



ÕPILASTE TERVIST MÕJUTAV KESKKOND

EESTI KOOLIÕPILASTE TERVISEKÄITUMISE UURING 2018

Tiia Pertel

Tervise Arengu Instituut (TAI)

Ettekanne valmis koostöös kolleegidega:

Leila Oja, Jaanika Piksööt, Alice Haav, Kristina Kukke, Ly Kasvandik



- Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring on perioodiline üle nelja aasta toimuv rahvastikupõhine küsitlusuuring.
- Osa rahvusvahelisest HBSC (*Health Behaviour in School-Aged Children*) uuringuvõrgustikust, mis tegutseb koostöös Maailma Terviseorganisatsiooniga.
- Uuring toimub Eestis alates 1993. aastast, alates 2005. aastast korraldab TAI.
- Uuringu rahastus: Rahvastiku tervise arengukava 2009-2020, IUT.
- Kogutud andmestik annab teavet 11-, 13- ja 15-aastaste kooliõpilaste terviseseisundist, heaolust, tervise- ja riskikäitumisest.

Uuringu taust



Uuringu metoodika

- Läbilõikeline küsitlusuuring
- Paberankeet ja veebiküsitlus
- Valimis 100 kooli ja 300 klassi õpilased

Osalus

- Pärast andmete puhastust HBSC võrgustiku keskselt on valimis 4727 õpilase andmed

2018 küsitluse teemad

- Vastaja ja tema pere taustaandmed
- Terviseseisund (tervise enesehinnang, KMI, vaimne tervis, haigused sh vigastused)
- Tervise- ja riskikäitumine (toitumine, kehaline aktiivsus, uimastite tarvitamine)
- Koolielu (meeldivus, pingelisus, kiusamine, suhted)
- Ajakasutus (ekraaniaeg sh sotsiaalmeedia kasutamine, uneaeg)



PERE- JA KOOLIKESKKOND

Perekeskkond

Peresisesed suhted on üldiselt head

- Enamik õpilasi (76%) hindab pere toetust kõrgelt.
- Muredest on emaga kerge rääkida 86%-l noortest. Vanuse kasvades on emaga raskem rääkida tüdrukutel.
- Aastate lõikes on kasvanud noorte osakaal, kellel on isaga kerge muredest rääkida. Kui 2010. aastal oli selliseid noori 69%, siis 2018. aastal 76%.

Vanemad teavad vähe sellest, millega laps internetis tegeleb

- Vaid 32% emadest ja 24% isadest teab millega laps internetis tegeleb.
- Sõpradest teab palju 73% emadest ja vaid 39% isadest.

Perede majanduslik olukord on paranenud

- Väga hea või hea 77% (kasvanud 10% võrreldes 2014. aastaga)
- Halb 23% (vähenenud 12% võrreldes 2014. aastaga)



Enam kui pooltele kooliõpilastest meeldib koolis

Seotus keskkondadega:

