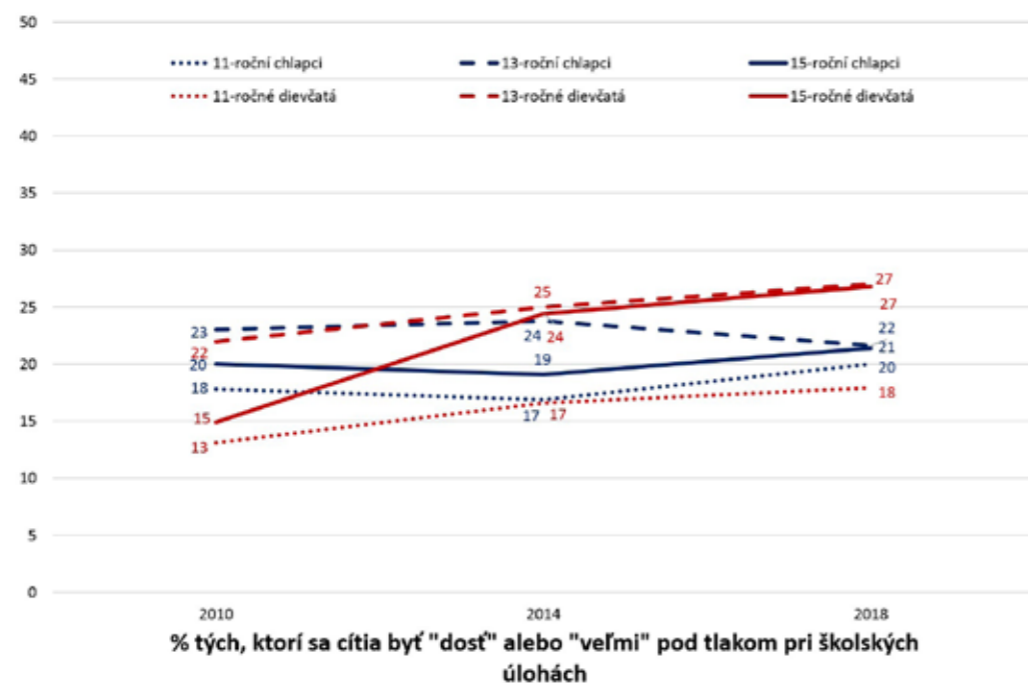
rokmi 2014 a 2018. Dlhodobé porovnanie medzi rokmi 2010 a 2018 ukázalo štatisticky významný pokles v spokojnosti so školou u 11 a 15-ročných dievčat.

Tabuľka 40: Spokojnosť so školou – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	↓	=	=	=	↓
2014 vs. 2018	=	↑	=	=	=	=
2010 vs. 2018	=	=	=	↓	=	↓

## Stres v škole

Obrázok 210: Stres v škole – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní výskytu stresu v škole medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 sme zistili nárast u 15-ročných dievčat v rokoch 2010 až 2014, ako i nárast u 11-ročných chlapcov v rokoch 2014 až 2018.

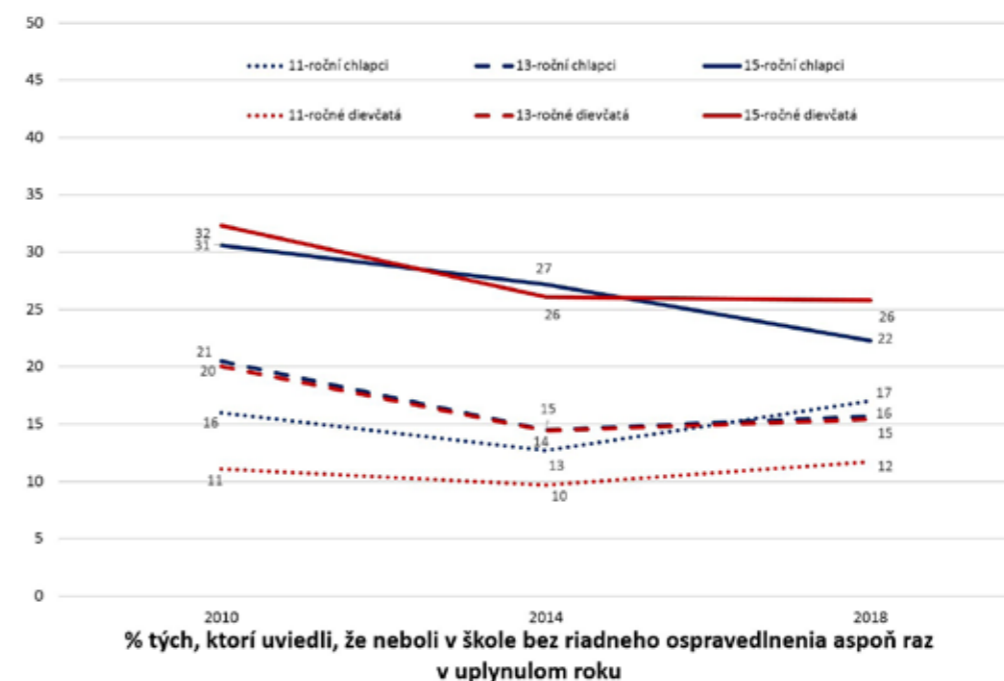
Dlhodobé porovnanie medzi rokmi 2010 a 2018 ukázalo negatívny trend u dievčat, a síce štatisticky významný nárast výskytu stresu v škole vo všetkých vekových kategóriách.

Tabuľka 41: Stres v škole – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	=	=	=	=	↑
2014 vs. 2018	↑	=	=	=	=	=
2010 vs. 2018	=	=	=	↑	↑	↑

## Neospravedlnené absencie

Obrázok 211: Neospravedlnené absencie – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018 (v %)



Pri porovnaní výskytu neospravedlnených absencií u školákov medzi rokmi 2010, 2014 a 2018 sme zistili najskôr pokles u 13-ročných školákov a 15-ročných dievčat v rokoch 2010 a 2014 a následný nárast u 11-ročných chlapcov, ale pokles u 15-ročných chlapcov v rokoch

2014 a 2018. Dlhodobé porovnanie medzi rokmi 2010 a 2018 ukázalo pozitívny trend, s výnimkou 11-ročných chlapcov, a síce štatisticky významný pokles neospravedlnených absencií u 13 i 15-ročných školákov.

Tabuľka 42: Neospravedlnené absencie – porovnanie 2010 vs. 2014 vs. 2018

	Chlapci			Dievčatá		
	11-roční	13-roční	15-roční	11-ročné	13-ročné	15-ročné
2010 vs. 2014	=	↓	=	=	↓	↓
2014 vs. 2018	↑	=	↓	=	=	=
2010 vs. 2018	=	↓	↓	=	↓	↓

# Použitá literatúra

Adams, R. J., Piantadosi, C., Ettridge, K., Miller, C., Wilson, C., Tucker, G., & Hill, C. L. (2013). Functional health literacy mediates the relationship between socio-economic status, perceptions and lifestyle behaviors related to cancer risk in an Australian population. *Patient education and counseling*, 91(2), 206-212.

Arguera, N. (2015). *The Effects of School Work Pressure on Depression and Substance Use: A Cross-National Study of School-Aged Children in Canada and Finland* (Doctoral dissertation, University of Calgary).

Berkman, N. D., Sheridan, S. L., Donahue, K. E., Halpern, D. J., Viera, A., Crotty, K., ... & Tant, E. (2011). Health literacy interventions and outcomes: an updated systematic review. *Evid Rep Technol Assess (Full Rep)*, 199(1), 941.

Boberova, Z., Paakkari, L., Popovik, I., & Liba, J. (2017). Democratic school health education in a post-communist country. *Health Education*, 117(5), 469-484.

Credé, M., Roch, S. G., & Kieszczyńska, U. M. (2010). Class attendance in college: A meta-analytic review of the relationship of class attendance with grades and student characteristics. *Review of Educational Research*, 80(2), 272-295.

Crosnoe, R., Johnson, M. K., & Elder Jr, G. H. (2004). Intergenerational bonding in school: The behavioral and contextual correlates of student-teacher relationships. *Sociology of education*, 77(1), 60-81.

Danielsen, A. G., Samdal, O., Hetland, J., & Wold, B. (2009). School-related social support and students' perceived life satisfaction. *The Journal of educational research*, 102(4), 303-320.

Dube, S. R., & Orpinas, P. (2009). Understanding excessive school absenteeism as school refusal behavior. *Children & Schools*, 31(2), 87-95.

Erginoz, E., Alikasifoglu, M., Ercan, O., Uysal, O., Alp, Z., Ocak, S., ... & Albayrak Kaymak, D. (2015). The role of parental, school, and peer factors in adolescent bullying involvement: Results from the Turkish HBSC 2005/2006 study. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 27(2), NP1591-NP1603.

Gamoran, A. (1993). Alternative uses of ability grouping in secondary schools: Can we bring high-quality instruction to low-ability classes?. *American journal of education*, 102(1), 1-22.

García-Moya, I., Brooks, F., Morgan, A., & Moreno, C. (2015). Subjective well-being in adolescence and teacher connectedness: A health asset analysis. *Health Education Journal*, 74(6), 641-654.

Geboers, B., de Winter, A. F., Lutén, K. A., Jansen, C. J., & Reijneveld, S. A. (2014). The association of health literacy with physical activity and nutritional behavior in older adults, and its social cognitive mediators. *Journal of health communication*, 19(sup2), 61-76.

Gorard, S., See, B. H., & Davies, P. (2012). *The impact of attitudes and aspirations on educational attainment and participation*. York: Joseph Rowntree Foundation. Available at.

Griffiths, A. J., Lilles, E., Furlong, M. J., & Sidhwa, J. (2012). The relations of adolescent student engagement with troubling and high-risk behaviors. In *Handbook of research on student engagement* (pp. 563-584). Springer, Boston, MA.

Guo, H., Yang, W., Cao, Y., Li, J., & Siegrist, J. (2014). Effort-reward imbalance at school and depressive symptoms in Chinese adolescents: the role of family socioeconomic status. *International journal of environmental research and public health*, 11(6), 6085-6098.

Harel-Fisch, Y., Walsh, S. D., Fogel-Grinvald, H., Amitai, G., Pickett, W., Molcho, M., ... & Craig, W. (2011). Negative school perceptions and involvement in school bullying: A universal relationship across 40 countries. *Journal of adolescence*, 34(4), 639-652.

Havik, T., Bru, E., & Ertesvåg, S. K. (2015). School factors associated with school refusal and truancy-related reasons for school non-attendance. *Social Psychology of Education*, 18(2), 221-240.

Jacob, B. A., & Wilder, T. (2010). *Educational Expectations and Attainment*. NBER Working Paper No. 15683. National Bureau of Economic Research.

Jimerson, S. R. (2001). Meta-analysis of grade retention research: Implications for practice in the 21st century. *School psychology review*, 30(3), 420-438.

Jimerson, S. R., Anderson, G. E., & Whipple, A. D. (2002). Winning the battle and losing the war: Examining the relation between grade retention and dropping out of high school. *Psychology in the Schools*, 39(4), 441-457.

Jimerson, S. R. (2001). A synthesis of grade retention research: Looking backward and moving forward. *The California School Psychologist*, 6(1), 47-59.

John-Akinola, Y. O., & Nic Gabhainn, S. (2015). Socio-ecological school environments and children's health and wellbeing outcomes. *Health Education*, 115(3/4), 420-434.

Li, Y., Lerner, J. V., & Lerner, R. M. (2010). Personal and ecological assets and academic competence in early adolescence: The mediating role of school engagement. *Journal of youth and adolescence*, 39(7), 801-815.

McCarty, C. A., Rhew, I. C., Murowchick, E., McCauley, E., & Vander Stoep, A. (2012). Emotional health predictors of substance use initiation during middle school. *Psychology of Addictive Behaviors*, 26(2), 351.

McWayne, C., Hampton, V., Fantuzzo, J., Cohen, H. L., & Sekino, Y. (2004). A multivariate examination of parent involvement and the social and academic competencies of urban kindergarten children. *Psychology in the Schools*, 41(3), 363-377.

Miklovičová, J., Galadova, A., Valovič, J., Gondžurova, K. (2017). *Pisa 2015 Národná správa Slovensko*. NUCEM: Bratislava.

Moor, I., Rathmann, K., Lenzi, M., Pfortner, T. K., Nagelhout, G. E., de Looze, M., ... & Richter, M. (2015). Socioeconomic inequalities in adolescent smoking across 35 countries: a multilevel analysis of the role of family, school and peers. *The European Journal of Public Health*, 25(3), 457-463.

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2013). *PISA 2012 results: ready to learn: students' engagement, drive and self-beliefs (volume III): preliminary version*. OECD, Paris, France.

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2018). *Equity in Education Breaking Down Barriers to Social Mobility*. [online, cit. 2019-2-26] Dostupné na internete <http://www.oecd.org/publications/equity-in-education-9789264073234-en.htm>

Ottova, V., Erhart, M., Vollebergh, W., Kökönyei, G., Morgan, A., Gobina, I., ... & Gaspar, T. (2012). The role of individual- and macro-level social determinants on young adolescents' psychosomatic complaints. *The Journal of Early Adolescence*, 32(1), 126-158.

Paakkari, L., & Paakkari, O. (2012). Health literacy as a learning outcome in schools. *Health Education*, 112(2), 133-152.

Perra, O., Fletcher, A., Bonell, C., Higgins, K., & McCrystal, P. (2012). School-related predictors of smoking, drinking and drug use: Evidence from the Belfast Youth Development Study. *Journal of adolescence*, 35(2), 315-324.

Reid, K. (2003). *Tackling truancy in schools: A practical manual for primary and secondary schools*. Routledge.

Rossen, F. V., Lucassen, M. F., Fleming, T. M., Sheridan, J., & Denny, S. J. (2016). Adolescent gambling behaviour, a single latent construct and indicators of risk: Findings from a national survey of New Zealand high school students. *Asian journal of gambling issues and public health*, 6(1), 7.

Samdal, O., Nutbeam, D., Wold, B., & Kannas, L. (1998). Achieving health and educational goals through schools—a study of the importance of the school climate and the students' satisfaction with school. *Health education research*, 13(3), 383-397.

Samdal, O., Wold, B., Klepf, K. I., & Kannas, L. (2000). Students' perception of school and their smoking and alcohol use: a cross-national study. *Addiction Research*, 8(2), 141-167.

Silver, D., Saunders, M., & Zarate, E. (2008). What factors predict high school graduation in the Los Angeles Unified School District. *Policy Brief*, 14.

Speirs, K. E., Messina, L. A., Munger, A. L., & Grutzmacher, S. K. (2012). Health literacy and nutrition behaviors among low-income adults. *Journal of health care for the poor and underserved*, 23(3), 1082-1091.

Tennant, J. E., Demaray, M. K., Malecki, C. K., Terry, M. N., Clary, M., & Elzinga, N. (2015). Students' ratings of teacher support and academic and social-emotional well-being. *School psychology quarterly*, 30(4), 494.

UNESCO (1978). *Records of the General Conference. 20th Session, Vol. 1*. Paris: UNESCO.

Vágvölgyi, R., Coldea, A., Dresler, T., Schrader, J., & Nuerk, H. C. (2016). A review about functional illiteracy: definition, cognitive, linguistic, and numerical aspects. *Frontiers in psychology*, 7, 1617.

Vieno, A., Perkins, D. D., Smith, T. M., & Santinello, M. (2005). Democratic school climate and sense of community in school: A multilevel analysis. *American journal of community psychology*, 36(3-4), 327-341.

Viland, K. R. (2001). The effectiveness of grade retention as an intervention strategy for academic failure. [online, cit. 2019-2-12] Dostupné na internete <https://pdfs.semanticscholar.org>

Vogel, M., Rees, C. E., McCuddy, T., & Carson, D. C. (2015). The highs that bind: School context, social status and marijuana use. *Journal of youth and adolescence*, 44(5), 1153-1164.

Wahl, K. H., & Blackhurst, A. (2000). Factors affecting the occupational and educational aspirations of children and adolescents. *Professional School Counseling*, 3(5), 367.

Wormington, S. V., Anderson, K. G., Schneider, A., Tomlinson, K. L., & Brown, S. A. (2016). Peer victimization and adolescent adjustment: does school belonging matter?. *Journal of school violence*, 15(1), 1-21.



# Školské prostredie

**Zuzana Boberová**

Svetová Zdravotnícka Organizácia definuje podporu zdravia ako proces, ktorý umožňuje zvýšiť kontrolu nad vlastným zdravím a zlepšiť si zdravie (WHO 1986). Aj keď mnohé determinanty zdravia môžu byť vnímané ako individuálne správanie a životný štýl jednotlivca (Ottova-Jourdan a kol. 2015; Bircher&Kuruvilla 2014), environmentálne a spoločenské podmienky tiež významne pôsobia na zdravie ako také. Preto pri posudzovaní zdravia dospelých, ich správania súvisiaceho so zdravím a životnej spokojnosti, je potrebné vychádzať z ekologického prístupu, ktorý súčasne skúma individuálne, ale aj environmentálne a politické faktory, ako aj ich interakčné účinky medzi sebou (Simovska&Manix-McNamara 2015; McLeroy a kol. 1988).

Vplyv fyzického školského prostredia na životný štýl školákov, ako aj na úroveň a schopnosti ich vzdelávania sa počas vyučovania bol preukázaný viacerými výskumami (Boberova a kol. 2017; da Conceicao a kol. 2014; John-Akinola a kol. 2014; Pagels a kol. 2014; Story a kol. 2009).

Škola podporujúca zdravie je školou, ktorá realizuje štruktúrovanú, systematickú a celoškolskú stratégiu pre fyzické i duševné zdravie všetkých svojich žiakov, učiteľov i nepedagogických zamestnancov (SHE 2018). Výchova a vzdelávanie v oblasti zdravia na akúkoľvek tému si preto vyžaduje súlad so širšími iniciatívami v rámci školy a školskej komunity, podporu participácie a angažovanosti a kontrolu efektívnosti zavedených prístupov (SHE 2013).

Školy majú rôzne možnosti na realizáciu školskej podpory zdravia, počnúc nariadeniami rezortu školstva až po vlastnú stratégiu podpory zdravia definovanú v školskom vzdelávacom programe (ŠkVP), či zapojením sa do siete škôl podporujúcich zdravie. Táto skutočnosť naznačuje, že podpora zdravia môže variovať medzi školami navzájom. A práve preto je v rámci štúdie HBSC súčasťou merania každé štyri roky aj školský dotazník zameraný na vybrané aspekty fungovania jednotlivých škôl, ktorý poskytne cenné informácie o angažovanosti škôl v oblasti zdravia a realizácii aktivít podporujúcich zdravie v školách a medzi školami. Zisťované sú informácie o zariadení a vybavení škôl, závažných problémoch v okolí školy, závažných vnútorných problémoch školy, zameraní školy v ŠkVP a o podpore zdravia v škole (napr. poverená osoba alebo tím zaoberajúci sa podporou zdravia na škole, charakteristika stratégie podpory zdravia v škole, členstvo v sieti škôl podporujúcich zdravie). Dotazník je vyplňovaný zodpovedným predstaviteľom školy.

# Závažné vnútorné problémy školy

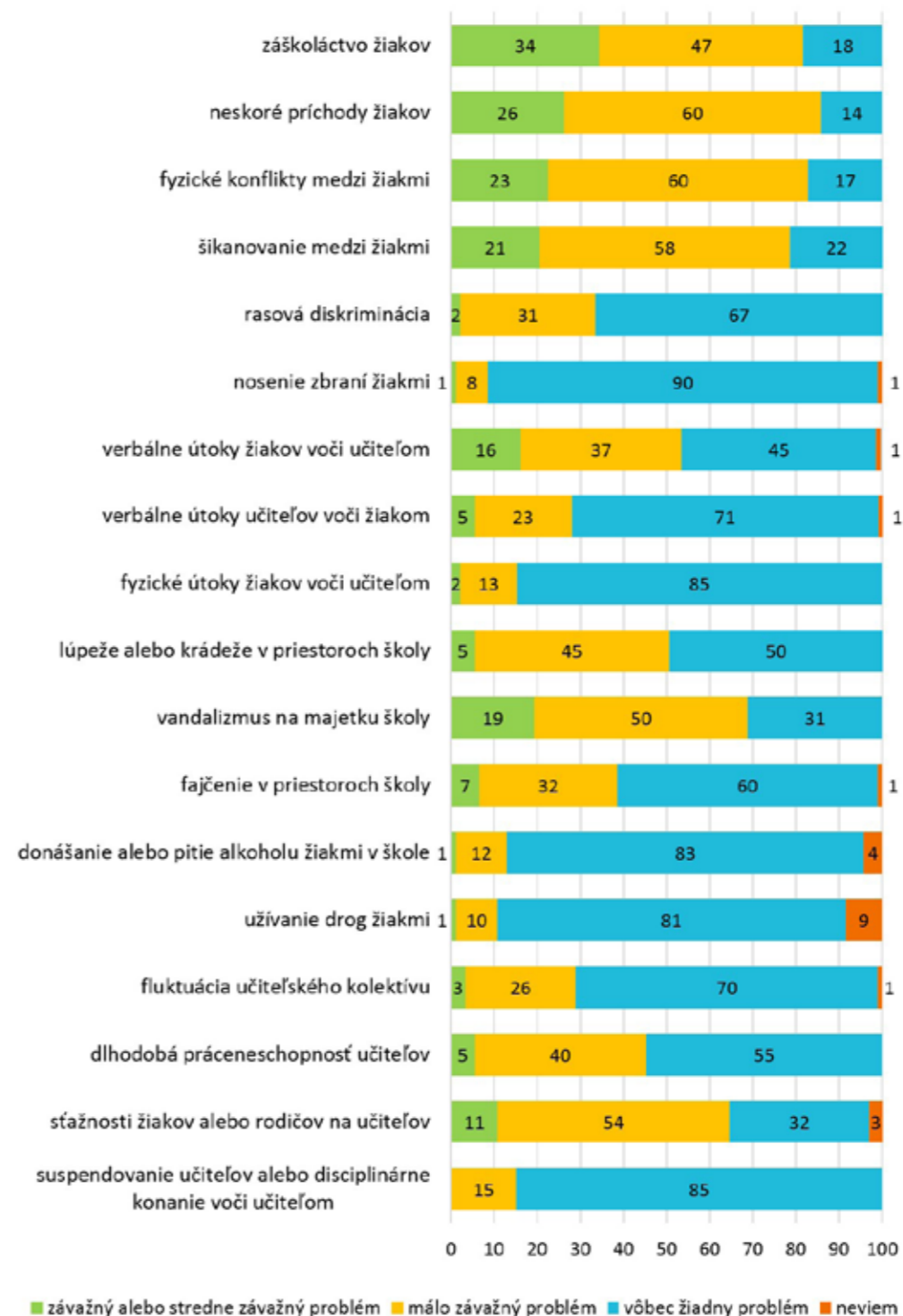
**Popis indikátora:** Do akej miery sú/boli nasledujúce udalosti problémom pre Vašu školu počas posledných troch rokov?

- » Záškoláctvo žiakov
- » Neskoré príchody žiakov
- » Fyzické konflikty medzi žiakmi
- » Šikanovanie medzi žiakmi
- » Rasová diskriminácia
- » Nosenie zbraní žiakmi
- » Verbálne útoky žiakov voči učiteľom
- » Verbálne útoky učiteľov voči žiakom
- » Fyzické útoky žiakov voči učiteľom
- » Lúpeže alebo krádeže v priestoroch školy
- » Vandalizmus na majetku školy
- » Fajčenie v priestoroch školy
- » Donášanie alebo pitie alkoholu žiakmi v škole
- » Užívanie drog žiakmi
- » Fluktuácia učiteľského kolektívu
- » Dlhodobá práceneschopnosť učiteľov
- » Sťažnosti žiakov alebo rodičov na učiteľov
- » Suspendovanie učiteľov alebo disciplinárne konanie voči učiteľom
- Neviem
- Vôbec žiadny problém
- Málo závažný problém
- Stredne závažný problém
- Závažný problém

Prezentovaný je výskyt škôl, ktoré reportovali rôznu úroveň problémov.

**Výskyt:** Každá tretia škola považovala za závažný a stredne závažný vnútorný problém svojej školy záškoláctvo žiakov (34 %). Štvrtina škôl označila za závažný a stredne závažný vnútorný problém svojej školy neskoré príchody žiakov (26 %) a násilné správanie žiakov ako napríklad fyzické konflikty medzi žiakmi (23 %) a každá piata škola šikanovanie medzi žiakmi (21 %) a vandalizmus na majetku školy (19 %). Častejšie školy uviedli za závažný a stredne závažný vnútorný problém svojej školy aj verbálne útoky žiakov na učiteľov (16 %) a sťažnosti žiakov alebo rodičov na učiteľov (11 %). I keď v menšej miere, mali závažný a stredne závažný vnútorný problém školy aj s fajčením v priestoroch školy (7 %), lúpežami a krádežami v priestoroch školy (5 %), dlhodobou práceneschopnosťou učiteľov (5 %) a verbálnymi útokmi učiteľov na žiakov (5 %).

Obrázok 212: Výskyt závažných vnútorných problémov školy (v %)



# Závažné problémy v okolí školy

**Popis indikátora:** Aký závažný problém sú nasledovné skutočnosti v okolí Vašej školy?

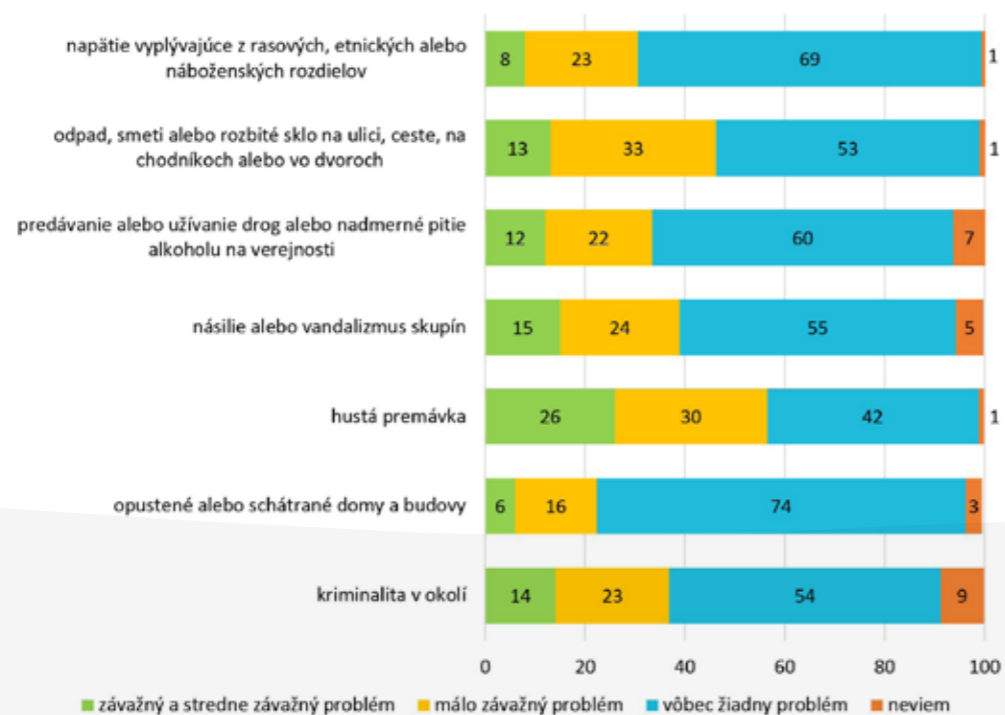
- » Napätie vyplývajúce z rasových, etnických alebo náboženských rozdielov
- » Odpad, smeti alebo rozbité sklo na ulici, ceste, na chodníkoch alebo vo dvoroch
- » Predávanie alebo užívanie drog alebo nadmerné pitie alkoholu na verejnosti
- » Násilie alebo vandalizmus skupín
- » Hustá premávka
- » Opustené alebo schátralé domy a budovy
- » Kriminalita v okolí
- » Iné (prosím, špecifikujte)

- Neviem
- Vôbec žiadny problém
- Málo závažný problém
- Stredne závažný problém
- Závažný problém

Prezentovaný je výskyt škôl, ktoré reportovali rôznu úroveň problémov.

**Výskyt:** Štvrtina škôl považovala za závažný a stredne závažný problém v okolí školy hustú premávku (26 %). Ďalej boli najčastejšie označené ako závažný a stredne závažný problém v okolí školy násilie alebo vandalizmus skupín (15 %), kriminalita v okolí (14 %), odpad, smeti, alebo rozbité sklo na ulici, ceste, chodníkoch (13 %), ale tiež predávanie alebo užívanie drog alebo nadmerné pitie alkoholu na verejnosti (12 %).

Obrázok 213: Výskyt závažných problémov v okolí školy (v %)





# Vlastné zameranie školy v Školskom vzdelávacom programe (ŠkVP)

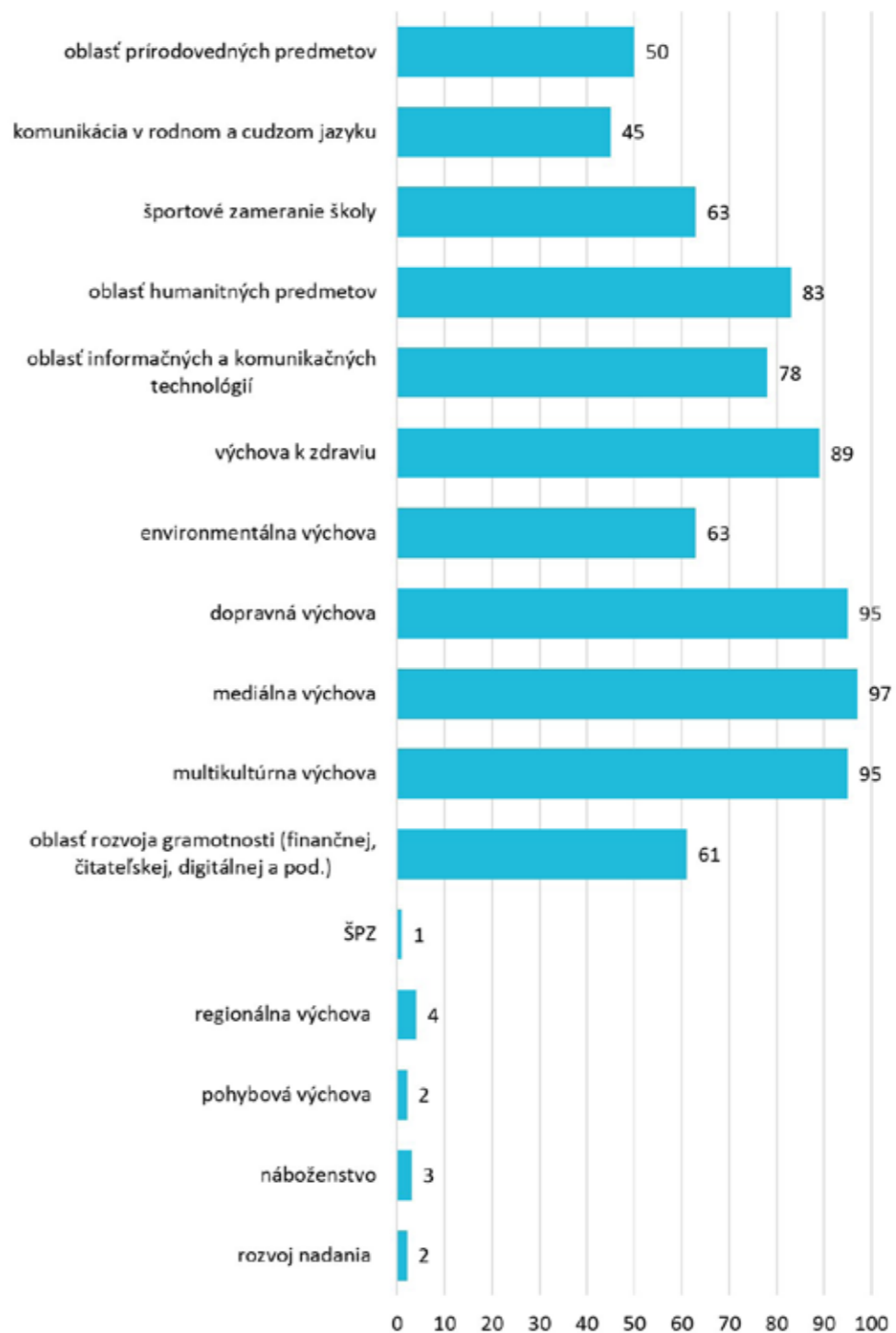
**Popis indikátora:** Vlastné zameranie školy v ŠkVP je primárne orientované na:

- Oblasť prírodovedných predmetov
- Komunikácia v rodnom a cudzom jazyku
- Športové zameranie školy
- Oblasť humanitných predmetov
- Oblasť informačných a komunikačných technológií
- Výchova k zdraviu
- Environmentálna výchova
- Dopravná výchova
- Mediálna výchova
- Multikultúrna výchova
- Oblasť rozvoja gramotnosti (finančnej, čitateľskej, digitálnej a pod.)
- Iné (prosím, špecifikujte)

Prezentovaný je výskyt škôl, ktoré reportovali rôzne zameranie školy v ŠkVP.

**Výskyt:** Školy boli primárne zamerané v ŠkVP na rozvoj mediálnej výchovy (97 %), multikultúrnu výchovu (95 %), dopravnú výchovu (95 %), výchovu k zdraviu (89 %), oblasť humanitných predmetov (83 %) a oblasť informačných a komunikačných technológií (78 %). Približne polovica škôl mala svoje vlastné zameranie orientované aj na šport (63 %), environmentálnu výchovu (63 %), oblasť rozvoja rôznych gramotností (61 %), oblasť prírodovedných predmetov (50 %) a komunikáciu v rodnom a cudzom jazyku (45 %).

Obrázok 214: Vlastné zameranie školy v ŠkVP (v %)



# Zariadenia a vybavenie školy

**Popis indikátora:** Do akej miery súhlasíte s nasledujúcimi vyhláseniami o Vašej škole:

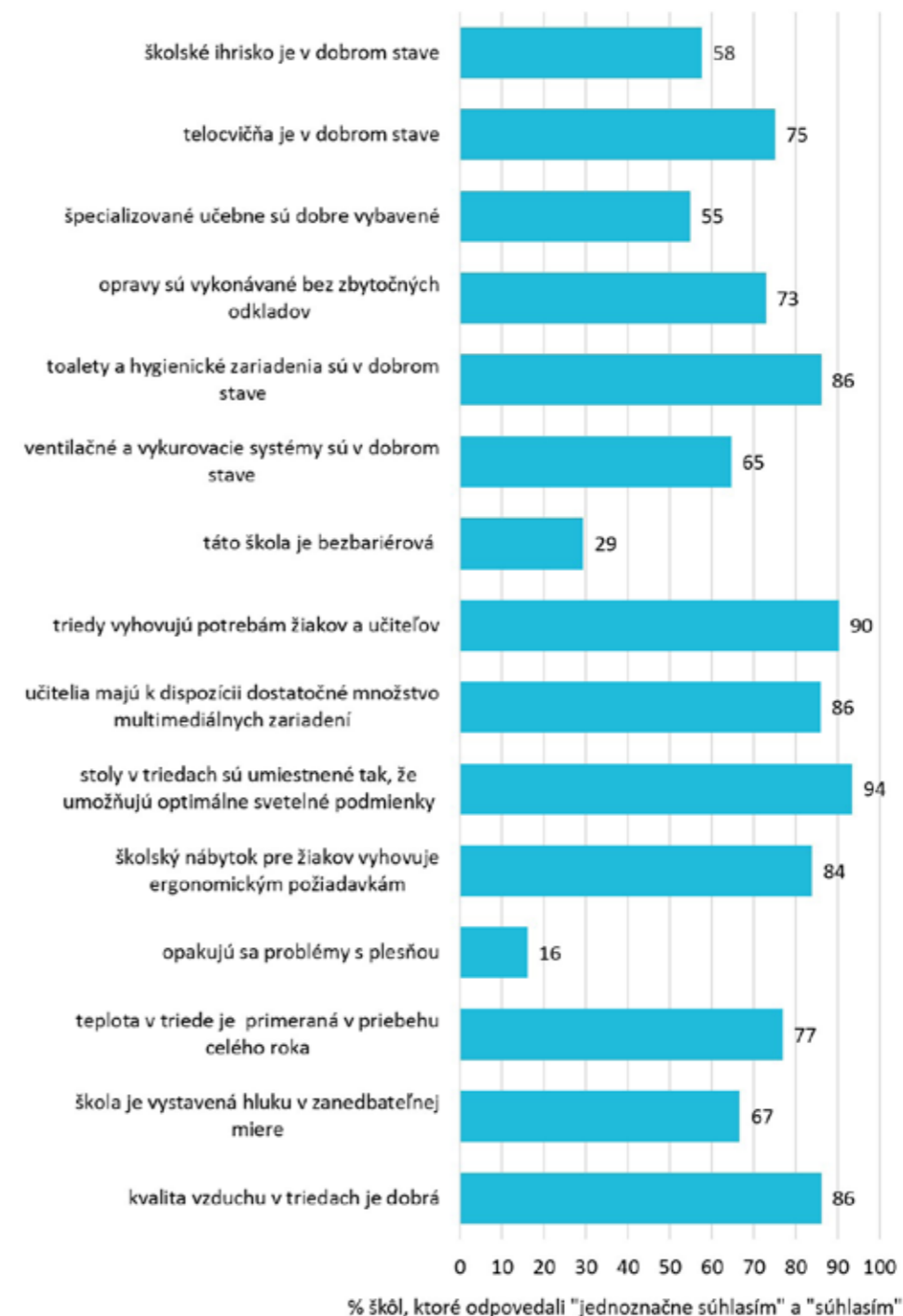
- » Pre zlepšovanie bezpečnosti škola potrebuje rozsiahlu renováciu.
- » Školské ihrisko je v dobrom stave.
- » Telocvičňa je v dobrom stave
- » Špecializované učebne (napr. laboratóriá, pracovné dielne) sú dobre vybavené.
- » Opravy sú vykonávané bez zbytočných odkladov.
- » Toalety a hygienické zariadenia sú v dobrom stave.
- » Ventilačné a vykurovacie systémy sú v dobrom stave.
- » Táto škola je bezbariérová (vrátane toalety a hygienického zariadenia).
- » Triedy vyhovujú potrebám žiakov a učiteľov.
- » Učitelia majú k dispozícii dostatočné množstvo multimediálnych zariadení (počítače a softvér, DVD prehrávače, premietačky).
- » Stoly v triedach sú umiestnené tak, že umožňujú optimálne svetelné podmienky (napr. optimálne využitie denného svetla, obmedzenie oslnenia).
- » Školský nábytok pre žiakov vyhovuje ergonomickým požiadavkám.
- » Opakujú sa problémy s plesňou.
- » Teplota v triede je primeraná v priebehu celého roka.
- » Škola je vystavená hluku v zanedbateľnej miere.
- » Kvalita vzduchu v triedach je dobrá.

- Netýka sa našej školy
- Neviem sa vyjadriť
- Jednoznačne nesúhlasím
- Nesúhlasím
- Súhlasím
- Jednoznačne súhlasím

Prezentovaný je percentuálny výskyt odpovedí jednoznačne súhlasím a súhlasím.

**Výskyt:** Opakujúce sa plesne trápili 16 % škôl. Tretina škôl potrebuje pre zlepšenie bezpečnosti rozsiahlu renováciu (34 %) a iba tretina škôl potvrdila, že ich priestory sú bezbariérové (29 %). Dve tretiny škôl potvrdili, že ventilačné a vykurovacie systémy sú v dobrom stave (65 %). Iba niečo viac ako polovica škôl potvrdila, že školské ihrisko je v dobrom stave (58 %) a špecializované učebne sú dobre vybavené (54 %).

Obrázok 215: Zariadenie a vybavenie školy (v %)



# Koordinácia podpory zdravia na škole

**Popis indikátora:** Má Vaša škola poverenú osobu, ktorá sa zaoberá záležitosťami súvisiacimi s podporou zdravia?

- áno
- nie

Má Vaša škola vytvorený tím podpory zdravia alebo pracovnú skupinu pre podporu zdravia (napr. niečo podobné ako predmetovú komisiu)?

- áno
- nie

Členovia pracovnej skupiny pre podporu zdravia sú:

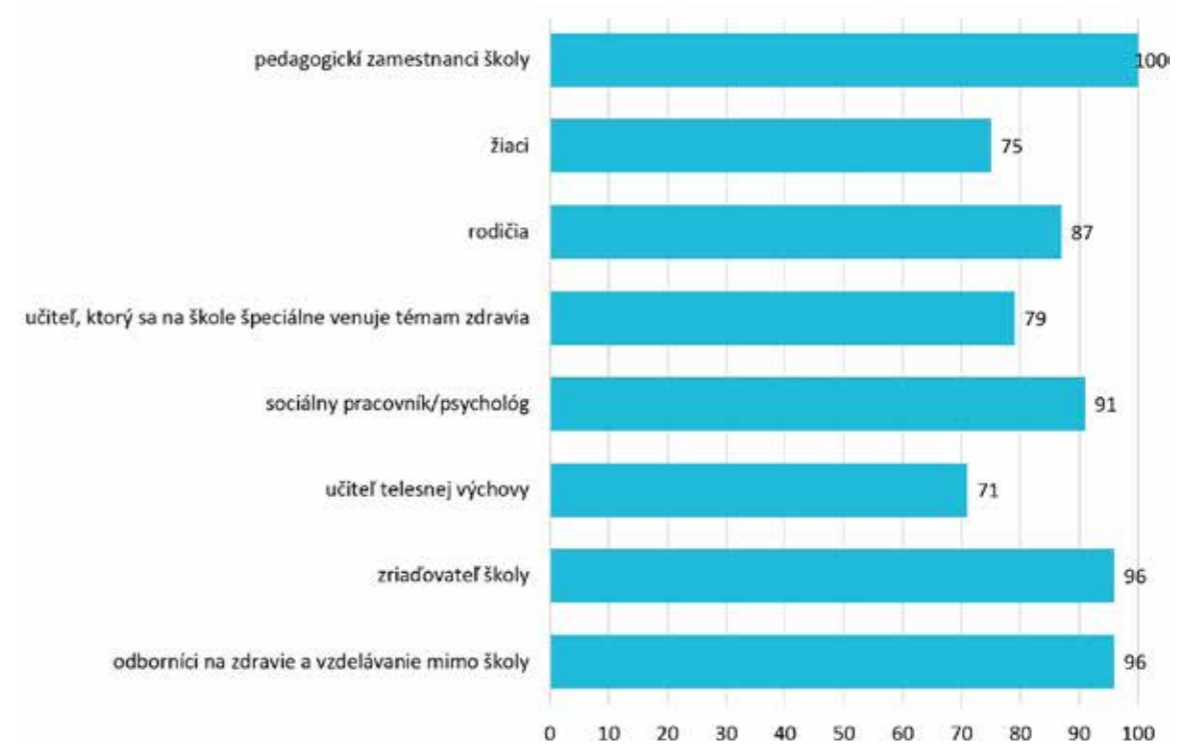
- Zástupcovia vedenia školy
- Pedagogickí zamestnanci školy
- Žiaci
- Rodičia
- Učiteľ, ktorý sa v škole špeciálne venuje témam zdravia
- Sociálny pracovník/psychológ
- Učiteľ telesnej výchovy
- Zriaďovateľ školy
- Odborníci na zdravie a vzdelávanie mimo školy
- Iné

Prezentovaný je výskyt škôl, ktoré reportovali prítomnosť poverenej osoby alebo tímu/pracovnej skupiny podpory zdravia na škole a jej zloženie.

**Výskyt:** Najčastejšie mali školy poverenú osobu, ktorá sa zaoberá podporou zdravia na škole (61%). Len štvrtina škôl (24%) mala aj vytvorený tím podpory zdravia alebo pracovnú skupinu pre podporu zdravia na škole.

Súčasťou tímu/pracovnej skupiny pre podporu zdravia na škole boli vždy pedagogickí zamestnanci školy, odborníci na zdravie i vzdelávanie mimo školy a zriaďovateľ školy. Najčastejšie bol tím/pracovná skupina podpory zdravia na škole doplnená o sociálneho pracovníka/psychológa (91%), rodičov (87%), učiteľa zameraného na témy zdravia v škole (79%), zástupcov vedenia (79%), žiakov (75%) a učiteľa telesnej výchovy (71%).

Obrázok 216: Zloženie tímu/pracovnej skupiny podpory zdravia na škole (v %)



# Stratégia podpory zdravia v škole

**Popis indikátora:** Má Vaša škola konkrétnu stratégiu zdravia alebo charakterizovaný program podpory zdravia v ŠkVP?

- áno
- nie

Ktoré z nasledujúcich prístupov najlepšie vystihujú stratégiu alebo program podpory zdravia vo Vašej škole?