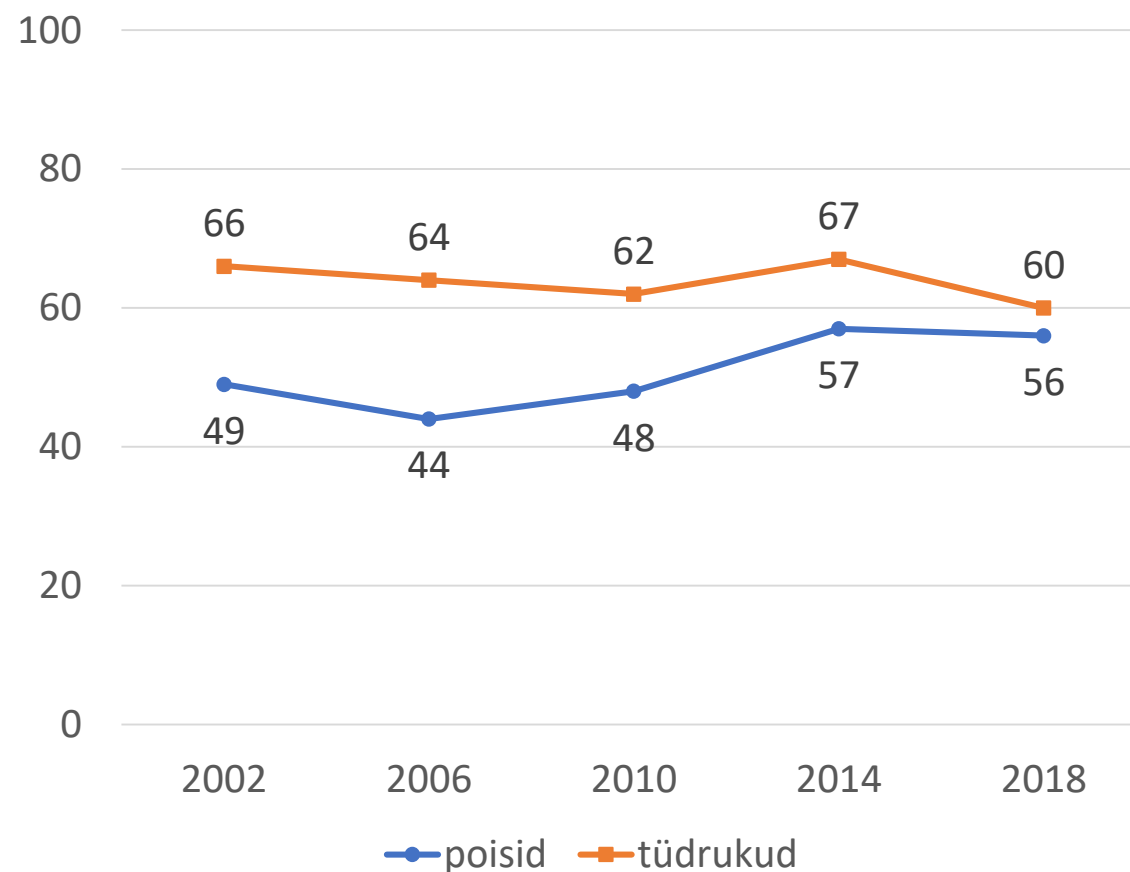
• kodukeskkonnaga

- koolis meeldib vähem õpilastel, kellel on raskem rääkida oma muredest vanematega ning
- kelle pere majanduslik olukord on kehvem

• koolikeskkonnaga

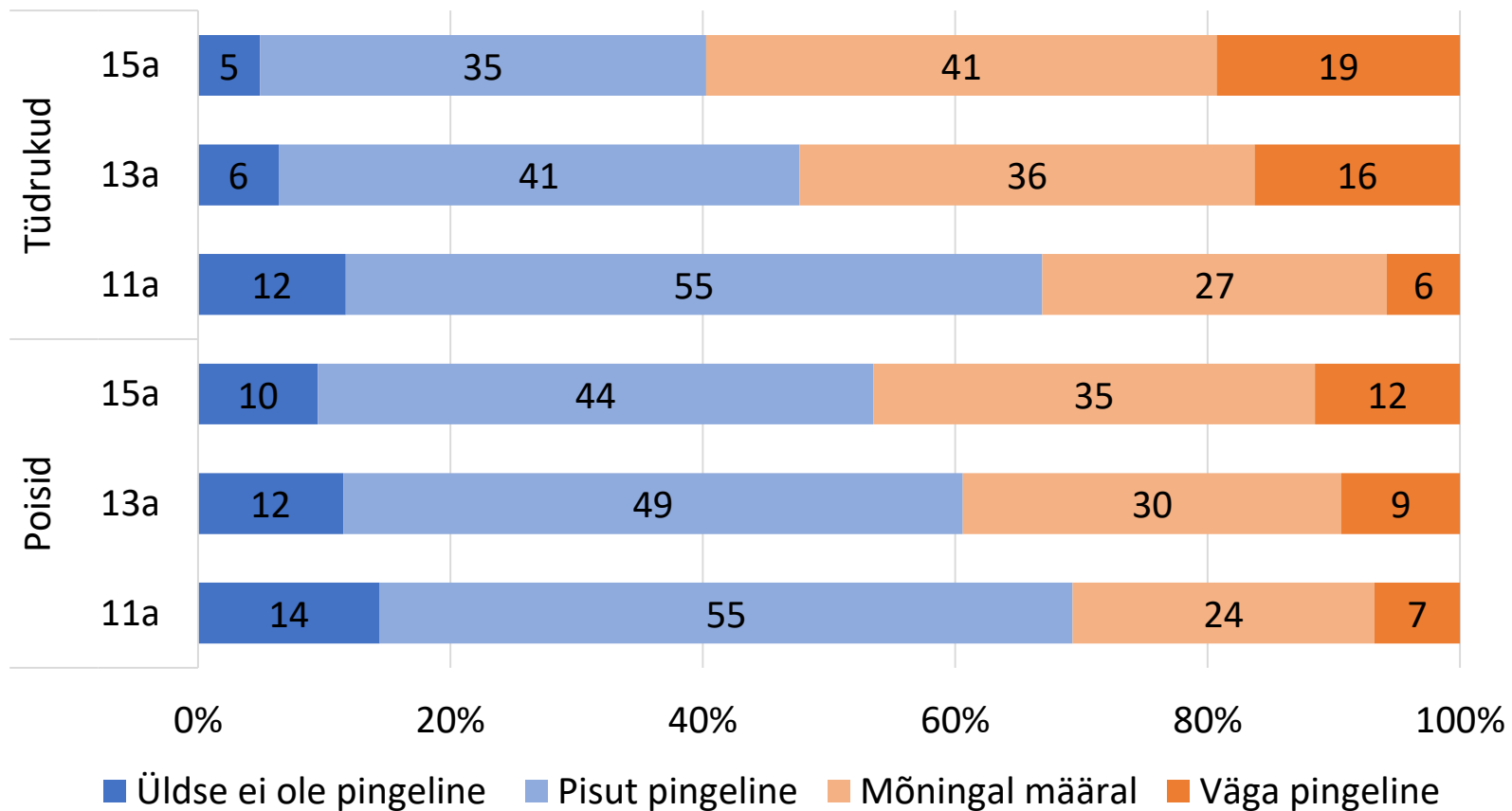
- koolis meeldib vähem õpilastel, kelle õppeedukus on kehvem ning
- keda on koolis sagedamini kiusatud ja kes on ise teisi kiusanud
- vähem meeldib koolis käia vene õppekeelega koolide õpilastele

Kooliskäimist *väga* või *pigem* meeldivaks hinnanud 11, 13, 15-aastaste õpilaste osakaal (%)



Neli õpilast kümnest peab koolitööd pingeliseks

Õppetöö pingelisus soo ja vanuse järgi (%)



Aastate lõikes on koolis kiusamine langustrendis

Seotus keskkondadega:

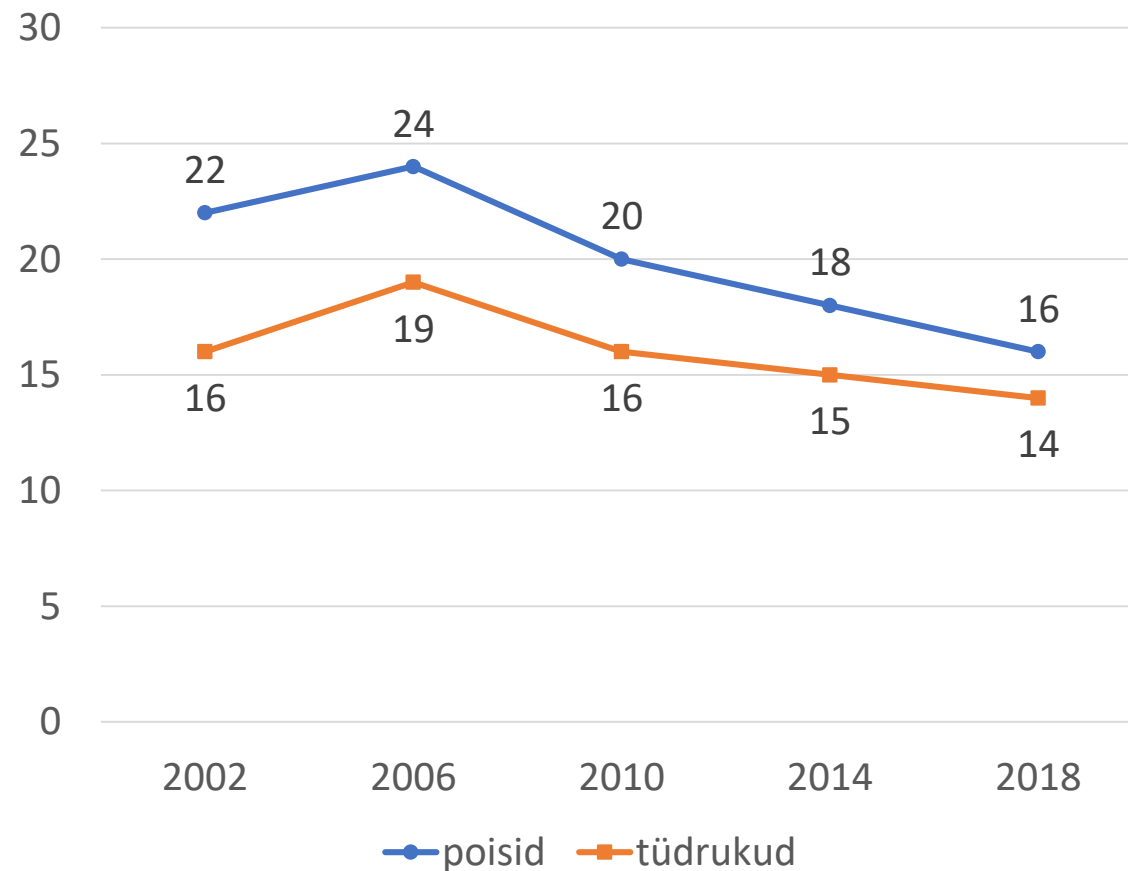
• kodukeskkonnaga

- kiusamist kogenud õpilastel on raskem rääkida oma muredest vanematega ning
- nad on pärit kehvema majandusliku olukorraga perest