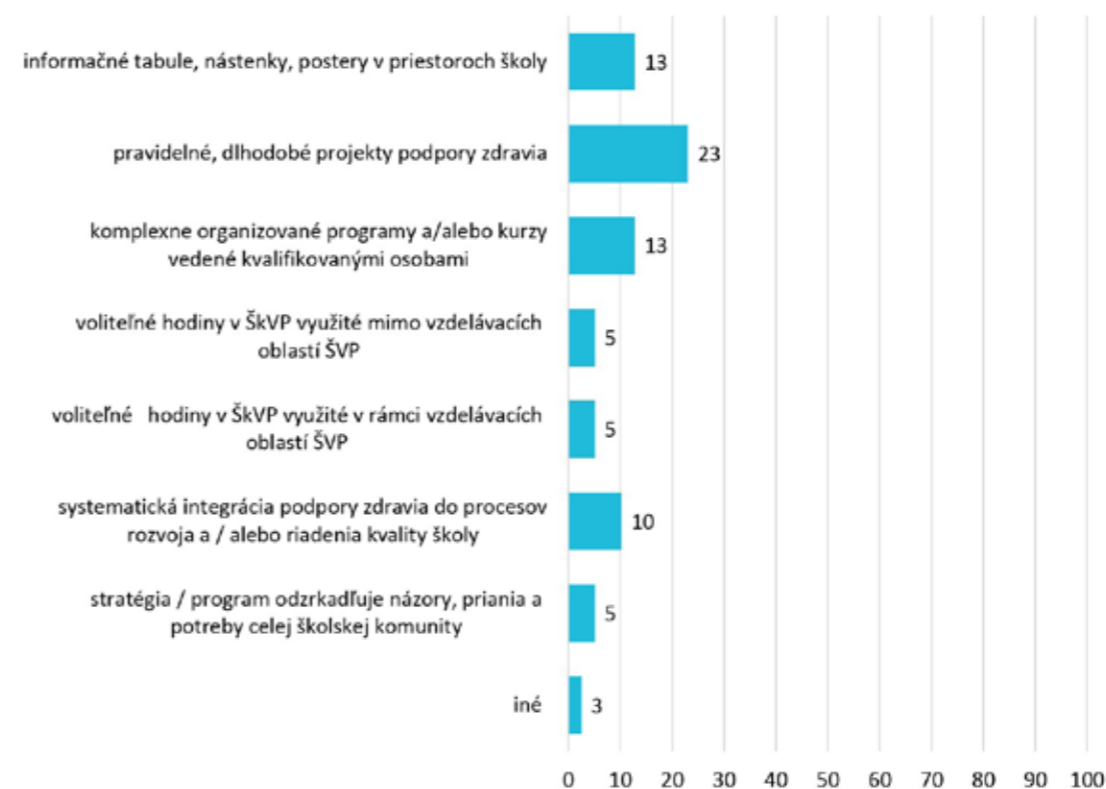
- V našej škole nie sú zavedené žiadne opatrenia na podporu zdravia
- Príležitostné alebo jednorazové projekty a aktivity podpory zdravia (napr. podľa zverejnenej výzvy rezortu MŠVVaŠ, besedy, výchovné koncerty a pod.)
- Informačné tabule, nástenky, postery v priestoroch školy
- Pravidelné, dlhodobé projekty podpory zdravia
- Komplexne organizované programy a/alebo kurzy vedené kvalifikovanými osobami (napr. pracovník CPPPaP, odborníci na zdravie a vzdelávanie mimo školy)
- Voliteľné (disponibilné) hodiny v ŠkVP využité mimo vzdelávacích oblastí ŠVP (napr. ako krúžok alebo nový predmet orientovaný na podporu zdravia)
- Voliteľné (disponibilné) hodiny v ŠkVP využité v rámci vzdelávacích oblastí ŠVP (napr. na posilnenie predmetov orientovaných na zdravie - telesná výchova, biológia alebo zaradenie prierezových tém do vyučovania)
- Koordinácia všetkých aktivít podpory zdravia prostredníctvom pracovnej skupiny podpory zdravia

- Systematická integrácia podpory zdravia do procesov rozvoja a /alebo riadenia kvality školy
- Pravidelná príprava učiteľov a budovanie kapacít v oblasti podpory zdravia a pohody školskej komunity
- Stratégia/program odzrkadľuje názory, prania a potreby celej školskej komunity (študenti, pedagogickí/nepedagogickí pracovníci a rodičia)
- Iné (prosím, špecifikujte)

Prezentovaný je výskyt škôl, ktoré reportovali prítomnosť stratégie podpory zdravia v škole a ich jednotlivé formy realizácie.

**Výskyt:** Stratégiu alebo program podpory zdravia v ŠkVP malo 40 % škôl. Najčastejšie školy realizovali buď príležitostné alebo jednorazové projekty (23 %) alebo naopak pravidelné, dlhodobé projekty podpory zdravia (23 %). Informačné tabule, nástenky a postery v priestoroch školy a komplexne organizované programy a kurzy vedené odborníkmi realizovali v rámci stratégie podpory zdravia 13 % škôl. Len 10 % škôl realizovalo svoju stratégiu podpory zdravia na škole ako systematickú integráciu podpory zdravia do procesov rozvoja a riadenia kvality školy. Najmenej často využívali školy v rámci stratégie podpory zdravia voliteľné (disponibilné) hodiny v ŠkVP (5 %) a integráciu názorov, prání a potrieb celej školskej komunity (5 %).

Obrázok 217: Stratégia podpory zdravia v škole (v %)



# Tematické zameranie a formy stratégie podpory zdravia v škole

**Popis indikátora:** Ktoré z nasledujúcich prístupov najlepšie vystihujú stratégiu alebo program podpory zdravia vo Vašej škole z hľadiska tematického zamerania?

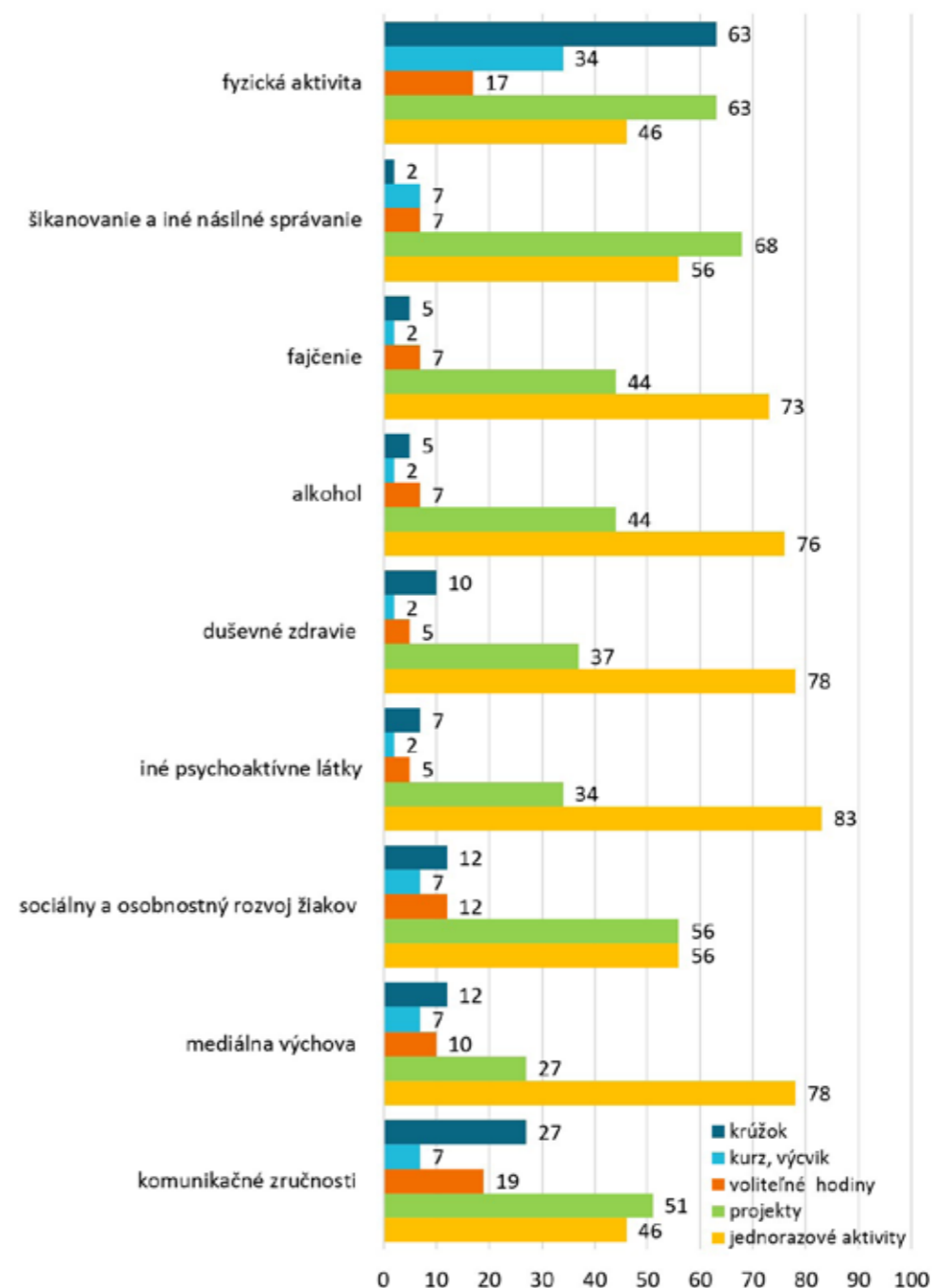
- » Stravovanie
- » Fyzická aktivita
- » Šikanovanie a iné násilné správanie
- » Fajčenie
- » Alkohol
- » Duševné zdravie
- » Iné psychoaktívne látky (rastlinné psychoaktívne látky, marihuana, toluén a pod.)
- » Sociálny a osobnostný rozvoj žiakov
- » Mediálna výchova so zameraním na orientáciu a kritické vnímanie kyberpriestoru
- » Komunikačné zručnosti

- Príležitostné, jednorazové aktivity
- Pravidelné, komplexné projekty
- Voliteľné (disponibilné) hodiny
- Kurz (výcvik)
- Krúžok
- Nerealizujeme

Prezentovaný je výskyt jednotlivých foriem stratégie podpory zdravia v škole z hľadiska tematického zamerania.

**Výskyt:** Témy fajčenie, alkohol, duševné zdravie, iné psychoaktívne látky a mediálna výchova boli najčastejšie na školách realizované ako príležitostné, jednorazové aktivity (73-78 %) a o niečo menej ako pravidelné, komplexné programy (27-44 %). Ostatné formy realizácie v týchto témach boli zastúpené len výnimočne. Téma šikanovanie bola naopak najčastejšie na školách realizovaná formou pravidelných, komplexných programov (68 %) alebo tiež ako príležitostné, jednorazové aktivity (56 %). Sociálny a osobnostný rozvoj žiakov je v rovnakej miere realizovaný buď pravidelnými, komplexnými programami (56 %) alebo príležitostnými, jednorazovými aktivitami (56 %). V téme stravovanie dominovali príležitostné, jednorazové aktivity (66 %), pravidelné komplexné programy (51 %), ale aj krúžky (37 %). Najviac rozmanitou témou čo sa týka foriem realizácie bola na školách téma fyzickej aktivity. Najčastejšie sa realizovala ako pravidelné, komplexné programy (63 %) alebo krúžky (63 %). V menšej miere sa realizovali ako príležitostné, jednorazové aktivity (46 %), kurzy, výcviky (34 %), výnimočne sa využívajú aj voliteľné hodiny (17 %). Rovnako téma komunikačných zručností bola zastúpená viacerými formami realizácie. Najčastejšie ako pravidelné, komplexné programy (51 %) alebo príležitostné, jednorazové aktivity (46 %), v menšej miere formou krúžku (27 %), voliteľných hodín (19 %) a výcviku (7 %).

Obrázok 218: Tematické zameranie a formy stratégie podpory zdravia v škole (v %)



# Školy podporujúce zdravie (ŠPZ)

**Popis indikátora:** Je Vaša škola členom siete „Školy podporujúce zdravie“?

- áno, v súčasnosti
- áno, v minulosti
- nie

Ktoré tri hlavné dôvody boli rozhodujúce pre zapojenie sa do siete „Školy podporujúce zdravie“?

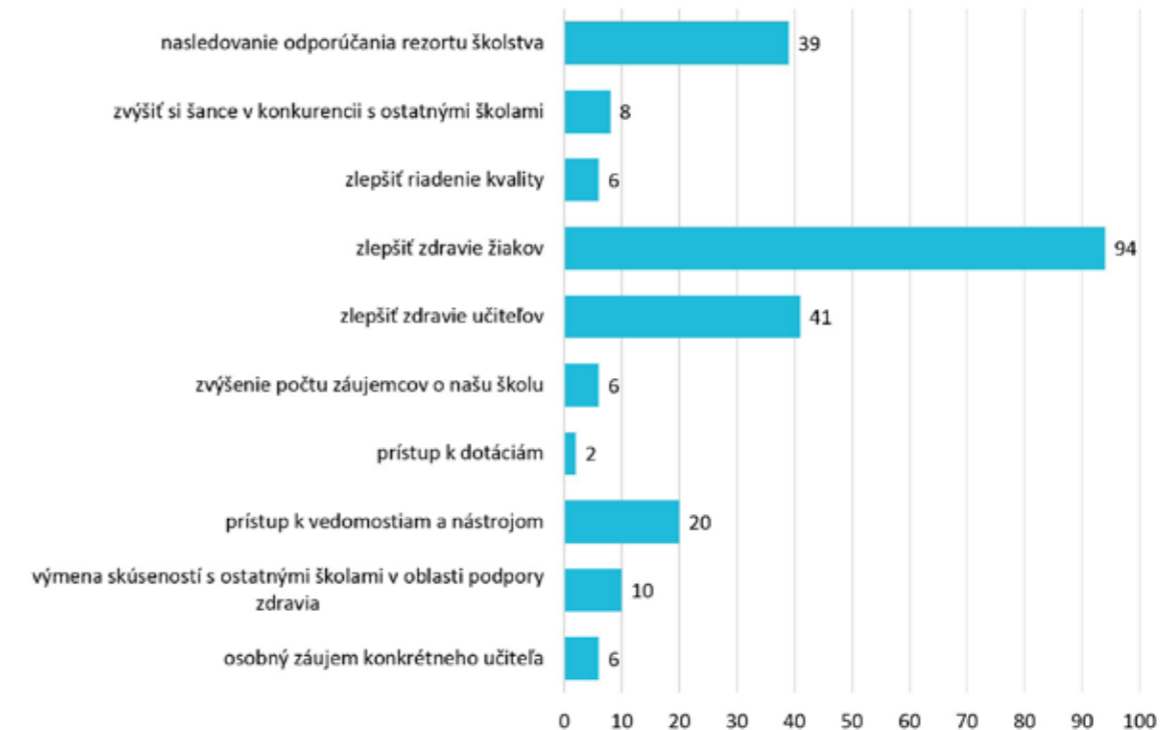
- Zlepšiť status školy
- Nasledovať odporúčania rezortu školstva
- Zvýšiť si šance v konkurencii s ostatnými školami
- Zlepšiť riadenie kvality
- Zlepšiť zdravie žiakov
- Zlepšiť zdravie učiteľov
- Zvýšenie počtu záujemcov o našu školu
- Prístup k dotáciám
- Prístup k vedomostiam a nástrojom
- Výmena skúseností s ostatnými školami v oblasti podpory zdravia
- Osobný záujem konkrétneho učiteľa
- Iné

Prezentovaný je výskyt škôl, ktoré reportovali prítomnosť členstva v sieti škôl podporujúcich zdravie a hlavné dôvody ich členstva.

**Výskyt:** Polovica škôl (51 %) uviedla, že je členom siete ŠPZ. Z nich 35 % bola členom siete ŠPZ v súčasnosti a 16 % v minulosti.

Ako hlavný dôvod pre zapojenie sa do siete ŠPZ uviedli skoro všetky školy motív zlepšiť zdravie žiakov (94 %). Necelé dve pätiny škôl (39-41 %) uviedli ako hlavný dôvod zlepšiť zdravie učiteľov, zlepšiť status školy a nasledovanie odporúčania rezortu školstva. Najslabšou motiváciou je pre školy prístup k dotáciám (2 %).

Obrázok 219: Motivácia k zapojeniu sa do siete ŠPZ (v %)



# Školské prostredie podporujúce fyzickú aktivitu

**Popis indikátora:** Je vo Vašej škole priestor, ktorý môžu Vaši žiaci využívať na fyzickú aktivitu a šport aj mimo vyučovania (napr. futbalové ihrisko, školský dvor, plaváreň, park)?

- Áno
- Nie

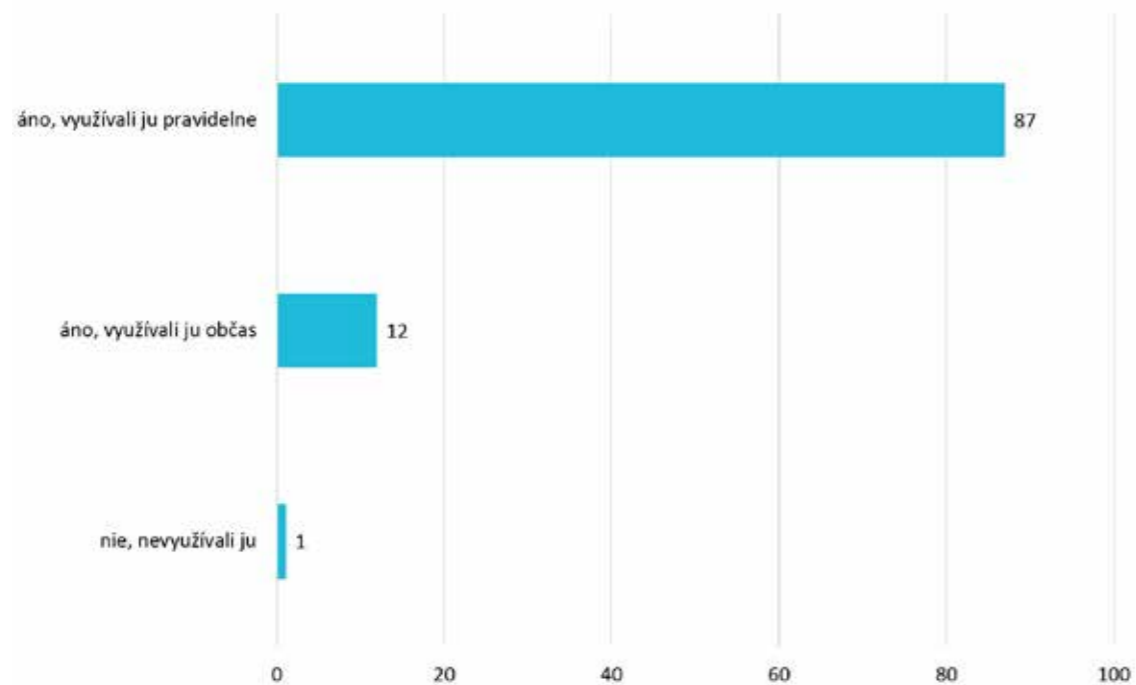
Využívali túto možnosť Vaši žiaci v uplynulom roku?

- Áno, využívali ju pravidelne
- Áno, využívali ju občas
- Nie, nevyužívali ju

Prezentovaný je výskyt škôl, ktoré odpovedali áno a jeho následné využitie.

**Výskyt:** Skoro všetky školy (96 %) uviedli, že na škole existuje priestor, ktorý môžu žiaci využívať na fyzickú aktivitu a šport aj mimo vyučovania. Z nich skoro všetky školy (87 %) reportujú, že túto možnosť využívajú žiaci pravidelne a 12 % uviedlo, že ju využívajú občas.

Obrázok 220: Školské prostredie podporujúce fyzickú aktivitu – využitie (v %)



# Aktívne prestávky

**Popis indikátora:** Čo môžu žiaci na Vašej škole robiť počas veľkej prestávky?

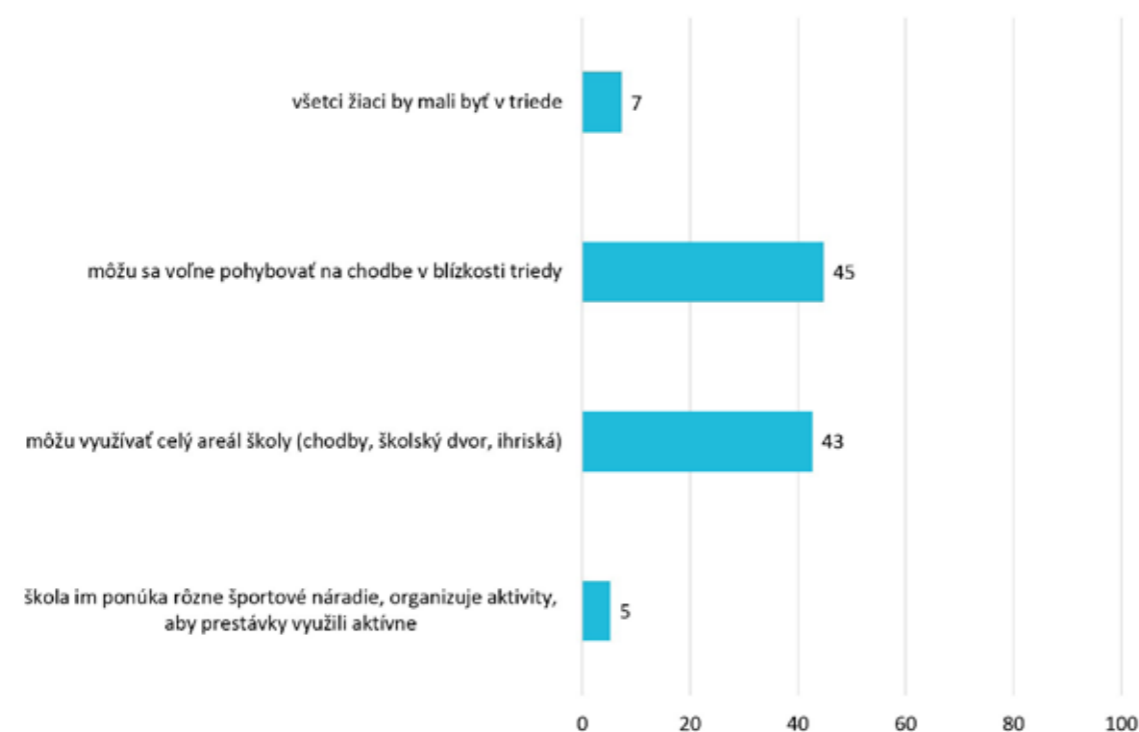
(Označte, prosím jednu možnosť, ktorá najviac vystihuje situáciu vo Vašej škole počas veľkej prestávky)

- Všetci žiaci by mali byť v triede
- Môžu sa voľne pohybovať na chodbe v blízkosti
- Môžu využívať celý areál školy (chodby, školský dvor, ihriská)
- Škola nám ponúka rôzne športové náradie, organizuje aktivity, aby sme prestávky využili aktívne (napr. hry, športové aktivity)

Prezentovaný je percentuálny výskyt rôzneho druhu aktivít počas veľkej prestávky v škole.

**Výskyt:** Vo väčšine škôl žiaci trávajú veľké prestávky aktívne. Skoro polovica škôl udáva, že žiaci sa môžu voľne pohybovať v blízkosti triedy (45 %) alebo môžu žiaci využívať celý areál školy (43 %). Niektoré školy (5 %) ponúkajú žiakom aj športové náradie a organizujú aktivity pre žiakov. Iba 7 % škôl uviedlo, že žiaci musia veľkú prestávku tráviť v triede.

Obrázok 221: Aktívne prestávky (v %)



# Použitá literatúra

Bircher, J., & Kuruville, S. (2014). Defining health by addressing individual, social, and environmental determinants: new opportunities for health care and public health. *Journal of public health policy*, 35(3), 363-386.

Boberova, Z., Paakkari, L., Ropovik, I., & Liba, J. (2017). Democratic school health education in a post-communist country. *Health Education*, 117(5), 469-484.

da Conceicao Ferreira, Ana Maria; Cardoso, Massano (2014). Indoor air quality and health in schools. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, 40 (3), 259-268.

John-Akinola, Y. O., & Nic-Gabhainn, S. (2014). Children's participation in school: a cross-sectional study of the relationship between school environments, participation and health and well-being outcomes. *BMC public health*, 14(1), 964.

Mannix-McNamara, P., & Simovska, V. (2015). Schools for health and sustainability: insights from the past, present and for the future. In *Schools for Health and Sustainability* (pp. 3-17). Springer, Dordrecht.

McLeroy, K. R., Bibeau, D., Steckler, A., & Glanz, K. (1988). An ecological perspective on health promotion programs. *Health education quarterly*, 15(4), 351-377.

Ottova-Jordan, V., Smith, O. R., Augustine, L., Gobina, I., Rathmann, K., Torsheim, T., ... & Vollebergh, W. (2015). Trends in health complaints from 2002 to 2010 in 34 countries and their association with health behaviours and social context factors at individual and macro-level. *The European Journal of Public Health*, 25(suppl\_2), 83-89.

Pagels, P., Raustorp, A., De Leon, A. P., Mårtensson, F., Kylin, M., & Boldemann, C. (2014). A repeated measurement study investigating the impact of school outdoor environment upon physical activity across ages and seasons in Swedish second, fifth and eighth graders. *BMC Public Health*, 14(1), 803.

School for health in Europe (SHE). (2018). Health Promoting schools. [online, cit. 2019-2-26] Dostupné na internete <https://www.schoolsforhealth.org/>

School for health in Europe (SHE). (2018). Terms of reference. [online, cit. 2013-2-1] Dostupné na internete [http://www.schools-for-health.eu/uploads/files/Terms%20of%20reference%20SHE%20network%20version%201\\_2\(1\).pdf](http://www.schools-for-health.eu/uploads/files/Terms%20of%20reference%20SHE%20network%20version%201_2(1).pdf)

Story, M., Nannery, M. S., & Schwartz, M. B. (2009). Schools and obesity prevention: creating school environments and policies to promote healthy eating and physical activity. *The Milbank Quarterly*, 87(1), 71-100.

World Health Organization. (1986). *Ottawa Charter*. Geneva, World Health Organization.





# Aktívny životný štýl

**Peter Bakalár, Jaroslava Kopčáková**

Aktívny životný štýl je jednou z foriem životného štýlu, v ktorom má podstatné miesto primeraná fyzická aktivita (Bunc 2008). Tá je ako jeden z najčastejšie citovaných ochranných faktorov v prevencii mnohých neprenosných ochorení (napr. kardiovaskulárne ochorenia, diabetes mellitus, rakovina, obezita, depresia, demencia; WHO 2018) predmetom výskumu zameraného na podporu verejného zdravia (Bauman a kol. 2012). Svetová zdravotnícka organizácia (WHO 2010) v tejto súvislosti odporúča pre deti a dospelých vo veku 5 – 17 rokov, aby nakumulovali minimálne 60 minút fyzickej aktivity strednej až vyššej intenzity denne, pričom, čím viac fyzickej aktivity, tým väčší je jej zdravotný benefit (Janssen&LeBlanc 2010). V súčasnosti však štyri pätiny dospelých neplnia tieto odporúčania (Hallal a kol. 2012), čo môže viesť spoločne so zmenou nutričného správania charakteristického pre toto vekové obdobie k narušeniu energetickej rovnováhy a rozvoju nadhmotnosti a obezity (Rodríguez a kol. 2004). Keďže pre prevenciu nadhmotnosti a obezity je nutný ich skorý záchyt (Pařízková a kol. 2007), malo by byť meranie antropometrických parametrov a zloženia tela v období dospievania v záujme odborníkov pracujúcich tak v oblasti preventívnej medicíny, ako aj vied o športe (Fukunaga a kol. 2013). Z tohto dôvodu sme sa v rámci zberu údajov HBSC štúdie rozhodli v roku 2018 realizovať vo vybranom súbore školákov (n=888) aj objektívne merania telesnej výšky, telesnej hmotnosti a zloženia tela prostredníctvom bioimpedančnej analýzy (BIA) prístrojom InBody 230 (Biospace Co., Ltd.).

Okrem antropometrických parametrov ovplyvňuje aktívny životný štýl významným spôsobom aj funkčné parametre (funkčnú zdatnosť) detí a dospelých (Bunc 2008). Funkčná zdatnosť (tiež aeróbna, kardiorespiračná alebo kardiovaskulárna) je komponentom telesnej zdatnosti predstavujúcim celkovú kapacitu srdcovo-cievneho a dýchacieho systému a schopnosť vykonávať dlhodobú namáhavú fyzickú aktivitu (Ortega a kol. 2008). Zlatým štandardom v jej meraní je zisťovanie maximálnej spotreby kyslíka (VO<sub>2</sub> max) prostredníctvom záťažového testu, ktorého využitie v praxi je však limitované po stránke finančnej, prístrojovej, aj časovej čím vzniká potreba validného, ale jednoduchšie administratívneho testu (Guo a kol. 2018). Jedným z takých testov je Ruffierov test (Dickson 1950), ktorého overenie použiteľnosti v praxi je v súčasnosti cieľom viacerých štúdií (Guo a kol. 2018; Modave a kol. 2017; Zanevsky&Zanevskaja 2018; Zanevsky a kol. 2017; Sartor a kol. 2016). Na Slovensku sa môžeme stretnúť s používaním uvedeného testu v hodnotení úrovne funkčnej zdatnosti dospelých v prácach Štulrajtera (1986), Moravca a kol. (1990), Ružbarského a kol. (2017) a ďalších. V rámci štúdie HBSC sme sa pre jeho použitie rozhodli kvôli jednoduchšej administratívnej v porovnaní s inými navrhovanými testami ako sú napr. člnkový beh (testová batéria EUROFIT), beh/chôdza na 1 míľu a PACER test (testová batéria FITNESSGRAM), chôdza na 2 km a 12-minútový beh (testová batéria INDARES), beh na 1 km, 2-minútový dribling, 2-minútové plávanie a 2-minútové skákanie (testová batéria OVOV) (Rubín&Suchomel 2013).

V snahe o syntézu prístupov k aktívnemu životnému štýlu (Rychtecký a Tillinger 2017) sa popri biologických faktoroch (antropometrické parametre, funkčná zdatnosť) venujeme v tejto kapitole aj psycho-sociálnym faktorom fyzickej aktivity. Okrem samotnej fyzickej aktivity školákov a spôsobov trávenia ich voľného času (pozri kapitola Voľnočasové aktivity), v rodine (pozri kapitola Rodina) a škole (pozri kapitola Školské prostredie) tu svoju úlohu zohráva aj forma a čas aktívneho transportu do a zo školy. Aktívny spôsob cesty do a/alebo zo školy výrazne prispieva k ich vyššej fyzickej aktivite (a samotnému odporúčaní WHO byť fyzicky aktívny každý deň aspoň 60 minút) a súvisí s lepšou úrovňou ich funkčnej zdatnosti, zníženou bolesťou chrbta a podobne (Hollein a kol. 2017; Salonna a kol. 2015; Lubans a kol., 2011; Sjolie 2000).

Popri iných faktoroch predstavuje prostredie ďalší súbor faktorov, ktoré sú vo vzťahu s fyzickou aktivitou školákov (v okolí bydliska, školy a pod.). Jeho viaceré charakteristiky ako jednoduchý prístup k parkom alebo iným rekreačným zariadeniam a možnosti k cvičeniu boli v minulosti dané do vzťahu k vykonávaniu fyzickej aktivity (Cerin a kol. 2018; Bauman a kol. 2012; Sallis a kol. 2000). Vďaka atraktivite už existujúceho prostredia, v ktorom mladí ľudia žijú svoje každodenné životy alebo vytvorením/úpravou nového priestoru, ktoré nabáda mladých byť aktívnymi a podporuje ich k pohybu, dokážu následne školáci prispieť aj k zlepšeniu aktívneho trávenia svojho voľného času (Adolescent obesity and related behaviours: trends and inequalities in the WHO European Region, 2002–2014, 2017).

K psychologickým faktorom, ktoré sú sledované vo vzťahu k fyzickej aktivite dospievajúcich patrí i motivácia a prekážky k vykonávaniu fyzickej aktivity, ktorá je u chlapcov a dievčat spravidla rozdielna (Kopcakova a kol. 2015; Iannotti a kol. 2012). Napríklad u slovenských a českých školákov motívy „dobrého dieťaťa“ a výkonové motívy súviseli s vykonávaním fyzickej aktivity ako u chlapcov, tak aj u dievčat, zatiaľ čo zdravotné motívy súviseli s dostatočnou fyzickou aktivitou len u chlapcov a sociálne motívy len u dievčat (Kopcakova a kol. 2015).

V neposlednom rade je jednou z možných príčin „inaktivity“ u školákov nadmerné sledovanie televízie a trávenie voľného času pri počítači. V súčasnosti sa odborníci zhodujú, že pre zdravý vývin školákov by sa pasívnemu tráveniu voľného času nemali venovať viac ako dve hodiny denne (Livingstone a kol. 2011; Bar-On a kol. 2001). Už dve až tri hodiny denne pri počítači (práca s počítačom alebo hranie počítačových hier) súviselo u školákov s vyšším výskytom bolesti hlavy či podráždenosťou; ak pri počítači alebo televízií strávili viac ako 3 hodiny denne, pridal sa i vyšší výskyt bolesti chrbta, problémy so spánkom, pocit úzkosti či nervozity (Brindová a kol. 2015).

## Charakteristika vzorky

V rámci zberu údajov štúdie Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) boli v roku 2018 realizované aj doplňujúce merania (merania telesnej výšky, telesnej hmotnosti, zloženia tela, funkčnej zdatnosti). Pre tieto účely bolo z celkovej vzorky HBSC štúdie vybraných 10 % základných škôl. Výskumný súbor školákov tak tvorilo 1085 školákov 5. až 9.ročníka z dvanástich základných škôl na Slovensku (v Košiciach,

Banskej Bystrici, Nitre a ich okolí) v cieľovej vekovej skupine 11 až 15 rokov. Po vyčistení databázy od chybových dotazníkov (ovplyvňovanie pri vypĺňaní, neuvedené pohlavie a pod.) a vylúčení žiakov mladších ako 11 rokov a starších ako 15 rokov zostalo v nami sledovanom súbore 888 žiakov vo veku 11 až 15 rokov (priemerný vek 12,97; 56,0 % chlapcov; tab. 43).

Tabuľka 43: Charakteristika dotazníkového súboru (n = 888)

Vek	Chlapci		Dievčatá		Spolu	
	N	%	N	%	N	%
11-roční	78	53,4	68	46,6	146	100,0
12-roční	112	56,3	87	43,7	199	100,0
13-roční	109	52,4	99	47,6	208	100,0
14-roční	120	58,3	86	41,7	206	100,0
15-roční	78	60,5	51	39,5	129	100,0

## Organizácia zberu údajov

Zber údajov prebehol v máji a júni 2018 na dvanástich oslovených základných školách v Košiciach, Banskej Bystrici, Nitre a ich okolí. Počas prvej vyučovacej hodiny školáci vyplnili online HBSC dotazník. Následne sa presunuli do telocvične, kde boli rozdelení do dvoch skupín na základe pohlavia. Počas druhej vyučovacej

hodiny obe skupiny absolvovali doplňujúce merania (meranie telesnej výšky, telesnej hmotnosti, zloženia tela, funkčnej zdatnosti), a zároveň vyplnili doplňujúci dotazník zameraný na aktívny životný štýl.

*Podľa mňa sú dnešné deti na tom dosť zle s pohybom a kondíciou, keďže väčšinu času presedia niekde doma, alebo niekde s telefónom v ruke.*

*Dievča, 15 rokov.*

## Antropometrické parametre

Základné priemerné hodnoty antropometrických parametrov sledovaných HBSC súborov chlapcov a dievčat uvádzame v tabuľkách 44 a 45.

Tabuľka 44: Antropometrické parametre HBSC súboru chlapcov (n=497)

	N	Telesná výška		Telesná hmotnosť		BMI		Percento tuku	
		Σ	SD	Σ	SD	Σ	SD	Σ	SD
11-roční	78	150,95	8,16	42,90	11,64	18,62	3,97	21,41	9,67
12-roční	112	156,98	10,25	49,31	14,08	19,69	3,92	20,33	9,70
13-roční	109	163,87	8,58	54,51	11,95	20,21	3,76	17,91	9,70
14-roční	120	170,65	7,97	61,19	14,42	20,87	4,01	16,11	8,37
15-roční	78	175,62	8,40	65,44	15,95	21,11	4,40	14,23	8,67

Tabuľka 45: Antropometrické parametre HBSC súboru dievčat (n=391)

	N	Telesná výška		Telesná hmotnosť		BMI		Percento tuku	
		Σ	SD	Σ	SD	Σ	SD	Σ	SD
11-ročné	68	152,96	6,48	45,04	10,50	19,11	3,52	23,67	9,07
12-ročné	87	158,71	7,30	49,19	11,25	19,43	3,87	22,18	8,23
13-ročné	99	159,99	7,10	51,66	9,36	20,14	3,25	23,70	8,31
14-ročné	86	165,11	6,70	57,21	10,35	21,04	3,97	25,80	8,80
15-ročné	51	163,97	5,47	56,28	10,66	20,89	3,67	25,21	8,11

## Telesná výška

**Popis indikátora:** Na meranie telesnej výšky sme použili Antropometer A-226 (TRYSTOM spol. s. r. o.). Pri meraní sme postupovali podľa metódy merania výškových rozmerov nasledovne (Kopecký, Krejčovský a Švarc 2013): pred meraním zaujali probandi aktívny vzpriamený postoj, ktorý udržiavali počas celej doby merania. Probandi sa postavili chrbtom ku kolmej stene (bez lištového obloženia na podlahe) s päťami a špičkami chodidiel pri sebe. Steny sa dotýkali päťami, zadkom a lopatkami s hlavou orientovanou v tzv. Frankfurtskej horizontále.

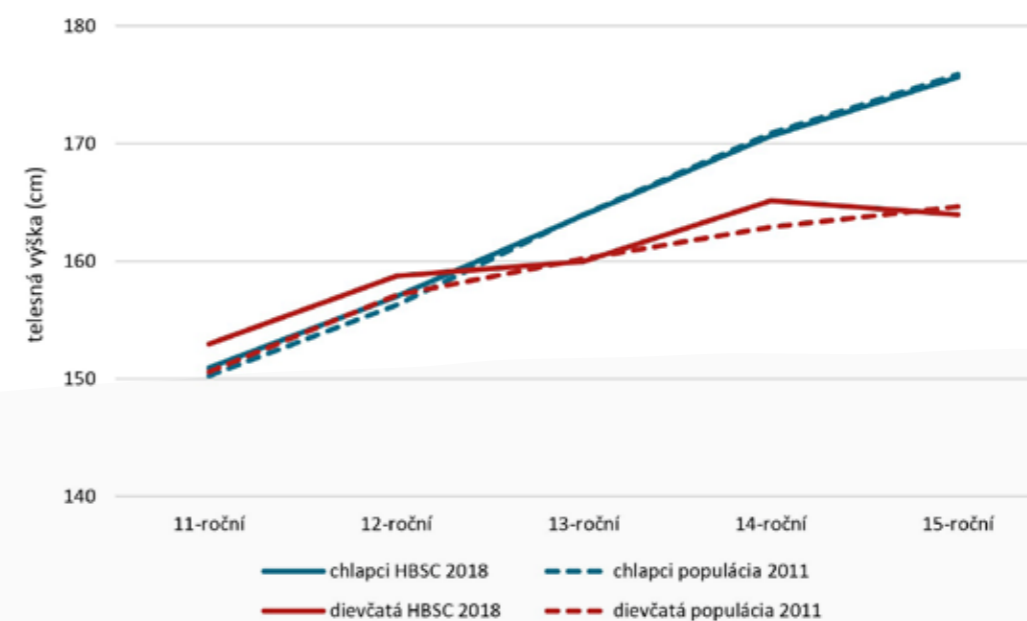
Prezentované sú priemerné hodnoty telesnej výšky chlapcov a dievčat. Rodové rozdiely sme overovali t-testom v každej vekovej kategórii zvlášť. Rozdiely medzi vekovými skupinami sme overovali analýzou ANOVA zvlášť v skupine chlapcov a dievčat.

**Výskyt:** Priemerné hodnoty telesnej výšky chlapcov v jednotlivých vekových kategóriách boli porovnateľné s hodnotami slovenskej populácie z roku 2011 (Úrad verejného zdravotníctva SR 2011) s maximálnym rozdielom 0,73 cm vo vekovej kategórii 12-ročných (12-roční chlapci HBSC súboru viac; obr. 222). V súbore dievčat sme zaznamenali vyššie priemerné hodnoty v porovnaní so slovenskou populáciou v súboroch 11, 12 a 14-ročných dievčat (o 2,36 cm, 1,63 cm a 2,2 cm viac v HBSC súbore dievčat). V súboroch 13 a 15-ročných dievčat sme zistili priemerné hodnoty telesnej výšky porovnateľné so slovenskou populáciou (o 0,21 cm, resp. 0,67 cm menej v HBSC súbore dievčat; obr. 222).

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 13, 14 a 15 rokov boli vyšší v porovnaní s dievčatami v týchto vekových kategóriách.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Telesná výška chlapcov i dievčat kontinuálne stúpala s vekom a vekové rozdiely sme potvrdili v skupinách chlapcov medzi všetkými vekovými kategóriami a v skupinách dievčat medzi 11 a 12-ročnými a medzi 13 a 14-ročnými dievčatami.

Obrázok 222: Porovnanie priemerných hodnôt telesnej výšky HBSC súborov chlapcov a dievčat so slovenskou populáciou z roku 2011



# Telesná hmotnosť

**Popis indikátora:** Meranie telesnej hmotnosti (kg), výpočet Body Mass Indexu (BMI) a percenta tuku (%) prebehlo súčasne počas bioimpedančnej analýzy zloženia tela (BIA) prístrojom InBody 230 (Biospace Co., Ltd.). Pri analýze sme postupovali podľa návodu výrobcu (InBody 230 User's Manual; obr. 224).

Školáci boli pred meraním inštruovaní, aby boli oblečení maximálne v tričku a nohaviciach, prípadne sukni. Východisková hmotnosť bola nastavená na -0,5 kg zohľadňujúc to, že sme školákov nevážili v spodnej bielizni. Školáci dostali hneď po absolvovaní analýzy výsledky analýzy v tlačenej forme (pozri Príloha).

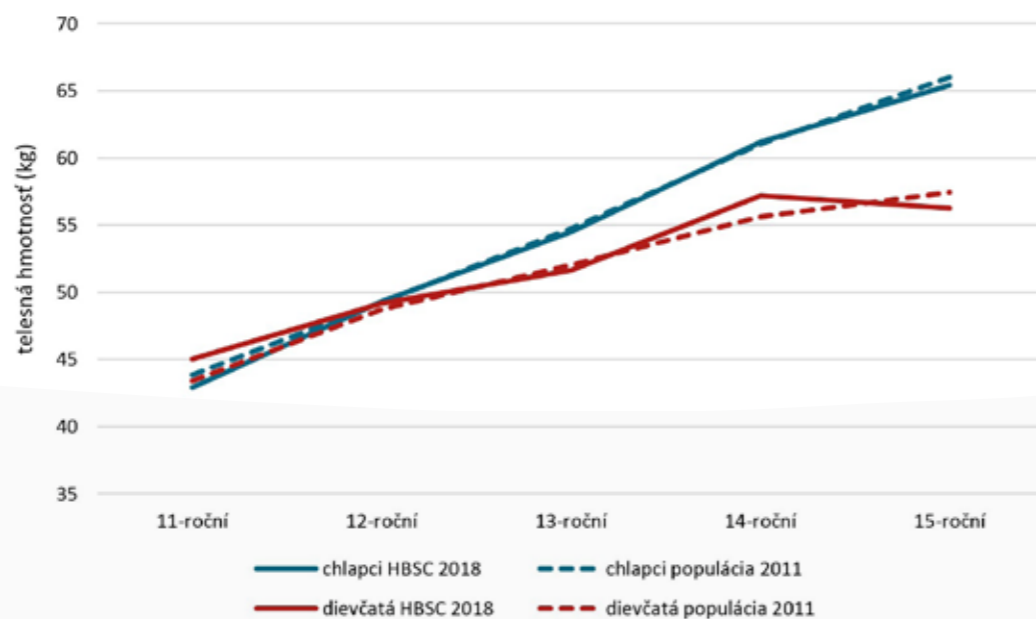
Prezentované sú priemerné hodnoty telesnej hmotnosti chlapcov a dievčat. Rodové rozdiely sme overovali t-testom v každej vekovej kategórii zvlášť. Rozdiely medzi vekovými skupinami sme overovali analýzou ANOVA zvlášť v skupine chlapcov a dievčat.

**Výskyt:** Priemerné hodnoty telesnej hmotnosti chlapcov aj dievčat sa výrazne nelíšili od priemerných hodnôt slovenskej populácie z roku 2011 (Úrad verejného zdravotníctva SR 2011). Najväčší rozdiel medzi nami sledovaným súborom chlapcov a populačným súborom z roku 2011 sme zistili v kategórii 11-ročných (o 0,95 kg menej v HBSC súbore chlapcov) a najmenší rozdiel medzi súbormi 12-ročných (o 0,01 kg viac v HBSC súbore chlapcov). V súbore dievčat bol najväčší rozdiel medzi 11-ročnými (o 1,31 kg viac v HBSC súbore dievčat) a najmenší medzi 13-ročnými (o 0,39 kg menej v HBSC súbore dievčat; obr. 223).

**Rodové rozdiely:** Chlapci vo veku 14 a 15 rokov mali vyššiu telesnú hmotnosť v porovnaní s dievčatami v tomto veku.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Telesná hmotnosť chlapcov sa kontinuálne s vekom zvyšovala. Zaznamenané rozdiely v hmotnostných prírastkoch boli štatisticky významné len medzi 11 a 12-ročnými a 13 a 14-ročnými chlapcami. V súbore dievčat sme rozdiel v priemernej hmotnosti zaznamenali medzi 13 a 14-ročnými (14-ročné dievčatá o 5,55 kg viac).

Obrázok 223: Porovnanie priemerných hodnôt telesnej hmotnosti HBSC súborov chlapcov a dievčat so slovenskou populáciou z roku 2011



Obrázok 224: Školáci skúmajúci prístroj InBody 230 počas zberu údajov HBSC štúdie



Obrázok 225: Administrácia Ruffierovho testu



*Všade, kde sa pozriem sú chlapci s nadváhou.  
Chlapec, 15 rokov.*

# Body Mass Index (BMI)

**Popis indikátora:** Meranie telesnej hmotnosti (kg), výpočet Body Mass Indexu (BMI) a percenta tuku (%) prebehlo súčasne počas bioimpedančnej analýzy zloženia tela (BIA) prístrojom InBody 230 (Biospace Co., Ltd.). Pri analýze sme postupovali podľa návodu výrobcu (InBody 230 User's Manual; obr. 224).

Školáci boli pred meraním inštruovaní, aby boli oblečení maximálne v tričku a nohaviciach, prípadne sukni. Východisková hmotnosť bola nastavená na -0,5 kg zohľadňujúc to, že sme školákov nevážili v spodnej bielizni. Školáci dostali hneď po absolvovaní analýzy výsledky analýzy v tlačenej forme (pozri Príloha).

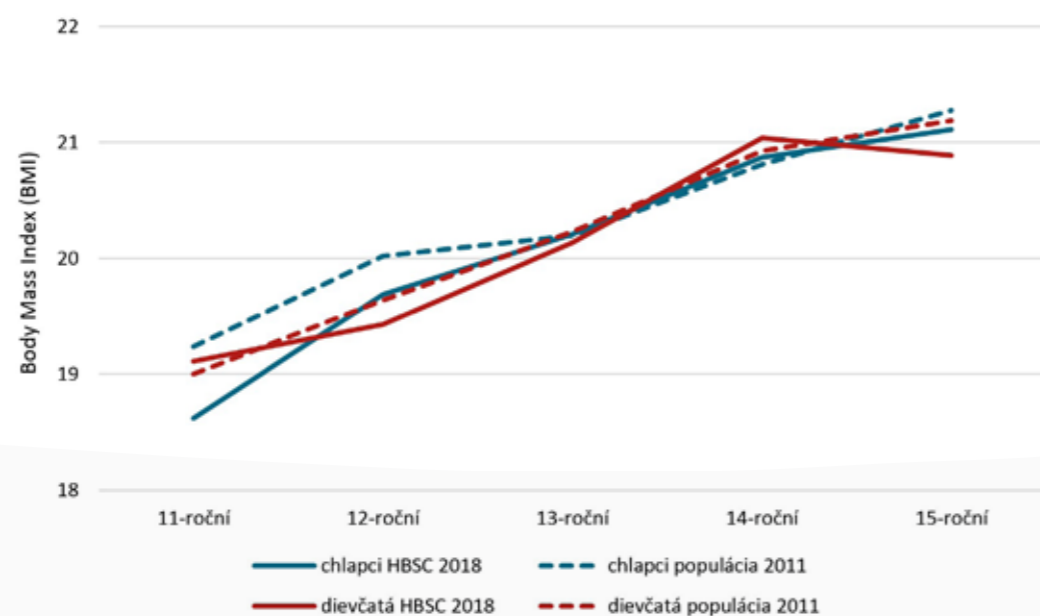
Prezentované sú priemerné hodnoty BMI chlapcov a dievčat. Rodové rozdiely sme overovali t-testom v každej vekovej kategórii zvlášť. Rozdiely medzi vekovými skupinami sme overovali analýzou ANOVA zvlášť v skupine chlapcov a dievčat.

**Výskyt:** Priemerné hodnoty BMI chlapcov a dievčat nami sledovaného súboru sa výrazne nelíšili od priemerných hodnôt slovenskej populácie pričom prirodzene dochádzalo k postupnému nárastu priemerných hodnôt s vekom. V súbore chlapcov boli rozdiely oproti populačnému súboru o čosi výraznejšie. Najväčší rozdiel sme zaznamenali medzi súbormi 11-ročných chlapcov (o 0,62 kg.m<sup>-2</sup> viac v HBSC súbore chlapcov) a 12-ročných chlapcov (o 0,33 kg.m<sup>-2</sup> menej v HBSC súbore chlapcov). Medzi súbormi 13, 14 a 15-ročných chlapcov boli rozdiely malé (0,01 kg.m<sup>-2</sup> a 0,06 kg.m<sup>-2</sup> viac, resp. o 0,17 kg.m<sup>-2</sup> menej v HBSC súbore chlapcov). Medzi súbormi dievčat bol najväčší rozdiel medzi 15-ročnými (o 0,3 kg.m<sup>-2</sup> menej v HBSC súbore dievčat). V ostatných vekových kategóriách sa rozdiely pohybovali v rozmedzí od -0,21 kg.m<sup>-2</sup> až po 0,11 kg.m<sup>-2</sup> z pohľadu HBSC súboru dievčat.

**Rodové rozdiely:** Priemerné hodnoty BMI chlapcov a dievčat sa navzájom výrazne nelíšili.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Rozdiely medzi vekovými skupinami sme nepotvrdili.

Obrázok 226: Porovnanie priemerných hodnôt BMI HBSC súborov chlapcov a dievčat so slovenskou populáciou z roku 2011



# Percento tuku

**Popis indikátora:** Meranie telesnej hmotnosti (kg), výpočet Body Mass Indexu (BMI) a percenta tuku (%) prebehlo súčasne počas bioimpedančnej analýzy zloženia tela (BIA) prístrojom InBody 230 (Biospace Co., Ltd.). Pri analýze sme postupovali podľa návodu výrobcu (InBody 230 User's Manual; obr. 224).

Školáci boli pred meraním inštruovaní aby boli oblečení maximálne v tričku a nohaviciach, prípadne sukni. Východisková hmotnosť bola nastavená na -0,5 kg zohľadňujúc to, že sme školákov nevážili v spodnej bielizni. Školáci dostali hneď po absolvovaní analýzy výsledky analýzy v tlačenej forme (pozri Príloha).

Prezentované sú priemerné hodnoty percenta tuku, a tiež percentuálne zastúpenie školákov s rizikovým množstvom telesného tuku ( $\geq 25\%$  u chlapcov a  $\geq 30\%$  u dievčat; Marques-Vidal, Marcelino, Ravasco, Camilo a Oliveira 2008; Sweeting 2007). Rodové rozdiely sme overovali t-testom v každej vekovej kategórii zvlášť. Rozdiely medzi vekovými skupinami sme overovali analýzou ANOVA zvlášť v skupine chlapcov a dievčat.

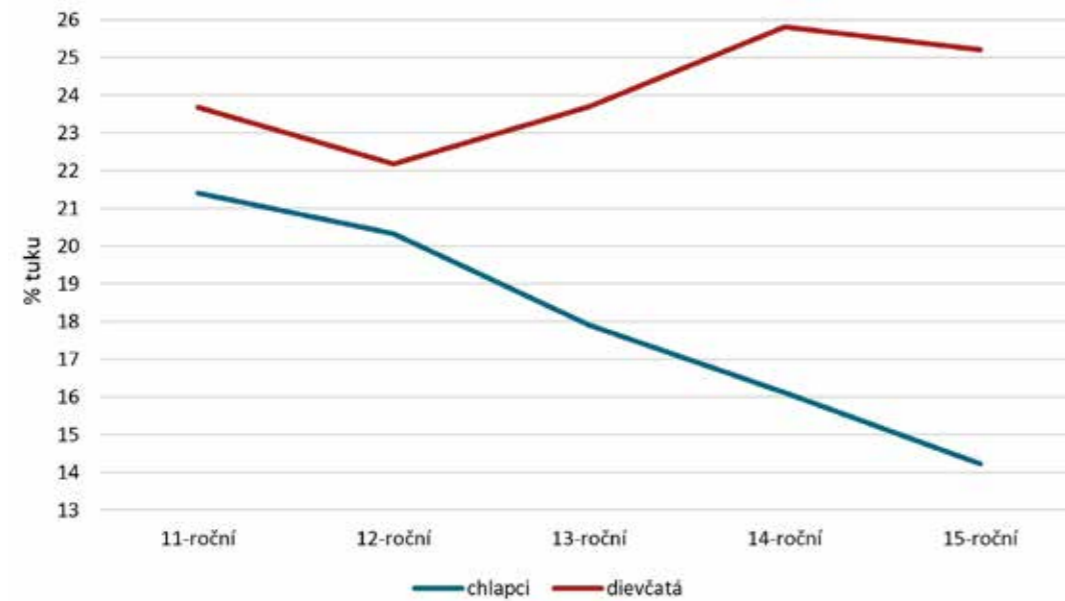
**Výskyt:** V prípade percenta tuku sme zaznamenali v súbore chlapcov znižovanie jeho priemernej hodnoty s vekom (z 21,41 % u 11-ročných na 14,23 % u 15-ročných). V súbore dievčat sme zaznamenali opačný trend (z 23,67 % u 11-ročných na 25,21 % u 15-ročných) s medzročným znížením % tuku medzi 11 a 12-ročnými dievčatami (12-ročné dievčatá o 1,5 % menej).

Pri použití pevne stanovenej hranice percenta tuku na identifikáciu rizikového množstva telesného tuku v nami sledovaných súborech chlapcov a dievčat ( $\geq 25\%$  u chlapcov a  $\geq 30\%$  u dievčat), malo rizikové množstvo telesného tuku 13 až 31 % chlapcov a 18 až 31 % dievčat. V rámci jednotlivých vekových kategórií bolo najviac chlapcov a dievčat s rizikovým množstvom telesného tuku v kategórii 11-ročných (po 31 % chlapcov aj dievčat).

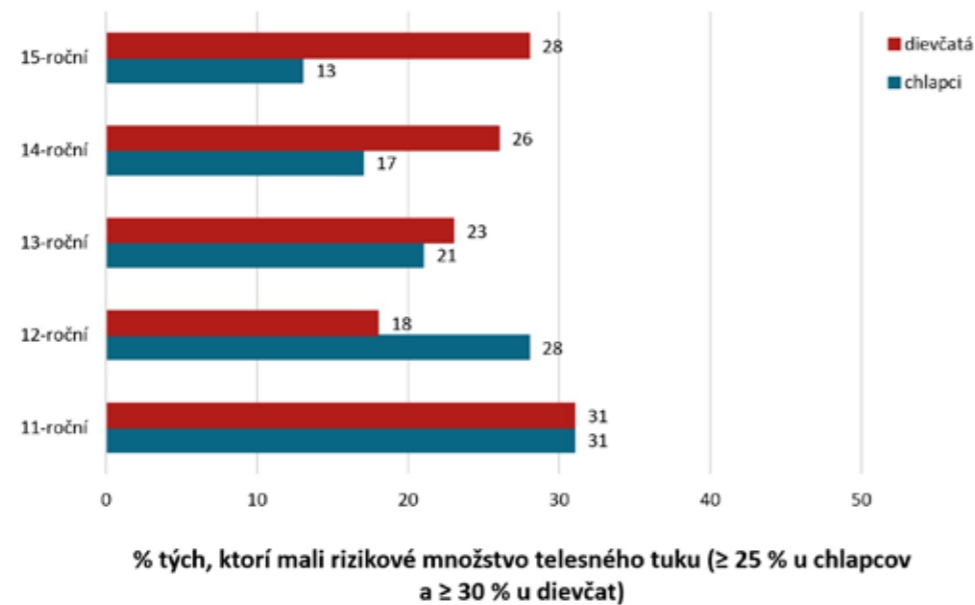
**Rodové rozdiely:** Dievčatá mali vyššie percento tuku v porovnaní s chlapcami. Štatisticky významné rozdiely sme zaznamenali medzi 12 a 13-ročnými, 13 a 14-ročnými, 14 a 15-ročnými chlapcami a dievčatami: dievčatá mali vyššie percento tuku ako chlapci.

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší chlapci (vo veku 11 rokov) mali vyššie percento tuku v porovnaní so staršími chlapcami (vo veku 14 a 15 rokov). Rozdiely medzi vekovými skupinami dievčat v percente tuku sme nepotvrdili.

Obrázok 227: Porovnanie priemerných hodnôt percenta tuku súborov chlapcov a dievčat



Obrázok 228: Percentuálne zastúpenie chlapcov a dievčat s rizikovým množstvom telesného tuku



## Funkčná zdatnosť

**Popis indikátora:** Úroveň funkčnej zdatnosti sme hodnotili Ruffierovým indexom (RI) vypočítaným z nameraných hodnôt pulzovej frekvencie v pokoji pred Ruffierovým testom (P0), po vykonaní 30 drepov v priebehu 45 sekúnd za zvuku metronómu (P1) a po jednej minúte oddychu v sede (P2). Ruffierov test (RT) sme modifikovali v spôsobe merania pulzovej frekvencie (pôvodné palpačné meranie sme nahradili meraním prostredníctvom monitorov pulzovej frekvencie SUUNTO DUAL) a v dĺžke telesného a mentálneho pokoja pred testom (z pôvodných 30 minút na 3 minúty pokoja v sede a to z časových dôvodov). Namerané hodnoty pulzovej frekvencie sme dosadili do vzorca:

$$RI = ((P0+P1+P2)-200)/10$$

Testy normality rozloženia dát potvrdili normálnu distribúciu hodnôt RI v nami sledovanom súbore tak pre chlapcov a dievčatá, ako aj pre každú vekovú kategóriu zvlášť.

Prezentované sú priemerné hodnoty RI. Rodové rozdiely sme overovali t-testom v každej vekovej kategórii zvlášť. Rozdiely medzi vekovými skupinami sme overovali analýzou ANOVA zvlášť v skupine chlapcov a dievčat.

**Výskyt:** Priemerné hodnoty funkčnej zdatnosti boli u 11, 12 a 15-ročných chlapcov na slabej úrovni a u 13 a 14-ročných chlapcov na podpriemernej úrovni. U dievčat boli priemerné hodnoty funkčnej zdatnosti 11, 12, 14 a 15-ročných na podpriemernej úrovni a u 13-ročných na priemernej úrovni.

**Rodové rozdiely:** V každej vekovej skupine dosahovali chlapci nižšie hodnoty Ruffierovho indexu. Štatisticky významné rozdiely sme zaznamenali medzi 11-ročnými, 14-ročnými a 15-ročnými chlapcami a dievčatami

**Rozdiely medzi vekovými skupinami:** Mladší chlapci (vo veku 12 rokov) dosiahli významne rozdielnu hodnotu Ruffierovho indexu v porovnaní so staršími chlapcami (vo veku 13, 14 a 15 rokov). Rozdiely medzi vekovými skupinami dievčat sme nepotvrdili.

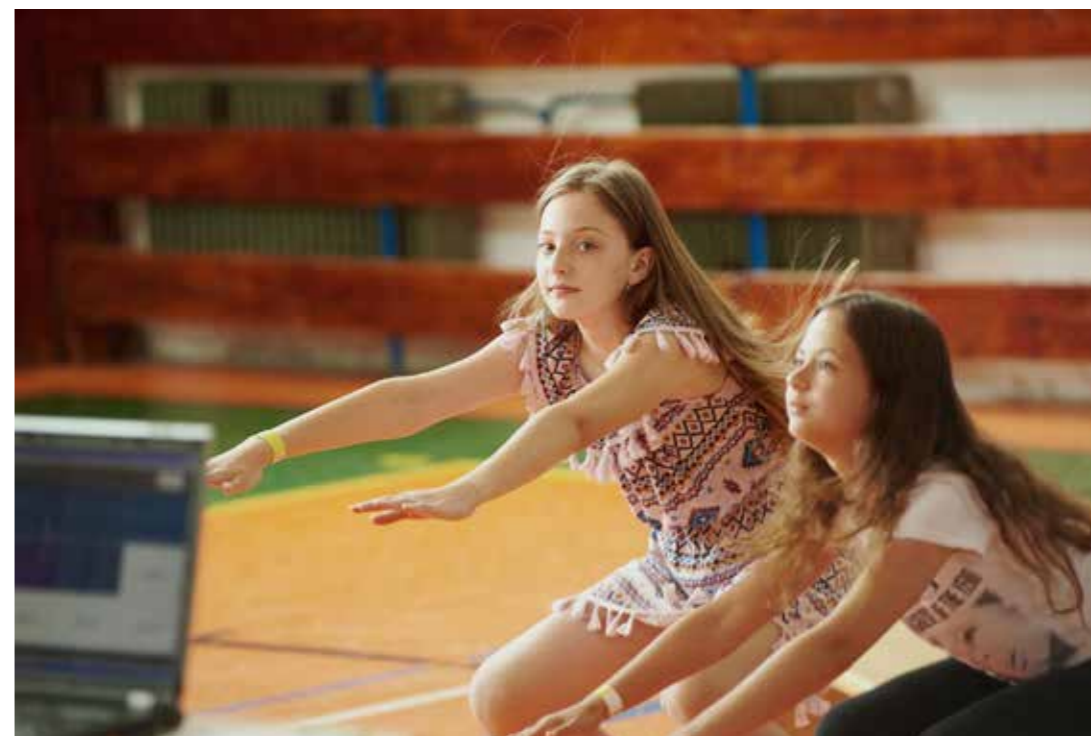
Tabuľka 46: Priemerné hodnoty Ruffierovho indexu chlapcov a dievčat

Pohlavie	Vek	N	$\Sigma$	SD
Chlapci	11	78	14,55	4,06
	12	112	15,51	4,41
	13	109	13,38	3,84
	14	120	13,15	4,29
	15	78	13,08	4,80
Dievčatá	11	68	15,92	3,92
	12	87	15,73	4,32
	13	99	14,21	4,47
	14	86	15,0	4,35
	15	51	15,03	3,53

Obrázok 229: Nasadzovanie hrudného pásu s monitorom srdcovej frekvencie



Obrázok 231: Vykonávanie 30 drepov počas Ruffierovho testu



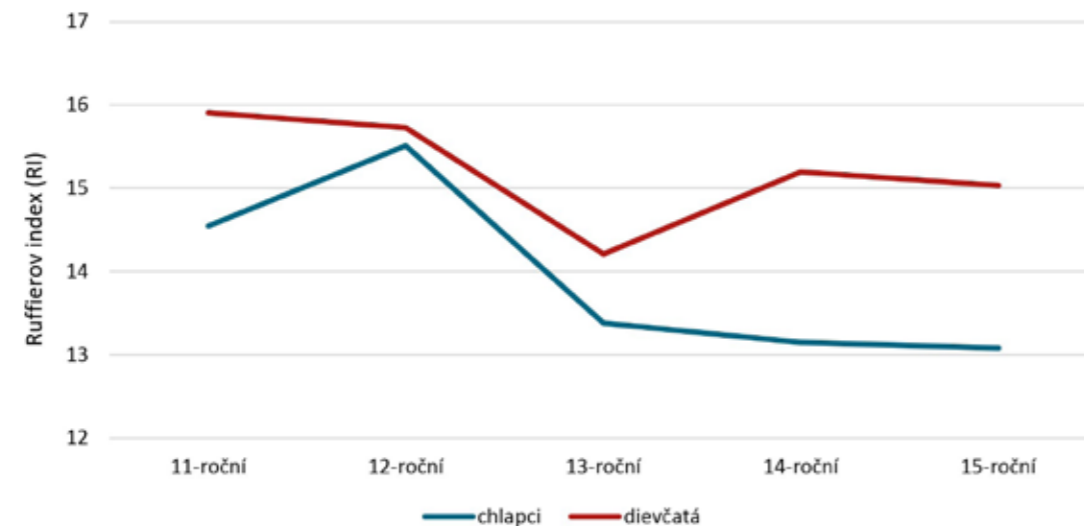
Obrázok 230: Nasadzovanie hrudného pásu s monitorom srdcovej frekvencie



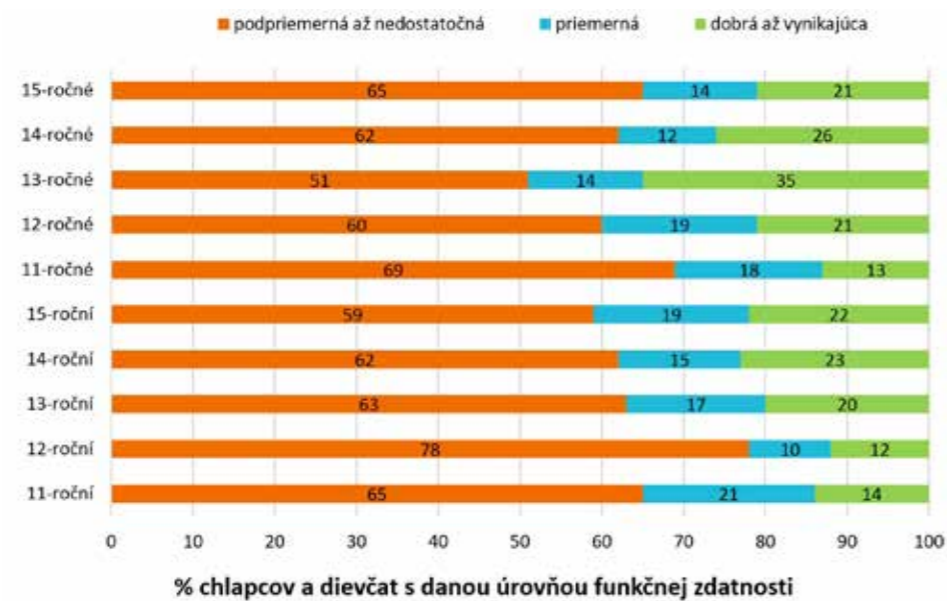
Obrázok 232: Vykonávanie 30 drepov počas Ruffierovho testu



Obrázok 233: Porovnanie priemerných hodnôt Ruffierovho indexu chlapcov a dievčat



Obrázok 234: Distribúcia chlapcov a dievčat podľa úrovne funkčnej zdatnosti



## Aktívny transport – cesta do školy (čas)

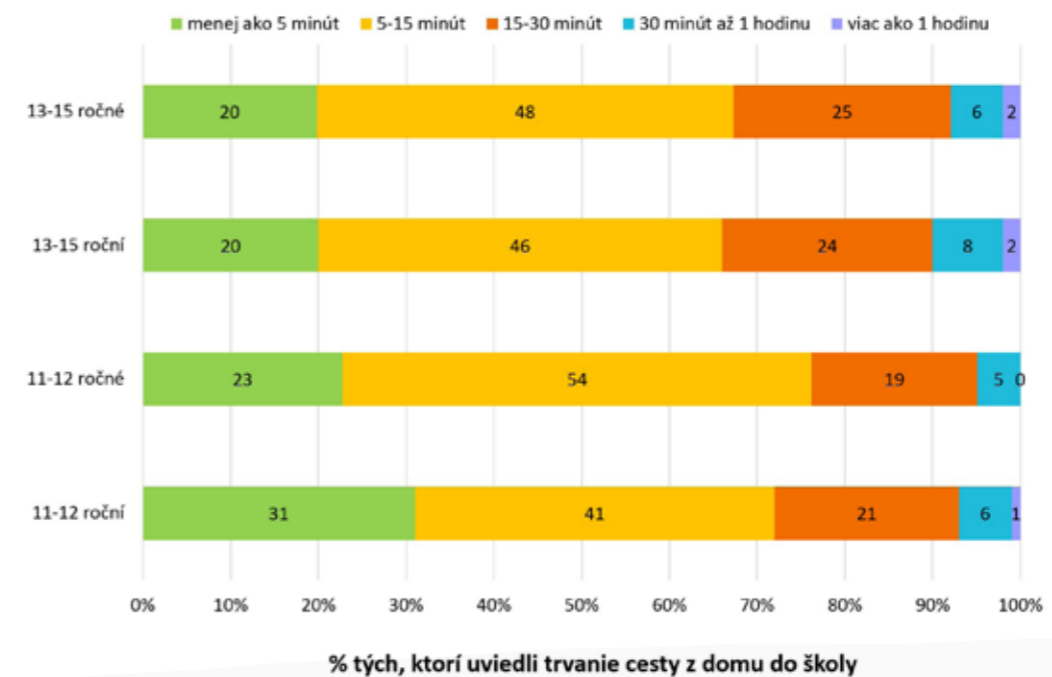
**Popis indikátora:** Ako dlho Ti zvyčajne trvá cesta z domu do školy?

- Menej ako 5 minút
- 5-15 minút
- 15-30 minút
- 30 minút až 1 hodinu
- Viac ako 1 hodinu

Prezentovaný je percentuálny výskyt trvania cesty z domu do školy.

**Výskyt:** Väčšine mladších i starších školákov trvá cesta do školy menej ako 15 minút (mladší školáci: 72 % chlapcov a 77 % dievčat, starší školáci: 66 % chlapcov a 68 % dievčat). Približne pätina školákov (20 % starších chlapcov a dievčat až 31 % mladších chlapcov) zvyčajne trvá cesta z domu do školy menej ako 5 minút a približne pätim z 10 školákov (41 % mladších chlapcov až 54 % mladších dievčat) zvyčajne trvá cesta z domu do školy 5-15 minút. Približne pätina školákov (19 % mladších dievčat až 25 % starších dievčat) zvyčajne trvá cesta do školy 15 až 30 minút a iba menej ako jednému z 10 školákov trvá cesta z domu do školy viac ako 30 minút (5 % mladších dievčat až 10 % starších chlapcov).

Obrázok 235: Aktívny transport – cesta do školy (v %)



*Niektorí sú na tom fajn, iní by si mali vstúpiť do svedomia a začať pravidelne športovať, alebo namiesto prevážania autom by si mali zobrať bicykel.*

*Dievča, 13 rokov.*



## Aktívny transport – cesta do školy (spôsob dopravy)

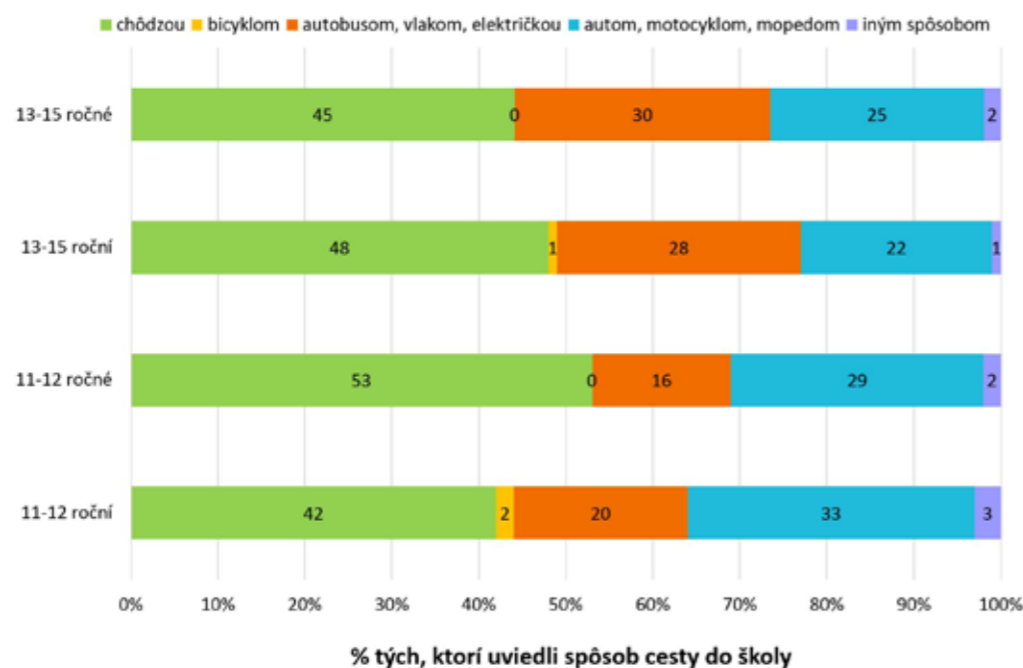
**Popis indikátora:** V bežný deň je hlavná časť Tvojej cesty do školy uskutočnená ...?

- Chôdzou
- Bicyklom
- Autobusom, vlakom, električkou
- Autom, motocyklom, mopedom
- Iným spôsobom

Prezentovaný je percentuálny výskyt rôzneho druhu aktívneho transportu do školy.

**Výskyt:** Aktívny transport do školy využívala polovica školákov: väčšina školákov uskutočňovala cestu do školy chôdzou (42 % mladších a 48 % starších chlapcov; 53 % mladších a 45 % starších dievčat) a výnimočne bicyklom (2 % mladších a 1 % starších chlapcov). Pasívny transport využívala polovica školákov: individuálnu dopravu využívalo (autom motocyklom, mopedom) 33 % mladších a 22 % starších chlapcov; 29 % mladších a 25 % starších dievčat a hromadnú dopravu (autobusom, vlakom, električkou) využívalo 20 % mladších a 28 % starších chlapcov; 16 % mladších a až 30 % starších dievčat.

Obrázok: 236: Aktívny transport – cesta do školy (v %)



## Aktívny transport – cesta zo školy (spôsob dopravy)

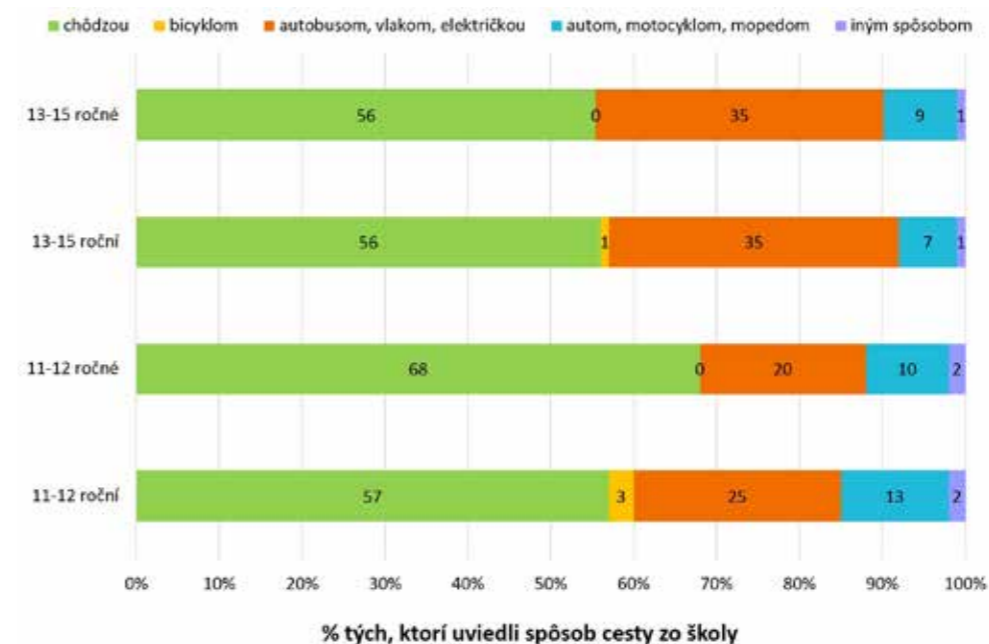
**Popis indikátora:** V bežný deň je hlavná časť Tvojej cesty zo školy uskutočnená ...?

- Chôdzou
- Bicyklom
- Autobusom, vlakom, električkou
- Autom, motocyklom, mopedom
- Iným spôsobom

Prezentovaný je percentuálny výskyt rôzneho druhu aktívneho transportu zo školy.

**Výskyt:** Aktívny transport zo školy využívali približne dve tretiny školákov: väčšina školákov uskutočňovala cestu do školy chôdzou (57 % mladších a 56 % starších chlapcov; 68 % mladších a 56 % starších dievčat) a výnimočne bicyklom (3 % mladších a 1 % starších chlapcov). Pasívny transport využívala menej ako polovica školákov: individuálnu dopravu využívalo (autom motocyklom, mopedom) 13 % mladších a 7 % starších chlapcov; 10 % mladších a 9 % starších dievčat a hromadnú dopravu (autobusom, vlakom, električkou) využívalo 25 % mladších a 35 % starších chlapcov; 20 % mladších a 35 % starších dievčat.

Obrázok 237: Aktívny transport – cesta zo školy (v %)



*Niektoré deti majú dobrú kondičku, ale sú aj také so slabou kondičkou. Športovať asi športujú. Ja mám rád skateboardovanie. Je to veľmi zábavné, a hlavne sa takto dostanem, kam chcem.  
Dievča, 12 rokov.*

# Motivácia k aktívnemu transportu

**Popis indikátora:** Čo by mohlo zlepšiť chodenie peši alebo bicyklovanie do školy alebo čo by Ťa povzbudilo k tomu, aby si šiel/šla do školy peši alebo bicyklom? Uveď, prosím, ako dôležité sú tieto faktory pre Teba. Prosím označ odpoveď pre každý riadok.

- » Nerozbitá cesta pre cestu peši alebo bicyklom
- » Širšie chodníky
- » Menšia premávka
- » Bezpečné miesto na odloženie bicykla v škole
- » Bezpečnejšie miesta na prechod cez cestu
- » Ľudia, s ktorými by som chodil spolu
- » Nemať strach zo šikanovania alebo napadnutia
- » Skrine v škole, kde si môžem nechať veci
- » Bývanie bližšie ku škole
- » Lepšie pouličné osvetlenie
- veľmi dôležité
- dôležité
- nie je dôležité
- nie som si istý/á

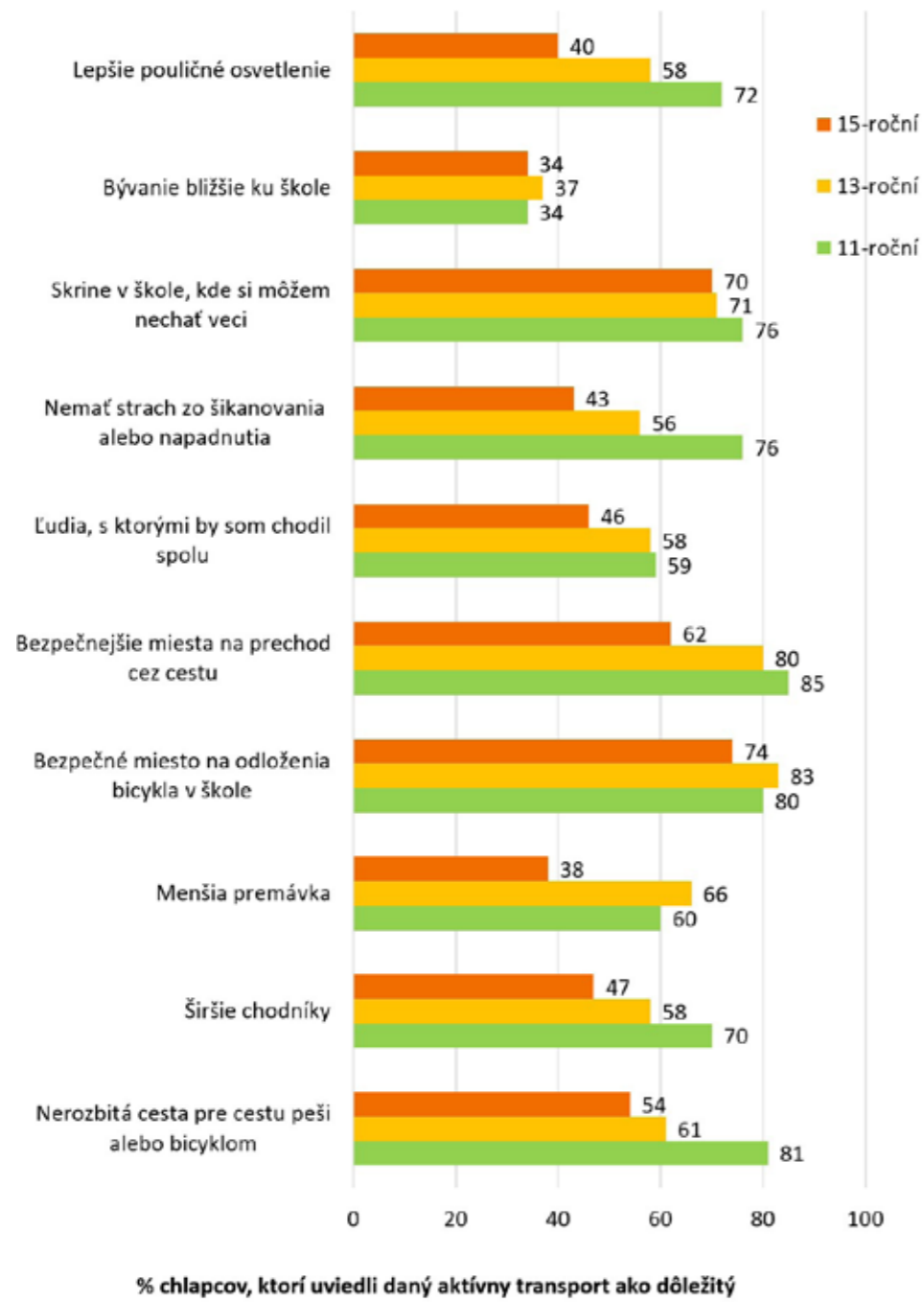
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali veľmi dôležité a dôležité.

**Výskyt:** Až osem z desiatich 11 a 13-ročných chlapcov považovalo za dôležité pre podporu aktívneho transportu, aby boli k dispozícii bezpečnejšie miesta na prechody cez cestu, a aby boli k dispozícii bezpečné miesta na odloženie bicykla v škole. U 15-ročných chlapcov to bolo dôležité pre približne dve tretiny školákov. Približne dve tretiny 11 a 13-ročných chlapcov považuje za dôležité, aby boli širšie chodníky a menšia premávka, u 15-ročných to za dôležité považuje už menej ako polovica chlapcov. Pre 81 % 11-ročných, 61 % 13-ročných a 54 % 15-ročných chlapcov je pre aktívny transport dôležité, aby bola k dispozícii nerozbitá cesta. Nemať strach zo šikanovania alebo napadnutia je dôležité pre 76 % 11-ročných, 56 % 13-ročných a 43 % 15-ročných chlapcov a lepšie pouličné osvetlenie pre 72 % 11-ročných, 58 % 13-ročných a 40 % 15-ročných chlapcov. Skoro rovnako často mladší i starší chlapci menovali ako dôležité bývanie bližšie ku škole (34 % 11-ročných, 37 % 13-ročných a 34 % 15-ročných), aby mali v škole k dispozícii úložný priestor pre veci (76 % 11-ročných, 71 % 13-ročných a 70 % 15-ročných), a aby mali niekoho, s kým by mohli chodiť spolu (59 % 11-ročných, 58 % 13-ročných a 46 % 15-ročných).

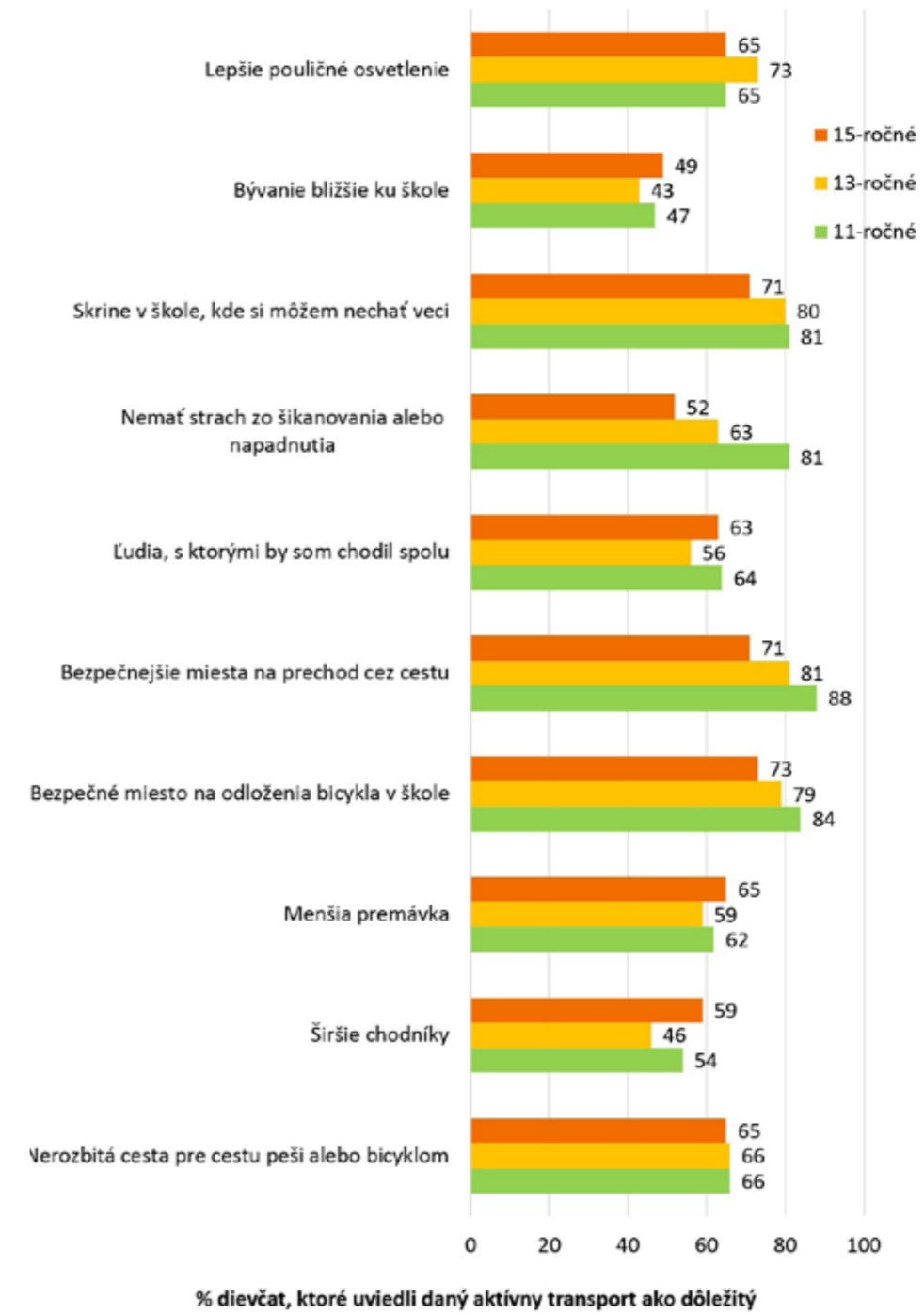
Viac ako 80 % 11-ročných dievčat považovalo za dôležité pre podporu aktívneho transportu, aby mali v škole k dispozícii úložný priestor pre veci, nemali strach zo šikanovania alebo napadnutia, aby boli k dispozícii bezpečnejšie miesta na prechody cez cestu, a aby boli k dispozícii bezpečné miesta na odloženie bicykla v škole. So stúpajúcim vekom boli tieto veci dôležité pre menej dievčat, ale stále pre viac ako polovica z nich. Pre dve tretiny 11, 13 a 15-ročných dievčat je pre aktívny transport dôležité, aby bola k dispozícii nerozbitá cesta. Skoro rovnako často mladšie i staršie dievčatá menovali ako dôležité lepšie pouličné osvetlenie (65 % 11-ročných, 73 % 13-ročných a 65 % 15-ročných), bývanie bližšie ku škole (47 % 11-ročných, 43 % 13-ročných a 49 % 15-ročných), aby mali niekoho, s kým by mohli chodiť spolu (64 % 11-ročných, 56 % 13-ročných a 63 % 15-ročných), menšiu premávku (62 % 11-ročných, 59 % 13-ročných a 65 % 15-ročných) a širšie chodníky (54 % 11-ročných, 46 % 13-ročných a 59 % 15-ročných).



Obrázok 238: Motivácia k aktívnemu transportu (v %) - chlapci



Obrázok 239: Motivácia k aktívnemu transportu (v %) - dievčatá



# Prostredie podporujúce fyzickú aktivitu

**Popis indikátora:** Označ krížikom jeden štvorček v každom riadku, ktorý najviac charakterizuje miesto Tvojho bydliska.

- » Je bezpečné prechádzať sa alebo hrať sa počas dňa v mojom okolí.
- » V blízkosti môjho domova sú aj ďalšie deti, s ktorými sa dá ísť von a hrať sa.
- » V blízkosti môjho domova je miesto, kde môžem ísť von a hrať sa.
- » V blízkosti môjho domova sú ihriská alebo parky, kde sa môžem hrať.
- » V mojej škole sú ihriská, kde môžem behať.
- » Vždy musím povedať mojim rodičom, kde budem, keď idem von.
- » Ak idem von, vždy musím byť späť do určitého času.

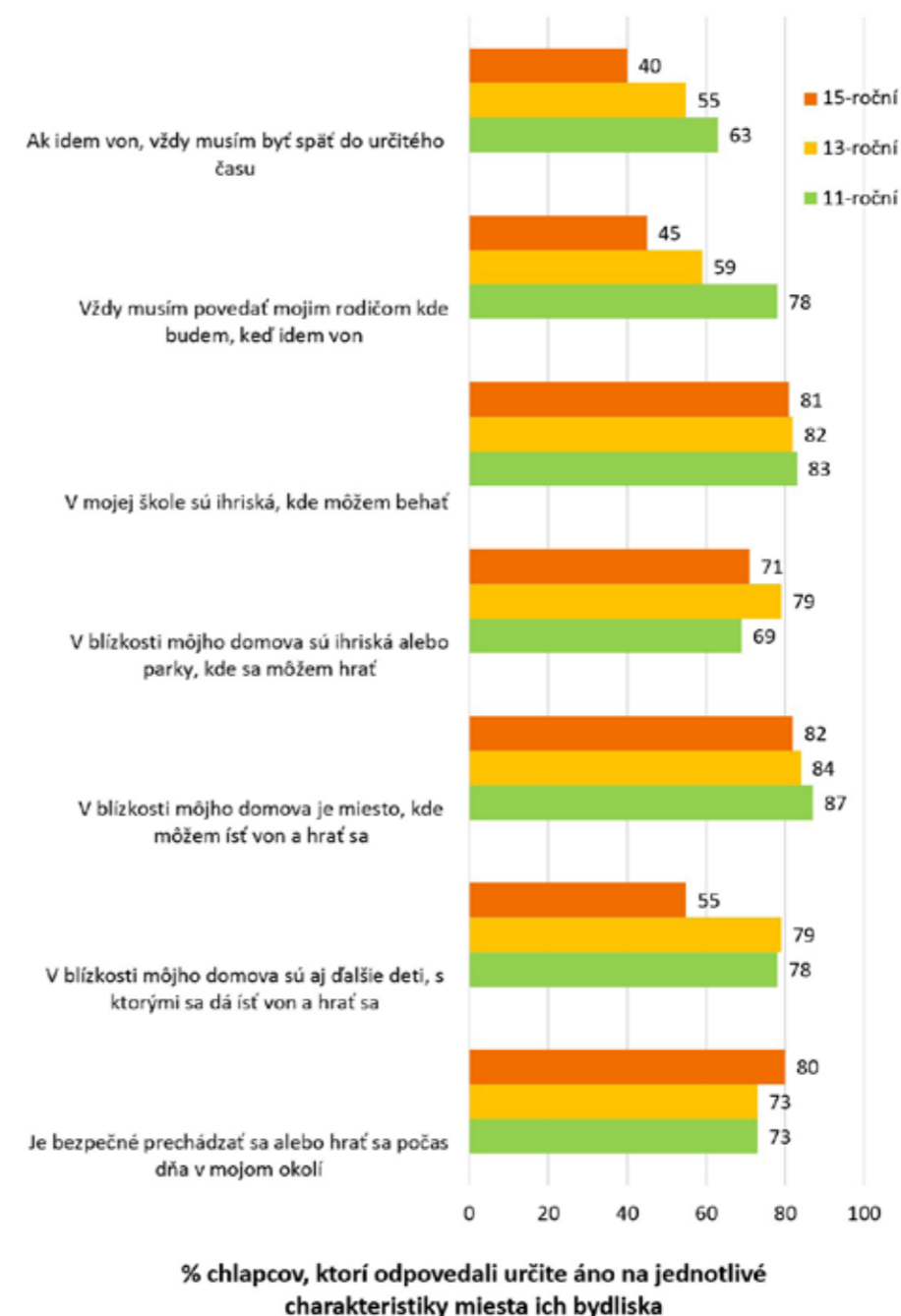
- určite áno
- neviem sa rozhodnúť
- určite nie

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali určite áno.