• koolikeskkonnaga

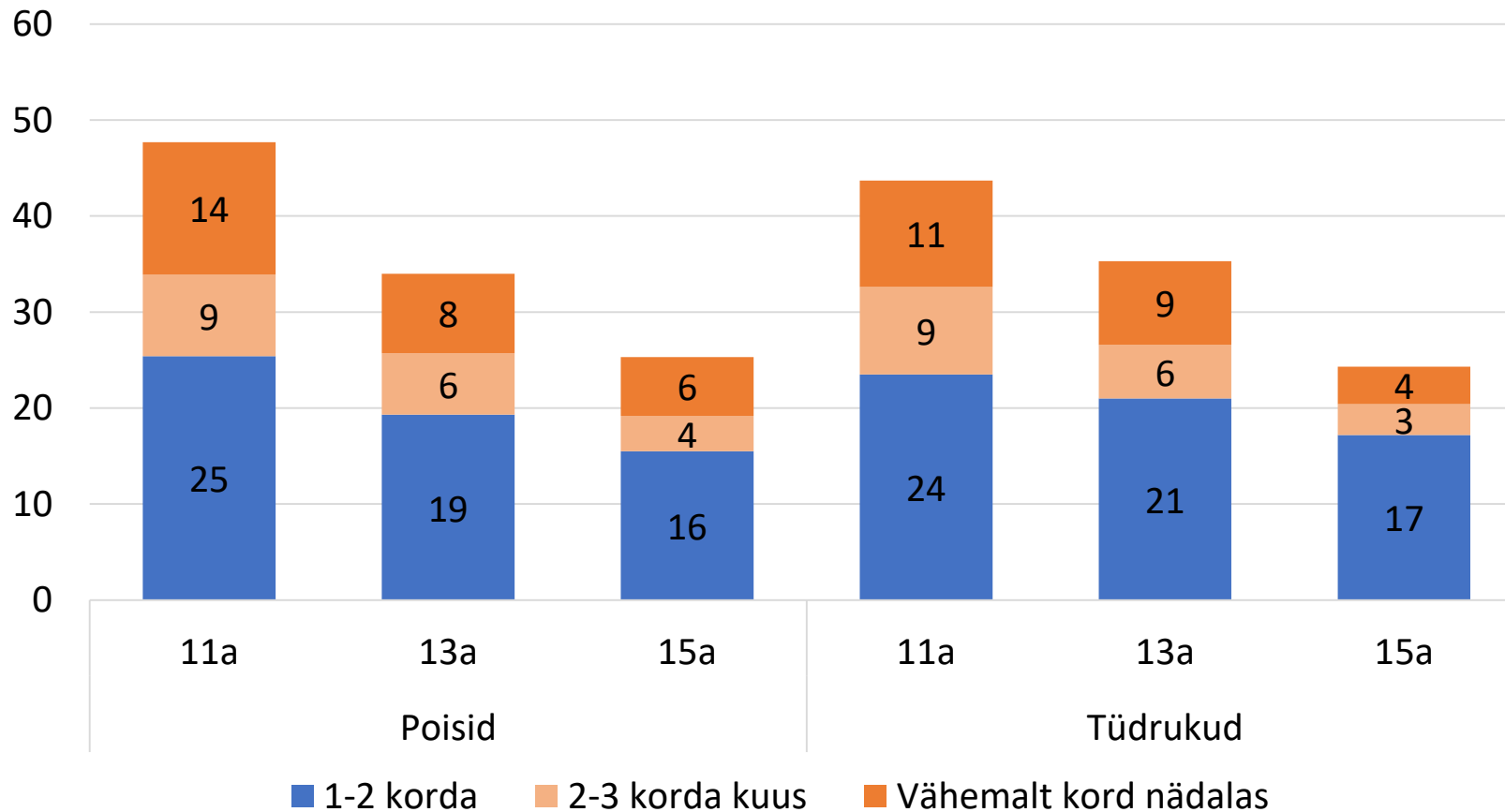
- kiusamist kogenud õpilastele meeldib vähem koolis käia
- nende õppeedukus on kehvem ja
- nad on sagedamini ise teisi kiusanud
- enam esineb kiusamist vene õppekeelega koolides

Viimasel paaril kuul kaks või enam korda kaasõpilaste kiusamist kogenud 11, 13, 15-aastaste õpilaste osakaal (%)



Kolmandik õpilastest on kogenud koolis kiusamist, sh 15% korduvalt

Viimasel paaril kuul kaasõpilaste poolt kiusamist kogenute osakaal (%) kiusamise sageduse järgi



Kokku kiusamist kogenud

Poisid:

11-a – 48%

13-a – 33%

15-a – 26%

Tüdrukud:

11-a – 44%

13-a – 36%

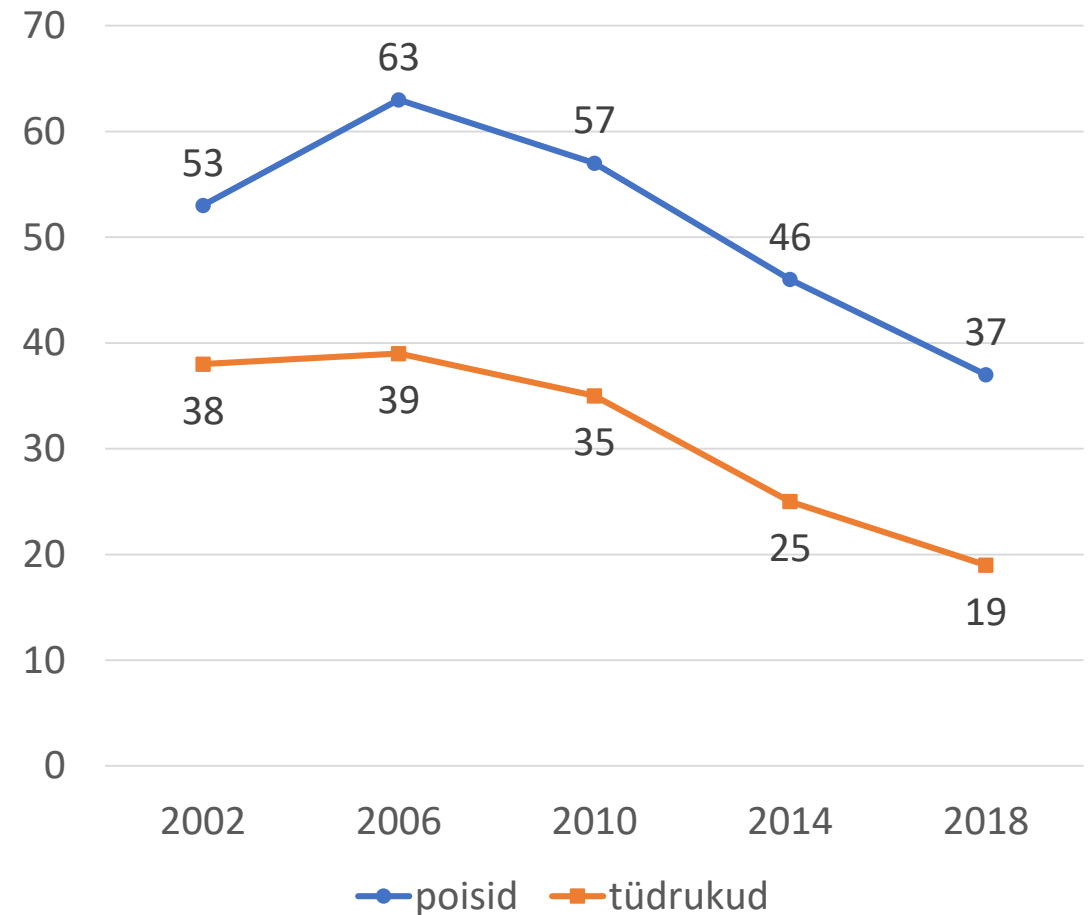
15-a – 24%

Teiste kiusamises osalemine on aastatega oluliselt vähenenud

Seotus keskkondadega:

- kodukeskkonnaga
 - teisi kiusanud õpilastel on raskem rääkida oma muredest emaga
- koolikeskkonnaga
 - kiusanud õpilastele meeldib vähem koolis käia
 - nende õppedukus on kehvem ja
 - nad on sagedamini ise kiusamise ohvid

Viimasel paaril kuul vähemalt korra teiste kiusamises osalenud 11, 13, 15-aastaste õpilaste osakaal (%)

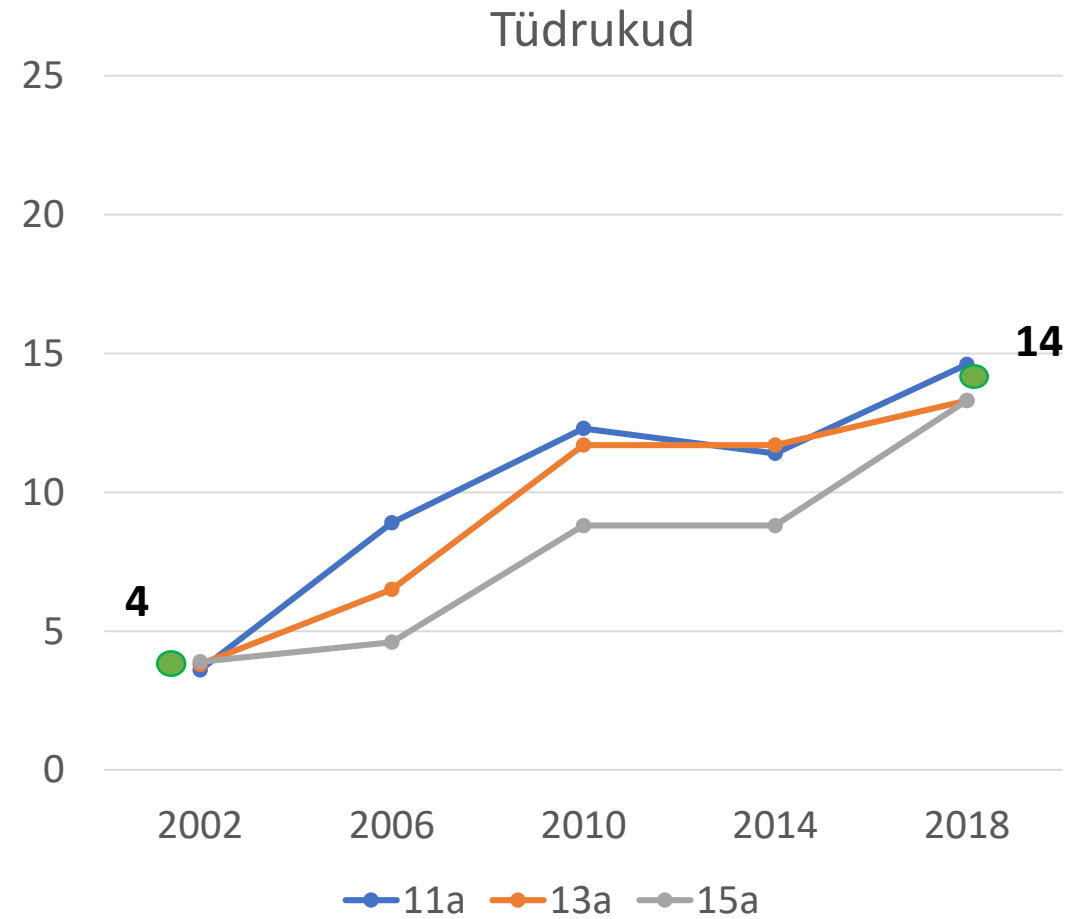
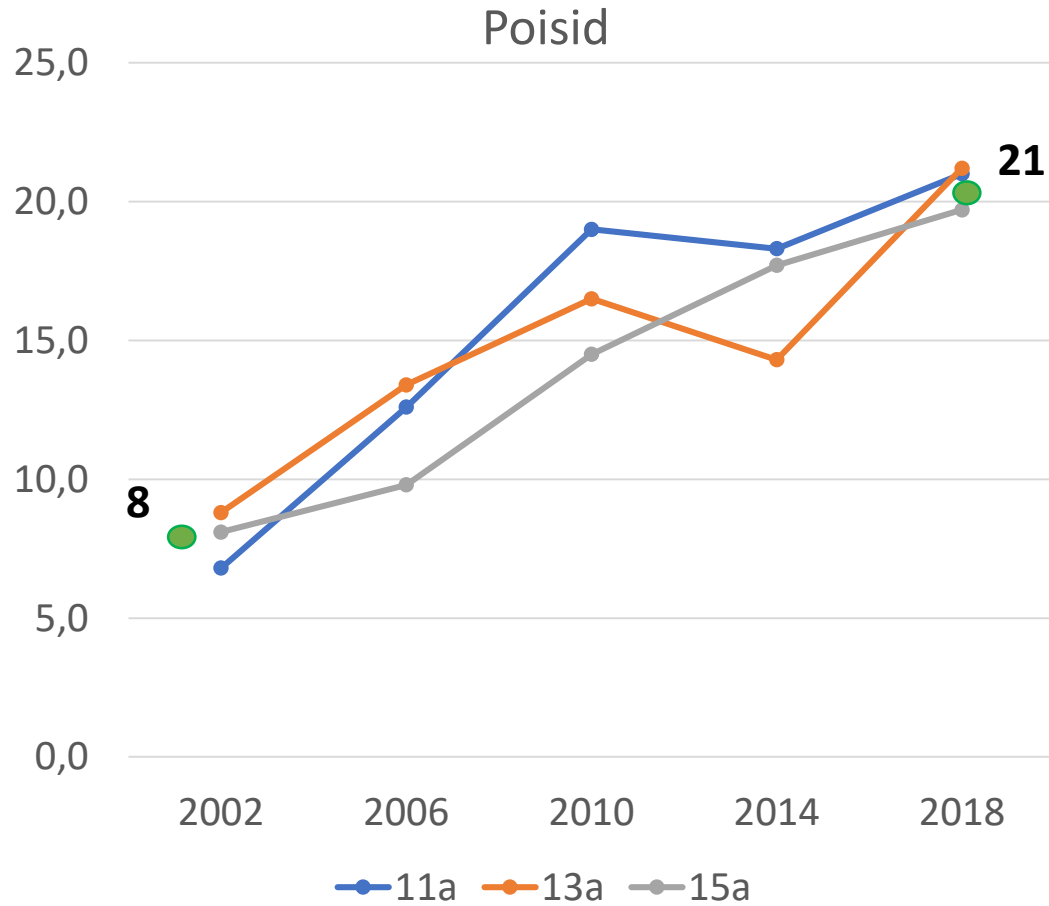