**Výskyt:** Viac než 80 % 11-, 13 a 15-ročných chlapcov žilo v prostredí, kde je v blízkosti ich domova miesto, kde sa môžu ísť hrať a na ich škole sú ihriská, kde môžu behať. Viac ako dve tretiny chlapcov uviedla, že v blízkosti domova majú ihriská alebo parky, kde sa môžu hrať (69 % 11-ročných, 79 % 13-ročných a 71 % 15-ročných), majú v blízkosti domova aj ďalšie deti, s ktorými sa dá ísť von a hrať sa (78 % 11-ročných, 79 % 13-ročných a 55 % 15-ročných) a je bezpečné sa prechádzať alebo hrať počas dňa (73 % 11-ročných, 73 % 13-ročných a 80 % 15-ročných). Svojim rodičom musia povedať, kde budú, keď idú von 78 % 11-ročných, 59 % 13-ročných a 45 % 15-ročných chlapcov a byť späť do určitého času musí byť 63 % 11-ročných, 55 % 13-ročných a 40 % 15-ročných chlapcov.

Viac ako dve tretiny 11-, 13 a 15-ročných dievčat musí byť späť do určitého času, má v škole ihriská, kde môžu behať a má v blízkosti domova ihriská alebo parky, kde sa môžu hrať. Svojim rodičom musia povedať, kde budú, keď idú von 80 % 11-ročných, 74 % 13-ročných a 65 % 15-ročných dievčat. 91 % 11-ročných, 88 % 13-ročných a 78 % 15-ročných dievčat má v blízkosti ich domova miesto, kde sa môžu ísť hrať a 85 % 11-ročných, 67 % 13-ročných a 60 % 15-ročných dievčat má v blízkosti domova aj ďalšie deti, s ktorými sa dá ísť von a hrať sa. Viac ako polovica dievčat uviedla, že je bezpečné sa prechádzať alebo hrať počas dňa v ich okolí (70 % 11-ročných, 75 % 13-ročných a 58 % 15-ročných).

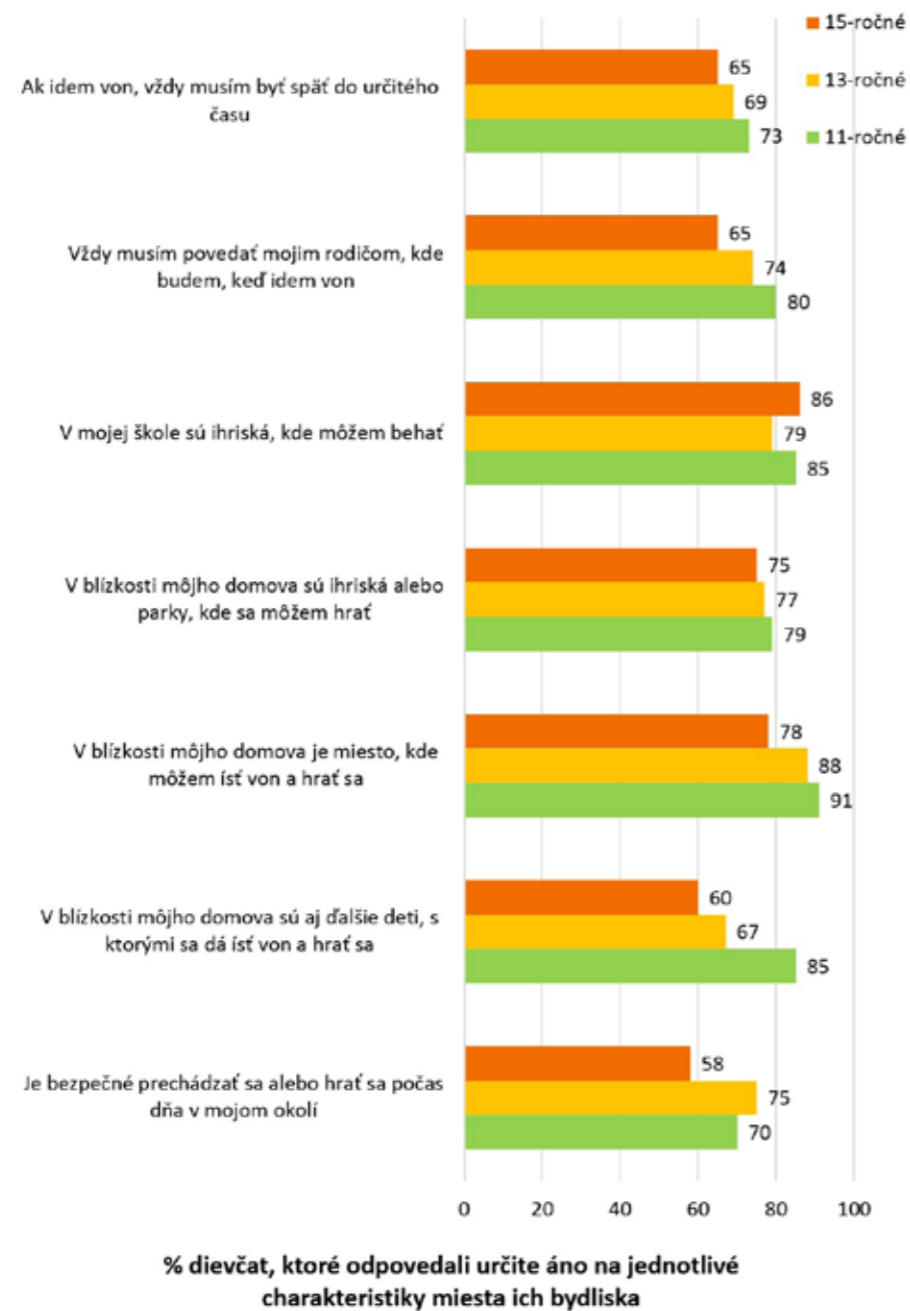
Obrázok 240: Prostredie podporujúce fyzickú aktivitu (v %) - chlapci



*Keby boli postavené nové ihriská, chodili by tam.*

*Dievča, 13 rokov.*

Obrázok 241: Prostredie podporujúce fyzickú aktivitu (v %) – dievčatá



## Motivácia k fyzickej aktivite

**Popis indikátora:** Tu je zoznam dôvodov, ktoré niektorí mladí ľudia udávajú pre účasť na pohybovej aktivite vo svojom voľnom čase. Pre každý dôvod, prosím, zaškrtni, aké je to pre Teba dôležité. Zaškrtni, prosím, jedno políčko pre každý riadok.

- » Zabaviť sa
  - » Byť dobrý/-á v športe
  - » Vyhrať
  - » Zoznámiť sa s novými kamarátmi/kami
  - » Zlepšiť moje zdravie
  - » Vidieť sa s mojimi kamarátmi/kami
  - » Dostať sa do dobrej formy
  - » Vyzeráť dobre
  - » Tešiť sa z pohybu
  - » Potešiť mojich rodičov
  - » Byť „cool“
  - » Udržiavať svoju hmotnosť
  - » Pretože je to vzrušujúce
- veľmi dôležité  
 dôležité  
 nedôležité

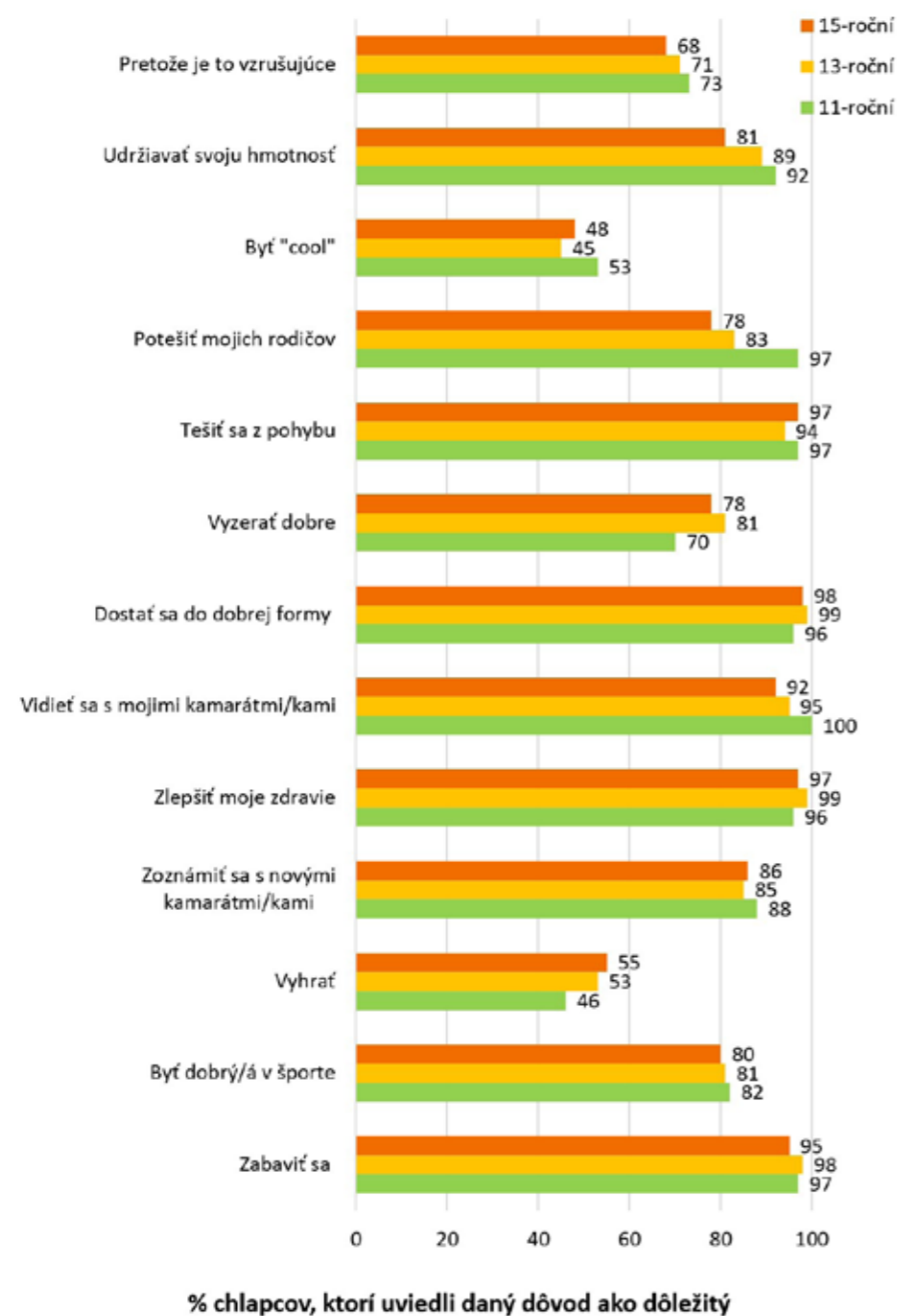
Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali veľmi dôležité a dôležité.

**Výskyt:** Pre viac ako 90 % 11-, 13 a 15-ročných chlapcov je pre účasť na fyzickej aktivite veľmi dôležité tešiť sa z pohybu, dostať sa do dobrej formy, vidieť sa s kamarátmi/kami, zlepšiť svoje zdravie a zabaviť sa. Približne dve tretiny chlapcov robí šport, pretože je to vzrušujúce a zoznámiť sa s novými kamarátmi a byť dobrý v športe motivuje k pohybovej aktivite viac ako 80 % chlapcov (80-88 %). Pre 70 % 11-ročných, 81 % 13-ročných a 78 % 15-ročných chlapcov je pre účasť na fyzickej aktivite veľmi dôležitý vyzerať dobre. Potešiť svojich rodičov uviedlo ako veľmi dôležitý dôvod k fyzickej aktivite 78 % (15-roční) až 97 % (11-roční) školákov, zatiaľ čo udržiavať si svoju hmotnosť 81 % (15-roční) až 92 % (11-roční) chlapcov. Byť „cool“ a vyhrať motivuje k fyzickej aktivite približne polovicu chlapcov (45-55 %).

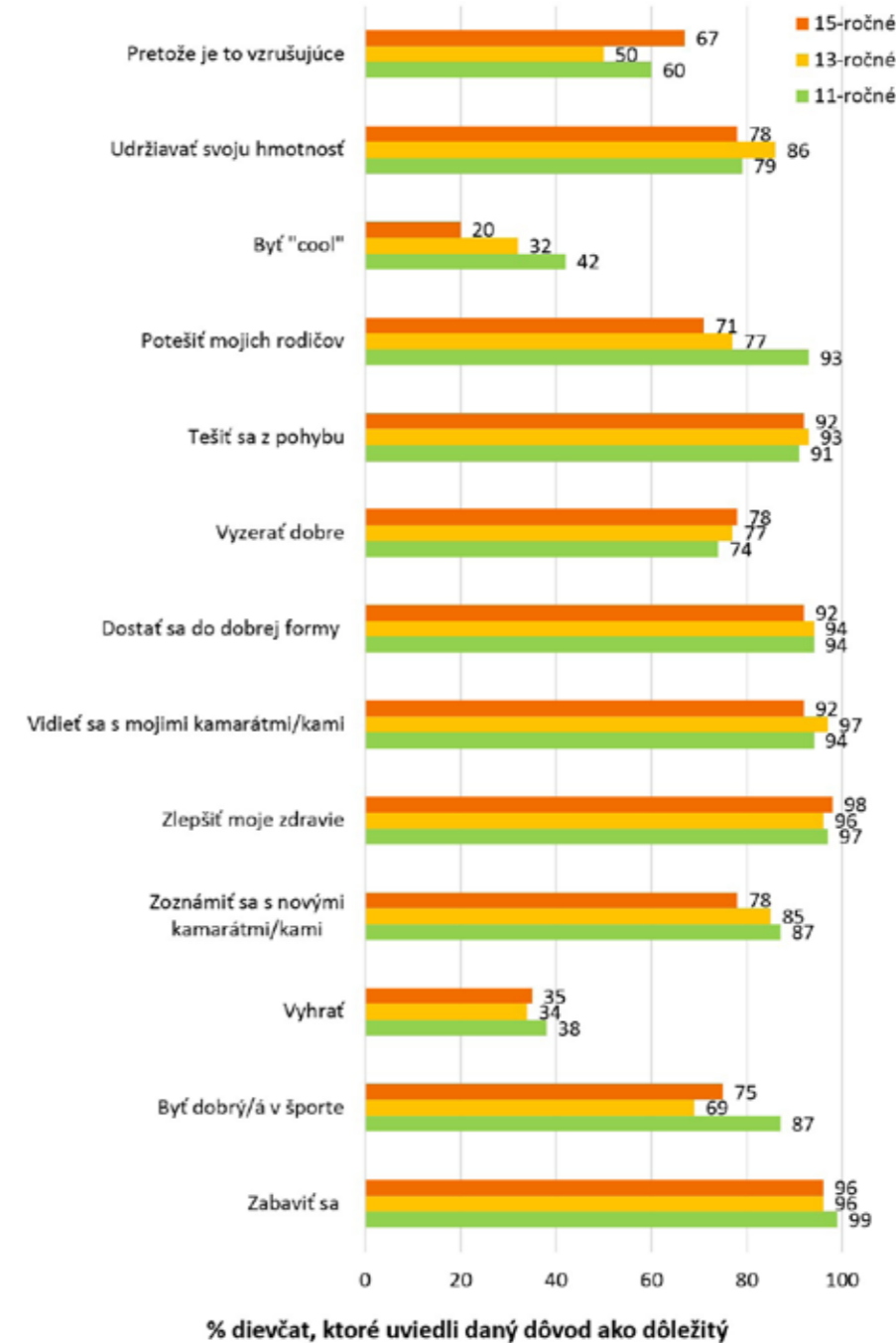
Pre viac ako 90 % 11-, 13 a 15-ročných dievčat je pre účasť na fyzickej aktivite veľmi dôležitý tešiť sa z pohybu, dostať sa do dobrej formy, vidieť sa s kamarátmi/kami, zlepšiť svoje zdravie a zabaviť sa. Približne tri štvrtiny dievčat motivuje k športu to, že si chcú udržiavať svoju hmotnosť a chcú vyzerať dobre (74-86 %). Pre 87 % 11-ročných, 85 % 13-ročných a 78 % 15-ročných dievčat je pre účasť na fyzickej aktivite veľmi dôležitý zoznámiť sa s novými kamarátmi/kami. Potešiť svojich rodičov uviedlo ako veľmi dôležitý dôvod k fyzickej aktivite 71 % (15-ročné) až 93 % (11-ročné) školáčok, zatiaľ čo byť dobrý v športe motivuje 69 % (13-ročné) až 87 % (11-ročné) dievčat. Viac ako polovica dievčat robí šport, pretože je to vzrušujúce (50-67 %). Byť „cool“ a vyhrať motivuje k fyzickej aktivite najmenej dievčat (20-42 %).

*Často hrávam futbal a basketbal. Chodím na krúžky. Hlavne tam chodím kvôli tomu, že tam mám kamarátov.  
Chlapec, 14 rokov.*

Obrázok 242: Motivácia k fyzickej aktivite (v %) – chlapci



Obrázok 243: Motivácia k fyzickej aktivite (v %) – dievčatá



# Prekážky k fyzickej aktivite

**Popis indikátora:** Tu je zoznam prekážok, ktoré Ti môžu brániť byť pohybovo aktívnym/ou. Bráni ti niektorá z uvedených prekážok v zapojení sa do pohybovej aktivity?

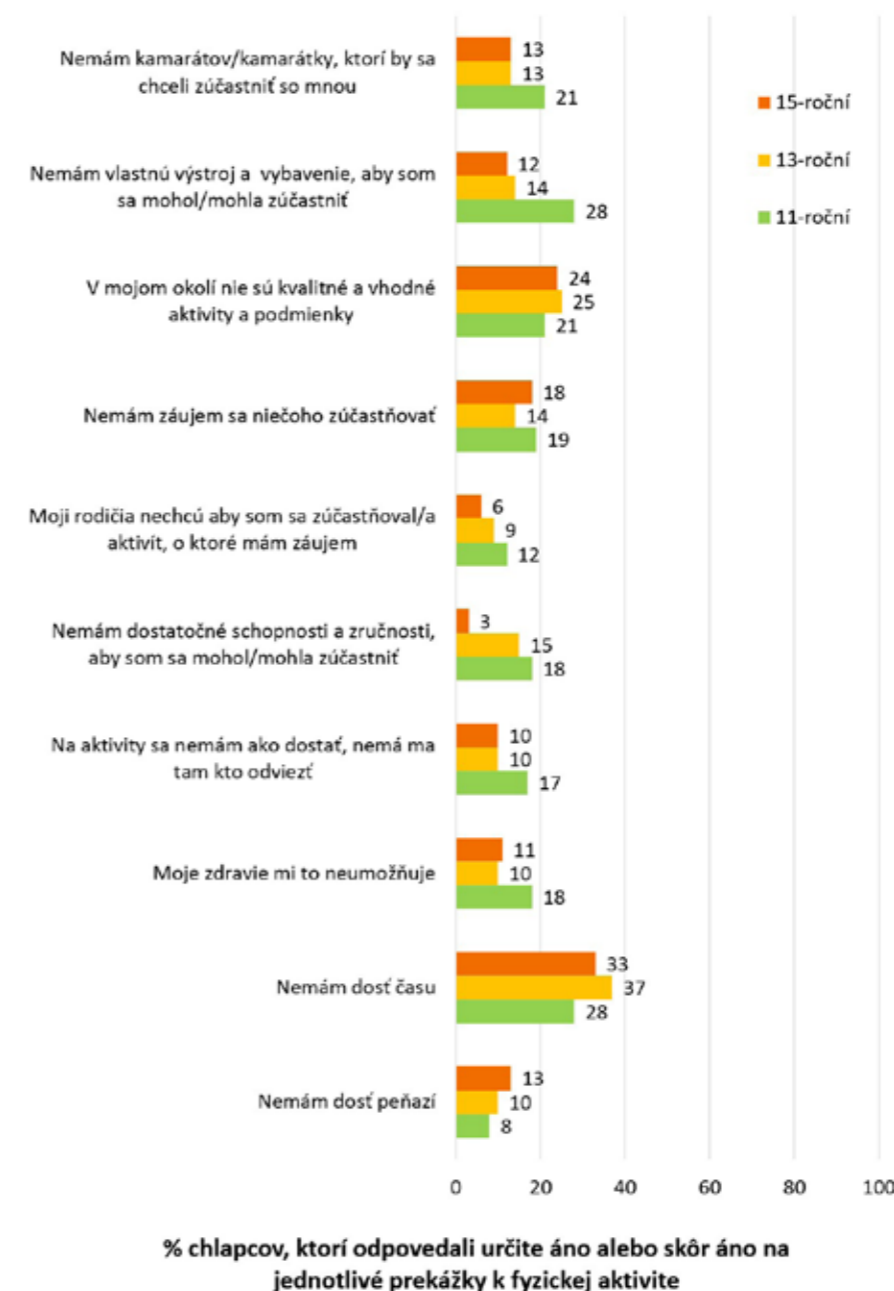
- » Nemám dosť peňazí
- » Nemám dosť času
- » Moje zdravie mi to neumožňuje
- » Na aktivity sa nemám ako dostať, nemá ma tam kto odviezť
- » Nemám dostatočné schopnosti a zručnosti, aby som sa mohol/mohla zúčastniť
- » Moji rodičia nechcú, aby som sa zúčastňoval/a aktivít, o ktoré mám záujem
- » Nemám záujem sa niečoho zúčastňovať
- » V mojom okolí nie sú kvalitné a vhodné aktivity alebo podmienky
- » Nemám vlastnú výstroj a vybavenie, aby som sa mohol/mohla zúčastňovať
- » Nemám kamarátov/ky, ktorí by sa chceli zúčastniť so mnou
- » určite áno
- skôr áno
- ani áno, ani nie
- skôr nie
- určite nie

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí odpovedali určite áno alebo skôr áno.

**Výskyt:** Zo všetkých uvedených prekážok vykonávania fyzickej aktivity bol u chlapcov najčastejšie uvádzaný nedostatok času, ktorý uviedlo 28 % 11-ročných až 37 % 13-ročných chlapcov. Ďalšie dôležité prekážky k fyzickej aktivite u chlapcov boli, že v ich okolí nie sú kvalitné a vhodné aktivity alebo podmienky (21-25 %), že nemajú vlastnú výstroj a vybavenie (12-28 %) a nemajú kamarátov/ky, ktorí by šli s nimi (13-21 %). O trochu nižší je výskyt chlapcov, ktorí ako prekážku vnímali, že nemajú záujem sa niečoho zúčastňovať (14-19 %), že sa nemajú ako dostať na aktivity (10-17 %), a že ich zdravie im to neumožňuje (10-18 %). Nedostatok peňazí ako prekážku vo vykonávaní fyzickej aktivity udáva 8 % 11-ročných až 13 % 15-ročných chlapcov. Mladší chlapci v porovnaní so staršími častejšie uviedli, že ich rodičia nechcú, aby sa zúčastňovali aktivít, o ktoré majú záujem (6 % 15-ročných až 12 % 11-ročných) alebo že nemajú dostatočné schopnosti a zručnosti, aby sa mohli zúčastniť na nejakej aktivite (3 % 15-ročných až 18 % 11-ročných).

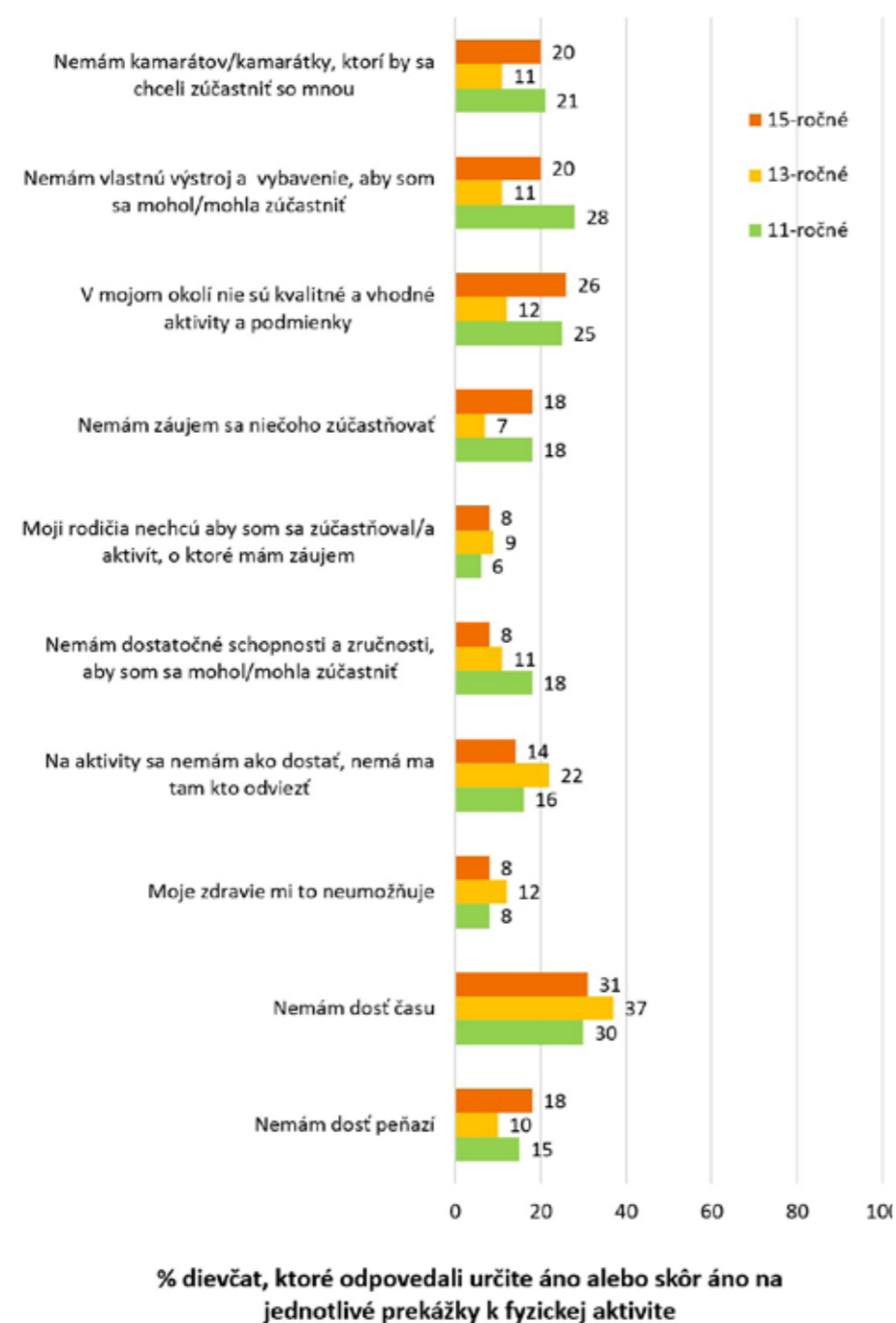
Zo všetkých uvedených prekážok vykonávania fyzickej aktivity bol u dievčat najčastejšie uvádzaný nedostatok času, ktorý uviedlo 30 % 11-ročných a 37 % 13-ročných dievčat. Ďalšie dôležité prekážky k fyzickej aktivite pre približne 25 % 11 a 15-ročných dievčat a približne 10 % 13-ročných dievčat boli, že nemajú vlastnú výstroj a vybavenie, nemajú kamarátov/ky, ktorí by šli s nimi, v ich okolí nie sú kvalitné a vhodné aktivity alebo podmienky, a že nemajú záujem sa niečoho zúčastňovať. 13-ročné dievčatá ako prekážky k fyzickej aktivite uviedli aj to, že sa nemajú ako dostať na aktivity (22 %), a že ich zdravie im to neumožňuje (12 %), zatiaľ čo 11 a 15-ročné dievčatá tieto prekážky uvádzali menej často. Nedostatok peňazí ako prekážku vo vykonávaní fyzickej aktivity udáva 10 % 11-ročných až 18 % 15-ročných dievčat. Mladšie dievčatá v porovnaní so staršími častejšie uviedli, že nemajú dostatočné schopnosti a zručnosti, aby sa mohli zúčastniť na nejakej aktivite (8 % 15-ročných až 18 % 11-ročných). Pre menej ako 10 % školáčok je prekážka k fyzickej aktivite to, že ich rodičia nechcú, aby sa zúčastňovali aktivít, o ktoré majú záujem.

Obrázok 244: Prekážky k fyzickej aktivite (v %) – chlapci



*Doma ma dosť podporujú, aby som športoval, a tak športujem.  
Chlapec, 13 rokov.*

Obrázok 245: Prekážky k fyzickej aktivite (v %) – dievčatá



## Sledovanie televízie

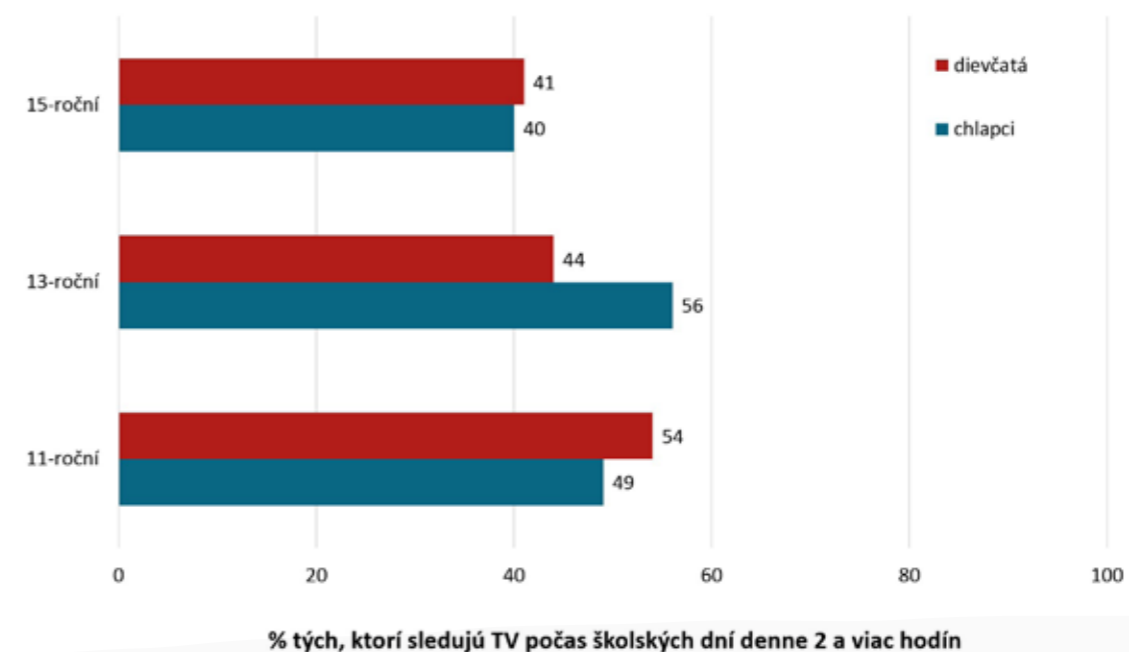
**Popis indikátora:** Koľko hodín denne počas školského týždňa (pondelok až piatok) pozeráš televíziu, DVD alebo video (vrátane internetových videí na stránkach ako napríklad YouTube)?

**Výskyt:** Kým vo veku 11 rokov sledovali televíziu, DVD alebo video dve a viac hodín denne 49 % chlapcov a 54 % dievčat, vo veku 13 rokov to bolo stále 56 % chlapcov, ale už iba 44 % dievčat a vo veku 15 rokov 40 % chlapcov a 41 % dievčat.

- Vôbec
- Asi pol hodiny denne
- Asi 1 hodinu denne
- Asi 2 hodiny denne
- Asi 3 hodiny denne
- Asi 4 hodiny denne
- Asi 5 hodín denne
- Asi 6 hodín denne
- Asi 7 hodín denne

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že počas školských dní robia tieto činnosti denne dve a viac hodín.

Obrázok 246: Pasívne trávenie voľného času – sledovanie televízie (v %)



*S rodičmi radi pozeráme spolu telku a chodíme do ZOO.*

*Dievča, 11 rokov.*



## Hranie počítačových hier

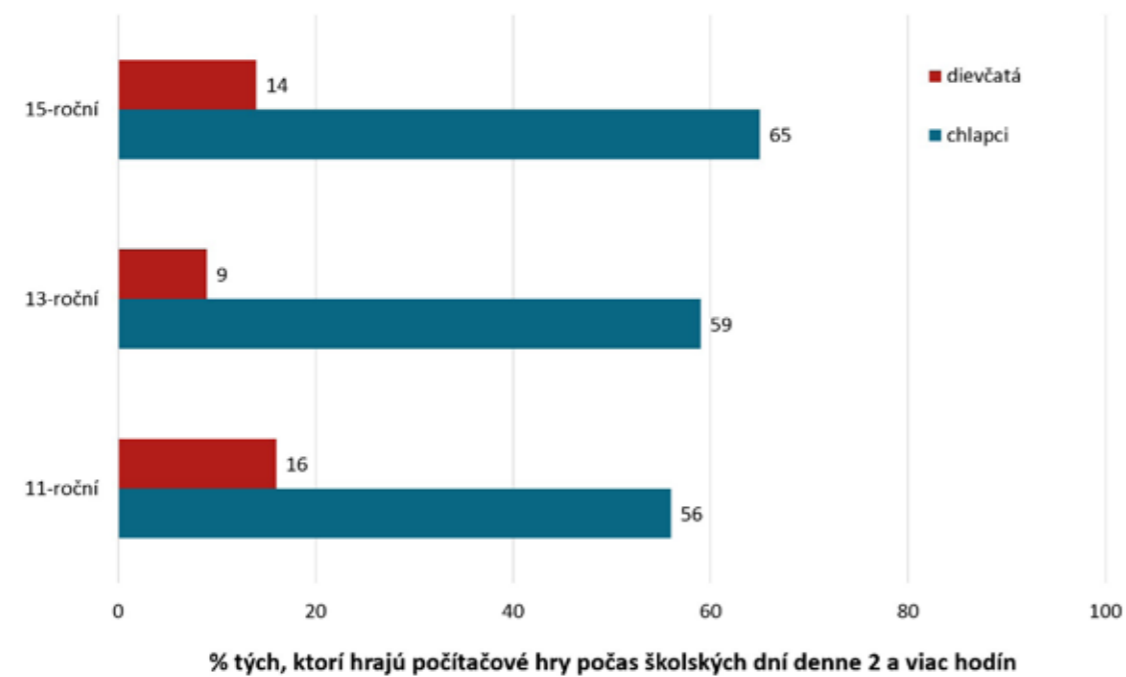
**Popis indikátora:** Koľko hodín denne počas školského týždňa (pondelok až piatok) hráš hry na počítači, hernej konzole alebo telefóne?

- Vôbec
- Asi pol hodiny denne
- Asi 1 hodinu denne
- Asi 2 hodiny denne
- Asi 3 hodiny denne
- Asi 4 hodiny denne
- Asi 5 hodín denne
- Asi 6 hodín denne
- Asi 7 hodín denne

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že počas školských dní robia tieto činnosti denne dve a viac hodín.

**Výskyt:** Hráť na počítači, hernej konzole či telefóne sa dve a viac hodín denne venovalo vo veku 11 rokov 56 % chlapcov a 16 % dievčat, vo veku 13 rokov to bolo 59 % chlapcov, ale už iba 9 % dievčat a vo veku 15 rokov až 65 % chlapcov a 14 % dievčat.

Obrázok 247: Pasívne trávenie voľného času- hranie počítačových hier (v %)



## Práca na počítači

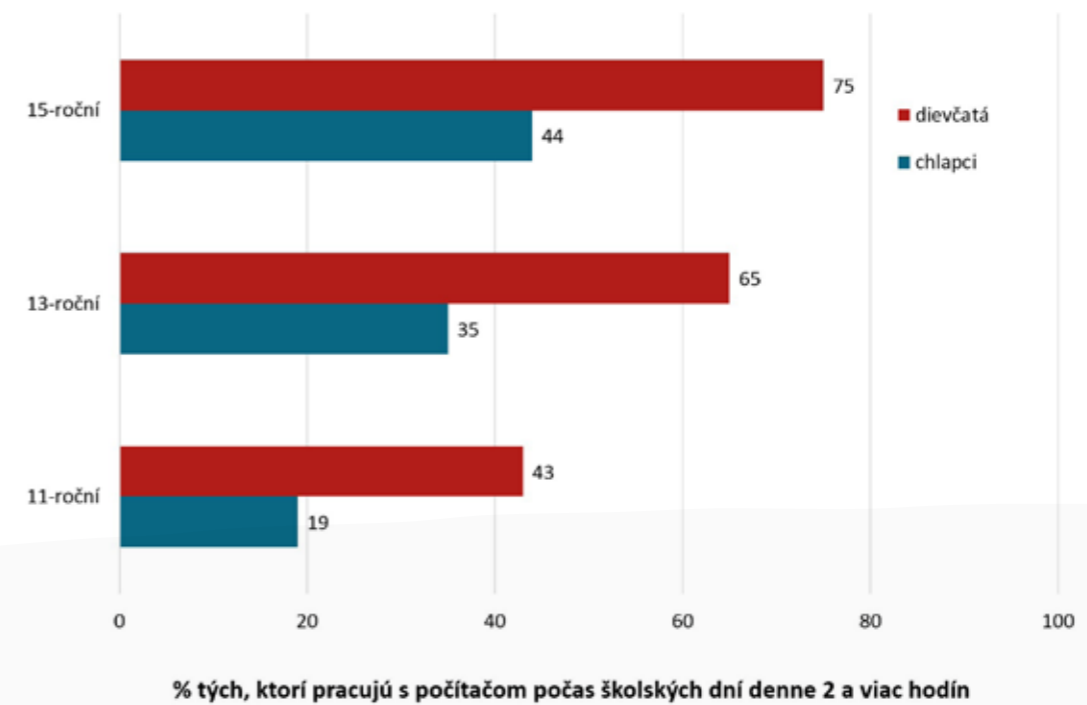
**Popis indikátora:** Koľko hodín denne počas školského týždňa (pondelok až piatok) používaš počítač alebo iné elektronické zariadenie (napr. telefón, tablet) za iným účelom (napr. písanie domácich úloh, e-mailov, používanie Twitteru, Snapchatu, Facebooku, chatovanie alebo surfovanie po internete)?

- Vôbec
- Asi pol hodiny denne
- Asi 1 hodinu denne
- Asi 2 hodiny denne
- Asi 3 hodiny denne
- Asi 4 hodiny denne
- Asi 5 hodín denne
- Asi 6 hodín denne
- Asi 7 hodín denne

Prezentovaný je výskyt školákov, ktorí uviedli, že počas školských dní robia tieto činnosti denne dve a viac hodín.

**Výskyt:** Práci na počítači a komunikácii na sociálnych sieťach sa dve a viac hodín denne venovalo vo veku 11 rokov 19 % chlapcov a až 43 % dievčat, vo veku 13 rokov to bolo už 35 % chlapcov a 65 % dievčat a vo veku 15 rokov 44 % chlapcov a až 75 % dievčat.

Obrázok 248: Pasívne trávenie voľného času- práca na počítači (v %)



*Dnešní školáci prídu domov a hrajú sa či už na mobile, playstation, x-boxe, alebo počítači.*

*Voľný čas majú určite, ak im učitelia nedajú veľa domácej úlohy.*

*Dievča, 12 rokov.*

# Použitá literatúra

- Bar-On, M. E., Broughton, D. D., Butross, S., Corrigan, S., Gedissman, A., De Rivas, M. R. G., ... & Hogan, M. (2001). Children, adolescents, and television. *Pediatrics*, 107(2), 423-426.
- Bauman, A. E., Reis, R. S., Sallis, J. F., Wells, J. C., Loos, R. J. F. & Martin, B. W. for the Lancet Physical Activity Series Working Group. (2012). Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *Lancet*, 380:258-271.
- Brindova, D., Dankulincova Veselska, Z., Klein, D., Hamrik, Z., Sigmundova D., van Dijk, J.P., Reijneveld, S.A. & Madarasova Geckova, A. (2015). Is the association between screen-based behaviour and health complaints among adolescents moderated by physical activity? *International Journal of Public Health*, 60(2): 139-145.
- Bunc, V. (2008). Aktivní životní styl dětí a mládeže, jako determinant jejich zdravotní a tělesného složení. *Studia Kinanthropologica*, roč. 9, č. 1, s. 19-23.
- Cerin, E. a kol. (2018). Objectively-assessed neighbourhood destination accessibility and physical activity in adults from 10 countries: An analysis of moderators and perceptions as mediators. *Social Science & Medicine*, vol. 211, pp. 282-293.
- Dickson, J-E. (1950). L'utilisation de l'indice cardiaque de Ruffier dans le controle medico-sportif. *Medicine. Education Physique et Sport 2*, pp. 65-79.
- Fukunaga, Y., Takai, Y., Yoshimoto, T., Fujita, E., Yamamoto, M. & Kanehis, H. (2013). Influence of maturation on anthropometry and body composition in Japanese junior high school students. *Journal of Physiological Anthropology*, 32:5.
- Guo Y. a kol. (2018). A 3-minute test of cardiorespiratory fitness for use in primary care clinics. *PLoS ONE*, 13(7): e0201598. doi: 10.1371/journal.pone.0201598.
- Hallal, P. C., Andersen, L. B., Bull, F. C., Guthold, R., Haskell, W., & Ekelund, U. (2012). Global physical activity levels: Surveillance progress, pitfalls, and prospects. *Lancet*, 380, 247-257
- Hollein, T., Vašičková, J., Bucksch, J., Kalman, M., Sigmundová, D. & Van Dijk, J. P. (2017). School physical activity policies and active transport to school among pupils in the Czech Republic. *Journal of Transport & Health*, 6:306-312.
- Iannotti, R. J., Chen, R., Kololo, H., Petronyte, G., Haug, E. & Roberts, C. (2012). Motivations for adolescent participation in leisure-time physical activity: International differences. *Journal of Physical Activity and Health*, 1, 106-112.
- InBody 230 User's Manual. Dostupné na: <https://inbodyusa.com/support/documentation/>.
- Janssen, I. & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7:40.
- Kopcakova, J., Dankulincova Veselska, Z., Madarasova Geckova, A., Kalman, M., Van Dijk, J. P. & Reijneveld, S. A. (2015). Do motives to undertake physical activity relate to physical activity in adolescent boys and girls? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(7):7656-7666.
- Kopecký, M., Krejčovský, L. & Švarc, M. (2013). Antropometrický instrumentář a metodika měření antropometrických parametrů. Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-3613-5.
- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A. & Ólafsson, K. (2011). Risks and Safety on the Internet: The Perspective of European Children. Full Findings. LSE, London: EU Kids Online.
- Lubans, D. R., Boreham, C. A., Kelly, P. & Foster, C. E. (2011). The relationship between active travel to school and health-related fitness in children and adolescents: A systematic review. *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity*, 8(1):5.
- Marques-Vidal, P., Marcelino, G., Ravasco, P., Camilo, M. E. & Oliveira, M. J. (2008). Body fat levels in children and adolescents: Effects on the prevalence of obesity. *European e-Journal of Clinical Nutrition and Metabolism*, 3, e321-327.
- Modave a kol. (2017). Relationship Between the Ruffier Test and Maximal Treadmill Testing in Healthy Adults. *Medicine & Science in Sports & Exercise Conference*. doi: 10.1249/01.mss.0000518570.95524.e0.
- Moravec, R. a kol. (1990). Telesný, funkčný rozvoj a pohybová výkonnosť 7-18-ročnej mládeže v ČSFR. Bratislava: Ministerstvo školstva, mládeže a športu SR. ISBN 80-7096-170-8.
- Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Castillo, M. J. & Sjörström, M. (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: a powerful marker of health. *International Journal of Obesity*, 32, 1-11.
- Pařízková, J. a kol. (2007). Obezita v dětství a dospívání. Galén. ISBN 978-80-726-2466-9.
- Rodríguez, G. a kol. (2004). Body composition in adolescents: measurements and metabolic aspects. *International Journal of Obesity*, 28, S54-S58.
- Rubín, L. & Suchomel, A. (2013). Test batteries assessing physical fitness in school-aged children in the Czech republic: a brief review. *Scientific Review of Physical Culture*, vol. 3, no. 4, pp. 96-102.
- Ružbarský, P., Zvonař, M., Turek, M., Kandrác, R. & Slančová, T. (2017). Association between Body Composition and Cardiovascular Fitness. *Studia Sportiva*, č. 1, s. 54-62.
- Rychtecký, A. & Tilinger, P. (2017). Životní styl české mládeže. Pohybová aktivita, standardy a normy motorické výkonnosti. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-3746-4.
- Sallis, J. F., Prochaska, J. J. & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, roč. 32, č. 5, s. 963 – 975.
- Salonna, F., Mitáš, J., Groffik, D. & Frömel, K. (2015). Active transport and meeting the daily recommended number of steps among Czech and Polish adolescents. *The European Journal of Public Health*, vol. 25, issue suppl\_3.
- Sartor a kol. (2016). A 45-Second Self-Test for Cardiorespiratory Fitness: Heart Rate-Based Estimation in Healthy Individuals. *PLoS ONE*, 11(12).
- Sjolie, A. N. (2000). Access to pedestrian roads, daily activities, and physical performance of adolescents. *Spine*, 25(15):1965-72.
- Sweeting, H. N. (2007). Measurement and Definitions of Obesity in Childhood and Adolescence: A field guide for the uninitiated. *Nutrition Journal*, 6:32.
- Štulrajter, V. (1986). Testovanie telesnej zdatnosti na základe zmien pulzovej frekvencie. *Teorie a praxe telesnej výchovy*, roč. 34, s. 681-686.
- Úrad verejného zdravotníctva. (2011). Telesný vývoj detí a mládeže v SR. Výsledky VII. celoštátneho prieskumu v roku 2011. Dostupné na: <http://www.uvzsr.sk/docs/info/hdm/Antropometria.pdf>
- World Health Organization. (2018). Global action plan on physical activity 2018-2030: More active people for a healthier world.
- World Health Organization. (2017). Adolescent obesity and related behaviours: trends and inequalities in the WHO European Region, 2002-2014.
- World Health Organisation. (2010). Global Recommendations on Physical Activity for Health.
- Zanevskyy, I. & Zanevska, L. (2018). Approbation of the Ruffier Test Model Adapted for Children. *Journal of Testing and Evaluation*, vol. 46, no. 3.
- Zanevskyy, I., Janiszewska, R. & Zanevska, L. (2017). Validity of Ruffier Test in Evaluation of Resistance to the Physical Effort. *Journal of Testing and Evaluation*, vol. 45, no. 6.

# Výpovede školákov

## GENERÁCIA Z:

**Každá generácia je iná. V čom si myslíte, že sa Vaša generácia líši od tých pred Vami - Vašich rodičov, ale aj starších rovesníkov? Ste v niečom iní? V čom? Skúste mi o tom povedať viac.**

Máme lepšie technológie a môžeme rozvíjať svoje jazykové znalosti. Chlapec, 13 rokov.

Sme drzí a neslušní. A sme jedna z posledných generácií, ktorá môže zachrániť Zem. Dievča, 13 rokov.

Už od detstva máme prístup k technológiám. A v tom, že my budeme musieť zachrániť našu planétu pred zničením, pretože nikto si s tým už asi neporadí. Dievča, 13 rokov.

Ľudia sa voľakedy chodili von hrať a naša je na mobiloch vnútri. Chlapec, 14 rokov.

Deti sú drzejšie a digitálnejšie, viac trávia čas pred počítačmi a dostávajú viac všetkého ako deti v minulosti. Chlapec, 15 rokov.

Bola nižšia kriminalita a rodičia sa nebáli deti pustiť von, nebolo toľko áut. Chlapec, 13 rokov.

My už inak rozmýšľame. Dievča, 14 rokov.

Naša generácia je iná, pretože už vieme ako využívať sociálne siete, ako nájsť niečo na internete. Náš život je ľahší. Dievča, 12 rokov.

Bez mobilu neviem žiť na rozdiel od mojich rodičov. Chlapec, 14 rokov.

Naša generácia je digitálna. Generácia, v ktorej som sa narodila sa líši tým, že viac žije v online svete ako v normálnom svete. Dievča, 12 rokov.

My mladí berieme mobily už ako samozrejmosť, ale oni (rodičia) niečo také nemali a musia si na to zvykať. Aj internet nemali a tiež sa s tým musia naučiť robiť. Dievča, 15 rokov.

Nevážime si veci až tak ako generácie pred nami. Táto generácia je smutná. Dievča, 15 rokov.

## ŽIVOTNÁ SPOKOJNOSŤ:

**Čo to znamená, byť so svojim životom spokojný? Čo si myslíte, že je dnes pre Vás a Vašich rovesníkov dôležité, aby boli spokojní so svojim životom? Čím to môže byť, že niektorí spokojní sú a iní nie sú? Čo im chýba? Čo ich trápi?**

Že sa nestážujem. Keď dosť spím, keď mám Facebook. Chlapec, 15 rokov.

Že má svoj život človek rád. Pre niektorých je pre život potrebný drahý telefón a podobné debiliny. Niektorí nie sú spokojní so svojim vzhľadom a majú depresiu. Dievča, 13 rokov.

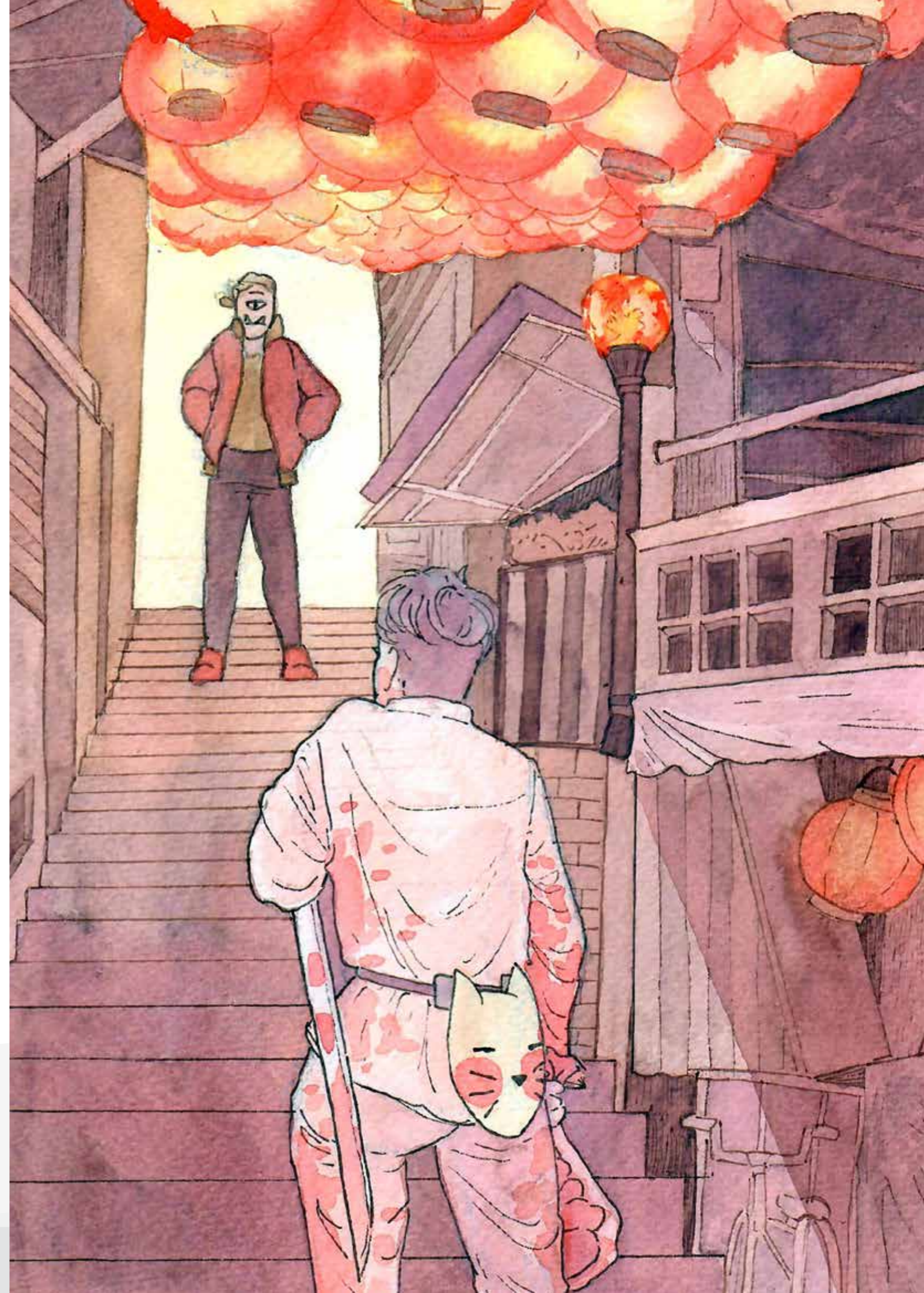
Pre mňa je dôležité playstation 4, mobil, jedlo, peniaze, priatelia a frajerka. Chlapec, 14 rokov.

Mať pri sebe nejakú technológiu a dôveryhodného kamaráta. Chlapec, 15 rokov.

Ak na svojom živote nechceme nič meniť. Dievča, 12 rokov.

Netuším čo je pre iných dôležité, ale pre mňa sú to zdravie a rodina. CH14

Pre mňa znamená byť spokojný, že niečo dokážem, niečo spravím a bude to dobré. Chlapec, 14 rokov.



Byť v živote šťastný znamená byť spokojný. Šťastný človek by mal mať hlavne rodinu, domov, priateľov, zdravú výživu a zdravý pohyb. Pre mňa a mojich rovesníkov je potrebné dobré stravovanie. Niektorým ľuďom môže chýbať rodina, alebo nemajú domov. Môžu byť z toho smutní. Dievča, 13 rokov.

Byť spokojný pre mňa znamená byť spokojný sám so sebou. Čo nám chýba? Podpora. Pochopenie ľudí vďaka nám, že naše problémy sú pre nás problémy aj keď im to ako problém nepríde. Dievča, 14 rokov.

Neviem čo presne znamená byť spokojný. Určite je dôležité zdravie a peniaze a niektorí to nemajú. Chlapec, 14 rokov.

## SPÁNOK:

**Niektorí školáci chodia neskoro spať, aj keď vedia, že ráno musia skoro vstávať. Koľko by vlastne mali školáci spať a aké to je ak spia menej a prídu do školy? Prečo zvyknú niektorí chodiť tak neskoro spať?**

Večer pozerám videá a potom ešte pozerám, lebo ma to núti. Chlapec, 15 rokov.

Pred spaním sa hrajú na mobiloch a nevedia sa od nich odtrhnúť. Dievča, 15 rokov.

O tretej ráno chodím spať a spím štyri hodiny. Dievča, 14 rokov.

Pre mňa je lepšie, keď idem spať skôr, lepšie sa mi pracuje v škole. Chlapec, 14 rokov.

Školáci by mali spať veľa, ale ja chodím spať neskoro a vstávam o siedmej. Chlapec, 11 rokov.

Keď hrám hru, tak mi rýchlo ubehne čas a potom som nevyspatý. Chlapec, 11 rokov.

Chodím neskoro spať, lebo nie som unavená, pozerám film, seriál alebo si píšem s kamarátmi. Dievča, 13 rokov.

Školáci by mali spať osem až desať hodín. Ja zvyčajne chodím spať o desiatej alebo až o polnoci. Je to pre náš mozog veľmi nezdravé, ale ja som si už tak zvykla. Dievča, 12 rokov.

Keď málo spím nedávam taký pozor ako keď spím osem hodín. Chlapec, 12 rokov.

Spokojnosť pre mňa znamená šťastie, zdravie, lásku, rodinu a vzdelanie. Myslím si, že pre mojich rovesníkov je dôležité množstvo peňazí, značkové oblečenie, a vlastne aby boli lepší ako ostatní. Samozrejme nehádzem všetkých do jedného vreca. Dievča, 13 rokov.

Byť so svojim životom spokojný znamená byť zdravý a tráviť čas s kamarátmi. Dievča, 13 rokov.

Dnes sme spokojní, keď máme mobil a internet. Tí, ktorí to nemajú, nie sú spokojní. Chlapec, 15 rokov.

Problémy v škole im uberajú chuť do života. Dievča, 12 rokov.

Život nikdy nie je dokonalý, niečo nám stále bude brániť, aby sme mali dokonalý život. Dievča, 12 rokov.

Keď prídu do školy nevyspatí, tak sú ako zombie. Chlapec, 13 rokov.

Od šiestej som na mobile a chodím spať o ôsmej, lebo tak som zvyknutý. Chlapec, 14 rokov.

Ja som ten typ, že o pol deviatej v posteli, v škole som aktívna a nie som unavená. Dievča, 11 rokov.

Z vlastnej skúsenosti viem, že chodiť spať nariadenom, keď vstávam o siedmej nie je najlepší nápad. Ale nedá sa odolať. Internet dokáže človeka zamestnať aj na dlhé hodiny. Chlapec, 15 rokov.

Pre mňa je lepšie, keď idem spať skôr. Lepšie sa mi pracuje v škole. Chlapec, 14 rokov.

Niektorí chodia neskoro spať, pretože majú nedostatok voľného času. Chlapec, 15 rokov.

Spánok je veľmi dôležitý pre náš organizmus. Podľa mňa úplne stačí osem hodín spánku. Ak spia menej o hodinku, dve to je ešte nič, ale ak niekto spí iba štyri alebo tri hodiny, tak zaspáva v škole. Neskoro chodia spať vďaka technológii, ktorá obľubuje mozog natoľko, až príde k nespavosti. Dievča, 12 rokov.

## LIEKY:

**Niektorí školáci berú lieky, lebo ich bolí hlava, alebo brucho, alebo nemôžu zaspať, alebo sú nervózni. Čo si o tom myslíte?**

Školáci by sa mali viac starať o seba a vyhýbať sa liekom. Nebrať ich hneď, keď nás bolí hlava, lebo si na ne zvykneme. Dievča, 13 rokov.

Stres riešiť športovaním a prechádzkou. Dievča, 15 rokov.

Vypestovať si imunitu jedlom, nie tabletkami. Lieky škodia telu, orgánom. Chlapec, 14 rokov.

Lieky nesmieme brať, keď nám to nepovie mama. Dievča, 11 rokov.

My máme lieky uložené v hornej skrínke, nesmieme si ich brať samé. Dievča, 11 rokov.

Mne mama dáva aj do školy, keď ma niečo bolí, tak si mám dať. Chlapec, 11 rokov.

Keď sú chorí, tak dobre, ale nemôžu si ich dávať kedy a koľko sa im zachce. Dievča, 14 rokov.

Nemali by brať lieky, nie sú to cukríky. Sú nezdravé a niekedy životu nebezpečné. Chlapec, 13 rokov.

Školáci v našom veku by nemali byť nervózni a pod stresom. Dievča, 14 rokov.

Inak by to nešlo. Môžu v tom byť menštruačné bolesti alebo choroby. Dievča, 15 rokov.

Ak ich bolí hlava, mali by viac piť. Keď ich bolí brucho, mali by sa viac hýbať. A keď nevedia zaspať zo stresu, mali by sa upokojiť nejakým cvičením, alebo v tichu relaxovať. Dievča, 13 rokov.

Keď už berú lieky, nemali by ich brať tak často, lebo im môže byť potom zle, alebo môžu prestať účinkovať. Dievča, 14 rokov.

## ÚRAZY:

**Mnohým školákom sa stane, že majú úraz, ktorý musí ošetriť lekár. Čo si o tom myslíte, prečo je to tak? Čo by sa dalo urobiť, aby tých úrazov bolo menej?**

Nosiť prilbu, chrániče. Dievča, 14 rokov.

Nemáme behať po schodoch. Chlapec, 13 rokov.

Byť opatrný a menej sa biť. Chlapec, 15 rokov.

Deti sú rozjašené, nedávajú pozor a stane sa úraz. Chlapec, 13 rokov.

Lebo dôjde puberta a nevieme čo so sebou robiť. Trošku viac rozmyšľať. Chlapec, 14 rokov.

Nič sa nedá robiť. Úraz sa väčšinou stane náhodou. Chlapec, 14 rokov.

Nikto nie je robot, takže môže sa hocikomu stať úraz či už vážny alebo menej vážny. S tým sa nedá nič robiť. Dievča, 12 rokov.

Myslím, že keby sa nesnažili niektorí zapôsobiť na iných, tak by nerobili hlúposti a znížil by sa počet úrazov. Dievča, 13 rokov.

## ORÁLNE ZDRAVIE:

### Čo je dôležité robiť preto, aby ste mali zdravé zuby? Prečo by ste mali chodiť k zubárovi aj keď máte zdravé zuby?

Pre zdravé zuby je dôležité každodenné umývanie. Obmedziť sladkosti, sladené nápoje. A k zubárovi máme chodiť, lebo síce máme zdravé zuby, ale môžem mať malý kaz, ktorý sa vie zväčšiť. Dievča, 12 rokov.

Zuby sú jednou z najhlavnejších častí nášho tela. Nevedeli by sme bez zubov dobre tráviť a rozžúť potravu. Návšteva zubára je potrebná kvôli tomu, že si nevidíme zubný kaz. Dievča, 13 rokov.

Umývať si často zuby. K zubárovi treba chodiť, pretože ich treba skontrolovať a potom ak sa niečo stane, tak to poisťovňa neprepláca. Chlapec, 13 rokov.

Keď chceme mať zdravé zuby, mali by sme si ich umývať ráno aj večer. K zubárovi treba chodiť aj keď máme zdravé zuby, lebo nikdy nevieme, či sa nám so zubami niečo nestane. Dievča, 13 rokov.

Doktorka mi vravela, že si mám umývať zuby po každom jedle. Ale mne sa nechce. Ja si ich umývam len ráno a večer. Dievča, 11 rokov.

Musíme si umývať zuby a používať dentálnu niť. Chlapec, 13 rokov.

Piť viac mlieka, chodiť na preventívne prehliadky. Chlapec, 12 rokov.

Vymeniť si zubnú kefku za novú po chorobe. Dievča, 15 rokov.

Nepiť kolu a sladené nápoje. Chlapec, 13 rokov.

K zubárke chodím dva krát do roka. Ja si poctivo čistím zuby a mám viac kazov ako moja sestra. Ona si čistí len niekedy. Dievča, 11 rokov.

## ZDRAVÉ STRAVOVANIE:

### Ako by sme sa mali stravovať, aby sme boli zdraví? Stravujú sa dnešní školáci zdravo? Čo robia dobre a čo zle?

Ja sa stravujem zdravo. Občas mi to však nejde. Tiež jem sladké veci, ale nie veľmi často. Netreba sa hlavne prejedat'. Chlapec, 14 rokov.

V školskej jedálni mi nechutí. Chlapec, 15 rokov.

Málo školákov sa stravuje zdravo. Veľa ľudí stravovanie nepokladá za dôležité a to je problém. Dievča, 14 rokov.

Mali by sme jesť veľa ovocia a zeleniny, obilnín a bielkovín. V dnešnej dobe je veľmi málo ľudí, ktorí sa zdravo stravujú. Dobré je to, že raz za týždeň sidajú ovocie a zeleninu. Dievča, 12 rokov.

Školáci sú závislí na fastfoodových jedlách a nie zdravých jedlách. Chlapec, 15 rokov.

Veľa školákov vynecháva raňajky a na desiatu nosia nezdravé potraviny. Chlapec, 15 rokov.

Treba jesť päť krát denne po menších dávkach a obmedzovať nezdravé jedlá ako sú fastfoody a sladkosti. Dievča, 15 rokov.

Je lepšie jesť pripravenú desiatu od mamy ako chipsy. Dievča, 11 rokov.

Robia zle, že jedia hamburgery a olej. Chlapec, 13 rokov.

Nemali by sme jesť tento odpad. V jedle sa nachádza veľa nezdravých vecí. Mali by obmedzovať nezdravé jedlá a začať jesť viac ovocia. Aj keď dnešné ovocie je chemicky spracované. Dievča, 12 rokov.

## PITIE SLADENÝCH A ENERGETICKÝCH NÁPOJOV:

### Čo si myslíte o pití sladených nápojov? Je to zdravé? Prečo niektorí školáci pijú namiesto vody sladené nápoje? Čo si myslíte o pití energetických nápojov? Prečo niektorí školáci pijú energetické nápoje?

Väčšinou ich pijú tí, ktorí sa musia veľa učiť. Dievča, 13 rokov.

Deti si to kupujú na zahnanie únavy. Dievča, 12 rokov.

Pijem s mierou G Fuel, ale využívam ho len vtedy, keď idem cvičiť, alebo keď som unavený. Chlapec, 15 rokov.

Niektorých voda odrádza lebo nemá chuť. Dievča, 13 rokov.

Voda je bez chuti a čistá. Dievča, 12 rokov.

Lebo im nechutí čistá voda. Dievča, 11 rokov.

Je to dobré pred učením. Chlapec, 15 rokov.

Energetáky sú dobré, posiluje to energiu. Sú lepšie ako voda – chutia lepšie. Chlapec, 15 rokov.

Lebo chutia sladko. Dievča, 13 rokov.

V energetických nápojoch je veľa škodlivých látok. Energetické nápoje fajne chutia. Chlapec, 15 rokov.

Keď sú unavení, aby sa naštartovali. Dievča, 14 rokov.

Sú sladké a nezdravé. Myslíme si, že nám dodajú energiu. Dievča, 15 rokov.

Väčšinou ich pijú tí, ktorí sa musia veľa učiť. Dievča, 13 rokov.

Ľudia pijú energeták, lebo im možno nechutí káva a energeták áno. Dievča, 13 rokov.

Sladká voda chutí, energeták dodá energiu. Čistá voda je ale zdravá pre náš organizmus. Chlapec, 14 rokov.

Sladené nápoje nie sú zdravé. Sú tam samé umeliny a éčka. Školáci ich pijú, lebo sú sladké. Dievča, 13 rokov.

Na sladených nápojoch nie je nič zlé. Ale všetkého veľa škodí. Tak isto je to aj s energetickými nápojmi. Chlapec, 15 rokov.

## SOCIÁLNE SIETE:

### Vedeli by ste si predstaviť život bez mobilov, tabletov a internetu?

### Čo by Vám chýbalo? Skúste mi povedať viac o tom, ako Vám internet život uľahčuje, pomáha a čím na druhej strane Vám môže život strpčovať alebo byť pre niekoho nebezpečný?

Keď som mala 6 rokov možno, ale teraz už nie. Pomáha mi psychicky, počúvam pesničky, alebo keď niečo nechápem, tak sa to dá na internete zistiť. Nebezpeční môžu byť hackeri, alebo keď začnú vypisovať divní neznámi ľudia. Dievča, 15 rokov.

Asi polovicu vedomostí mám z internetu, a takmer celú angličtinu z videí a hier. Chlapec, 13 rokov.

Internet mi pomáha napríklad keď robím projekt. Dievča, 13 rokov.

Môžem si vyhľadať čo v knihách nie je. Dievča, 12 rokov.

Rôzne informácie sa ľahko hľadajú. Dievča, 13 rokov.

Hľadanie učiva, skrátit' si čas cez prázdniny. Dievča, 12 rokov.

Chýbali by mi ľudia, s ktorými som vďaka nemu spojená. Niekedy je ale dobre ho na chvíľu odložiť a mať chvíľu pre seba. Dievča, 14 rokov.

Na sociálnych sieťach mám veľa kamarátov a pomáha mi aj pri domácich. Chlapec, 15 rokov.

Chýbal by mi youtube a filmy na pozretie. Pomáha mi s úlohami v škole, alebo keď niečomu nerozumiem. Dievča, 12 rokov.

Pomáhajú nám, keď hľadám nejaký recept, alebo niečo nakúpiť. Ja internet často používam. Uľahčuje ľuďom, aby sa mohli skontaktovať s niekým kto žije inde. Dievča, 12 rokov.

Chýbalo by mi to, že sa viem hocikedy a rýchlo spojiť s rodinou a kamarátmi. Chlapec, 14 rokov.

Pohovoriť si s kamarátkou kedy chcem, aj z postele. Dievča, 12 rokov.

Volať a písať si s rodinou, keď sú ďaleko. Dievča, 12 rokov.

Mám tablet, všade ho nosím, neviem čo by som robil bez neho. Chlapec, 11 rokov.

Všetci majú mobily a sú na mess aj na fcb. Chlapec, 11 rokov.

### **RIZIKÁ SOCIÁLNYCH SIETÍ:**

**Čo nepríjemné sa Vám môže stať na sociálnych sieťach a čo sa s tým dá urobiť? (napr. niekto zverejní fotku alebo video, ktoré sa Vám nepáči, alebo Vám napíše nepríjemný komentár, alebo sa Vám zobrazujú príspevky, správy, ktoré sa Vám nepáčia, alebo vytvorí Váš falošný profil).**

Môžu sa nám nabúrať do profilu na sociálnej sieti. Dievča, 14 rokov.

Môžu sa nám vyhrázať. Chlapec, 13 rokov.

Keď sa nám nabúrajú do účtu a posielajú falošné správy iným ľuďom. Dievča, 14 rokov.

Môžu nás vydierať fotkami, alebo si niekto vytvorí falošný profil. Dievča, 13 rokov.

Je nepríjemné, keď niekto zverejní vašu fotku. Chlapec, 15 rokov.

Zverejňovanie fotiek bez povolenia. Chlapec, 14 rokov.

Môžu mi napísať niečo škaredé na fotku. Dievča, 12 rokov.

Bez mobilu a internetu by som sa nezaobišla. Keď som bola mladšia, tak som na ňom nebola závislá, ale teraz už som. Dievča, 13 rokov.

Ja sa nehrám často na tablete, a predsa si to neviem predstaviť. Môžem si vyhľadávať pomôcky a informácie. Dievča, 14 rokov.

Pomáha mi pri učení, ale zaberá mi veľa času. Chlapec, 14 rokov.

Na sociálnych sieťach mám veľa kamarátov a pomáha to aj pri domácich úlohách. Chlapec, 15 rokov.

Nevedala. Nemohla by som si písať s kamarátmi alebo rodinou. Ani narodeniny príbuzných by som si nezapamätala. Bolo by ťažké vzdať sa toho. Dievča, 15 rokov.

Ak by nikdy neexistovali, ani by nás nič také nenapadlo, že sa dá volať, písať si s niekým. Keďže sme od malička zvyknutí na takýto život, tak by nám to chýbalo. Dievča, 12 rokov.

Život bez sociálnych sietí si predstaviť neviem. Ale bez mobilov, tabletov a počítačov by som vedela vydržať aj rok, dva. Dievča, 14 rokov.

Môžu nás cez sociálne siete okradnúť o peniaze. Chlapec, 14 rokov.

Môže niekto zneužiť moju fotografiu a budú sa mi všetci smiať. Dievča, 11 rokov.

Kyberšika, vyhrážanie sa. Dá sa to vyriešiť. Stačí, ak si nevytvoríme žiaden profil. Alebo sa odhlásime. Dievča, 12 rokov.

Môžu nás otravovať cudzí ľudia. Niekto môže zverejniť niečiu fotku alebo video, ktoré nikto nemal vidieť. Chlapec, 15 rokov.

Je to nepríjemné, keď niekto zverejní naše nahé fotky na sociálnu sieť. A taktiež by sme nemali nikomu poselať nahé fotky. A neprijímať ľudí, ktorých nepoznáme. Dievča, 14 rokov.

Keď si niekto spraví môj falošný profil, tak mu napíšem, aby ho vymazal. A ak povie, že nie, tak ho nahlásim na tej stránke, alebo polícii. Spýtam sa ho, či by nemohol dať to video, fotku preč, a ak povie nie, tak ho nahlásim, že používa fotku bez povolenia. Nad komentom sa pousmejem a neberiem ho vážne a napíšem mu. Také príspevky sa dajú aj blokovať. Chlapec, 14 rokov.

### **IDEÁLNA ŠKOLA:**

**Prečo sa niektorým školákovi v škole nepáči? Čo by škola, učitelia ale aj školáci mohli urobiť, aby im všetkým v škole bolo fajn, aby to bola zábava, bezpečné miesto pre všetkých?**

Škola by mala začať v neskorší čas, pretože žiaci ráno nevydržia udržať pozornosť. Dievča, 15 rokov.

Keby sa učitelia správali trošku ľudskejšie, tak by to možno žiakov viac bavilo. A keby mali žiaci aspoň z polovice také práva ako učitelia. Dievča, 15 rokov.

Hlavnou príčinou pre školáka je to, že nezapadne. Akonáhle sa stane tým, ktorý vyčníva, tak sa mu v škole nepáči. Dievča, 15 rokov.

Dostávame veľa domácich úloh alebo sa nám proste nechce sedieť na tých nepohodlných stoličkách a počúvať. Niektorí učitelia rozprávajú a nevedia zaujať. Učitelia by nemuseli byť tak prísni, nemuseli by nám dávať domáce úlohy a mohli by sa s nami viac rozprávať a nie stresovať. Dievča, 13 rokov.

Učitelia berú všetko vážne. Keby kúsok povolili. Boli by zábavnejší, nie tak prísni. Netlačiť na nás. Mali by byť viac tolerantní a chápavejší. Lepšie vysvetľovať. Dievča, 12 rokov.

### **UČITELIA:**

**Mnoho školákov nám povedalo, že si myslí, že ich učiteľom na nich skutočne záleží, čo je veľmi dobre. Ako sa to pozná, že učiteľovi na Vás skutočne záleží a čo to pre školákov znamená?**

Znamená to veľa, keď vidím, že učiteľovi nie som ľahostajný. Chlapec, 14 rokov.

Kyberšika a sú tam aj hejteri. Chlapec, 13 rokov.

Pretože dávajú veľa domácich úloh, písania a učenia. Dievča, 13 rokov.

Možno preto, že musia skoro vstávať do školy, a aj neskoro chodia domov. Dievča, 14 rokov.

Keby sme sa cez hodiny mohli len rozprávať. Dievča, 12 rokov.

Ideálna škola by bola, keby sme prešli rýchlo to učivo a potom by sme si mohli robiť čo chceme. Chlapec, 13 rokov.

Keby sme mali každý vlastný počítač v škole. Chlapec, 12 rokov.

Keby boli dlhšie prestávky. Chlapec, 13 rokov.

Menej učenia a učiť sa to, čo nás baví. Dievča, 14 rokov.

Celkovo som rád v škole. Doma je nuda. Chlapec, 15 rokov.

Pre žiaka to znamená veľa, lebo vie, že pre toho učiteľa nie je iba malé hnusné decko. Dievča, 15 rokov.

Že sa s Vami vie porozprávať aj mimo školu. Dievča, 13 rokov.

Keď na hodine zopakuje, čo je pre nás dôležité. Chlapec, 14 rokov.

Keď Vám pomôže pri učení a nevykaše sa na Vás. Chlapec, 14 rokov.

Venujú im pozornosť. Pomáhajú im. Dievča, 12 rokov.

V škole sú učitelia naši druhí rodičia. Chlapec, 14 rokov.

Venujú sa im a nútia ho, aby sa učil, lebo chcú pre žiaka to dobré. Dievča, 14 rokov.

Keď si pre nás urobia čas na doučovanie. Chlapec, 13 rokov.

Učiteľ pristupuje k žiakom ako k seberoyným. Dievča, 14 rokov.

Dá šancu opraviť si známku. Dievča, 13 rokov.

## PODPORA ŠKOLÁKOV:

### Niekorým školákom to v škole ide lepšie a niektorým horšie. Ako by sa dalo pomôcť tým, ktorým to ide horšie? Kto a ako by im mohol pomôcť?

Doučovanie, ale musí sa chcieť učiť. Dievča, 11 rokov.

Môžu prísť za mnou, ja im pomôžem. Chlapec, 15 rokov.

Lepší žiaci by mali pomáhať, učiteľ tiež. Dievča, 13 rokov.

Venovať im čas a pomôcť mu s tým, čo ho trápi. Učiteľ, rodičia. Dievča, 12 rokov.

Učitelia sú na to, aby nám vysvetlili čo nechápeme, nie? Tak prečo niektorí učitelia dajú poznámky a my sa máme učiť z nich? Ak nám nevedia pomôcť učitelia, tak aspoň spolužiaci. Dievča, 12 rokov.

Učitelia sa slabším budú venovať viac, aby skôr a lepšie porozumeli učivu. Dievča, 13 rokov.

Vyšší počet asistentov pre slabších žiakov. Dievča, 13 rokov.

Posielame si úlohy cez mobil, keď chýbam v škole. Chlapec, 13 rokov.

Snaží sa lepšie vysvetliť učivo. Môže sa to poznať aj tak, že žiakov viac kontrolujú. Chlapec, 14 rokov.

Sú na nás príjemnejší, ale aj prísnejší, čo je dobre. Dievča, 13 rokov.

Keď je učiteľ prísny, ale vieme, že nás má rád. Dievča, 13 rokov.

Keď nám dovolí opraviť si známku, alebo ju trochu prilepší, a keď s nami debatujú. Chlapec, 14 rokov.

Snažia sa, aby sa z nás niečo stalo, aby sme niečo dokázali vo svojom živote. Dievča, 14 rokov.

Snaží sa pomôcť žiakovi, keď vidí, že je v niečom slabší. Chlapec, 15 rokov.

Snaží sa Vás niečo naučiť. Dievča, 11 rokov.

Keby som bol učiteľ, dal by som im písomku, a ak by som videl, že niečomu nerozumie, doučoval by som ho. Chlapec, 15 rokov.

Niekorým to ide horšie, lebo na to proste kašlú, ale napríklad by sa to dalo vyriešiť lepšou motiváciou. Tým, ktorým to do hlavy proste nejde sa treba viac venovať, alebo by mali ísť na doučovanie. Dievča, 15 rokov.

Pomáhajú mi spolužiaci. Ak niečomu nerozumiem, cez prestávku si pomôžeme. Dievča, 13 rokov.

Mohlo by sa im to učivo lepšie vysvetliť, alebo k nim byť ohľaduplnejší. Dievča, 13 rokov.

Aby dávali na hodinách pozor, a aby si na hodine niečo zapamätali. Dievča, 13 rokov.

Žiaci by si mali navzájom pomáhať, mali by fungovať ako kolektív. Tým, ktorým to ide horšie by mali chodiť na doučovanie alebo sa viac venovať škole. Chlapec, 14 rokov.

## RODIČIA:

### Akí sú Vaši rodičia? Čo podľa Vás robia dobre? A v čom by potrebovali poradiť? Čo by mali robiť inak?

Rodičia by nás mohli nechať urobiť veci aj s chybami nech sa poučíme. Dievča, 13 rokov.

Nemám rada niektoré hlúpe pripomienky mojich rodičov a sestry. Dievča, 13 rokov.

Rodičia sú fajn. Len by ku mne mohli byť lepší a nie hneď na mňa za všetko kričať. Dievča, 12 rokov.

Moji rodičia sú super, ale až prehnane sa o mňa boja a kvôli tomu nič nemôžem. Možno menej strachu a priznanie, že už sa o seba viem postarať by mi stačilo. Dievča, 15 rokov.

Viac by sa mali venovať deťom. Dať im priestor na vzdelávanie a záujmy a dať im čo najviac súkromia. Dievča, 13 rokov.

Mohli by sa mi viac venovať. Nielen sestry. Chlapec, 11 rokov.

Niekedy veľa pracujú a nestihneme sa porozprávať. Dievča, 11 rokov.

Moji rodičia ma dobre vychovávajú. Ale aj tak prišla puberta a sú nahnevaní za kravinu. Chlapec, 15 rokov.

Každý rodič vie ako má vychovávať svoje dieťa, ale aj tak mám pocit, že by v tom potrebovali poradiť. Niektorí by sa mali menej hádať a stále pracovať na vzťahoch, aby sa menej hádali. Dievča, 15 rokov.

Podľa mňa sú dobrí. Robia dobre, že sa ma pýtajú na to, čo som robil. Inak nemusia nič robiť. Chlapec, 14 rokov.

Moji rodičia sú úžasní. Dobre riadia rodinu. Mali by byť trochu prísnejší. Dievča, 13 rokov.

Moji rodičia sú veľmi dobrí. Starajú sa o mňa ako sa dá. Dievča, 13 rokov.

Mali by viac chápať všetky tlaky, ktoré nám život v tomto veku dáva. Dievča, 15 rokov.

Mali by zmeniť životný štýl, nemali by fajčiť. Chlapec, 14 rokov.

Najlepší! Veľa vecí, ale robia aj chyby. Každý robí chyby. Život totiž neprišiel s návodom. Dievča, 12 rokov.

Sú dobrí. Mali by sa prestať hádať. Mali by sa viac zaujímať o rodinu. Dievča, 12 rokov.

## SPOLOČNÉ AKTIVITY:

### Máte nejaké aktivity, ktoré robíte so svojimi rodičmi spolu? Čo robíte so svojimi rodičmi radi?

S rodičmi radi pozeráme spolu telku a chodíme do ZOO. Dievča, 11 rokov.

Každý víkend chodíme na výlety. Dievča, 14 rokov.

Cvičíme spolu, rozprávame sa, chodíme na výlety, hádame sa v jednom dome. Dievča, 15 rokov.

Hráme spolu karty a chodíme na kúpalisko. Chlapec, 13 rokov.

Do lesa na huby. Chlapec, 11 rokov.

Veľa času trávim spolu. Chodíme do prírody, hráme spoločenské hry. Chlapec, 12 rokov.

Občas s nimi chodievam niekam, ale málokedy, lebo moji rodičia nežijú spolu. Dievča, 15 rokov.

Nie, sedíme pred telkou. Chlapec, 14 rokov.

Chodíme sa korčufovať, bicyklovať. Dievča, 14 rokov.

Okrem toho, že sa porozprávame alebo niekam občas ideme sa u nás nič nedeje. Dievča, 15 rokov.

S mojimi rodičmi mám veľmi rada prechádzky s mojim malým bratom. Dievča, 13 rokov.

Výlety, obyčajné pozeranie telky. Bytie s nimi je samo o sebe fajn. Dievča, 14 rokov.

Každú sobotu hráme spoločenské hry. Dievča, 13 rokov.

Hrajeme sa, pečieme, chodíme na prechádzky, venujeme si čas. Dievča, 12 rokov.

Pozeráme spolu telku, hrajeme hry. Chlapec, 13

Väčšinou pracujú, takže veľa času sú v práci. Stačí mi, ak sme spolu. Dievča, 12 rokov.

### **PRAVIDLÁ:**

**V každej rodine platia nejaké pravidlá, napr. že sa musí raňajkovať, do koľkej môžu byť vonku, ako dlho sa môžu hrať s počítačom, kto má aké povinnosti. V niektorých rodinách ich je viac a musia sa dodržiavať, v iných ich je menej a nemusia sa dodržiavať. Čo si myslíte, je dôležité mať pravidlá? Povedzte mi o tom viac.**

Musím pravidelne jesť, starať sa o mladšiu sestru, nemôžem byť veľa na mobile a nesmiem zjesť všetky sladkosti. Dievča, 13 rokov.

Musíme chodiť každú nedeľu do kostola. Chlapec, 12 rokov.

Moje najmenej obľúbené pravidlo je zametanie domu každý druhý deň, obmedzenie počítača na dve hodiny denne a venčenie psa. Chlapec, 14 rokov.

Umývanie riadu, vysávanie a domáce práce. Dievča, 13 rokov.

Doma máme pravidlo, že pri jedle mám vypnutý mobil. Chlapec, 12 rokov.

O mňa sa boja, aby sa mi niečo nestalo a musím sa všade vypýtať, keď chcem ísť. Aj sa vrátiť ako povedali. Inak by ma druhý raz nepustili. Dievča, 13 rokov.

Pravidlá sú dôležité. Musím ich ja aj brat rešpektovať. Napríklad na počítači sme byt len hodinu denne, úlohy musíme mať urobené. Chlapec, 12 rokov.

V našej rodine nijaké pravidlá nie sú, ale keď sa nájde príležitosť na pomoc, tak im pomôžem. Rešpektujeme sa navzájom. Chlapec, 12 rokov.

V mojej rodine nie sú žiadne pravidlá. Chlapec, 14 rokov.

Pravidlá je dôležité dodržiavať. Bez nich by bol v rodine chaos. Dievča, 13 rokov.

Pravidlá nás len chránia. To je povinnosť našich rodičov. Dievča, 14 rokov.

Pravidlá asi musia byť. Lebo každý by si robil, čo chce. Niekedy je to, ale otravné. Rodičia nevedia pochopiť, že robíme to, čo máme radi a ich príkazy by mohli niekedy počkať. Dievča, 12 rokov.

Je dôležité mať pravidlá. To je to isté ako napríklad zákony. Bez zákonov by si ľudia robili, čo chcú. Chlapec, 13 rokov.

Je to dôležité. Nemôžem byť vonku po jedenáctej a nemôžem raňakovať v posteli. Nemôžem byť celý deň na mobile. Dievča, 12 rokov.

Je dobré, keď má rodina nejaké pravidlá, ale nie zas ako v base. Chlapec, 14 rokov.

### **SPOLOČNÉ STOLOVANIE:**

**Raňajkujete a večeriate spolu s rodičmi? Myslíte si, že je to dôležité, aby sa rodina stretla pri raňajkách alebo večeri spolu? Čo máte a čo nemáte radi na spoločnom raňajkovaní a večeraní?**

Neraňajkujeme ani nevečeriame spoločne kvôli práci rodičov. Skoro vôbec nie sme spolu. Dievča, 15 rokov.

Večeriame spolu a povieme si čo sme zažili za celý deň. Chlapec, 15 rokov.

Mám rád, že sa spolu rozprávame a smežeme. Chlapec, 11 rokov.

Moja rodina nie, rodičia sú stále v práci. Chlapec, 14 rokov.

Raňajkujeme s rodičmi iba niekedy. Pri večeri mám rada, keď sme spolu celá rodina a rozprávame sa, čo sme robili celý deň. Dievča, 13 rokov.

Raňajky sám, obed tiež sám a večer sem tam spolu. Chlapec, 14 rokov.

Nerada. Potom je veľa riadu na umývanie. Dievča, 11 rokov.

Nemôžeme spolu raňajkovať, lebo rodičia odchádzajú do práce veľmi skoro. Ale v nedeľu spolu obedujeme. Chlapec, 15 rokov.

Iba cez víkend. Je to dôležité, aby sme sa mohli porozprávať. Chlapec, 13 rokov.

Ja neraňajkujem, ale každý víkend obedujeme spolu s rodičmi. Je to pre nás tradícia, ale nemám ju veľmi rada, lebo sa pri obede často hádame. Dievča, 13 rokov.

Je to dobré, lebo rodičia sa venujú viac deťom, a keď už nemajú čas, tak aspoň pri tých raňajkách by sa mohli porozprávať. Dievča, 14 rokov.

Neraňajkujeme ani nevečeriame spolu. Nemali by sa stretávať iba vtedy. Mali by sa stretávať vždy. Zaujímať sa o seba. Dievča, 12 rokov.

Nestíhame raňajkovať spolu, iba cez víkend. Dievča, 14 rokov.

### **TELESNÁ ZDATNOSŤ, ANTROPOMETRICKÉ UKAZOVATELE:**

**Ako sú na tom školáci s pohybom a telesnou kondíciou? Sú dostatočne aktívni, majú dobrú kondíciu? Športujú dnes školáci? Akú fyzickú aktivitu máte najradšej a prečo? Čo by sa dalo urobiť, aby školáci boli ešte aktívnejší?**

Ja sa pohybujem dosť. Rád hrám futbal, alebo sa hrám s kamarátmi. Chlapec, 13 rokov.

Dnes deti veľmi necvičia, lebo sa im nechce. Môj obľúbený šport je florbal. Chlapec, 14 rokov.

Každý má inú kondíciu. Sú žiaci, ktorí cvičia, alebo takí, ktorí sedia za počítačom. Niektorí robia obe veci. Každý je iný. Dievča, 12 rokov.

Dnešní školáci majú dosť pohybu. Chlapec, 13 rokov.

Väčšina má málo pohybu a nemá vôbec kondičku. Dobré by bolo, keby sa zlepšila telesná výchova. Chlapec, 14 rokov.

Dnešní školáci sa hýbu málo, lebo vždy sedia za počítačom alebo za mobilom. Dievča, 14 rokov.

Dospelí ľudia veľmi nešportujú, lebo chodia do roboty. A deti sú zase na mobiloch. Dievča, 13 rokov.

Keby boli postavené nové ihriská, chodili by tam. Dievča, 13 rokov.

Doma ma dosť podporujú, aby som športoval, a tak športujem. Chlapec, 13 rokov.

Často hrávam futbal a basketbal. Chodím na krúžky. Hlavne tam chodím kvôli tomu, že tam mám kamarátov. Chlapec, 14 rokov.

Zaujímajú ma skôr počítače. Chlapec, 14 rokov.



Podľa mňa sú dnešné deti na tom dosť zle s pohybom a kondíciou, keďže väčšinu času presedia niekde doma, alebo niekde s telefónom v ruke. Dievča, 15 rokov.

Veľmi nie. Všade, kde sa pozriem sú chlapci s nadváhou. Chlapec, 15 rokov.

Nemajú veľmi kondíciu. Prebehnú tri kolečká a už nevládzu, a ani veľmi nešportujú. Len na telesnej. Dievča, 12 rokov.

Niektorí sú na tom fajn, iní by si mali vstúpiť do svedomia a začať pravidelne športovať, alebo namiesto prevážania autom by si mali zobrať bicykel. Dievča, 13 rokov.

### **VOLNOČASOVÉ AKTIVITY:**

#### **Čo robia dnešní školáci vo svojom voľnom čase? Ako ho trávia?**

#### **Majú vôbec voľný čas?**

Starší žiaci nemajú veľa voľného času, lebo sa musia veľa učiť na písomky, monitora tak. Ale tí mladší môžu korčuľovať, bicyklovať, nakupovať. Dievča, 12 rokov.

Keď mám voľný čas, tak sa snažím športovať. V zime korčuľujem, alebo hrám hokej. V lete rôzne loptové hry. Potom sa aj trochu učím. Robím trošku aj domáce práce, a tak idem trošku aj na počítač, mobil, playstation 4. Chlapec, 13 rokov.

Často chodím von. Doma som dosť často na mobile. Veľa ľudí robí hlavne to. Sociálne siete lákajú. Chlapec, 14 rokov.

Ja rada trávim svoj voľný čas tak, že čítam. Ale niektorí ľudia ho trávia tak, že pozerajú do mobilov. Dievča, 13 rokov.

Celý deň hrajem playstation 4 s kamarátmi online. Chlapec, 14 rokov.

Dnešní školáci trávia voľný čas na mobiloch, počítačoch a podobne. Majú voľný čas, ale namiesto toho, aby šli von s kamarátmi sú zavretí doma. Dievča, 14 rokov.

Bežím vonku a hrajem sa so psami. Dievča, 14 rokov.

Niektoré deti majú dobrú kondičku, ale sú aj také so slabou kondičkou. Športovať asi športujú. Ja mám rád skateboardovanie. Je to veľmi zábavné, a hlavne sa takto dostanem, kam chcem. Dievča, 12 rokov.

Moja najobľúbenejšia aktivita je tanec, lebo ním vyjadrím svoje pocity. Dievča, 13 rokov.

Najradšej mám beh. Naplňa ma to. Školáci by mali viac cvičiť. Dievča, 13 rokov.

Veľa školákov nešportuje kvôli elektronike. Ja osobne by som rada hrala futbal. Dievča, 14 rokov.

Aby sme mali ihrisko. Chlapec, 13 rokov.

Mať lepšie učiteľky na telesnej. Chlapec, 14 rokov.

Spánok, futbal, hranie hier na mobile. Chlapec, 13 rokov.

Voľný čas sa nájde, ale ak mám krúžky, potom fitko, škola, spánok, veľa mi nazvyš neostáva. Chlapec, 14 rokov.

Školáci, ktorí cestujú, nemajú toľko voľného času. Voľný čas trávia pred počítačom, lebo je neskoro, aby išli von. Chlapec, 15 rokov.

Väčšina „teens“ sú na nete. Iní zase športujú, alebo sa šprtia. Chlapec, 15 rokov.

Veľa školákov má práveže veľa voľného času, pretože majú „svoj svet“. Neexistuje pre nich nič iné, len kamaráti a na školu kašlú. Dievča, 14 rokov.

Dnešní školáci prídu domov a hrajú sa či už na mobile, playstation, x-boxe, alebo počítači. Voľný čas majú určite, ak im učitelia nedajú veľa domácej úlohy. Dievča, 12 rokov.

Hlavne na počítači a tablete. A niektorí sa ťažšie učia a nemajú veľa času sa rozvíjať, lebo sa musia stále učiť do školy. Dievča, 12 rokov.

Aj keď mám voľný čas, čo je málokedy, tak oddychujem alebo sa učím. Niektorí ho majú veľa, iní zas vôbec. Dievča, 13 rokov.

### **NÁKUPNÉ CENTRÁ:**

#### **Prečo toľko školákov chodí do nákupných centier a trávi tam voľný čas? Čo je na tom také zábavné a čo tam vlastne robia?**

Lebo je tam príjemná atmosféra. Chlapec, 13 rokov.

Podľa mňa nejde o nákupné centrum, ale o ľudí, s ktorými tam sme. Dievča, 14 rokov.

Sú tam ľudia. Môžu tam stretnúť známeho. Zájst do obchodu, poobzerať si veci. Alebo, aby sa prešli. Dievča, 12 rokov.