TOITUMINE JA LIIKUMINE

Pea viiendik (17%) õpilastest on ülekaalus ning ülekaaluliste osakaal suureneb

Ülekaalulised sh rasvunud vanusgrupiti (%)



Ülemäärase kehakaaluga õpilased ...

- ... söövad harvem hommikusööki
- ... einestavad harvem õhtuti koos perega
- ... veedavad enam aega erinevate ekraanide ees
- ... söövad harvem köögi- ja puuvilju
- ... liiguvad vähem

Hea majandusliku olukorraga õpilaste hulgas oli vähem ülemäärast kehakaalu (14%) kui keskmise (18%) või halva (21%) majandusliku olukorraga õpilaste hulgas.

Igapäevaselt sööb köögivilju vaid kolmandik ja puuvilju 41% õpilastest

Seotus keskkondadega:

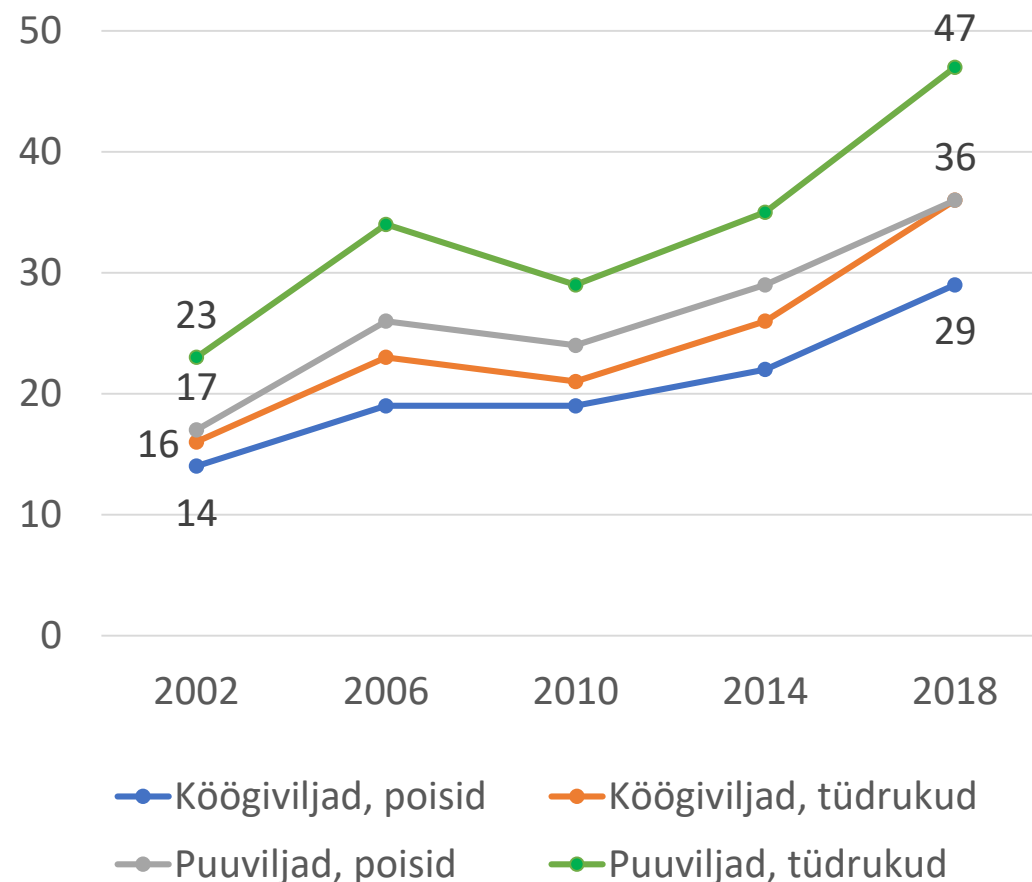
- **kodukeskkonnaga**

- köögi- ja puuvilju söövad vähem maapiirkonnast pärit õpilased ja
- kelle pere majanduslik olukord on kehvem