Chodia si s kamarátmi sadnúť. Chodia do obchodov, zabávajú sa. Idú sa niekam najesť. Dievča, 14 rokov.

Do obchodákov sa chodíme odreagovať, vypnúť hlavu, spoznať nových ľudí. Dievča, 13 rokov.

Sedím a čakám, kým mama nakúpi. Chlapec, 12 rokov.

Lebo tam je veľa vecí, stretávajú sa tam s kamarátmi. Nakupujú a rozprávajú sa. Dievča, 12 rokov.

Keďže som baba, tak veľmi rada nakupujem nové oblečenie, veci. Potom ideme s kamoškou do nejakej bistra a ideme domov. Aspoň tak to robím ja. Dievča, 12 rokov.

Môj názor je taký, že v obchodných centrách je dobrá atmosféra na rozprávanie. Chlapec, 15 rokov.

U nás nie je až toľko nákupných centier, a kde sú, tam asi deti trávia svoj voľný čas s kamoškami. Dievča, 14 rokov.

Na nákupy chodia dievčatá a čo na tom vidia ja neviem. Zatiaľ som na to neprišiel, prečo to dievčatá baví. Chlapec, 11 rokov.

Je super, keď skupinka kamarátov ide niekde, kde to poznajú. Prehľadávajú obchody, zohrejú sa. Chlapec, 15 rokov.

Cítia sa tam dobre a môžu ísť do kina, na jedlo, na drinky a tak. Dievča, 15 rokov.

### **ROVESNÍCI, ROMANTICKÉ VZŤAHY:**

#### **Ako to dnes chodí medzi chlapcami a dievčatami, keď sa im niekto páči? Čo by v takom prípade mal urobiť chlapec a čo dievča, ak sa mu ten druhý páči? Čo sa patrí a čo nepatrí?**

Keď sa mu dievča páči, mal by ju pozvať na prechádzku. Chlapec, 13 rokov.

Nepatrí sa ešte mať frajera. Dievča, 11 rokov.

Keď sa niekomu niekto páči, mal by mu to povedať do očí a nie cez mobil. Dievča, 15 rokov.

Chlapec by sa mal snažiť dievčaťu aspoň naznačiť, že ju má rád a to isté môžem povedať o dievčatách. Ale dostať sa do vzťahu je dnes najväčší problém. Patrí sa byť milý a snažiť sa získať náklonnosť druhého. Dievča, 15 rokov.

Niektorí sa hanbia a niektorí to povedia hneď osobe, ktorá sa im páči. Chlapec by mal pozvať dievča. Dievča by malo úprimne odpovedať. Dievča, 13 rokov.

Chlapci, keď sa im niekto páči, robia dievčaťu zle a provokujú ho. Nepatrí sa im veľmi robiť zle. Dievča, 13 rokov.

Dnes to chodí tak, že ak sa niekto niekomu páči, najprv si to nepriznajú, a ak si to priznajú, tak skoro stále si píšú, volajú cez videohovor. Dievča, 12 rokov.

Bozkávajú sa, chlapec posiela darčeky, majú spoločné záujmy, pozve ju na rande, urobia si „cvičnú svadbu“. Dievča, 13 rokov.

Spoznávajú sa cez sociálne siete a píšú si. Dievča, 13 rokov.

Trávia spolu viac času, nikto nikomu nič nepovie. Dievča, 14 rokov.

Zistí jej telefónne číslo a píše esemesky, prípadne volá. Chlapec, 13 rokov.

Obieha chlapec okolo dievčaťa ako družica. Chlapec, 13 rokov.

Nevie byť bez druhého, chce sa s ním stále stretávať, rozprávať, telefonovať. Dievča, 14 rokov.

Dievča sa červená, píše si cez messenger s chlapcom, čo sa jej páči. Mali by sa stretávať a spoznávať. Dievča, 13 rokov.

Napíšem jej na facebook, keď ju poznám. Keď nie, tak sa ozvem a požiadam o kontakt. Pozvem ju domov, alebo do kina. Nepatrí sa byť hneď od začiatku úchylný. Chlapec, 12 rokov.

Povedať jej, že má pekné oči. Dať jej kvety, chodiť s ňou vonku. Chlapec, 14 rokov.

### FAJČENIE:

#### Stane sa Vám, že vo Vašom okolí niekto fajčí? Vadí Vám to? Prečo niektorí mladí ľudia fajčia? Ako sa mladí ľudia dostanú k cigaretám, keďže je zákaz predaja tabakových výrobkov do 18 rokov?

Mne veľmi, ale veľmi vadí, keď niekto pri mne fajčí. Chlapec, 14 rokov.

V mojom okolí fajčí veľa ľudí a vadí mi to. Ale je to ich rozhodnutie. Predavačkám a predavačom je to jedno. Hlavne, že dostanú peniaze. Chlapec, 15 rokov.

Vadí mi to. Mám veľa mladistvých kamarátov, ktorí bez toho nedokážu existovať a to ma dosť mrzí. Kúpia im to starší kamaráti. Dievča, 15 rokov.

Asi ich to ukľudňuje. Chlapec, 13 rokov.

Keď ste pri človeku, ktorý fajčí a ten si bezohľadne vedľa vás a dym ide na mňa. Fajčiari žijú o 10 rokov kratšie. Dievča, 13 rokov.

Ten kto fajčí, má špinavé pľúca. Chlapec, 11 rokov.

Povedať jej, že ju ľúbi a pozvať na večeru. Chlapec, 14 rokov.

Provokujú sa. Mal by ju osloviť. Chlapec, 11 rokov.

Väčšinou si to nepovedia. Mali by si to povedať, aj keď odpoveď toho druhého môže byť iná. Chlapci sa niekedy predvádzajú pred dievčatami. Keď to nezaberá, začnú dievča šikanovať, aby si ho všimla. Dievča, 12 rokov.

Napíšu si. Začnú chodiť von a ide to samo. Nepatrí sa žiadať nahé fotky. Je to úbohé. Dievča, 15 rokov.

Fajčí veľa mladých ľudí. Kupujú im kamaráti. Dievča, 11 rokov.

Vadí mi, keď som s niekým vonku a on fajčí, potom mi páchne bunda. Dievča, 13 rokov.

Rodičia fajčia a deti chcú vedieť prečo to robia, a tak to vyskúšajú. Chlapec, 11 rokov.

Moji rodičia bohužiaľ fajčia. Vadí mi to. Chlapec, 15 rokov.

Vadí mi ten dym. Mladí sa frajerujú, nemám šajnu čo na tom vidia. Dievča, 14 rokov.

Ukradnú rodičom. Chlapec, 13 rokov.

Dajú im starší z partie. Dievča, 13 rokov.

Nepýtajú občiansky preukaz. Chlapec, 15 rokov.

Dievčatá vyzerajú staršie, a tak im predajú. Dievča, 15 rokov.

### OPITOSŤ:

#### Prečo sa zvyknú mladí ľudia opiť, napriek tomu, že im je potom zle? Ako sa mladí ľudia dostanú k alkoholu, keďže je zákaz predaja alkoholických nápojov do 18 rokov?

Chcú vyskúšať aké to je, byť opitý. A zároveň chcú mať lepšiu náladu a to napriek tomu, že im je potom zle. Kúpia si to od dospelých kamarátov. Dievča, 12 rokov.

Počula som už rôzne „storky“ prečo sa opiť. Na zlomené tínedžerske srdce, alebo snaha zapadnúť týmto spôsobom. Doteraz som bola len tá, čo vodi alebo doprevádza, dohliada na svojich opitých kamarátov, a tak to aj veľmi dlho zostane. Dievča, 14 rokov.

Nie každému je z toho zle. Chlapec, 15 rokov.

Ukradnú od rodičov a baví ich opitý stav. Chlapec, 15 rokov.

Robia to zo zvedavosti, alebo ich k tomu naviedli kamaráti. Možno sa snažia, aby nemysleli na niečo, čo im ublížilo. Alebo je to opäť nejaký trend. Kúpi im to nejaký starší známy. Dievča, 12 rokov.

Má to byť zaujímavé pre niekoho iného, napríklad kvôli dievčatám. Chlapec, 15 rokov.

Pijú, aby sa odreagovali a zabudli na problémy. Dievča, 14 rokov.

Ukradnú od rodičov a baví ich opitý stav. Chlapec, 15 rokov.

### DISKRIMINÁCIA ROVESNÍKMI:

#### K niektorým školám sa iní školáci správajú lepšie a k iným horšie. Od čoho to závisí? Prečo sa k niektorým školákovi rovesníci správajú lepšie a k iným horšie?

Zavísi to od toho kde bývajú alebo aké majú oblečenie. Dievča, 13 rokov.

Ak je niekto v niečom slabší, druhý sa mu vysmieva a robí mu zle. Dievča, 14 rokov.

Niektorí sa dobre učia a niektorí horšie, tak ho odsudzujú. Chlapec, 13 rokov.

Zoberú do partie len toho, kto fajčí. Dievča, 12 rokov.

Myslia si, že im to pomôže pri zabúdaní alebo potláčaní smútku. Dievča, 15 rokov.

Neznášam alkohol, lebo keď sme na nejakej oslave, potom prideme domov a štyri dni ešte pije a je mu zle. Dievča, 13 rokov.

Keď sa opije, potom do všetkého búcha a kričí. Dievča, 13 rokov.

Keď sa opije a potom ide spať, celá izba je zasmradená alkoholom. Chlapec, 13 rokov.

Rodičia, keď pijú, prídu neskoro domov a ja sa o nich bojím a nemôžem zaspáť. Dievča, 14 rokov.

Keď v obchode povie, že je to pre jeho otca, predajú mu alkohol aj cigarety. Chlapec, 11 rokov.

Cez prázdniny chodíme do podniku. Mame povie, že spím u kamarátky a sme tam až do rána. Dievča, 14 rokov.

Ja som už bola opitá. Spala som u kámošky. Dievča, 14 rokov.

Môj brat chodí často domov opitý. Má 20 rokov. Ak nemá peniaze, tak mi vezme niečo do záložne. Chlapec, 11 rokov.

Príde nový na školu a nezapadne do partie, lebo je nový. Chlapec, 13 rokov.

Niektorí niečo zlé napíše na tabuľu a druhý na neho začne kričať, vysmievať sa mu. Chlapec, 11 rokov.

Myslia si, že sú viac ako my rómovia. Dievča, 13 rokov.

Podľa mňa záleží na učiteľoch a riaditeľoch. Dievča, 13 rokov.

## DISKRIMINÁCIA DOSPELÝMI:

**Správajú sa učitelia, alebo iní dospelí k rôznym spolužiakom rôzne, teda k niektorým lepšie a k iným horšie? Prečo je to tak? Prečo sa k niektorým správajú horšie?**

Preto, lebo niektorí žiaci sú protivní. Na hodine hučia a ignorujú učiteľa. Dievča, 12 rokov.

Majú radšej jednotkárov. Dievča, 13 rokov.

Mám spolužiaka, ku ktorému sa učitelia správajú hrozne. Možno to je tým, že kedysi robil zle. Už sa zmenil, ale učitelia to akosi nevidia, čo mi je ľúto. A je jedno koľko ľudí sa ho zastane, ale aj tak je to proste vždy on, ten čo je na vine. Je to proste zasadenie. Ale stojím si za svojim názorom, že aj učitelia by sa mali trochu uvedomiť. Dievča, 15 rokov.

Podľa správania na hodine. Ako sa správajú deti na hodine, tak aj učitelia potom. Chlapec, 14 rokov.

Stáva sa, že si učiteľka obľúbi žiaka, a preto je k nemu milšia. Dievča, 14 rokov.

## BITKY:

**Stane sa niekedy, že sa školáci pobijú? Čo myslíte prečo sa to stane a kto sa zvykne zapojiť? Skúste mi vysvetliť čo sa to vlastne deje a prečo?**

Väčšinou sa deti pobijú kvôli tomu, že sa jeden druhého nepochopil. Dievča, 14 rokov.

Majú medzi sebou bitky. Niektorí nadával druhému, alebo ho ohováral, alebo len zo srandy potkol a podobne. Dievča, 12 rokov.

Bitke sa zabráni tak, že ich obránim. Chlapec, 13 rokov.

Pobijú sa kvôli urážkam. Chlapec, 13 rokov.

Dvaja sa pobijú a tretí ich podporuje, nech sa bijú ďalej. Bijú sa kvôli zábave častokrát. Alebo aby niekoho zaujali. Chlapec, 14 rokov.

Jeden povie druhému, že na teba ten a ten niečo povedal a z toho sú potom bitky. Chlapec, 13 rokov.

Bijú sa aj kvôli nejakému dievčaťu. Chcú ju obaja. V škole sa chlapci bijú na záchodoch. Dievča, 13 rokov.

Stáva sa to, keď starší žiaci šikanujú mladších. Obvykle sa k tomu pridajú jeho kamaráti. Dievča, 14 rokov.

Vyzývajú sa navzájom z frajeriny. Chlapec, 15 rokov.

Učitelia nám hovoria, aby sme sa len tak neprižerali a ohlásili to. Dievča, 15 rokov.

Stáva sa to. Tí, ktorí vyvolávajú konflikty. Buď preto, že sa pohádajú, alebo si chcú niečo dokázať. Dievča, 13 rokov.

## KOMUNITA, OKOLIE:

**Je podľa Tvojho názoru miesto, kde žiješ/bývaš, bezpečným miestom pre Teba, aby si tam mohol tráviť voľný čas?**

Cítim sa tu bezpečne. Dievča, 14 rokov.

Mám svoje miesta, kde si chodím oddýchnuť, ak chcem byť chvíľu sama. Dievča, 12 rokov.

Tam, kde bývam, je veľmi ticho a žiadne rušno. Väčšinou trávim čas vonku. Dievča, 14 rokov.

Je tu bezpečne. Nemáme však odpadové koše a je tu veľa odpadu. Dievča, 14 rokov.

Žijem pod úrovňou cesty vo veľkom starom dome bez oplotenia. Každý nám čumí do kuchyne. Dievča, 15 rokov.

V meste sa cítim bezpečne. Nevyhľadávam rizikové miesta. Dievča, 15 rokov.

Žijem na dedine. Máme záhradu, kde máme psov. V dedine je pre mňa ideálne miesto. Dievča, 13 rokov.

V malom meste je bezpečnejšie ako vo veľkých. Chlapec, 14 rokov.

## OTVORENOSŤ:

**Myslíte si, že je fajn poznať ľudí, ktorí pochádzajú z iných krajín, inej kultúry, alebo sú len iní ako my?**

Áno, aj ľudia z iných krajín môžu byť priateľskí a dobrí. Chlapec, 13 rokov.

Nevadia mi žiadne iné kultúry len tie, ktoré sa nevedia správať na iných územiach, nechcú sa prispôbiť, chcú radšej zmeniť tú inú krajinu na ich, napr. Arabi, keď pracujú, sú slušní, nevadia mi, ani ich kultúra mi nevedí. Chlapec, 14 rokov.

Takí ľudia sú najlepšie. Mám takých priateľov a sú omnoho lepší, ako tí obyčajní. Sama som iná, takže o tom viem svoje. Dievča, 15 rokov.

Je to úžasné. S ľuďmi z iných krajín sa môžete toho veľa naučiť. Nové jazyky, zvyky, tradície. Mám polovicu zahraničných kamarátov a je to fakt úžasné. Dievča, 14 rokov.

Nech má farbu, ako má, len nech ma nepresviedča o svojej pravde. Dievča, 15 rokov.

Dozvedeli by sme sa zaujímavé fakty o krajine, naučíme sa jazyk, nech nebudú leniví a moslimovia so zlými úmyslami. Dievča, 14 rokov.

Len v poslednej dobe tu je veľa prisťahovalcov (Srbov, Rumunov) a niekedy sa trocha bojíme ich večer stretnúť.

Niektorí sú v pohode. Niektorí by ale radšej mali zostať doma odkiaľ prišli.

Je dobré ich poznať, pokiaľ sa neubytujú na Slovensku. Dievča, 13 rokov.

Mali by sme spoznávať ľudí. Komunikácia je dôležitá. Spoznávanie nových ľudí je dobrodružstvo. Dievča, 12 rokov.

Myslím, že je dobré vedieť ako žijú ľudia z iných krajín, aké majú tradície a tak. Dievča, 14 rokov.

Áno sú trochu iní. Majú iný jazyk a pleť. Dievča, 13 rokov.

# Kľúčové zistenia

Doc. Róbert Ochaba, PhD; Prof. Andrea Madarasová Gecková, PhD

Prieskum o sociálnych determinantoch zdravia školákov poukázal na viacero pozoruhodných zistení, vychádzajúc z porovnaní odpovedí žiakov na jednotlivé otázky z troch prieskumov uskutočnených v rokoch 2010, 2014 a 2018. Nie je možné sa zmieniť o všetkých zaujímavých zisteniach, takže doslov bude reflektovať len najvýznamnejšie zistenia týkajúce sa výskytu vybraných indikátorov zdravia a sociálnych determinantov zdravia v časovej perspektíve troch zberov v rozpätí 8 rokov a v medzinárodnom kontexte, teda porovnaním slovenských školákov so školákmi z ostatných viac než 40 krajín siete HBSC z prieskumu realizovaného v roku 2014/2015.

## Zdravie – rezervy v psychohygiene a pohybovej gramotnosti

Výskyt viacnásobných zdravotných ťažkostí bol už v minulosti vyšší u slovenských školákov v porovnaní s priemerom HBSC krajín (Inchley a kol. 2016). V roku 2018 tretina chlapcov (28-36 %) a skoro polovica dievčat (38-53 %) prežívala dve alebo viac zdravotných ťažkostí aspoň raz týždenne, pričom v skupine 15-ročných došlo oproti roku 2010 k nárastu výskytu viacnásobných zdravotných ťažkostí. K najčastejším zdravotným problémom patrili **nervozita, podráždenosť a problémy so zaspávaním**. Už vo veku 11 rokov približne 10 % školákov (8-11 %) užívalo lieky na problémy so zaspávaním či nervozitu. Zároveň len polovica 15-ročných školákov (50-53 %) **spala aspoň 8 hodín denne** počas pracovného týždňa. Konzumácia energetických nápojov na potlačenie únavy, príťažlivosť virtuálneho sveta sociálnych sietí či počítačových hier, ktoré sú k dispozícii nonstop a náhrada raňajkovania konzumáciou sladených nápojov, môžu vysvetľovať vysoký výskyt podráždenosti, nervozity i problémov so zaspávaním. Rodičovnanie školákov v online priestore je výrazne odlišné od rodičovnanie školákov tráviacich svoj voľný čas v reálnom priestore a rodičia nemusia mať potrebné zručnosti a skúsenosti, aby zabezpečili

dodržiavanie zásad psychohygieny. Kým niekedy stačilo z okna zakričať „večera“ a uistiť sa, že sú deti v detskej izbe, dnes je „ulica plná rovesníkov“ priamo v detskej izbe a wifi nemá večierku.

Naopak vo výskyte **lekársky ošetrovaných úrazoch** sme v minulosti patrili medzi krajiny s najnižším výskytom (Inchley a kol. 2016), ale po roku 2014 došlo k prudkému nárastu výskytu úrazov u slovenských školákov. V roku 2018 utrpela úraz, ktorý musel byť ošetrovaný lekárom, až polovica školákov (43-52 %). Bohužiaľ nemáme k dispozícii bližšie údaje o okolnostiach úrazov a type úrazov, takže môžeme len špekulovať či príčiny vysokého a rastúceho výskytu úrazov spočívajú v prostredí, v typoch aktivít, do ktorých sa školáci zapájajú, alebo v celkovo nižšej pohybovej gramotnosti digitálnej generácie, ktorá nezískala v predchádzajúcom období dostatok pohybových zručností a skúseností.

Viac než polovica školákov (55-65 %) vo veku 15 rokov uviedla, že má problémy s emóciami, koncentráciou či správaním, pričom **emocionálnymi a behaviorálnymi problémami** (Strengths and Difficulties Questionnaire skóre v abnormálnom pásme) trpelo 10 % chlapcov a 20 % dievčat v tomto veku. Emocionálne a behaviorálne problémy dospievajúcich je možné vnímať ako stav, ktorý zásadným spôsobom bráni dospievajúcemu aktívne sa zúčastňovať a zvládnuť aspekty života, ktoré sú typické pre jeho či jej vekovú skupinu, a tak naplno realizovať svoj potenciál. To môže následne závažným spôsobom ovplyvniť ich úspešnosť vo vzdelávacom systéme, uplatnenie sa na trhu práce, ale i fungovanie v oblasti sociálnych vzťahov, čo môže úzko súvisieť so životnou spokojnosťou a kvalitou života.

## Ústne zdravie – neuspokojivé a bez zmeny od roku 2010

Denné **umývanie zubov** udávajú školáci na Slovensku porovnateľne s priemerom HBSC krajín (Inchley a kol. 2016). Približne polovica chlapcov (50-56 %) a tri štvrtiny dievčat (71-74 %) si



čistilo zuby viac ako raz denne, pričom od roku 2010 došlo k minimálnym zmenám a len v skupine mladších dievčat. Alarmujúce je zistenie, že viac ako polovica školákov trpí **krvácaním ďasien** (49-63 %), a približne 15 % školákov (12-19 %) v uplynulom roku **nenavštívilo zubného lekára** ani raz. Podpora ústneho zdravia školákov je stále nedostatočne účinná a v kombinácii s dostupnosťou preventívnej i liečebnej starostlivosti o ústne zdravie by mala byť prioritou v podpore zdravia školákov.

### Nutričné správanie – priveľa sladených nápojov a absencia raňajok

Slovenskí školáci uvádzajú **každodenné raňajkovanie** výrazne menej často v porovnaní s priemerom HBSC krajín (Inchley a kol. 2016). Približne polovica školákov vo veku 11 rokov (48-54 %) a iba dve pätiny školákov vo veku 15 rokov (37-43 %) raňajkovala každý pracovný deň. Počet školákov, ktorí raňajkujú každý pracovný deň od roku 2010 klesá.

Slovenskí školáci **konzumovali ovocie** rovnako často a **zeleninu** menej často ako je priemer HBSC krajín (Inchley a kol. 2016). Výskyt konzumácie ovocia a zeleniny u slovenských školákov rastie od roku 2014. Je potrebné si však uvedomiť, že aj napriek pozitívnemu trendu je ešte stále veľký potenciál v tejto oblasti, nakoľko percento konzumujúcich detí zeleninu každý deň je stále na úrovni v rozmedzí od 28 % do 44 %, v prípade ovocia od 31 % do 52 %.

Dobrou správou, a teda aj predpokladom úspešnosti a efektu doterajších intervenčných aktivít v tomto smere, je klesajúci trend v **konzumácii sladkostí**, rovnako aj **sladených nápojov**. Denné pitie sladených nápojov je na Slovensku veľmi rozšírené (16-28 %), v minulosti výrazne presahujúce priemer HBSC krajín (Inchley a kol. 2016).

Nepriaznivá je aj situácia v prípade **konzumácie energetických nápojov**, kde viac ako raz týždenne pilo energetické nápoje 13 % 11-ročných, ale až 31 % 15-ročných chlapcov. Pre porovnanie dievčatá konzumovali v tomto časovom intervale približne o polovicu menej tieto nápoje (6-18 %), a to vo všetkých vekových skupinách. Vzhľadom na účinky a účel využitia týchto produktov, bolo by vhodné zamyslieť sa nad týmito číslami, ktoré by rozhodne mali byť nižšie.

### Hodnotenie postavy a diétovanie – podpora zdravých foriem udržiavania optimálnej hmotnosti

Výskyt **nadhmotnosti a obezity** u slovenských školákov bol v minulosti vo všetkých vekových skupinách na úrovni priemeru HBSC krajín (Inchley a kol. 2016), a aj v roku 2018 sa pohyboval medzi 3 až 12 % v skupine dievčat a 9 až 17 % v skupine chlapcov, pričom so stúpajúcim vekom sa zvyšovalo i riziko nadhmotnosti a obezity. Z hľadiska analýzy trendu vývoja nadhmotnosti a obezity, v porovnaní rokov 2010 a 2018 sa ukázalo, že v prípade 15-ročných dievčat došlo k nárastu výskytu u 15-ročných dievčat, no poklesu u 11-ročných chlapcov i dievčat a 13-ročných chlapcov, pričom zmeny u chlapcov sa udiali už do roku 2014.

Zvyšovania hmotnosti s pribúdajúcim vekom sa zvyšuje rovnako u oboch pohlaví, čo nepochybne súvisí s dospievaním detského organizmu a so spomalením metabolizmu. V prípade nedostatočnej pohybovej kompenzácie to môže viesť k vzniku nadhmotnosti u rizikových jedincov. Do budúcnosti je určite vhodné pokračovať v informačnej kampani a edukácií detí a mládeže, ktorá by mala zahŕňať poznatky z oblasti vývinovej psychológie a psychológie zdravia. Cieľom by malo byť vnímanie významu výživy a pohybovej aktivity vo vzťahu k špecifikám detského a dorastového veku.

Pri monitorovaní výskytu nadhmotnosti a obezity v období dospievania je potrebné zohľadniť vývinové špecifiká (pohlavné dozrievanie, rastový špurt), ale tiež limity odhadu na základe výšky a váhy nezohľadňujúce zloženie tela (pomer svalovej hmoty) a nezohľadňujúce limity sebaopisujúceho nástroja (respondenti nemuseli poznať svoju aktuálnu výšku a hmotnosť, prípadne mohli mať tendenciu skresliť ich smerom k priemerným hodnotám). Skutočný výskyt nadhmotnosti a obezity v tejto populácii je s veľkou pravdepodobnosťou vyšší a indikujú to i objektívne merania zloženia tela na časti vzorky HBSC (približne tretina 11-ročných školákov trpela nadhmotnosťou alebo obezitou).

Slovenskí školáci **hodnotili svoju postavu** negatívne rovnako často ako bol priemer krajín HBSC, no zároveň patrilo do prvej desiatky krajín s najvyšším výskytom **držania diéty** v kategórii 11 a 13-ročných (Inchley a kol. 2016). V roku 2018 zhodnotila až tretina dievčat vo veku 13

a 15 rokov (28-32 %) svoju **postavu** ako trochu alebo veľmi tučnú, pričom v najvyššom percente sa jednalo o 13-ročné dievčatá. V porovnaní s chlapcami, ktorí toto presvedčenie zdieľali len v jednej pätine (20-23 %). Diétu držalo v roku 2018 približne 15 % chlapcov (14-16 %) a pätina dievčat (20-24 %) a v skupine chlapcov i dievčat došlo v období medzi rokom 2010 a 2014 k nárastu výskytu školákov, ktorí držali diétu. Navyše, približne tretina 11-ročných školákov a školáčok (31-33 %) trpela aspoň dvoma symptómami porúch príjmu potravy. Zaujímavé je sledovanie tohto ich presvedčenia vo vzťahu k reálne zistenej hodnote BMI, kde v najpočetnejšej skupine dievčat v rámci zisťovania ich pocitu zo svojej postavy (čiže 13-ročné dievčatá) trpelo nadváhou alebo obezitou len 7 % dievčat.

### Voľnočasové aktivity - rezervy v ich efektívnom trávení/naplnení

Slovensko patrilo v minulosti do prvej desiatky krajín s najvyšším výskytom **pravidelnej fyzickej aktivity** u školákov (Inchley a kol. 2016). I v roku 2018 bola skoro tretina mladších školákov (26-28 %) fyzicky aktívna aspoň hodinu denne každý deň, pričom výskyt s rastúcim vekom klesal, a to najmä u dievčat, kde iba 12 % dievčat vo veku 15 rokov bolo dostatočne fyzicky aktívnych. V porovnaní s rokom 2010 nedošlo vo výskyte pravidelnej fyzickej aktivity k výraznejším zmenám (pozitívnou výnimkou je nárast len u 11-ročných dievčat).

Škola predstavuje priestor a možnosti pre realizovanie účinných intervencií na podporu telesnej aktivity školákov a väčšina školákov (86 %) potvrdila, že na ich škole je priestor, ktorý môžu využívať pre fyzickú aktivitu. Približne tretina z nich (27 %) ho využívala pravidelne a tretina ho nevyužívala vôbec (26 %). Ešte alarmujúcejšie zistenie je, že 14 % školákov môže tráviť prestávky len v triede, 61 % v priľahlých chodbách a len 23 % školákov môže využívať celý areál školy, pričom iba 2 % škôl organizuje aktívne prestávky a ponúka športové náradie. Je potrebné zdôrazniť, že vnímanie školákov a vedenia škôl sa v tomto smere dramaticky odlišuje. Avšak bez ohľadu na odlišnosti v tomto vnímaní, využitie už existujúceho materiálne-technického zariadenia a vybavenia škôl, jeho zatriaktívnenie a priblíženie sa mladým (prostredníctvom vhodne zvolenej stratégie zo strany školy, kvalifikovaného personálu, fungovaním rovesníckej skupiny či iného

influencera) má potenciál jednoducho, efektívne, a najmä finančne nezaťažujúco prispieť k rozvíjaniu pohybových zručností a telesnej kondície školákov, a následne k samotnému naplneniu odporúčania pre ich fyzickú aktivitu. Nie je aj toto cesta ako u školákov zmeniť celkový negatívny postoj k škole k lepšiemu? Napríklad ak môžu využívať častokrát už existujúci priestor na trávenie svojho voľného času, počas prestávok i mimo vyučovania, a to s ľuďmi v príjemných, atraktívnych a zaujímavých priestoroch?

Vo svojom voľnom čase sa venovali chlapci najmä tímovým športovým aktivitám (55-69 %) a dievčatá aktivitám organizovaným základnými umeleckými školami (38-54 %). Skoro tretina 15-ročných školákov (27-28 %) nenavštevovala žiadnu **organizovanú voľnočasovú aktivitu** a štvrtina (24-25 %) trávila čas v supermarketoch niekoľkokrát týždenne. Stále populárne je i stretávanie sa s priateľmi pred panelákom, na ihrisku či na lavičkách, čo niekoľkokrát týždenne robilo 70 % školákov (69-73 %).

Od roku 2010 zaznamenávame klesajúci trend vo výskyte **religiózných** školákov s najvýraznejším poklesom v skupine 11-ročných dievčat (58 % vs. 42 % pri porovnaní výskytu v roku 2010 a 2018). Aspoň raz do týždňa navštevuje kostol alebo náboženské stretnutie približne 40 % školákov (38-42 %).

### Využívanie moderných technológií – nástroj uspokojovania základných potrieb

Približne pätina 15-ročných školákov (18-20 %) sa **zdôveruje so svojim prežívaním ľahšie v online priestore** ako pri osobných stretnutiach. K **rizikovému využívaniu internetu** sú zdá sa náchylnejší chlapci: chlapci častejšie ako dievčatá vo veku 15 rokov nejedli alebo nespali kvôli internetu (13 % vs. 5 %), cítili sa nepríjemne, keď nemohli byť na internete (18 % s 12 %), zanedbávali blízkych a povinnosti kvôli internetu (19 % vs. 13 %) a snažili sa neúspešne obmedziť čas strávený na internete (21 % vs. 13 %). Naopak **strachom zo zmeškania** trpeli v tomto veku častejšie dievčatá (19 % vs. 12 %). Skoro 40 % školákov vo veku 13 a 15 rokov (37-39 %) priznalo, že **používa mobil, aby sa cítili lepšie, keď im je nanič**.

Moderné technológie a sociálne siete sa stali základnou potrebou dospievajúcich, ale zároveň sú nástrojom uspokojovania základných potrieb

ako sú interakcia s blízkymi a rovesníkmi, aktivity voľného času (počúvanie hudby, pozeranie filmov, hranie hier), vyhľadávanie informácií, učenie, sebarozvoj (viď. kapitola Výpovede školákov).

### Užívanie psychoaktívnych látok – vysoký výskyt napriek klesajúcemu trendu

Slovensko patrilo v minulosti do prvej desiatky krajín HBSC s najvyšším výskytom fajčenia (aspoň raz týždenne) u 13 a 15-ročných školákov (Inchley a kol. 2016). **Skúsenosť s fajčením cigariet** (aspoň raz v živote) uvádzali v roku 2018 približne dve pätiny 15-ročných školákov (39-40 %). Výskyt skúseností s fajčením je stále pomerne vysoký, avšak oproti roku 2010 je potešujúci nápadný pokles výskytu o viac než 20 %. Tento pokles, ktorý je súčasťou celkového znižovania výskytu fajčenia v Európe v priebehu posledných rokov, je v súlade so stratégiami WHO v oblasti kontroly tabaku. Výsledky potvrdili na druhej strane negatívny trend vyrovnávania sa dievčat chlapcom, vzhľadom na to, že v starších vekových kategóriách sú len štatisticky nevýznamné rozdiely. Navyše, asi pätina 15-ročných (21-23 %) a desatina 13-ročných (9-10 %) školákov **fajčila cigarety** aspoň jeden deň za posledných 30 dní.

Pravidelné pitie alkoholu (aspoň raz za týždeň) uvádzali v minulosti slovenskí školáci približne rovnako často ako je priemer HBSC krajín (Inchley a kol. 2016). **Skúsenosť s pitím alkoholu** (aspoň raz v živote) mali v roku 2018 približne dve tretiny 15-ročných školákov (59 %). Približne tretina 15-ročných (33-36 %) a menej ako pätina 13-ročných školákov (16-17 %) uviedla **pitie** alkoholu aspoň raz za mesiac, čo predstavuje oproti roku 2010 výrazný pokles. Na druhej strane je zrejmé, že medzi rokmi 2014 až 2018 sa tento pokles spomalil. V tomto vývoji situácie mohlo zohrať rolu aj sprísnenie legislatívy (Novela 214/2009 Zákona o ochrane pred zneužívaním alkoholických nápojov). Napriek tomu ho však v obchodoch neodmietli predáť až 7 % školákov vo veku 13 rokov a 12 % dievčat a 18 % chlapcov vo veku 15 rokov.

Asi pätina 15-ročných (21-23 %), 5 % 13-ročných a menej ako 2 % 11-ročných školákov sa v svojom živote **opilo aspoň dvakrát**, pričom za posledných 30 dní sa opilo aspoň raz menej ako pätina 15-ročných (16-17 %), do 6 % 13-ročných

(5-6 %) a menej ako 2 % 11-ročných. Opäť možno pozitívne hodnotiť znižujúci sa trend v priebehu posledného desaťročia.

Medzi 15-ročnými školákmi aspoň raz v živote **užilo marihuanu** 17 % chlapcov a 10 % dievčat a menej ako 8 % školákov ju užilo za posledných 30 dní (6-8 %).

Pokles, ku ktorému došlo od roku 2010 v takmer všetkých ukazovateľoch užívania psychoaktívnych látok, možno aspoň čiastočne pripísať zmenám sociálneho prostredia pravdepodobne súvisiacimi s nárastom komunikácie v online priestore, ako aj uplatňovaniu príslušnej legislatívy. Napriek klesajúcemu trendu, je užívanie psychoaktívnych návykových látok predovšetkým u 15-ročných školákov rozšírené a zostáva dôležitým verejno-zdravotným problémom.

### Násilné správanie – klesajúci trend, najmä u chlapcov

Násilné správanie vo forme fyzickej bitky bolo vo všeobecnosti uvádzané častejšie ako v ostatných krajinách a výskyt najmä v skupine chlapcov posunul Slovensko do prvej desiatky krajín s najčastejším výskytom fyzických bitiek (Inchley a kol. 2016). **Účasť na bitke** aspoň raz za posledný rok uviedlo vyššie percento chlapcov ako dievčat, pričom do bitky sa zapojili najmä 13-roční školáci (45 % chlapcov a 23 % dievčat). Účasť na bitke aspoň raz za posledný rok klesla v roku 2018 v porovnaní s rokom 2010 len u 15-ročných dievčat. Výnimkou sú ale 11-ročné a 13-ročné dievčatá, u ktorých nebola zaznamenaná zmena. Pozitívne zmeny sa udiali u chlapcov, kde je pokles účasti na bitke aspoň raz za posledný rok štatisticky významne nižšia než v roku 2010 u všetkých sledovaných vekových kategórií.

Počet školákov uvádzajúcich, že sa stali **obeťou šikanovania** aspoň dva alebo trikrát za posledný mesiac sa pohyboval na úrovni HBSC priemeru vo všetkých vekových skupinách u chlapcov aj dievčat (Inchley a kol. 2016). Na druhej strane, slovenskí a najmä 15-roční školáci sa k šikanovaniu priznávali častejšie ako je priemer HBSC krajín a patrili do prvej desiatky krajín HBSC (Inchley a kol. 2016). Na základe výsledkov môžeme hodnotiť, že vyšší výskyt obetí i aktérov šikanovania bol v nižších vekových kategóriách. Kým vo veku 15 rokov priznalo, že bolo obeťou šikanovania najmenej 2 až trikrát za mesiac 4 až 5 % školákov, vo veku 11 rokov to bolo 7 až 8 % školákov. Aktérmi šikanovania bolo

vo veku 15 rokov 6 až 8 % školákov a vo veku 11 rokov 3 až 4 % školákov, pričom výskyt aktérov šikanovania najmä po roku 2014 významne klesol. Výskyt obetí i aktérov kyberšikanovania bol veľmi nízky (1-3 %). O svojej skúsenosti so šikanovaním sa školáci zdôverili najčastejšie rodičom (30 %), spolužiakom (25 %) a v nemalej miere i učiteľom (17 %), no stále značná časť z nich (27 %) nikomu nepovedala o svojej skúsenosti.

### Diskriminácia – chlapci učiteľmi kvôli pohlaviu, dievčatá spolužiakmi kvôli postave

Problematike **diskriminácie** z rôznych dôvodov (kvôli pohlaviu, postave alebo výzoru, inej kultúre, jazyku či farbe pleti alebo zlej rodinnej situácii) a rôznymi skupinami aktérov (učiteľmi, inými dospelými či rovesníkmi) sa venoval národný HBSC tím po prvýkrát. Školáci sa veľmi zriedkavo cítili často alebo veľmi často diskriminovaní (do 6 %). Výnimku tvorili iba chlapci, ktorí sa cítili byť často alebo veľmi často diskriminovaní učiteľmi kvôli pohlaviu (7-16 %) a dievčatá vo veku 13 a 15 rokov, ktoré sa cítili často alebo veľmi často diskriminované žiakmi v škole kvôli postave alebo výzoru (8-10 %).

### Rovesníci – klesá sociálna opora rovesníkov

Významné zmeny sa objavili pri porovnávaní **sociálnej opory**. Napríklad v oblasti **snahy priateľov pomáhať** je badať všeobecný a štatisticky významný pokles vo všetkých vekových kategóriách u chlapcov a dievčat medzi rokmi 2014 a 2018. V oblastiach **spofahnutia sa na priateľov v prípade problémov, hovorenia o svojich problémov**, tiež o **možnosti zdieľania radostí aj starostí** medzi rokmi 2014 a 2018 je zaznamenaný štatisticky významný pokles kladných odpovedí vo všetkých vekových kategóriách u chlapcov a dievčat, okrem skupiny 11-ročných chlapcov. Uvedené negatívne trendy môžu hovoriť o značnej individualizácii osobnosti mladých ľudí, ktorí sa chcú spoliehať sami na seba, čo však môže predstavovať problém pri vyrovnávaní so sociálnymi problémami hlbšieho charakteru.

Skúsenosť s **pohlavným stykom** priznalo 11 % dievčat a 17 % chlapcov vo veku 15 rokov, čo je v rámci HBSC krajín podpriemerný výskyt (Inchley a kol. 2016). Minimum dievčat (2 %), ale až pätina chlapcov (23 %) by chcela, aby sa

to stalo skôr, no tretina dievčat (33 %) a 16 % chlapcov by chcelo, aby sa to stalo neskôr. Približne dve tretiny použili kondóm (60 % dievčat a 71 % chlapcov). V oblasti **porovnania používania kondómu** u sexuálne aktívnych 15-ročných bol zistený výrazný štatistický pokles u chlapcov aj u dievčat medzi rokmi 2010 a 2014, následne výrazný nárast medzi rokmi 2014 a 2018 na takmer pôvodnú úroveň u chlapcov z roku 2010 a štatisticky významne nižšiu úroveň u dievčat z roku 2010.

### Rodina – zlepšila sa komunikácia, stále málo pravidiel a spoločne zdieľaných aktivít

Súčasní školáci majú za sebou skúsenosti s rôznymi **negatívnymi životnými udalosťami**, ktoré môžu ovplyvňovať ich ďalší vývin. Štruktúra a fungovanie rodiny sa v dôsledku mnohých aj spoločenských zmien mení, a tak 20 % školákov zažilo rozvod alebo odlúčenie svojich rodičov, 14 % školákov zažilo opakované závažné konflikty alebo fyzické roztržky medzi rodičmi. Samotné odlúčenie od rodiča z dôvodu práce v zahraničí uviedlo 11 % opýtaných školákov a viac ako tretina opýtaných školákov (36 %) zažilo sťahovanie do iného bytu/domu, alebo mesta/dediny.

Slovenským školákom sa v porovnaní s ich rovesníkmi z iných krajín **komunikovalo s matkou i otcom** ťažšie a umiestnili sa v týchto indikátoroch medzi 10 krajinami s najnižším počtom školákov, ktorí uviedli, že ich komunikácia s matkou či otcom je ľahká (Inchley a kol. 2016). Kým komunikáciu s matkou považovalo za ľahkú alebo veľmi ľahkú 69 % dievčat a 80 % chlapcov vo veku 15 rokov, komunikáciu s otcom takto hodnotilo len 51 % dievčat a 71 % chlapcov vo veku 15 rokov. Výrazne pozitívny trend sme zaznamenali pri hodnotení komunikácie s otcom. V porovnaní s predchádzajúcimi rokmi 2014 a 2010 výrazne stúpol počet chlapcov aj dievčat vo všetkých vekových kategóriách, ktorí vnímali komunikáciu s otcom ako ľahkú alebo veľmi ľahkú.

**Stanovenie a dodržiavanie istých pravidiel** je dôležitou súčasťou rodičovania. Už vo veku 11 rokov reportovali školáci, že v ich rodine zriedkavo alebo nikdy platili pravidlá týkajúce sa pravidelného raňajkovania (24-32 %), času tráveného vonku po škole (30-36 %), večierky (23-31 %) či používania internetu (49-56 %). V porovnaní

s rokom 2014, viac rodičov školákov v roku 2018 uplatňovalo pravidlá v týkajúce sa raňajkovania a menej rodičov uplatňovalo pravidlá týkajúce sa používania internetu.

**Spoločne strávené aktivity** sú príležitosťou na budovanie vzájomného vzťahu a rodičovania. Najčastejšie školáci trávili svoj voľný čas spolu s rodičmi pri **sledovaní televízie** alebo **spoločnom stolovaní**. Vo veku 11 rokov každý deň sledovalo televíziu s rodičmi 43 % chlapcov a 38 % dievčat. Približne polovica z nich tiež uviedla, že spolu so svojimi rodičmi zvykne jedávať každý deň. Takmer štvrtina 11-ročných školákov uviedla, že so svojimi rodičmi **nešportuje** vôbec. Rovnako takmer štvrtina 11-ročných školákov uviedla, že sa **svojimi rodičmi rozpráva** len málo alebo vôbec. S pribúdajúcim vekom sa počet školákov, ktorí trávili svoj voľný čas spolu s rodičmi rôznym spôsobom znižoval a napríklad vo veku 15 rokov 12 % chlapcov a 11 % dievčat priznalo, že sa so svojimi rodičmi vôbec nerozpráva.

### Komunita, okolie

**Sociálny kapitál komunity** hodnotilo približne dve tretina školákov pozitívne: ľudia v ich komunite sa na ulici zdravia a rozprávajú (59-66 %), je bezpečné pre menšie deti sa na ulici hrať (56-62 %), je to priestor, kde môžu tráviť svoj voľný čas (51-73 %), môžu suseda požiadať o pomoc alebo láskavosť (48-69 %), ľuďom sa dá veriť (29-58 %) a nemusia sa obávať, že by sa ich pokúsili využiť (48-66 %). V **deprimovanom prostredí** (v mieste bydliska sa vyskytuje veľa skupín mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy, alebo odpadky, rozbité sklo a smeti všade navôkol, či schátrané budovy a domy) bývalo menej ako 15 % školákov (4-16 %).

### Škola – kríza postoja k škole nie k vzdelávaniu

**V škole sa páči** iba každému piatemu školákovi vo veku 13 a 15 rokov, pričom **drvivej väčšine 15-ročných školákov na vzdelaní veľmi záleží**. Prítom až pätina školákov mala niekedy **problém s čítaním** a viac než polovica **s matematikou**. Skoro každému 11-ročnému školákovi a viac než polovici 15-ročných školákov pravidelne **pomáhajú s úlohami rodičia**, no iba približne 10 % školákov nachádza tento druh **podpory v školskom prostredí, ktorý je kľúčový najmä pre deti**

**zo znevýhodneného prostredia. Vzťahy so spolužiakmi a učiteľmi** hodnotia školáci prevažne pozitívne, hoci so zvyšujúcim sa vekom, najmä u dievčat, výrazne klesá dôvera v učiteľov. „*Je nevyhnutné porozumieť odlišnostiam dnešnej generácie a hľadať vhodnejšie a efektívnejšie stratégie vzdelávania a didaktickej práce*“ apeluje Ing. Lucia Bosáková, PhD.

**Funkčná gramotnosť** je významným indikátorom funkčnosti vzdelávacieho systému a jeho monitorovanie je veľmi dôležité. Skoro tretina chlapcov (26-28 %) a o polovicu menej dievčat (15-17 %) mala niekedy problém s písaním. Približne pätina školákov (20-26 %) mala niekedy problém s čítaním, približne polovica chlapcov (42-49 %) a dve tretiny dievčat (52-67 %) mala niekedy problém s matematikou. Inými slovami, spôsob, akým sa v škole osvojuje písanie či čítanie je nevyhovujúci pre skoro tretinu školákov a spôsob, akým sa v škole osvojujú matematické zručnosti je nevyhovujúci pre viac než polovicu školákov. Ak má škola naplniť svoju funkciu, v zmysle prípravy školákov využívať čítanie, písanie a počítanie pre vlastný rozvoj i rozvoj spoločnosti v budúcnosti ako jej občanov, je nevyhnutné porozumieť odlišnostiam dnešnej generácie a hľadať vhodnejšie a efektívnejšie stratégie vzdelávania a didaktickej práce.

**Podpora a pomoc rodiny pri príprave do školy** je významným faktorom školskej úspešnosti, ale na druhej strane je i pri dobrej vôli rodičov významne limitovaná kultúrnym kapitálom, ktorý je v danej rodine k dispozícii. Čím viac je školská úspešnosť závislá od podpory a pomoci rodiny, tým menšie sú šance žiakov zo znevýhodneného prostredia v škole uspieť či dokonca dobehnúť svojich spolužiakov, a tým väčší je podiel školy na prehlbovaní socioekonomických nerovností v spoločnosti. Zo zistení štúdie HBSC vyplýva, že rodinné prostredie je významným zdrojom pravidelnej podpory a pomoci pri príprave do školy a to aj vo vyšších vekových kategóriách, kým škola sa ako zdroj tejto podpory podieľa iba minimálne.

Skoro každému 11-ročnému školákovi alebo školáčke (85-89 %) pravidelne alebo občas rodičia pomáhajú v príprave do školy a viac než polovica 15-ročných školákov a školáčok stále využíva pomoc rodičov pri príprave do školy. Na príprave školákov do školy sa podieľajú aj starí rodičia (45 % občas alebo pravidelne pomáha 11-roč-

ným chlapcom), súrodenci (približne 40 % občas alebo pravidelne pomáha 11 až 13-ročným chlapcom a dievčatám), niekto iný z rodiny (34 % občas alebo pravidelne pomáha 11-ročným). Naopak, iba približne 10 % školákov čerpá podporu a pomoc pri príprave do školy od dospelých osoby zo školy. Iba štvrtina školákov uviedla, že na škole majú miestnosť, kde si žiaci môžu robiť domáce úlohy a pripravovať sa do školy, no viac ako polovica z nich ju nevyužíva, teda reálne z nej benefituje približne 12 % školákov.

Pätina školákov vo veku 13 a 15 rokov mala vysokú mieru **zdravotnej gramotnosti** (18-21 %), ale 13 % až 14 % školákov malo naopak nízku mieru zdravotnej gramotnosti.

### Školské prostredie

Školy považujú za závažný alebo stredne závažný problém najčastejšie **záškoláctvo** (34 %), **násilie či fyzické konflikty** (23 %), **šikanovanie** (21 %), **vandalizmus na majetku školy** (19 %) a **verbálne útoky žiakov na učiteľov** (16 %).

Len tretina škôl je **bezbariérová** (29 %) a tretina potrebuje **rozsiahu renováciu** (34 %). Taktiež len polovica škôl (55 %) považuje svoje **špecializované učebne** (laboratória, dielne) za dobre vybavené, no až 86 % škôl bolo spokojných s vybavením multimediálnymi zariadeniami.

Až 7 % škôl priznalo, že **obmedzuje pohyb školákov počas prestávok len na priestor triedy** a v ostatných školách zhruba polovička umožňuje školákovi pohyb na chodbách v blízkosti triedy a druhá polovička školákovi umožňuje využívať počas prestávok celý areál školy.

Podpora zdravia variuje medzi školami navzájom. Najčastejšie majú školy **poverenú jednu osobu**, ktorá sa zaoberá podporou zdravia na škole (61 %) a len štvrtina škôl (24 %) má aj vytvorený **tím podpory zdravia** alebo **pracovnú skupinu pre podporu zdravia** na škole. Aby však koordinácia zdravia v rámci školy bola efektívna, je dôležité pravidelné vzdelávanie v oblasti podpory zdravia v súlade s aktuálnymi zisteniami a odporúčaniami.

Stratégiu alebo program podpory zdravia v školskom vzdelávacom programe mala skoro polovica (40 %) škôl. Najčastejšie školy realizovali buď **príležitostné alebo jednorázové projekty** (23 %) alebo naopak **pravidelné, dlhodobé projekty podpory zdravia** (23 %).

Až polovica škôl uviedla, že je členom siete **škôl**

**podporujúcich zdravie** (ŠPZ), avšak každá piata z nich uvádza **členstvo len v minulosti**, pričom status školy podporujúcej zdravie získali školy bez časového obmedzenia.

### Aktívny životný štýl – nedostatočná funkčná zdatnosť a vysoký výskyt obezity

**Objektívne merania zloženia tela a telesnej zdatnosti** (Ruffierov index) potvrdili, že zistenia založené na dotazníkových údajoch významne podhodnocujú výskyt nadhmotnosti a obezity a nadhodnocujú výskyt dostatočne fyzicky aktívnych školákov. Až tretina 11-ročných chlapcov i dievčat (30-31 %) trpí **obezitou** (percento tuku nad 25 % u chlapcov a nad 30 % u dievčat) a s veľkou pravdepodobnosťou toto zastúpenie pretrvá i po ustálení vývinových zmien (pohlavné dospievanie, rast). Zároveň viac než polovica školákov a školáčok (51-78 %) má podpriemernú až nedostatočnú **funkčnú zdatnosť**, a iba pätina školákov má dobrú až vynikajúcu funkčnú zdatnosť (12-35 %). Tieto alarmujúce zistenia naznačujú potrebu účinných stratégií a intervencií zameraných na podporu pravidelnej fyzickej aktivity už v mladšom školskom veku, a zároveň podporu telesnej aktivity v škole (napr. aktívne prestávky) i mimo školy (napr. aktívny transport, ponuka a dostupnosť športových voľnočasových aktivít). I zistenia tejto štúdie naznačujú možné spôsoby ako i cestou postupných koncepčných zmien zlepšiť situáciu. Inšpiráciou môžu byť výpovede školákov o tom, čo vnímajú ako motivujúce pre aktívny transport do školy. **Aktívny transport do školy** využívala polovica školákov a zo školy dve tretiny školákov, pričom bezpečné miesto na odloženie bicykla v škole a úložný priestor v škole, kde by si mohli nechať veci a kvalitnejšie a bezpečnejšie cesty, by školákov motivovali k aktívnemu transportu.

# Tabuľky

Tabuľka 46: Zdravie

	Výskyt						Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely					
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		chlapci		dievčatá			
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	11vs15	13vs15		
Celkové hodnotenie (zdravia (nie zlé až zlé	n 87	89	111	137	80	100	1,0(0,75-1,41)	0,7(0,56-0,96)	0,6(0,46-0,86)	0,6(0,46-0,86)	0,6(0,46-0,86)	1,0(0,72-1,36)	1,0(0,73-1,35)	0,6(0,44-0,82)	0,8(0,64-1,13)			
Životná spokojnosť (spokojní - 6 a viac)	n 704	714	874	758	610	471	1,4(1,03-1,97)	1,8(1,39-2,34)	1,7(1,24-2,26)	1,7(1,24-2,26)	1,6(1,12-2,18)	1,2(0,91-1,64)	1,8(1,38-2,46)	1,1(0,87-1,47)				
Zdravotné ťažkosti (2 a viac, viac ako raz do týždňa)	n 179	260	303	364	216	273	0,6(0,50-0,80)	0,6(0,52-0,77)	0,5(0,39-0,63)	0,5(0,39-0,63)	0,7(0,56-0,90)	1,0(0,80-1,24)	0,6(0,44-0,70)	0,8(0,63-0,98)				
	n 28,3	38,4	35,7	46,8	35,8	52,8	***	***	***	***	**	ns	***	*				
<b>(Užívanie liekov (aspoň raz za posledný mesiac</b>																		
Bolest' hlavy	n 191	255	287	378	206	299	0,7(0,59-0,92)	0,6(0,49-0,72)	0,4(0,32-0,51)	0,4(0,32-0,51)	0,8(0,65-1,04)	1,0(0,81-1,24)	0,5(0,36-0,56)	0,7(0,55-0,83)				
	n 26,1	32,6	30,0	41,9	30,1	51,7	**	***	***	***	ns	ns	***	***				
Bolest' brucha	n 154	196	179	306	105	247	0,8(0,63-1,02)	0,5(0,37-0,56)	0,2(0,18-0,32)	0,2(0,18-0,32)	1,4(1,09-1,89)	1,3(0,98-1,66)	0,4(0,34-0,55)	0,7(0,55-0,84)				
Ťažkosti so zaspávaním	n 70	60	39	63	41	34	1,3(0,89-1,83)	0,6(0,38-0,86)	1,0(0,64-1,64)	1,0(0,64-1,64)	1,6(1,09-2,44)	0,7(0,43-1,05)	1,3(0,85-2,03)	1,2(0,78-1,84)				
	n 9,8	7,9	4,3	7,2	6,3	6,1	ns	**	ns	ns	*	ns	ns	ns				
Nervozita	n 77	80	74	75	55	52	1,0(0,74-1,44)	0,9(0,66-1,30)	0,9(0,60-1,32)	0,9(0,60-1,32)	1,3(0,93-1,92)	1,0(0,67-1,38)	1,1(0,80-1,66)	0,9(0,63-1,33)				
	n 10,9	10,6	8,1	8,6	8,4	9,3	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns				
Chronické ochorenia	n 167	167	217	213	133	171	1,0(0,84-1,36)	0,9(0,77-1,18)	0,6(0,44-0,74)	0,6(0,44-0,74)	1,2(0,92-1,53)	1,2(0,95-1,54)	0,6(0,49-0,81)	0,7(0,58-0,92)				
Vplyv chronického ochorenia na školu	n 36	42	53	71	30	56	0,8(0,49-1,35)	0,6(0,42-0,98)	0,6(0,35-1,00)	0,6(0,35-1,00)	1,0(0,55-1,66)	1,1(0,67-1,86)	0,7(0,44-1,13)	1,0(0,67-1,57)				
Spánkové zvyklosti (a viac hodín 8)	n 21,6	25,1	24,4	33,3	22,6	32,7	ns	*	*	*	ns	ns	ns	ns				
Úrazy (aspoň 1 (v uplynulom roku	n 318	304	438	422	325	251	1,3(1,01-1,55)	1,0(0,85-1,24)	1,3(1,06-1,67)	1,3(1,06-1,67)	0,9(0,70-1,09)	1,0(0,78-1,18)	0,9(0,74-1,16)	1,3(1,01-1,55)				
Problémy v oblasti emócií, koncentrácie, alebo správanie	n 48,8	43,2	51,2	50,7	52,2	45,1	*	ns	*	*	ns	ns	ns	*				
	n 32,1	32,5	50,2	53,9	38,2	37,9	1,1(0,88-1,31)	0,8(0,63-0,90)	0,7(0,53-0,83)	0,7(0,53-0,83)	0,6(0,48-0,73)	0,9(0,72-1,06)	0,4(0,29-0,46)	0,8(0,63-0,96)				
	n 41,9	40,2	51,5	58,7	54,9	64,7	ns	**	***	***	***	ns	***	*				

Tabuľka 47: Zdravie – zdravotné ťažkosti

Jednotlivé zdravotné ťažkosti (viac ako raz do týždňa)	Výskyt					
	11-roční		13-roční		15-roční	
	ch	d	ch	d	ch	d
Bolest' hlavy	n 60	120	109	173	76	146
	n 8,2	15,2	11,4	19,2	11,2	25,4
Bolest' brucha	n 53	110	87	127	45	73
	n 7,4	14,2	9,4	14,4	6,8	13,0
Bolest' chrbta	n 91	103	140	156	111	117
	n 12,9	13,5	15,1	17,9	16,6	20,7
Smútok	n 58	94	83	170	63	113
	n 8,4	12,8	9,3	20,1	9,7	20,6
Podráždenosť	n 172	224	279	329	226	236
	n 24,3	29,2	30,3	37,6	34,1	42,1
Nervozita	n 179	238	324	343	195	237
	n 25,5	31,4	35,3	39,8	29,5	42,9
Ťažkosti so zaspávaním	n 134	178	158	234	111	173
	n 19,0	23,6	17,1	27,1	17,0	31,2
Závrate	n 38	74	65	144	63	104
	n 5,4	9,7	7,1	16,5	9,6	18,5

Tabuľka 48: Ústne zdravie

	Výskyt						Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely					
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		chlapci		dievčatá			
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	11vs15	13vs15		
Dentálna hygiena (čistenie zubov viac ako raz denne)	n 424	570	516	649	337	425	0,5(0,43-0,65)	0,4(0,35-0,52)	0,4(0,28-0,46)	0,4(0,28-0,46)	1,3(1,03-1,56)	1,2(0,95-1,42)	0,9(0,68-1,10)	1,0(0,77-1,24)				
	n 56,2	70,9	54,1	73,3	50,4	73,8	***	***	***	***	*	ns	ns	ns				
Výmena zubnej kefy (aspoň raz za mesiac)	n NA	NA	316	331	229	208	NA	0,8(0,68-1,01)	0,9(0,74-1,17)	0,9(0,74-1,17)	NA	1,0(0,81-1,23)	NA	1,1(0,89-1,38)				
	n NA	NA	34,2	38,5	34,3	36,0	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns				
Výmena zubnej kefy (aspoň raz za 3 mesiace)	n NA	NA	687	698	494	471	NA	0,7(0,54-0,84)	0,6(0,49-0,84)	0,6(0,49-0,84)	NA	1,0(0,81-1,28)	NA	1,0(0,74-1,28)				
	n NA	NA	74,4	81,3	74,1	81,6	**	**	**	**	ns	ns	ns	ns				
Návšteva zubného lekára v uplynulom roku	n NA	NA	777	757	541	499	NA	0,7(0,56-0,96)	0,7(0,49-0,91)	0,7(0,49-0,91)	NA	1,3(0,99-1,67)	NA	1,2(0,85-1,61)				
	n NA	NA	84,5	88,2	81,0	86,5	*	*	*	*	ns	ns	ns	ns				
Krvácanie ďasien (nikdy)	n NA	NA	475	367	298	216	NA	1,4(1,19-1,73)	1,3(1,07-0,69)	1,3(1,07-0,69)	NA	1,3(1,08-1,60)	NA	1,2(0,99-1,53)				
	n NA	NA	51,4	42,4	44,6	37,4	***	***	*	*	***	***	***	ns				
Krvácanie ďasien (stále, často, občas alebo niekedy)	n NA	NA	449	498	370	361	NA	0,7(0,58-0,84)	0,7(0,59-0,93)	0,7(0,59-0,93)	NA	0,8(0,62-0,93)	NA	0,8(0,65-1,01)				
	n NA	NA	48,6	57,6	55,4	62,6	***	***	*	*	**	**	ns	ns				



Tabuľka 49: Nutričné správanie

	Výskyt						Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely							
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		11vs15		13vs15		11vs15		13vs15	
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)
Raňajkovanie počas pracovných dní (každý deň)	n 405	382	478	363	289	210	1,3(1,04-1,55)	1,5(1,23-1,78)	1,3(1,05-1,66)	1,6(1,26-1,92)	1,3(1,10-1,63)	1,6(1,30-2,02)	1,2(0,96-1,48)							
Konzumácia ovocia (denne alebo častejšie)	n 321	416	349	428	207	205	0,7(0,57-0,85)	0,6(0,53-0,76)	0,8(0,63-1,02)	1,7(1,36-2,10)	1,3(1,06-1,62)	1,9(1,56-2,42)	1,7(1,34-2,06)							
Konzumácia zeleniny (denne alebo častejšie)	n 268	348	314	362	188	188	0,7(0,58-0,87)	0,7(0,60-0,87)	0,8(0,62-1,01)	1,4(1,14-1,79)	1,3(1,04-1,60)	1,6(1,28-2,00)	1,4(1,14-1,77)							
Konzumácia sladkých nápojov (denne alebo častejšie)	n 35,8	44,1	33,5	41,1	28,1	33,0	0,9(0,71-1,09)	0,8(0,65-0,96)	0,8(0,67-1,06)	0,9(0,70-1,09)	1,0(0,78-1,19)	0,8(0,67-1,04)	1,0(0,83-1,27)							
Konzumácia energetických nápojov (aspoň raz do týždňa)	n 243	281	325	355	237	224	0,9(0,71-1,09)	0,8(0,65-0,96)	0,8(0,67-1,06)	0,9(0,70-1,09)	1,0(0,78-1,19)	0,8(0,67-1,04)	1,0(0,83-1,27)							
Konzumácia sladkých nápojov (denne alebo častejšie)	n 174	122	232	151	185	120	1,7(1,28-2,15)	1,6(1,11-2,01)	1,4(1,11-1,88)	0,8(0,62-1,00)	0,9(0,68-1,07)	0,7(0,52-0,90)	0,8(0,59-1,01)							
Konzumácia energetických nápojov (aspoň raz do týždňa)	n 99	49	200	96	207	103	2,3(1,63-3,34)	2,2(1,70-2,88)	2,0(1,57-2,69)	0,3(0,26-0,44)	0,6(0,48-0,75)	0,3(0,21-0,42)	0,6(0,41-0,75)							
Spoločné stolovanie s rodičmi	n 583	582	700	535	424	280	1,3(1,00-1,57)	1,8(1,48-2,19)	1,8(1,42-2,24)	2,0(1,56-2,47)	1,6(1,31-1,99)	2,8(2,24-3,51)	1,6(1,29-1,97)							
	%	76,7	72,5	73,0	60,0	62,6	ns	****	****	****	****	****	****							

Tabuľka 50: Štandardné hodnoty BMI pre chlapcov a dievčatá – percentily

Vek	Percentily BMI											
	chlapci						dievčatá					
3	10	90	97	3	10	97						
11	14,1-21,6	21,7-25,4	25,5	13,8	13,9-21,8	21,9-24,9	25,0					
12	14,5-22,2	22,3-26,1	26,2	14,1	14,2-22,4	22,5-25,6	25,7					
13	15,0-22,7	22,8-26,6	26,7	14,6	14,7-22,9	23,0-26,2	26,3					
14	15,5-23,3	23,4-27,2	27,3	15,0	15,1-23,4	23,5-26,8	26,9					
15	16,1-23,9	24,0-27,7	27,8	15,5	15,6-23,8	23,9-27,4	27,5					
18,5	25,0	30,0	30,0	18,5	25,0	30,0	30,0					

Zdroj: Ševčíková L., Nováková J., Hamada J., et al. Percentilové grafy a antropometrické ukazovatele: Telesný vývoj detí a mládeže v SR. Úrad verejného zdravotníctva. 2004; s. 16-104

Tabuľka 51: Hodnotenie postavy a diétovanie

	Výskyt						Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely											
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		11vs15		13vs15		11vs15		13vs15					
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)					
Nadhmotnosť a obezita	n 54	20	96	55	101	61	3,1(1,82-5,19)	1,7(1,17-2,34)	1,6(1,10-2,19)	0,5(0,32-0,65)	0,6(0,46-0,85)	0,2(0,14-0,39)	0,6(0,40-0,86)											
Hodnotene postavy (trochu alebo veľmi tučná)	% 8,8	3,0	11,5	7,3	17,3	11,8	****	***	*	****	**	****	**											
Redukcia telesnej hmotnosti	n 175	169	224	290	136	166	1,1(0,88-1,42)	0,6(0,53-0,79)	0,6(0,48-0,80)	1,2(0,94-1,55)	1,2(0,96-1,55)	0,7(0,52-0,86)	1,2(0,93-1,47)											
	% 22,8	20,9	23,0	31,6	19,7	28,3	ns	****	****	ns	**	ns	ns											
	n 113	153	150	189	89	134	0,8(0,58-0,99)	0,7(0,54-0,87)	0,5(0,37-0,66)	1,2(0,89-1,63)	1,2(0,94-1,65)	0,8(0,60-1,01)	0,9(0,69-1,15)											
	% 15,8	19,8	16,3	22,1	13,5	24,1	*	**	****	ns	ns	ns	ns											
<b>Symptómy porúch príjmu potravy</b>																								
Si presvedčený/á, že si tučný/á, aj keď Ti ostatní vravia, že si príliš chudý/á?	n 149	265	176	342	107	198	0,5(0,41-0,65)	0,4(0,29-0,44)	0,4(0,28-0,47)	1,3(1,02-1,77)	1,2(0,92-1,56)	0,9(0,76-1,19)	1,2(0,97-1,51)											
Máš obavy z toho, že si stratil/a kontrolu nad tým, koľkoješ?	% 20,6	33,7	18,8	39,4	16,2	34,9	****	****	****	*	ns	ns	ns											
Povedal/a by si, že jedlo je jednou z hlavných vecí v Tvojom živote?	n 138	179	166	282	110	182	0,8(0,61-1,01)	0,5(0,37-0,57)	0,4(0,33-0,56)	1,2(0,88-1,52)	1,1(0,83-1,41)	0,6(0,49-0,80)	1,0(0,81-1,27)											
Schudol/a si za posledné tri mesiace viac ako 6 kíľ?	% 18,8	22,7	17,8	32,2	16,7	31,9	ns	****	****	ns	ns	****	ns											
Yvoločil/a si za posledné tri mesiace viac ako 6 kíľ?	n 326	337	407	423	330	316	1,1(0,87-1,30)	0,8(0,69-1,00)	0,8(0,65-1,02)	0,8(0,64-0,97)	0,8(0,63-0,93)	0,6(0,49-0,75)	0,8(0,61-0,93)											
Vyvolávaš si zvracanie pretože sa cítis byť neprijemne prejedný/á?	% 44,4	42,8	43,6	48,2	50,3	55,3	ns	ns	ns	*	**	****	**											
Dva a viac symptómov porúch príjmu potravy	n 172	121	155	109	105	78	1,7(1,33-2,23)	1,4(1,08-1,83)	1,2(0,88-1,66)	1,6(1,25-2,15)	1,1(0,80-1,38)	1,2(0,85-1,57)	0,9(0,66-1,24)											
	% 23,8	15,4	16,7	12,5	16,0	13,6	****	*	ns	****	ns	ns	ns											
	n 30	37	36	64	37	39	0,9(0,53-1,42)	0,5(0,34-0,78)	0,5(0,34-0,78)	0,7(0,44-1,17)	0,7(0,43-1,09)	0,7(0,42-1,06)	1,1(0,71-1,63)											
	% 4,1	4,7	3,9	7,3	5,6	6,8	ns	**	ns	ns	ns	ns	ns											
	n 216	251	226	341	163	217	0,9(0,72-1,12)	0,5(0,41-0,61)	0,5(0,41-0,67)	1,3(1,05-1,70)	1,0(0,79-1,25)	0,8(0,62-0,98)	1,0(0,84-1,31)											
	% 30,9	33,2	24,9	40,0	25,0	38,8	ns	****	****	*	ns	*	ns											

Tabuľka 52: Voľnočasové aktivity

	Výskyt						Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely					
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční	
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	
Pravidelná fyzická aktivita (každý deň)	n 212	205	277	149	163	68	1,1(0,91-1,42)	2,0(1,62-2,53)	2,4(1,75-3,24)	***	ns	1,2(0,96-1,55)	1,3(1,02-1,60)	2,6(1,91-3,47)	***	1,5(1,10-2,04)	*	
%	28,0	25,6	28,9	16,7	24,1	11,8	ns	***	***	***	ns	*	*	***	***	*	*	
<b>Organizované voľnočasové aktivity</b>																		
Tímové športové aktivity	n 512	357	564	349	363	207	2,7(2,18-3,31)	2,32(1,92-2,80)	2,2(1,75-2,77)	1,8(1,44-2,23)	1,2(1,01-1,52)	1,5(1,18-1,83)	1,2(0,95-1,46)	1,1(0,86-1,35)	3,0(2,34-3,80)	1,8(1,45-2,35)	***	
%	68,9	45,2	60,5	39,7	55,3	35,9	***	***	***	***	*	**	ns	*	*	*	*	
Individuálne športové aktivity	n 202	360	265	303	180	129	0,4(0,35-0,54)	0,8(0,62-0,92)	1,3(1,00-1,68)	1,0(0,80-1,28)	1,1(0,86-1,35)	3,0(2,34-3,80)	1,8(1,45-2,35)	1,1(0,86-1,35)	3,0(2,34-3,80)	1,8(1,45-2,35)	***	
%	27,7	46,7	29,1	35,2	27,5	22,7	***	**	ns	ns	ns	***	***	ns	***	***	***	
Návštevy základnej umeleckej školy	n 160	421	202	398	120	217	0,2(0,19-0,30)	0,3(0,27-0,41)	0,4(0,28-0,48)	1,2(0,95-1,61)	1,2(0,96-1,59)	1,9(1,51-2,40)	1,4(1,11-1,71)	1,2(0,96-1,59)	1,9(1,51-2,40)	1,4(1,11-1,71)	**	
%	21,8	54,2	21,8	45,8	18,4	38,0	***	***	***	ns	ns	***	**	ns	***	**	**	
Deti a mládežnícke organizácie	n 73	71	89	100	58	42	1,1(0,78-1,55)	0,8(0,61-1,12)	1,2(0,81-1,86)	1,1(0,79-1,63)	1,1(0,77-1,55)	1,3(0,85-1,89)	1,6(1,12-2,37)	1,1(0,77-1,55)	1,3(0,85-1,89)	1,6(1,12-2,37)	*	
%	10,0	9,1	9,7	11,4	8,9	7,4	ns	ns	ns	ns	ns	ns	*	ns	ns	*	*	
Návšteva záujmového krúžku	n 177	186	230	205	98	75	1,0(0,80-1,28)	1,1(0,86-1,32)	1,2(0,84-1,61)	1,8(1,38-2,39)	1,9(1,46-2,46)	2,1(1,56-2,81)	2,1(1,54-2,75)	1,9(1,46-2,46)	2,1(1,56-2,81)	2,1(1,54-2,75)	***	
%	24,3	24,2	25,1	23,9	15,0	13,2	ns	ns	ns	***	***	***	***	***	***	***	***	
Stretávanie sa v kostole	n 121	168	154	161	96	108	0,7(0,55-0,93)	0,9(0,70-1,13)	0,7(0,55-1,00)	1,1(0,86-1,54)	1,2(0,88-1,54)	1,2(0,91-1,55)	1,0(0,74-1,27)	1,1(0,86-1,54)	1,2(0,91-1,55)	1,0(0,74-1,27)	ns	
%	16,5	21,6	16,7	18,4	14,7	18,8	*	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	
Žiadna z organizovaných aktivít	n 108	76	150	144	175	151	1,6(1,16-2,17)	1,0(0,75-1,24)	1,0(0,79-1,31)	0,5(0,37-0,63)	0,5(0,42-0,69)	0,3(0,23-0,42)	0,6(0,43-0,73)	0,5(0,42-0,69)	0,3(0,23-0,42)	0,6(0,43-0,73)	***	
%	15,4	10,3	16,9	17,4	27,6	27,3	**	ns	ns	***	***	***	***	***	***	***	***	
<b>Neorganizované voľnočasové aktivity</b>																		
Stretávanie sa s priateľmi	n 523	572	658	602	451	399	0,9(0,72-1,12)	1,1(0,90-1,35)	1,0(0,77-1,25)	1,1(0,86-1,36)	1,1(0,89-1,37)	1,2(0,94-1,51)	1,0(0,78-1,23)	1,1(0,86-1,36)	1,1(0,89-1,37)	1,2(0,94-1,51)	1,0(0,78-1,23)	ns
%	70,5	72,8	70,8	68,7	68,8	69,2	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	
Chodenie do nákupných či obchodných centier	n 176	190	225	217	154	140	1,0(0,78-1,25)	1,0(0,78-1,20)	0,9(0,73-1,23)	1,0(0,81-1,33)	1,1(0,84-1,34)	1,0(0,77-1,27)	1,0(0,80-1,31)	1,1(0,84-1,34)	1,0(0,77-1,27)	1,0(0,80-1,31)	ns	
%	24,2	24,4	24,5	25,1	23,5	24,6	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	
<b>Religiozita</b>																		
Návšteva kostola (aspoň raz do týždňa)	n 181	191	227	243	170	173	1,0(0,73-1,25)	1,0(0,80-1,26)	1,0(0,75-1,29)	1,2(0,90-1,53)	1,0(0,79-1,30)	1,2(0,92-1,57)	1,0(0,77-1,27)	1,0(0,79-1,30)	1,2(0,92-1,57)	1,0(0,77-1,27)	ns	
%	41,3	42,4	37,8	37,7	37,5	37,9	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	

Tabuľka 53: Voľnočasové aktivity – rolové správanie najlepšieho priateľa, otca a matky

	Výskyt												Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely								
	11-roční			13-roční			15-roční			11-roční			13-roční			15-roční			11-roční			13-roční			15-roční		
	ch	d	%	ch	d	%	ch	d	%	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	ch	d	%	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	ch	d	%	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)			
Rolové správanie – najlepší priateľ športuje každý týždeň	n 553	530	67,6	678	543	440	295	1,6(1,24-1,98)	1,8(1,47-2,21)	2,1(1,63-2,59)	***	OR(95%CI)	1,8(1,47-2,21)	2,1(1,63-2,59)	2,4(1,75-3,24)	***	OR(95%CI)	1,6(1,25-2,02)	1,4(1,10-1,72)	1,3(1,01-1,55)	1,9(1,51-2,39)	2,1(1,66-2,60)	2,6(1,91-3,47)	***			
%	77,6	68,8	74,9	62,3	68,5	51,5	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***			
Rolové správanie – otec športuje každý týždeň	n 324	350	46,3	369	343	252	174	1,0(0,80-1,21)	1,0(0,85-1,25)	1,5(1,15-1,85)	ns	OR(95%CI)	1,0(0,85-1,25)	1,5(1,15-1,85)	2,1(1,63-2,59)	***	OR(95%CI)	1,3(1,03-1,59)	1,0(0,85-1,29)	1,9(1,51-2,39)	2,1(1,66-2,60)	2,6(1,91-3,47)	***				
%	45,8	46,3	40,9	40,1	39,7	31,2	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns			
Rolové správanie – matka športuje každý týždeň	n 319	367	47,6	348	355	211	171	0,9(0,74-1,11)	0,9(0,75-1,09)	1,2(0,91-1,48)	ns	OR(95%CI)	0,9(0,75-1,09)	1,2(0,91-1,48)	1,6(1,32-2,06)	***	OR(95%CI)	1,6(1,32-2,06)	1,3(1,01-1,55)	2,1(1,67-2,64)	2,1(1,67-2,64)	2,6(1,91-3,47)	***				
%	45,2	47,6	38,5	40,9	33,3	30,2	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns			

Tabuľka 54: Využívanie moderných technológií

	Výskyt										Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá					Vekové rozdiely chlapci					dievčatá		
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		15-roční		11vs15		13vs15		11vs15		13vs15		
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	
Preferencia online komunikácie	n	NA	NA	117	123	103	105	NA	1,0(0,73-1,27)	0,9(0,65-1,19)	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	
%	15,5	16,1	17,9	19,8																			
<b>Rizikové využívanie internetu</b>																							
Nejedo/nejedla alebo nespala/a som kvôli internetu.	n	45	24	63	50	76	27	2,1(1,25-3,47)	1,3(0,89-1,92)	2,9(1,81-4,51)	***	ns	ns	ns	0,5(0,36-0,79)	0,6(0,40-0,82)	0,7(0,42-1,29)	1,3(0,78-2,03)	ns	ns	ns	ns	
%	7,5	3,8	8,0	6,3	13,2	5,0																	
Cítil/a som sa neprijemne, keď som nemohol/nemohla byť na internete.	n	67	46	88	97	105	63	1,7(1,12-2,45)	0,9(0,68-1,25)	1,7(1,18-2,32)	**	ns	ns	ns	0,6(0,41-0,80)	0,6(0,42-0,78)	0,6(0,38-0,85)	1,0(0,74-1,45)	ns	ns	ns	ns	
%	11,4	7,2	11,4	12,2	18,3	11,9																	
Pristihol/pristihla som sa, že surfujem na internete, aj keď ma to veľmi nebaví.	n	69	39	102	136	116	97	2,0(1,33-3,03)	0,7(0,55-0,96)	1,1(0,83-1,51)	ns	*	ns	ns	0,5(0,39-0,73)	0,6(0,45-0,81)	0,3(0,20-0,44)	0,9(0,69-1,23)	ns	ns	ns	ns	
%	11,8	6,2	13,2	17,2	20,1	18,4																	
Zanedbával/a som rodinu, priateľov, školské povinnosti alebo koničky kvôli času strávenému na internete.	n	44	23	75	86	106	71	2,1(1,26-3,55)	0,9(0,63-1,22)	1,5(1,07-2,07)	*	ns	ns	ns	0,4(0,24-0,51)	0,5(0,34-0,65)	0,3(0,15-0,40)	0,8(0,57-1,12)	ns	ns	ns	ns	
%	7,5	3,7	9,7	10,9	18,6	13,3																	
Snažil/a som sa obmedziť čas, ktorý trávim na internete, ale neúspešne.	n	92	69	123	133	119	71	1,5(1,08-2,10)	0,9(0,72-1,23)	1,7(1,24-2,35)	**	ns	ns	ns	0,7(0,52-0,94)	0,7(0,55-0,96)	0,8(0,56-1,13)	1,3(0,97-1,81)	ns	ns	ns	ns	
%	15,6	10,9	16,1	17,1	20,9	13,4																	
<b>Rizikové využívanie mobilného telefónu</b>																							
Používam svoj telefón aby som sa cítil lepšie, keď mi je nanič.	n	NA	NA	285	281	208	197	NA	1,1(0,88-1,34)	1,0(0,79-1,29)	ns	ns	ns	ns	1,1(0,87-1,37)	NA	NA	1,0(0,80-1,27)	ns	ns	ns	ns	
%				38,9	37,0	36,9	36,8																
Som úzkostný, ak si nekontrolujem správy alebo vypnem mobil na nejaký čas.	n	NA	NA	148	156	99	108	NA	1,0(0,76-1,26)	0,8(0,61-1,12)	ns	ns	ns	ns	1,2(0,90-1,59)	NA	NA	1,0(0,77-1,33)	ns	ns	ns	ns	
%				20,6	21,0	17,8	20,8																
Bolo mi povedané, že sa venujem mobilu častejšie, ako by som mal.	n	NA	NA	202	278	168	197	NA	0,7(0,54-0,85)	0,7(0,55-0,92)	**	**	ns	ns	0,9(0,73-1,18)	NA	NA	1,0(0,77-1,23)	ns	ns	ns	ns	
%				28,7	37,3	30,3	37,9																

Tabuľka 55: Užívanie psychoaktívnych látok

	Výskyt										Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá					Vekové rozdiely chlapci					dievčatá		
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		15-roční		11vs15		13vs15		11vs15		13vs15		
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	OR(95%CI)	NA	
Skúsenosť s fajčením tabaku (v živote)	n	51	35	208	167	257	221	1,6(1,02-2,47)	1,2(0,98-1,54)	1,0(0,82-1,30)	ns	ns	ns	ns	0,1(0,08-0,16)	0,4(0,36-0,55)	0,1(0,05-0,11)	0,4(0,29-0,47)	***	***	***	***	
%	6,9	4,5	22,6	19,2	39,7	39,0																	
Skúsenosť s fajčením tabaku (za posledných 30 dní)	n	21	12	82	79	130	124	1,9(0,92-3,86)	1,0(0,70-1,34)	0,9(0,69-1,20)	ns	ns	ns	ns	0,1(0,07-0,18)	0,4(0,28-0,52)	0,1(0,03-0,10)	0,4(0,27-0,49)	***	***	***	***	
%	2,9	1,6	9,2	9,5	21,0	22,5																	
Skúsenosť s pitím alkoholu (v živote)	n	112	68	330	287	379	331	1,9(1,37-2,60)	1,1(0,93-1,38)	1,0(0,79-1,25)	ns	ns	ns	ns	0,1(0,10-0,16)	0,4(0,32-0,49)	0,1(0,05-0,09)	0,3(0,28-0,43)	***	***	***	***	
%	15,3	8,7	36,1	33,2	58,8	59,0																	
Skúsenosť s pitím alkoholu (za posledných 30 dní)	n	42	30	148	129	225	177	1,5(0,95-2,48)	1,1(0,85-1,42)	1,2(0,93-1,51)	ns	ns	ns	ns	0,1(0,08-0,16)	0,4(0,28-0,45)	0,1(0,06-0,13)	0,4(0,30-0,50)	***	***	***	***	
%	5,9	3,9	16,8	15,6	36,3	32,5																	
Skúsenosť s opitnosťou (v živote)	n	12	4	50	45	147	117	-	1,1(0,69-1,59)	1,1(0,86-1,48)	ns	ns	ns	ns	0,2(0,14-0,28)	-	-	0,2(0,15-0,30)	***	***	***	***	
%	1,6	0,5	5,4	5,2	22,6	20,6																	
Skúsenosť s opitnosťou (za posledných 30 dní)	n	15	6	50	42	106	84	-	1,14(0,75-1,74)	1,14(0,84-1,57)	ns	ns	ns	ns	0,3(0,20-0,41)	-	-	0,3(0,20-0,43)	***	***	***	***	
%	2,1	0,8	5,7	5,0	17,4	15,5																	
Pitie piva (aspoň raz za týždeň)	n	39	21	86	37	87	32	2,0(1,19-3,51)	2,3(1,57-3,47)	2,6(1,70-3,96)	***	***	***	***	0,4(0,25-0,54)	0,7(0,49-0,92)	0,5(0,26-0,81)	0,7(0,46-1,21)	***	***	***	***	
%	5,3	2,7	9,4	4,2	13,4	5,6																	
Pitie vína (aspoň raz za týždeň)	n	34	18	40	21	34	18	2,1(1,16-3,70)	1,9(1,1-3,19)	1,7(0,97-3,11)	*	ns	ns	ns	0,9(0,53-1,40)	0,8(0,51-1,31)	0,7(0,37-1,40)	0,8(0,40-1,45)	ns	ns	ns	ns	
%	4,7	2,3	4,5	2,4	5,4	3,2																	
Pitie liehovín (aspoň raz za týždeň)	n	33	17	47	28	53	27	2,1(1,18-3,86)	1,6(1,02-2,65)	1,8(1,12-2,90)	*	*	*	0,5(0,34-0,82)	0,6(0,41-0,92)	0,4(0,24-0,82)	0,7(0,39-1,15)	ns	ns	ns	ns		
%	4,5	2,2	5,2	3,3	8,3	4,8																	
Pitie miešaných nápojov (aspoň raz za týždeň)	n	34	19	38	21	32	11	2,0(1,10-3,46)	1,8(1,03-3,03)	2,7(1,33-5,33)	*	*	*	0,9(0,56-1,51)	0,8(0,51-1,34)	1,3(0,59-2,66)	1,3(0,60-2,61)	ns	ns	ns	ns		
%	4,7	2,5	4,2	2,4	5,1	2,0																	
Pitie iných alkoholických nápojov (aspoň raz za týždeň)	n	38	18	45	31	54	25	2,3(1,31-4,10)	1,4(0,89-2,26)	2,0(1,22-3,24)	**	**	**	0,6(0,39-0,92)	0,6(0,38-0,86)	0,5(0,28-0,95)	0,8(0,47-1,37)	ns	ns	ns	ns		
%	5,2	2,3	5,0	3,6	8,5	4,4																	
Dostupnosť alkoholu	n	NA	NA	64	59	119	66	NA	1,0(0,71-1,48)	1,7(1,24-2,37)	ns	ns	ns	ns	0,3(0,25-0,47)	NA	NA	0,6(0,40-0,83)	***	***	***	***	
%	NA	NA	7,1	6,9	18,3	11,6																	
Skúsenosť s užívaním marihuany (v živote)	n	NA	NA	NA	NA	103	57	NA	NA	1,7(1,20-2,40)	ns	ns	ns	ns	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	
%	NA	NA	NA	NA	NA	16,5	10,4																
Skúsenosť s užívaním marihuany (za posledných 30 dní)	n	NA	NA	NA	NA	50	30	NA	NA	1,5(0,97-2,47)	**	**	**	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	
%	NA	NA	NA	NA	NA	8,4	5,6																

Tabuľka 56: Užívanie psychoaktívnych látok – rolové správanie najlepšieho priateľa, otca a matky

	Výskyt												Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá												Vekové rozdiely					
	11-roční			13-roční			15-roční			11-roční			13-roční			15-roční			chlapci		dievčatá									
	ch	d	%	ch	d	%	ch	d	%	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)											
Rolové správanie najlepšieho priateľa - užívanie alkoholu	n 24	26	96	158	114	114	158	114	114	1,0(0,57-1,76)	1,2(0,91-1,71)	1,3(0,99-1,71)	1,3(0,99-1,71)	1,3(0,99-1,71)	0,1(0,07-0,17)	0,4(0,28-0,48)	0,1(0,09-0,22)	0,4(0,28-0,52)	0,4(0,28-0,52)											
Rolové správanie otca - užívanie alkoholu	n 347	299	435	375	303	227	303	227	303	1,5(1,18-1,79)	1,2(1,00-1,46)	1,3(1,06-1,68)	1,3(1,06-1,68)	1,3(1,06-1,68)	1,0(0,84-1,29)	1,0(0,84-1,26)	1,0(0,77-1,20)	1,1(0,91-1,41)	1,1(0,91-1,41)											
Rolové správanie matky - užívanie alkoholu	n 167	146	219	185	135	135	185	135	135	1,3(1,03-1,70)	1,2(0,94-1,46)	0,9(0,66-1,14)	0,9(0,66-1,14)	1,1(0,89-1,48)	1,2(0,92-1,50)	0,8(0,58-0,98)	0,9(0,68-1,12)	0,9(0,68-1,12)												
Rolové správanie najlepšieho priateľa - opitost	n 23,8	19,1	24,3	21,5	23,9	23,9	21,5	23,9	23,9	1,0(0,49-1,90)	1,0(0,70-1,36)	1,0(0,78-1,33)	1,0(0,78-1,33)	0,1(0,04-0,13)	0,3(0,23-0,41)	0,1(0,05-0,13)	0,3(0,23-0,43)	0,3(0,23-0,43)												
Rolové správanie otca - opitost	n 117	114	147	152	119	119	152	119	119	1,1(0,84-1,47)	0,9(0,70-1,16)	1,0(0,73-1,27)	1,0(0,73-1,27)	0,8(0,57-1,00)	0,7(0,58-0,97)	0,7(0,49-0,87)	0,8(0,61-1,04)	0,8(0,61-1,04)												
Rolové správanie matky - opitost	n 18	41	41	47	38	45	47	38	45	0,5(0,26-0,81)	0,8(0,54-1,28)	0,7(0,48-1,16)	0,7(0,48-1,16)	0,4(0,23-0,72)	0,7(0,47-1,17)	0,7(0,42-1,02)	0,7(0,44-1,02)	0,7(0,44-1,02)												
Rolové správanie najlepšieho priateľa - fajčenie tabaku	n 15	18	95	70	131	122	95	70	131	0,9(0,45-1,80)	1,3(0,97-1,86)	0,9(0,71-1,24)	0,9(0,71-1,24)	0,1(0,05-0,15)	0,5(0,34-0,61)	0,1(0,05-0,15)	0,3(0,23-0,44)	0,3(0,23-0,44)												
Rolové správanie otca - fajčenie tabaku	n 178	208	275	283	197	197	275	197	197	0,9(0,70-1,12)	0,9(0,72-1,07)	1,0(0,81-1,31)	1,0(0,81-1,31)	0,6(0,47-0,75)	0,8(0,63-0,97)	0,7(0,55-0,88)	0,9(0,73-1,15)	0,9(0,73-1,15)												
Rolové správanie matky - fajčenie tabaku	n 115	148	175	203	154	159	148	154	159	0,8(0,62-1,06)	0,8(0,63-0,99)	0,8(0,64-1,07)	0,8(0,64-1,07)	0,6(0,46-0,78)	0,7(0,58-0,95)	0,6(0,47-0,79)	0,8(0,62-1,00)	0,8(0,62-1,00)												
Rolové správanie najlepšieho priateľa - užívanie drog	n 6	4	28	15	62	32	28	15	62	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA												
Rolové správanie otca - užívanie drog	n 0,9	0,5	3,1	1,7	9,8	5,7	0,9	3,1	9,8	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA												
Rolové správanie matky - užívanie drog	n 7	4	9	10	17	4	9	10	17	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA												
Rolové správanie otca - užívanie drog	n 1,0	0,5	1,0	1,2	2,7	0,7	1,0	1,2	2,7	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA												
Rolové správanie matky - užívanie drog	n 1	4	15	5	13	3	15	5	13	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA												
Rolové správanie otca - užívanie drog	n 0,1	0,5	1,7	0,6	2,1	0,5	0,1	0,5	2,1	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA												

Tabuľka 57: Násilné správanie

	Výskyt												Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá												Vekové rozdiely					
	11-roční			13-roční			15-roční			11-roční			13-roční			15-roční			chlapci		dievčatá									
	ch	d	%	ch	d	%	ch	d	%	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)											
Účasť na bitke za posledných 12 mesiacov	n 263	122	379	195	237	89	237	89	237	3,2(2,49-4,11)	2,6(2,14-3,25)	3,2(2,43-4,24)	3,2(2,43-4,24)	1,1(0,88-1,39)	1,3(1,06-1,62)	1,1(0,82-1,50)	1,6(1,21-2,11)	1,6(1,21-2,11)												
Obet šikanovania (najmenej 2-3 krát za posledných pár mesiacov)	n 51	48	62	43	28	19	62	43	28	1,1(0,76-1,72)	1,4(0,97-2,17)	1,3(0,73-2,40)	1,3(0,73-2,40)	1,8(1,10-2,85)	1,7(1,05-2,62)	2,0(1,19-3,53)	1,5(0,87-2,62)	1,5(0,87-2,62)												
Aktér šikanovania (najmenej 2-3 krát za posledných pár mesiacov)	n 28	19	47	44	49	30	47	44	49	1,6(0,88-2,89)	1,1(0,69-1,61)	1,5(0,93-2,38)	1,5(0,93-2,38)	0,5(0,32-0,83)	0,7(0,45-1,03)	0,5(0,27-0,87)	1,0(0,60-1,55)	1,0(0,60-1,55)												
Aktér aj obeť šikanovania (najmenej 2-3 krát za posledných pár mesiacov)	n 22	24	27	28	19	16	27	28	19	1,0(0,54-1,76)	0,9(0,55-1,62)	1,1(0,54-2,07)	1,1(0,54-2,07)	1,1(0,59-2,04)	1,0(0,57-1,87)	1,2(0,62-2,24)	1,2(0,62-2,15)	1,2(0,62-2,15)												
Obet kyberšikanovania (najmenej 2-3 krát za posledných pár mesiacov)	n 6	13	25	18	9	8	25	18	9	0,5(0,19-1,30)	1,4(0,75-2,54)	1,0(0,39-2,63)	1,0(0,39-2,63)	0,6(0,22-1,78)	2,0(0,95-4,41)	1,3(0,53-3,14)	1,5(0,65-3,46)	1,5(0,65-3,46)												
Aktér kyberšikanovania (najmenej 2-3 krát za posledných pár mesiacov)	n 0,9	1,9	3,0	2,2	1,5	1,5	3,0	2,2	1,5	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns												
Aktér aj obeť kyberšikanovania (najmenej 2-3 krát za posledných pár mesiacov)	n 13	6	21	12	17	7	21	12	17	2,4(0,89-6,24)	1,7(0,85-3,55)	2,2(0,91-5,37)	2,2(0,91-5,37)	0,7(0,35-1,50)	0,9(0,47-1,71)	0,7(0,23-2,02)	1,1(0,44-2,90)	1,1(0,44-2,90)												
Rolové správanie otca - problémy so zákonom	n 11	4	17	14	29	7	17	14	29	3,0(0,95-9,44)	1,2(0,59-2,44)	3,8(1,67-8,85)	3,8(1,67-8,85)	0,3(0,17-0,71)	0,4(0,23-0,76)	0,4(0,13-1,54)	1,3(0,53-3,31)	1,3(0,53-3,31)												
Rolové správanie matky - problémy so zákonom	n 1,7	0,6	2,0	1,7	4,7	1,3	2,0	1,7	4,7	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns												
Rolové správanie otca - problémy so zákonom	n 24	11	65	30	61	23	65	30	61	2,4(1,17-4,94)	2,2(1,43-3,49)	2,5(1,51-4,07)	2,5(1,51-4,07)	0,3(0,21-0,55)	0,8(0,53-1,10)	0,3(0,17-0,72)	0,8(0,48-1,47)	0,8(0,48-1,47)												
Rolové správanie matky - problémy so zákonom	n 3,7	1,6	8,0	3,8	10,3	4,4	8,0	3,8	10,3	*	***	***	***	***	ns	***	ns	ns												
Rolové správanie otca - problémy so zákonom	n 32	22	59	44	50	39	59	44	50	1,6(0,91-2,75)	1,3(0,89-1,99)	1,1(0,73-1,75)	1,1(0,73-1,75)	0,6(0,36-0,89)	0,8(0,57-1,26)	0,4(0,24-0,69)	0,7(0,46-1,13)	0,7(0,46-1,13)												
Rolové správanie matky - problémy so zákonom	n 9	2	18	16	19	7	18	16	19	ns	ns	ns	ns	*	ns	**	ns	ns												
Rolové správanie otca - problémy so zákonom	n 1,4	0,3	2,2	2,0	3,3	1,3	2,2	2,0	3,3	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA												