- **koolikeskkonnaga**

- köögi- ja puuvilju söövad vähem õpilased, kellele ei meeldi koolis käia
- köögi- ja puuvilju söövad enam mitte-eesti keelega õpilased

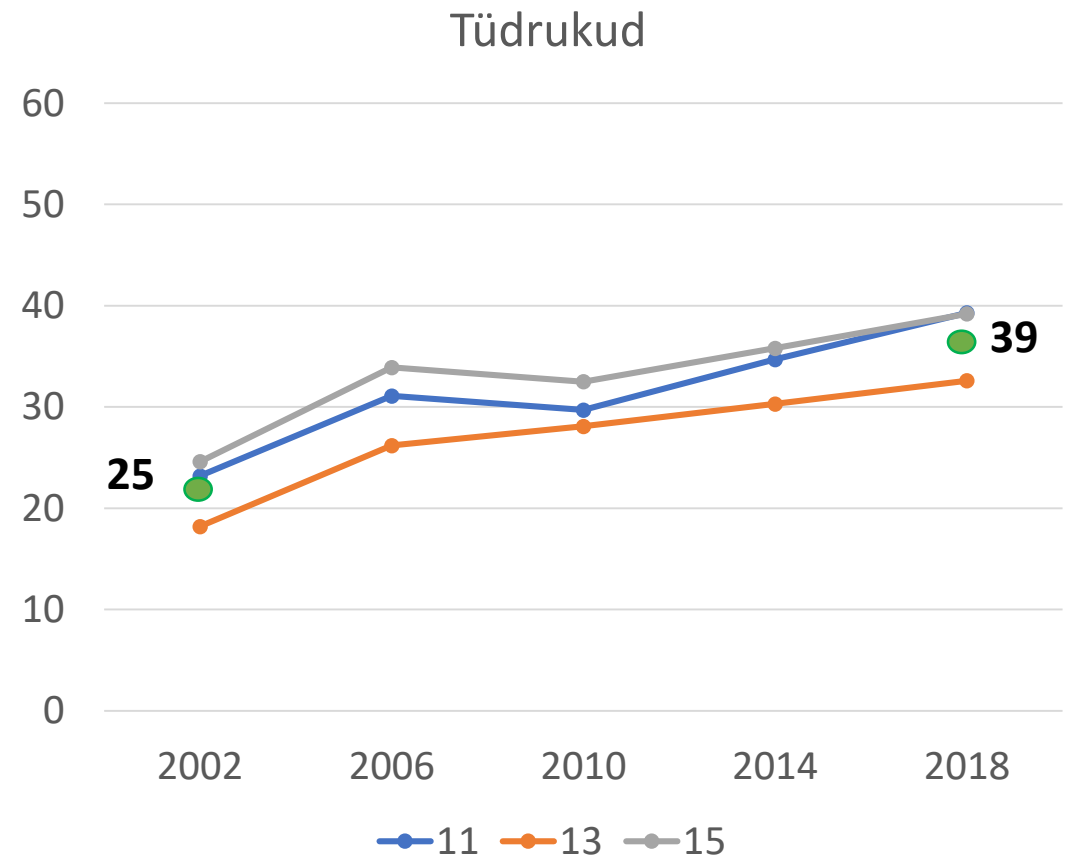
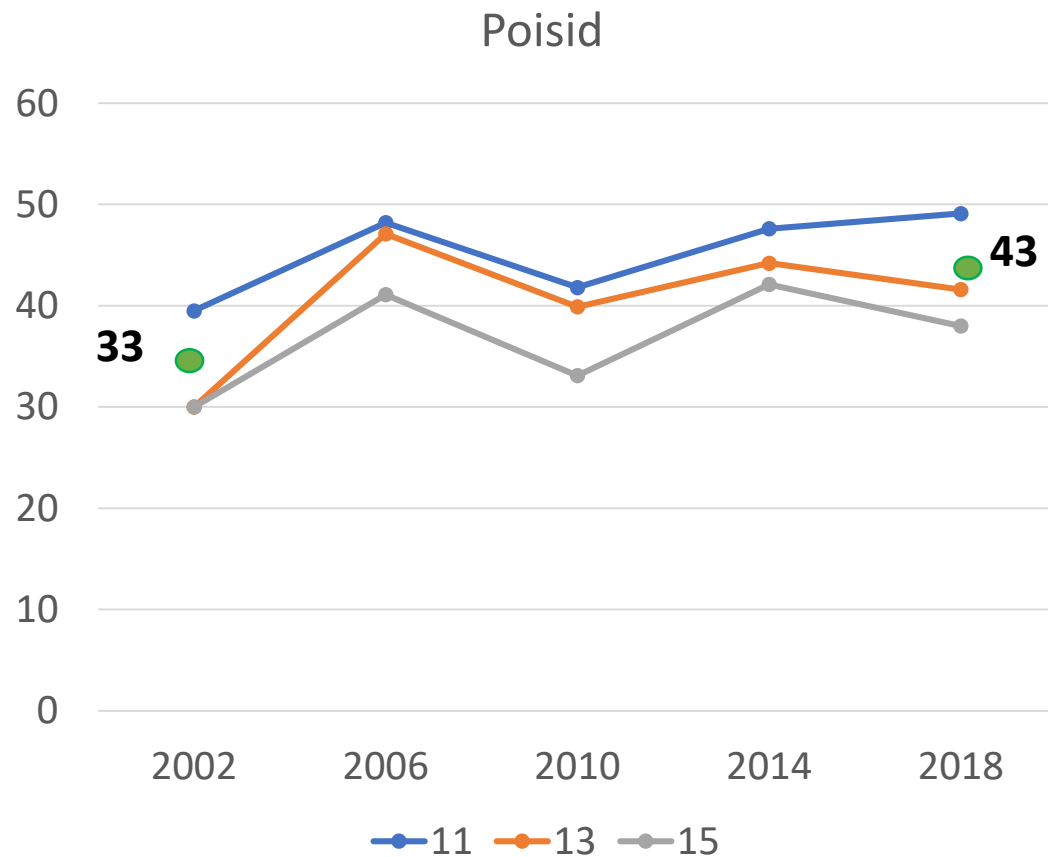
Vähemalt korra iga päev köögi- ja puuvilju söönud 11, 13, 15-aastaste õpilaste osakaal (%)