Tabuľka 58: Rovesníci – romantické vzťahy a sexuálne správanie

	Výskyt		Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá	
	15-roční		15-roční	
	ch	d	OR(95%CI)	
Boj/a si niekedy do niekoho zaľúbenny/á?	n	424	0,69(0,54-0,87)	
	%	60,3	**	
Nie, nikdy	n	80	1,1(0,78-1,59)	
	%	11,4	ns	
Chodil/a si už s niekým?	n	310	1,0(0,78-1,29)	
	%	59,3	ns	
Nie, nikdy	n	213	1,0(0,75-1,23)	
	%	39,7	ns	
Bozkával/a sa s niekým (za posledný rok)	n	249	0,9(0,74-1,20)	
	%	46,8	ns	
Objímal/a a maznal/a sa s niekým (za posledný rok)	n	312	0,9(0,70-1,16)	
	%	59,4	ns	
Hladil/a sa s niekým na intímnych miestach (za posledný rok)	n	150	1,7(1,30-2,35)	
	%	29,0	***	
Skúsenosť s pohlavným stykom	n	94	1,6(1,13-2,29)	
	%	17,0	**	
Chcel/a by som, aby sa to stalo skôr	n	20	17,1(2,23-131,29)	
	%	22,5	**	
Stalo sa to v pravý čas	n	32	1,4(0,70-2,89)	
	%	36,0	ns	
Bolo by lepšie, ak by sa to stalo neskôr	n	14	0,4(0,17-0,82)	
	%	15,7	*	
O svojom prvom pohlavnom styku by som povedal/a	n	3	0,3(0,07-1,07)	
	%	3,4	ns	
V skutočnosti som ani nechcel/a, aby sa to stalo	n	20	0,9(0,40-1,87)	
	%	22,5	ns	
Neuvažoval som nad tým	n	56	1,6(0,79-3,45)	
	%	70,9	ns	
Ochrana – kondóm	n	14	2,8(0,88-9,19)	
Ochrana – hormonálna antikoncepcia	%	19,4	ns	
Ochrana – tabletky „po“	n	12	3,1(0,83-11,71)	
Ochrana – iná metóda	%	16,9	ns	
	n	9	-	
	%	13,8	-	

Tabuľka 60: Rovesníci

	Výskyt						Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely					
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		11vs15		13vs15		11vs15	
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	
Priatel/a sa snažia pomáhať	n	369	n	433	n	523	0,8(0,62-0,97)	0,7(0,54-0,81)	0,5(0,43-0,70)	1,4(1,08-1,69)	1,1(0,87-1,33)	1,0(0,75-1,22)	0,9(0,71-1,13)					
	%	59,7	%	65,7	%	64,2	*	***	***	***	ns	ns	ns					
Môže s priateľmi počítať	n	394	n	454	n	556	0,8(0,64-1,02)	0,6(0,52-0,78)	0,5(0,36-0,59)	1,5(1,17-1,86)	1,2(0,93-1,43)	0,9(0,66-1,09)	0,8(0,67-1,08)					
	%	64,2	%	69,0	%	68,9	ns	***	***	**	ns	ns	ns					
Deľ sa s priateľmi o radosti/starosti	n	414	n	497	n	635	0,7(0,51-0,84)	0,5(0,41-0,63)	0,4(0,29-0,50)	1,2(0,94-1,51)	1,1(0,85-1,32)	0,7(0,52-0,91)	0,8(0,60-1,04)					
	%	67,5	%	76,0	%	64,9	***	***	***	ns	ns	**	ns					
Hovorí s priateľmi o problémoch	n	352	n	465	n	589	0,6(0,44-0,71)	0,5(0,43-0,66)	0,4(0,30-0,51)	0,9(0,73-1,15)	1,0(0,79-1,21)	0,6(0,50-0,85)	0,7(0,56-0,94)					
	%	57,1	%	70,5	%	72,7	***	***	***	ns	ns	**	*					

Tabuľka 61: Rodina – závažné udalosti

	Výskyt		Výskyt	
	n	%	n	%
Zažil si niekedy niektorú z nasledujúcich závažných udalostí?	n	164	n	164
	%	3,5	%	3,5
Smrť brata/sestry	n	167	n	167
	%	3,6	%	3,6
Smrť Tvojho otca alebo matky	n	2475	n	2475
	%	53,4	%	53,4
Smrť niekoho iného, koho si miloval	n	1797	n	1797
	%	39,0	%	39,0
Dlhú alebo závažnú chorobu jedného z Tvojich rodičov alebo niekoho iného blízkeho	n	431	n	431
	%	9,3	%	9,3
Problémy jedného z rodičov s alkoholom alebo s drogami	n	633	n	633
	%	13,8	%	13,8
Opakované závažné konflikty alebo fyzické roztržky medzi Tvojimi rodičmi	n	931	n	931
	%	20,2	%	20,2
Odlúčenie/rozvod Tvojich rodičov	n	505	n	505
	%	11,0	%	11,0
Odlúčenie z dôvodu práce rodiča v zahraničí	n	1635	n	1635
	%	35,5	%	35,5
Sťahovanie do iného bytu/domu, alebo mesta/dediny	n	1074	n	1074
	%	23,3	%	23,3

Tabuľka 62: Rodina – vzdelanie rodičov

	Výskyt		Výskyt	
	n	%	n	%
Najvyššie ukončené vzdelanie otca	n	114	n	114
	%	31,8	%	31,8
ZŠ, učňovské	n	97	n	97
	%	27,1	%	27,1
SŠ s maturitou	n	147	n	147
	%	41,1	%	41,1
Vysokoškolské vzdelanie	n	81	n	81
	%	21,7	%	21,7
Najvyššie ukončené vzdelanie matky	n	114	n	114
	%	30,5	%	30,5
ZŠ, učňovské	n	179	n	179
	%	47,9	%	47,9
SŠ s maturitou	n	49,1	n	49,1
	%	14,4	%	14,4
Vysokoškolské vzdelanie	n	33,0	n	33,0
	%	25,8	%	25,8

Tabuľka 59: Diskriminácia

	Výskyt		Výskyt	
	n	%	n	%
Diskriminácia učiteľmi kvôli pohlaviu	n	43	n	43
	%	6,8	%	6,8
Diskriminácia inými dospelými kvôli pohlaviu	n	11	n	11
	%	1,7	%	1,7
Diskriminácia žiakmi v škole kvôli pohlaviu	n	38	n	38
	%	6,1	%	6,1
Diskriminácia učiteľmi kvôli postave	n	18	n	18
	%	2,9	%	2,9
Diskriminácia inými dospelými kvôli postave	n	13	n	13
	%	2,1	%	2,1
Diskriminácia žiakmi v škole kvôli postave	n	35	n	35
	%	5,6	%	5,6
Diskriminácia učiteľmi kvôli kultúre či inej farbe pleti	n	13	n	13
	%	2,1	%	2,1
Diskriminácia inými dospelými kvôli kultúre či inej farbe pleti	n	10	n	10
	%	1,6	%	1,6
Diskriminácia žiakmi v škole kvôli kultúre či inej farbe pleti	n	14	n	14
	%	2,2	%	2,2
Diskriminácia učiteľmi kvôli zlej situácii v rodine	n	11	n	11
	%	1,7	%	1,7
Diskriminácia inými dospelými kvôli zlej situácii v rodine	n	7	n	7
	%	1,1	%	1,1
Diskriminácia žiakmi v škole kvôli zlej situácii v rodine	n	8	n	8
	%	1,3	%	1,3

Tabuľka 63: Rodina – vzťahy s rodičmi

	Výskyt						Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely					
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		chlapci		dievčatá			
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	11vs15	13vs15		
Komunikácia s otcom (ľahká, veľmi ľahká)	n 407	384	518	374	329	227	2,0(1,40-2,73)	3,1(2,37-3,95)	2,3(1,77-3,06)	2,6(1,86-3,61)	1,8(1,34-2,35)	3,1(2,33-4,07)	1,3(1,06-1,72)	1,3(1,06-1,72)	OR(95%CI)	OR(95%CI)		
	%	86,4	76,5	81,3	58,7	71,1	51,4	***	***	***	***	***	*	*	***	***		
Komunikácia s matkou (ľahká, veľmi ľahká)	n 419	438	554	506	381	324	1,2(0,81-1,75)	2,2(1,67-3,02)	1,8(1,35-2,46)	1,9(1,34-2,78)	1,7(1,23-2,37)	2,9(2,13-4,08)	1,4(1,07-1,81)	1,4(1,07-1,81)	***	***		
	%	88,8	86,9	87,5	75,7	80,4	69,2	ns	***	***	***	***	*	*	***	***		
<b>Rodičia zriedkavo alebo nikdy určujú</b>																		
... raňajky sú povinnou súčasťou dňa	n 116	162	192	307	184	256	0,7(0,51-0,90)	0,5(0,42-0,66)	0,5(0,42-0,71)	0,5(0,39-0,67)	0,7(0,53-0,88)	0,4(0,32-0,53)	0,7(0,56-0,90)	0,7(0,56-0,90)	***	***		
	%	24,4	32,2	30,2	45,1	38,7	53,7	***	***	***	***	**	***	**	***	***		
... čas strávený vonku po škole	n 171	149	270	245	261	182	1,3(1,03-1,76)	1,3(1,06-1,65)	1,9(1,50-2,52)	0,5(0,36-0,60)	0,6(0,48-0,77)	0,7(0,51-0,87)	0,9(0,70-1,14)	0,9(0,70-1,14)	**	ns		
	%	36,2	29,7	42,7	36,1	55,2	38,8	*	***	***	***	**	ns	ns	***	***		
... kedy treba ísť spať	n 110	153	255	338	278	320	0,7(0,52-0,92)	0,7(0,55-0,85)	0,7(0,51-0,87)	0,2(0,16-0,28)	0,5(0,37-0,60)	0,2(0,15-0,27)	0,5(0,36-0,58)	0,5(0,36-0,58)	***	***		
	%	23,4	30,6	40,5	49,9	59,0	68,5	*	**	**	***	***	***	***	***	***		
... pravičia pre používanie internetu	n 230	281	410	488	380	390	0,7(0,58-0,96)	0,7(0,57-0,90)	0,8(0,59-1,14)	0,2(0,18-0,31)	0,5(0,35-0,60)	0,3(0,19-0,35)	0,5(0,39-0,70)	0,5(0,39-0,70)	***	***		
	%	48,9	56,2	65,1	72,3	80,3	83,3	*	**	ns	***	***	***	***	***	***		
Návšteva knižnice (aspoň raz za mesiac)	n 148	239	138	224	60	95	0,4(0,34-0,58)	0,6(0,44-0,73)	0,6(0,41-0,84)	3,3(2,36-4,63)	1,9(1,39-2,71)	4,4(3,29-5,92)	2,0(1,53-2,67)	2,0(1,53-2,67)	***	***		
	%	34,1	54,1	23,3	35,0	13,5	21,1	***	***	**	***	***	***	***	***	***		
Rozhovory o knihách, predstaveniach... (občas, pravidelne)	n 314	353	403	494	279	334	0,6(0,47-0,88)	0,6(0,48-0,80)	0,6(0,44-0,78)	1,6(1,17-2,06)	1,3(0,99-1,65)	1,4(1,05-1,96)	1,2(0,92-1,60)	1,2(0,92-1,60)	***	ns		
	%	72,2	80,2	68,1	77,4	62,6	73,9	**	***	***	**	*	*	ns	***	ns		
Čítanie kníh doma nahlas (občas, pravidelne)	n 218	251	199	254	94	142	0,7(0,57-0,98)	0,8(0,61-0,97)	0,6(0,44-0,80)	3,7(2,79-5,04)	1,9(1,41-2,49)	3,0(2,25-3,89)	1,4(1,12-1,86)	1,4(1,12-1,86)	*	***		
	%	50,2	57,4	33,6	39,7	21,2	31,3	*	*	**	***	***	***	***	***	***		

Tabuľka 64: Komunita, okolie (miesto, kde žijem) - sociálny kapitál komunity

	Výskyt						Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely					
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		chlapci		dievčatá			
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	11vs15	13vs15		
Súhlasím alebo úplne súhlasím s tým, že na mieste, v ktorom žijem	n 289	300	371	382	273	268	1,0(0,75-1,31)	1,1(0,89-1,41)	1,1(0,82-1,40)	1,3(0,97-1,67)	1,1(0,85-1,41)	1,4(1,05-1,80)	1,0(0,82-1,34)	1,0(0,82-1,34)	ns	ns		
	%	66,0	66,2	62,6	59,9	60,4	58,8	ns	ns	ns	ns	*	*	ns	ns			
Je bezpečné pre menšie deti hrať sa na ulici cez deň	n 265	256	354	355	265	258	1,2(0,90-1,54)	1,3(1,00-1,58)	1,1(0,86-1,47)	1,1(0,80-1,38)	1,1(0,83-1,37)	1,0(0,77-1,31)	1,0(0,75-1,22)	1,0(0,75-1,22)	ns	ns		
	%	61,2	57,3	61,5	56,0	60,0	57,1	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns		
Možno veriť ľuďom tamojším ľuďom	n 249	239	334	262	208	129	1,9(1,51-2,38)	1,9(1,51-2,38)	2,2(1,68-2,93)	1,5(1,18-2,02)	1,5(1,19-1,95)	2,8(2,16-3,74)	1,8(1,38-2,31)	1,8(1,38-2,31)	***	***		
	%	57,9	53,2	57,5	41,7	47,1	28,6	***	***	***	**	***	***	***	***	***		
Je veľa miest na trávanie voľného času	n 315	311	385	371	254	226	1,2(0,90-1,61)	1,4(1,08-1,73)	1,3(1,00-1,70)	2,0(1,53-2,70)	1,5(1,14-1,91)	2,2(1,67-2,88)	1,4(1,10-1,79)	1,4(1,10-1,79)	***	***		
	%	73,1	69,3	66,4	59,1	57,2	50,7	ns	**	ns	***	***	***	***	***	***		
Môžem susedov požiadať o pomoc alebo láskavosť	n 292	298	370	374	246	215	1,1(0,82-1,45)	1,2(0,96-1,53)	1,4(1,04-1,76)	1,8(1,33-2,31)	1,4(1,10-1,82)	2,2(1,66-2,85)	1,6(1,24-2,01)	1,6(1,24-2,01)	***	***		
	%	68,5	66,7	63,7	59,2	55,4	47,9	ns	ns	*	***	***	***	***	***	***		
Nesúhlasím alebo vôbec nesúhlasím s tým, že väčšina ľudí v mieste kde žijem by sa ma pokúsila využiť, ak by mali takú možnosť	n 230	286	312	361	208	214	0,6(0,48-0,84)	0,9(0,68-1,08)	1,0(0,73-1,25)	1,4(1,04-1,79)	1,3(1,03-1,70)	2,0(1,55-2,68)	1,5(1,15-1,87)	1,5(1,15-1,87)	***	***		
	%	55,4	66,1	54,6	58,3	47,7	48,9	**	ns	ns	*	***	***	***	***	***		

Tabuľka 65: Komunita, okolie (miesto, kde žijem) - deprivácia okolia

	Výskyt						Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely					
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		chlapci		dievčatá			
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	11vs15	13vs15		
Skupiny mladých ľudí, ktorí spôsobujú problémy (veľa+nejaké)	n 212	194	306	375	283	290	1,3(0,97-1,65)	0,8(0,61-0,96)	1,0(0,74-1,26)	0,6(0,43-0,73)	0,6(0,49-0,81)	0,4(0,33-0,55)	0,8(0,62-1,02)	0,8(0,62-1,02)	ns	ns		
	%	48,5	42,7	51,7	58,2	62,9	63,7	ns	*	ns	***	***	***	***	ns	ns		
Odpadky, rozbité sklo alebo smeti všade navokolo (veľa+nejaké)	n 206	250	317	365	248	280	0,7(0,57-0,96)	0,9(0,73-1,14)	0,8(0,59-1,00)	0,7(0,54-0,93)	0,9(0,73-1,20)	0,7(0,57-0,96)	0,8(0,62-1,00)	0,8(0,62-1,00)	*	ns		
	%	47,6	55,2	54,5	56,8	56,1	62,5	*	ns	*	*	*	*	*	*	ns		
Schátrané domy alebo budovy (veľa+nejaké)	n 178	177	256	308	237	240	1,1(0,85-1,45)	0,9(0,69-1,08)	1,0(0,78-1,33)	0,6(0,46-0,79)	0,7(0,53-0,87)	0,6(0,42-0,72)	0,8(0,63-1,02)	0,8(0,63-1,02)	***	***		
	%	41,7	39,2	44,6	48,3	54,4	53,8	ns	ns	ns	**	***	***	***	***	ns		

Tabuľka 66: Škola

	Výskyt										Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely								
	11-roční			13-roční			15-roční			11-roční			13-roční			15-roční			11vs15			13vs15			
	ch	d	%	ch	d	%	ch	d	%	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	OR(95%CI)	
Spokojnosť so školou – veľmi sa páči	n	137	232	154	152	86	94	16,4	0,6(0,43-0,70)	1,0(0,75-1,23)	0,8(0,57-1,08)	ns	1,6(1,17-2,10)	1,3(1,01-1,78)	2,2(1,70-2,92)	1,1(0,82-1,44)	ns								
Stres v škole (dosť alebo veľmi pod tlakom)	n	140	136	194	231	138	154	26,8	1,2(0,89-1,50)	0,7(0,60-0,93)	0,7(0,57-0,97)	*	0,9(0,71-1,20)	1,0(0,79-1,29)	0,6(0,46-0,77)	1,0(0,79-1,28)	ns								
Vzťahy medzi spolužiakmi I (sú spolu radi)	n	438	414	581	460	380	283	49,6	1,4(1,16-1,76)	1,6(1,32-1,93)	1,5(1,18-1,86)	***	1,2(0,94-1,47)	1,3(1,02-1,55)	1,2(0,98-1,51)	1,2(0,95-1,44)	ns								
Vzťahy medzi spolužiakmi II (sú milí a nápomocní)	n	405	385	484	415	308	269	48,0	1,3(1,10-1,66)	1,3(1,04-1,52)	1,0(0,81-1,28)	*	1,5(1,21-1,87)	1,3(1,04-1,57)	1,1(0,91-1,41)	1,0(0,83-1,28)	ns								
Vzťahy medzi spolužiakmi III (akceptujú sa)	n	550	537	679	570	480	375	67,1	1,6(1,24-2,02)	1,5(1,25-1,90)	1,5(1,18-1,96)	***	1,3(0,97-1,63)	1,0(0,82-1,32)	1,2(0,95-1,53)	1,0(0,82-1,29)	ns								
Vzťahy s učiteľmi I (učiteľia ich akceptujú)	n	79,6	71,1	76,3	65,1	613	426	371	0,9(0,66-1,12)	1,1(0,90-1,36)	1,1(0,85-1,37)	ns	2,0(1,56-2,57)	1,3(1,08-1,68)	2,5(1,95-3,24)	1,3(1,05-1,65)	*								
Vzťahy s učiteľmi II (učiteľom na nich záleží)	n	411	410	476	405	317	253	44,9	1,2(0,99-1,51)	1,3(1,07-1,56)	1,2(0,97-1,53)	**	1,5(1,19-1,84)	1,2(0,96-1,45)	1,5(1,19-1,84)	1,1(0,90-1,39)	ns								
Vzťahy s učiteľmi III (učiteľom dôverujú)	n	450	487	447	359	263	175	31,1	1,0(0,84-1,29)	1,4(1,17-1,71)	1,6(1,24-2,00)	***	2,6(2,12-3,31)	1,5(1,19-1,79)	4,0(3,18-5,06)	1,6(1,29-2,03)	ns								
	%	65,3	64,4	50,9	42,2	41,5	31,1		ns	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***

Tabuľka 67: Škola – pokračovanie

	Výskyt										Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely								
	11-roční			13-roční			15-roční			11-roční			13-roční			15-roční			11vs15			13vs15			
	ch	d	%	ch	d	%	ch	d	%	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	OR(95%CI)	11vs15	13vs15	OR(95%CI)	
Postoj k vzdelaniu – veľmi záleží	n	115	85	138	130	141	145	25,8	1,5(1,14-2,10)	1,0(0,79-1,33)	0,8(0,63-1,08)	ns	0,7(0,54-0,94)	0,6(0,50-0,84)	0,4(0,28-0,51)	0,5(0,40-0,68)	ns								
Neospravedlnené absencie za posledný rok (aspoň raz)	n	17,0	11,7	15,7	15,4	22,3	25,8		**	ns	ns	*	*	**	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	
Opakovanie ročníka (aspoň raz)	n	12	6	44	14	50	31	5,5	2,2(0,82-5,85)	3,1(1,70-5,75)	1,5(0,92-2,33)	ns	0,2(0,11-0,40)	0,6(0,40-0,93)	0,1(0,06-0,34)	0,3(0,15-0,55)	ns								
Zdravotná gramotnosť (nízka)	n	1,8	0,8	5,0	1,7	7,9	5,5		ns	***	ns	***	***	*	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	
<b>Funkčná gramotnosť</b>	n	NA	NA	119	102	89	67		NA	1,1(0,85-1,50)	1,1(0,81-1,61)	ns	NA	1,0(0,74-1,34)	NA	1,0(0,73-1,41)	ns								
Ťažkosti v písaní (nejaké až zreteľné)	n	190	128	228	125	168	90	16,0	1,8(1,43-2,37)	2,0(1,59-2,58)	1,9(1,42-2,51)	***	1,0(0,83-1,36)	1,0(0,77-1,23)	1,1(0,81-1,46)	0,9(0,67-1,22)	ns								
Ťažkosti v čítaní (nejaké až zreteľné)	n	27,6	17,2	25,9	14,7	26,4	16,0		***	***	***	***	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	
Ťažkosti v matematike (nejaké až zreteľné)	n	159	182	203	175	161	115	20,4	0,9(0,73-1,19)	1,2(0,92-1,46)	1,36(1,03-1,78)	*	0,9(0,68-1,12)	0,9(0,69-1,11)	1,3(0,97-1,65)	1,0(0,78-1,32)	ns								
	n	287	388	428	523	311	379	67,3	0,7(0,55-0,83)	0,6(0,49-0,73)	0,5(0,37-0,60)	***	0,7(0,60-0,92)	1,0(0,80-1,21)	0,5(0,42-0,65)	0,8(0,62-0,97)	ns								
	%	42,0	51,7	49,0	61,6	49,4	67,3		***	***	***	***	**	ns	***	***	***	***	***	***	***	***	***	*	

Tabuľka 68: Škola – podpora a pomoc pri príprave do školy

	Výskyt										Rodové rozdiely chlapci vs. dievčatá						Vekové rozdiely chlapci						dievčatá	
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční		11vs15		13vs15		11vs15		13vs15		13vs15			
	ch	d	ch	d	ch	d	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)	OR(95%CI)			
Podpora a pomoc do školy – matka alebo otec (pomáhajú občas alebo pravidelne)	n 597	d 627	ch 653	d 587	ch 336	d 301	1,4(1,02-1,86)	1,3(1,02-1,55)	1,0(0,78-1,24)	ns	ns	6,6(4,97-8,74)	2,5(2,01-3,10)	4,7(3,61-6,06)	2,0(1,56-2,43)	***	***	***	***	***	***			
Podpora a pomoc do školy – niekto zo starých rodičov (pomáhajú občas alebo pravidelne)	n 293	d 291	ch 283	d 280	ch 126	d 106	1,2(0,97-1,48)	1,0(0,79-1,19)	1,1(0,80-1,43)	ns	ns	3,1(2,38-3,91)	1,9(1,46-2,37)	2,7(2,11-3,53)	2,1(1,60-2,67)	***	***	***	***	***	***			
Podpora a pomoc do školy – niekto zo súrodencov (pomáhajú občas alebo pravidelne)	n 269	d 326	ch 336	d 339	ch 189	d 178	0,8(0,68-1,04)	0,9(0,77-1,14)	0,9(0,72-1,18)	ns	ns	1,5(1,21-1,92)	1,4(1,15-1,78)	1,7(1,32-2,10)	1,4(1,12-1,76)	***	***	***	***	***	***			
Podpora a pomoc do školy – niekto iný z rodiny (pomáhajú občas alebo pravidelne)	n 227	d 225	ch 228	d 244	ch 121	d 114	1,2(0,94-1,46)	0,9(0,70-1,07)	0,9(0,70-1,22)	ns	ns	2,1(1,63-2,72)	1,5(1,13-1,86)	1,7(1,30-2,19)	1,6(1,21-2,01)	***	***	***	***	***	***			
Podpora a pomoc do školy – niekto dospelý z mojej školy (pomáhajú občas alebo pravidelne)	n 81	d 72	ch 110	d 114	ch 93	d 75	1,3(0,91-1,78)	0,9(0,70-1,22)	1,1(0,81-1,55)	ns	ns	0,8(0,56-1,07)	0,8(0,61-1,10)	0,7(0,48-0,96)	1,0(0,72-1,35)	ns	*	ns	ns	ns	ns			
Podpora a pomoc do školy – iný dospelý mimo rodiny (pomáhajú občas alebo pravidelne)	n 74	d 85	ch 123	d 120	ch 87	d 76	1,0(0,68-1,32)	1,0(0,75-1,29)	1,0(0,74-1,43)	ns	ns	0,8(0,55-1,06)	1,0(0,74-1,34)	0,8(0,59-1,15)	1,1(0,77-1,43)	ns	ns	ns	ns	ns	ns			
Podpora a pomoc do školy – niekto z kamarátov (pomáhajú občas alebo pravidelne)	n 343	d 447	ch 482	d 596	ch 329	d 396	0,7(0,55-0,84)	0,5(0,43-0,64)	0,5(0,35-0,58)	***	***	0,9(0,74-1,15)	1,1(0,89-1,35)	0,6(0,48-0,78)	1,0(0,75-1,21)	ns	***	***	***	***	ns			
Školské prostredie podporujúce prípravu do školy / využívanie (pravidelne, občas)	n 91	d 87	ch 126	d 80	ch 63	d 45	1,3(0,84-1,86)	1,5(1,01-2,17)	1,5(0,91-2,51)	*	*	0,9(0,59-1,44)	1,1(0,71-1,68)	1,1(0,7-1,77)	1,1(0,7-1,78)	ns	ns	ns	ns	ns	ns			
	n 47,2	d 41,6	ch 51,4	d 41,7	ch 49,2	d 39,1																		

Tabuľky 69, 70, 71: Ašpirácie

	Výskyt		Rodové rozdiely	
	15-roční		chlapci vs. dievčatá	
	ch	d	ch	d
Čo si myslíš, že budeš robiť po ukončení strednej školy?	n 19	d 7	NA	NA
Budem asi nezamestnaný/á	% 3,1	d 1,3	NA	NA
Budem pokračovať v štúdiu	n 243	d 336	0,4(0,32-0,52)	0,4(0,32-0,52)
Zamestnám sa alebo budem podnikateľ	% 40,1	d 62,2	***	***
Budem si hľadať prácu v zahraničí	n 157	d 70	2,4(1,72-3,20)	2,4(1,72-3,20)
Vydám sa a ostanem v domácnosti	% 25,9	d 13,0	***	***
Nemám predstavu	n 91	d 58	1,5(1,03-2,09)	1,5(1,03-2,09)
Iné	% 15,0	d 10,7	*	*
	n 6	d 5	NA	NA
	% 1,0	d 0,9	NA	NA
	n 62	d 48	NA	NA
	% 10,2	d 8,9	NA	NA
	n 28	d 16	NA	NA
	% 4,6	d 3,0	NA	NA

	Výskyt		15-roční/é	
	Témy, ktoré zaujímajú mladých ľudí		15-roční/é	
	n	%	n	%
O ktorej z uvedených tém by si sa rád/rada dozvedel/a viac?	287	22,2	287	22,2
Ako byť aktívny vo svojom meste	185	14,3	185	14,3
O dobrovoľníctve	192	14,8	192	14,8
O závislostiach	374	28,9	374	28,9
O zdravotnom životnom štýle	126	9,7	126	9,7
O šikanovaní	177	13,7	177	13,7
O kritickom myslení	422	32,6	422	32,6
O cestovaní do zahraničia	32,6		32,6	

	Výskyt		15-roční/é	
	Sebarealizácia		15-roční/é	
	n	%	n	%
Ktoré z možností by Ti vyhovovali v Tvojej sebarealizácii?	333	25,8	333	25,8
Viac sa k téme, ktorá ma zaujíma vzdelávať aj mimo školy	189	14,6	189	14,6
Môcť navštevovať priestor/klub na stretávanie sa s inými mladými ľuďmi	252	19,5	252	19,5
Zaujímavé krúžky	326	25,2	326	25,2
Priestor pre športové aktivity	213	16,5	213	16,5
Získavať informácie na akciách – informačných dňoch, workshopoch, tematických stretnutiach	255	19,7	255	19,7
Zúčastňovať sa na kultúrnych akciách	256	19,8	256	19,8
Nové informácie o príležitostiach vycestovať do zahraničia v rámci mládežníckych programov	19,8		19,8	

Tabuľka 72: Antropometrické parametre a funkčná zdatnosť – vekové rozdiely

	Vekové rozdiely															
	11vs12-roční		11vs13-roční		11vs14-roční		11vs15-roční		12vs13-roční		12vs14-roční		13vs15-roční		14vs15-roční	
	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d
Telesná výška	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***
chlapci	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***
dievčatá	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***	***
Telesná hmotnosť	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
chlapci	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
dievčatá	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
Body Mass Index	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
chlapci	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
dievčatá	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
Percento tuku	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
chlapci	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
dievčatá	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
Ruffierov index (funkčná zdatnosť)	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
chlapci	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns
dievčatá	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns



Tabuľka 73: Antropometrické parametre a funkčná zdatnosť – rodové rozdiely

	Rodové rozdiely				
	chlapci vs. dievčatá				
	11-roční	12-roční	13-roční	14-roční	15-roční
Telesná výška	ns	ns	***	***	***
Telesná hmotnosť	ns	ns	ns	**	***
Body Mass Index	ns	ns	ns	ns	ns
Percento tuku	ns	ns	***	***	***
Ruffierov index (funkčná zdatnosť)	**	ns	ns	***	**

Tabuľka 74: Motivácia k aktívnemu transportu

	Výskyt				
	11-roční	13-roční	15-roční	ch	d
Nerozbitá cesta pre cestu peši alebo bicyklom	n 63 % 80,8	n 45 % 60,6	n 65 % 65,7	n 42 % 53,8	n 33 % 64,7
Širšie chodníky	n 54 % 70,1	n 37 % 54,4	n 63 % 45,8	n 43 % 46,8	n 30 % 58,8
Menšia premávka	n 44 % 60,3	n 41 % 62,1	n 70 % 58,5	n 55 % 37,5	n 27 % 64,6
Bezpečné miesto na odloženie bicykla v škole	n 61 % 80,3	n 56 % 83,6	n 90 % 78,6	n 77 % 74,4	n 37 % 72,5
Bezpečnejšie miesta na prechod cez cestu	n 66 % 84,6	n 87 % 88,2	n 80 % 79,8	n 48 % 61,5	n 36 % 70,6
Ľudia, s ktorými by som chodil spolu	n 45 % 58,4	n 43 % 64,2	n 63 % 57,8	n 54 % 46,2	n 32 % 62,7
Nemám strach zo šikanovania alebo napadnutia	n 59 % 75,6	n 54 % 80,6	n 61 % 56,0	n 62 % 63,3	n 26 % 42,9
Skrine v škole, kde si môžem nechať veci	n 59 % 75,6	n 55 % 80,9	n 77 % 79,6	n 54 % 70,1	n 36 % 70,6
Bývanie bližšie ku škole	n 26 % 33,8	n 33 % 47,1	n 40 % 37,0	n 26 % 43,4	n 25 % 49,0
Lepšie pouličné osvetlenie	n 56 % 71,8	n 44 % 64,7	n 63 % 57,8	n 72 % 72,7	n 33 % 64,7

Tabuľka 75: Prostredie podporujúce fyzickú aktivitu

	Výskyt											
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční	
	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d
Je bezpečné prechádzať sa alebo hrať sa počas dňa v .mojom okolí	n 57 % 73,1	n 47 % 70,1	n 79 % 72,5	n 74 % 74,7	n 62 % 79,5	n 29 % 58,0	n 57 % 78,2	n 85,1 % 78,7	n 66 % 66,7	n 42 % 54,5	n 30 % 60,0	
V blízkosti môjho domova sú aj ďalšie deti, s ktorými sa dá ísť von a hrať sa.	n 61 % 78,2	n 57 % 85,1	n 85 % 78,7	n 66 % 66,7	n 42 % 54,5	n 30 % 60,0	n 68 % 87,2	n 60 % 90,9	n 91 % 84,3	n 85 % 87,6	n 39 % 78,0	
V blízkosti môjho domova je miesto, kde môžem ísť von a hrať sa.	n 54 % 69,2	n 53 % 79,1	n 86 % 78,9	n 76 % 76,8	n 55 % 71,4	n 38 % 74,5	n 62 % 82,7	n 84,8 % 81,7	n 78,8 % 73,5	n 80,5 % 33	n 86,3 % 33	
V blízkosti môjho domova sú ihriská alebo parky, kde sa môžem hrať.	n 61 % 78,2	n 56 % 80,3	n 89 % 58,7	n 78 % 73,7	n 44 % 44,9	n 44 % 64,7	n 62 % 82,7	n 84,8 % 81,7	n 78,8 % 73,5	n 80,5 % 33	n 86,3 % 33	
V mojej škole sú ihriská, kde môžem behať.	n 61 % 78,2	n 53 % 80,3	n 64 % 58,7	n 73 % 73,7	n 35 % 44,9	n 33 % 64,7	n 61 % 82,7	n 53 % 80,3	n 64 % 58,7	n 73 % 73,7	n 35 % 44,9	
Vždy musím povedať mojim rodičom kde budem, keď idem von	n 49 % 62,8	n 49 % 73,1	n 60 % 55,0	n 31 % 68,7	n 33 % 39,7	n 33 % 64,7	n 49 % 62,8	n 49 % 73,1	n 60 % 55,0	n 31 % 68,7	n 33 % 39,7	
Ak idem von, vždy musím byť späť do určitého času.	n 49 % 62,8	n 49 % 73,1	n 60 % 55,0	n 31 % 68,7	n 33 % 39,7	n 33 % 64,7	n 49 % 62,8	n 49 % 73,1	n 60 % 55,0	n 31 % 68,7	n 33 % 39,7	

Tabuľka 76: Motivácia k fyzickej aktivite

	Výskyt				
	11-roční	13-roční	15-roční	ch	d
Zabaviť sa	n 75 % 97,4	n 66 % 98,2	n 107 % 96,0	n 95 % 94,9	n 49 % 96,1
Byť dobrý/-á v športe	n 66 % 81,8	n 58 % 86,6	n 88 % 80,7	n 68 % 68,7	n 38 % 74,5
Vyhrať	n 35 % 46,1	n 26 % 38,2	n 58 % 53,2	n 33 % 33,7	n 18 % 35,3
Zoznámiť sa s novými kamarátmi/kami	n 67 % 88,2	n 59 % 86,8	n 93 % 85,3	n 84 % 84,8	n 40 % 78,4
Zlepšiť moje zdravie	n 73 % 96,1	n 64 % 97,0	n 106 % 99,1	n 94 % 97,4	n 50 % 98,0
Vidieť sa s mojimi kamarátmi/kami	n 75 % 100,0	n 64 % 94,1	n 104 % 95,4	n 96 % 92,3	n 47 % 92,2
Dostať sa do dobrej formy	n 74 % 96,1	n 63 % 94,0	n 108 % 99,1	n 93 % 97,4	n 47 % 92,2
Vyzerať dobre	n 54 % 70,1	n 50 % 73,5	n 88 % 80,7	n 76 % 76,8	n 40 % 78,4
Tešiť sa z pohybu	n 75 % 97,4	n 62 % 91,2	n 102 % 93,6	n 92 % 92,9	n 47 % 92,2
Potešiť mojich rodičov	n 75 % 97,4	n 62 % 91,2	n 102 % 93,6	n 92 % 92,9	n 47 % 92,2
Byť „cool“	n 41 % 53,2	n 28 % 41,8	n 49 % 45,0	n 32 % 32,3	n 10 % 19,6
Udržiavať svoju hmotnosť	n 71 % 92,2	n 53 % 79,1	n 97 % 89,0	n 85 % 85,9	n 40 % 78,4
Pretože je to vzrušujúce	n 56 % 72,7	n 40 % 59,7	n 77 % 70,6	n 49 % 50,0	n 34 % 66,7

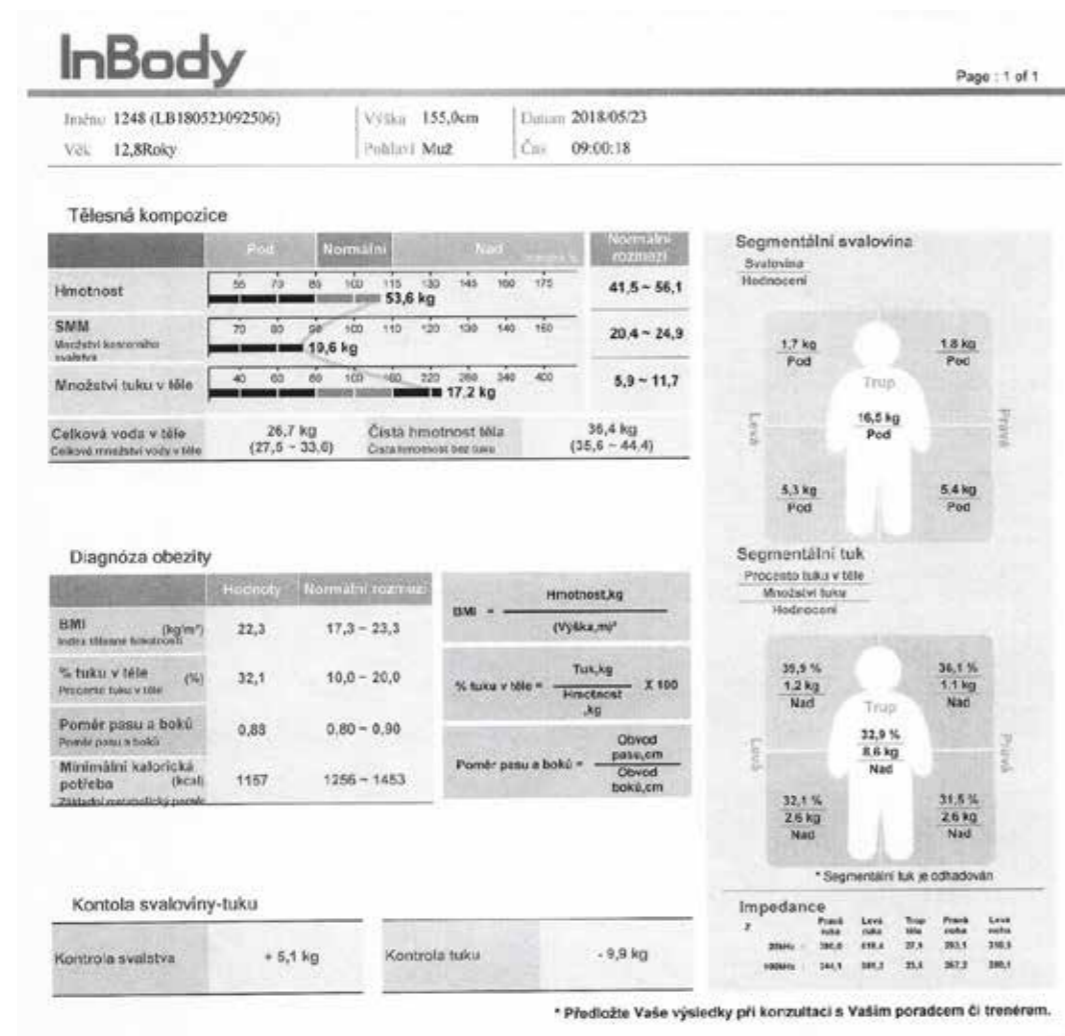
Tabuľka 77: Prekážky k fyzickej aktivite

	Výskyt											
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční	
	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d
Nemám dosť peňazí	n 6 % 7,9	n 10 % 14,9	n 10 % 10,2	n 10 % 10,1	n 9 % 12,8	n 9 % 18,0	n 21 % 28,0	n 20 % 30,3	n 40 % 37,0	n 26 % 37,4	n 15 % 33,3	n 15 % 30,6
Moje zdravie mi to neumožňuje	n 14 % 18,4	n 5 % 7,5	n 11 % 10,2	n 11 % 11,5	n 8 % 10,7	n 4 % 8,0	n 13 % 17,1	n 11 % 16,2	n 22 % 22,2	n 8 % 10,4	n 7 % 13,7	
Na akčty sa nemám ako dostať, nemá ma tam kto odviezť	n 14 % 18,2	n 12 % 17,6	n 16 % 14,7	n 11 % 11,1	n 2 % 2,6	n 4 % 8,0	n 14 % 18,2	n 12 % 17,6	n 11 % 11,1	n 2 % 2,6	n 4 % 8,0	
Nemám dostatočné schopnosti a zručnosti, aby som sa mohol/mohla zúčastniť	n 9 % 12,0	n 4 % 5,9	n 10 % 9,2	n 9 % 9,1	n 4 % 6,4	n 4 % 7,8	n 9 % 12,0	n 4 % 5,9	n 9 % 9,2	n 5 % 6,4	n 4 % 7,8	
Mojí rodičia nechcú aby som sa zúčastňoval/a aktivít o ktoré mám záujem	n 14 % 18,7	n 12 % 17,9	n 15 % 13,8	n 7 % 7,1	n 9 % 17,9	n 9 % 17,6	n 14 % 21,1	n 12 % 25,4	n 15 % 24,8	n 7 % 12,1	n 14 % 24,4	
Nemám záujem sa niečoho zúčastňovať	n 16 % 21,1	n 17 % 27,9	n 27 % 24,8	n 12 % 12,1	n 13 % 25,5	n 13 % 25,5	n 16 % 21,1	n 19 % 27,9	n 15 % 24,8	n 9 % 11,2	n 10 % 19,6	
V mojom okolí nie sú kvalitné a vhodné aktivity a podmiienky	n 21 % 27,6	n 19 % 27,9	n 15 % 13,8	n 11 % 11,2	n 9 % 11,5	n 10 % 19,6	n 21 % 27,6	n 19 % 27,9	n 15 % 13,8	n 9 % 11,2	n 10 % 19,6	
Nemám vlastnú výstroj a vybavenie, aby som sa mohol/mohla zúčastňovať	n 16 % 21,1	n 14 % 20,6	n 14 % 12,8	n 11 % 11,1	n 10 % 12,8	n 10 % 19,6	n 16 % 21,1	n 14 % 20,6	n 14 % 12,8	n 11 % 11,1	n 10 % 12,8	
Nemám kamarátov/fky, ktorí by sa chceli zúčastniť so mnou	n 16 % 21,1	n 14 % 20,6	n 14 % 12,8	n 11 % 11,1	n 10 % 12,8	n 10 % 19,6	n 16 % 21,1	n 14 % 20,6	n 14 % 12,8	n 11 % 11,1	n 10 % 12,8	

Tabuľka 78: Pasívne trávenie voľného času

	Výskyt											
	11-roční		13-roční		15-roční		11-roční		13-roční		15-roční	
	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d	ch	d
Televízia, DVD, video	n 37 % 49,3	n 37 % 54,4	n 60 % 55,6	n 43 % 43,9	n 31 % 40,3	n 21 % 41,2	n 37 % 49,3	n 37 % 54,4	n 60 % 55,6	n 43 % 43,9	n 31 % 40,3	n 21 % 41,2
Hry na PC, konzole, telefóny	n 42 % 56,0	n 11 % 16,4	n 62 % 58,5	n 9 % 9,1	n 51 % 65,4	n 7 % 13,7	n 42 % 56,0	n 11 % 16,4	n 62 % 58,5	n 9 % 9,1	n 51 % 65,4	n 7 % 13,7
Snapchat, Facebook, Twitter a pod.	n 14 % 18,7	n 29 % 42,6	n 38 % 35,2	n 64 % 64,6	n 34 % 43,6	n 38 % 74,5	n 14 % 18,7	n 29 % 42,6	n 38 % 35,2	n 64 % 64,6	n 34 % 43,6	n 38 % 74,5

Obrázok 249: Príklad výsledku analýzy zloženia tela prístrojom InBody 230



ISBN: 978-80-7159-242-6