WHO: Iga laps võiks olla mõõdukalt füüsiliselt aktiivne vähemalt 60 minutit iga päev

Eestis on vaid 16% lastest

Vähemalt 1 tund vähemalt 5 päeval nädalas mõõdukalt kehaliselt aktiivsed vanusgrupiti (%)



Keskkonnategurid on seotud õpilaste valikutega

Seotus keskkondadega:

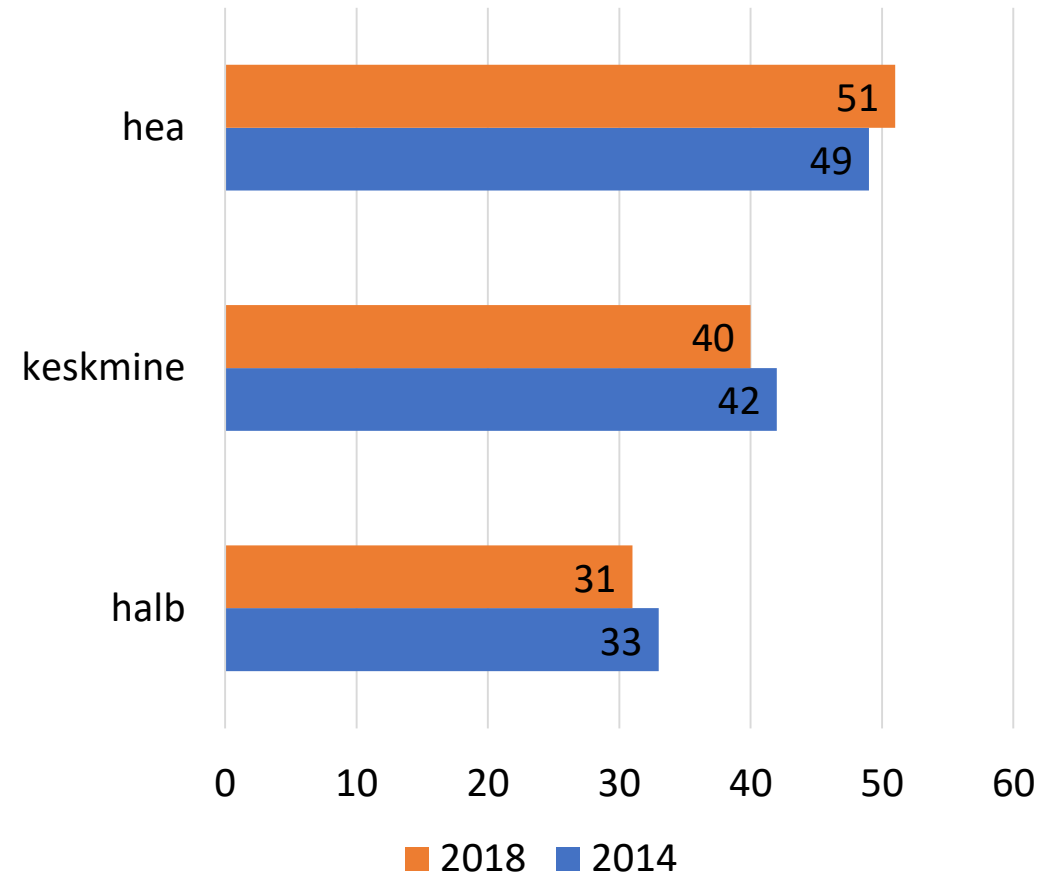
- **kodukeskkonnaga**

- vähem liiguvad maapiirkonnast pärit õpilased ja
- õpilased, kelle pere majanduslik olukord on kehvem

- **koolikeskkonnaga**

- vähem liiguvad õpilased, kellele ei meeldi koolis käia ja
- kelle õppeedukus on kehvem

Vähemalt 1 tund ≥ 5 päeval nädalas mõõdukalt kehaliselt aktiivsete 11, 13, 15-aastaste õpilaste osakaal (%) pere majandusliku olukorra järgi

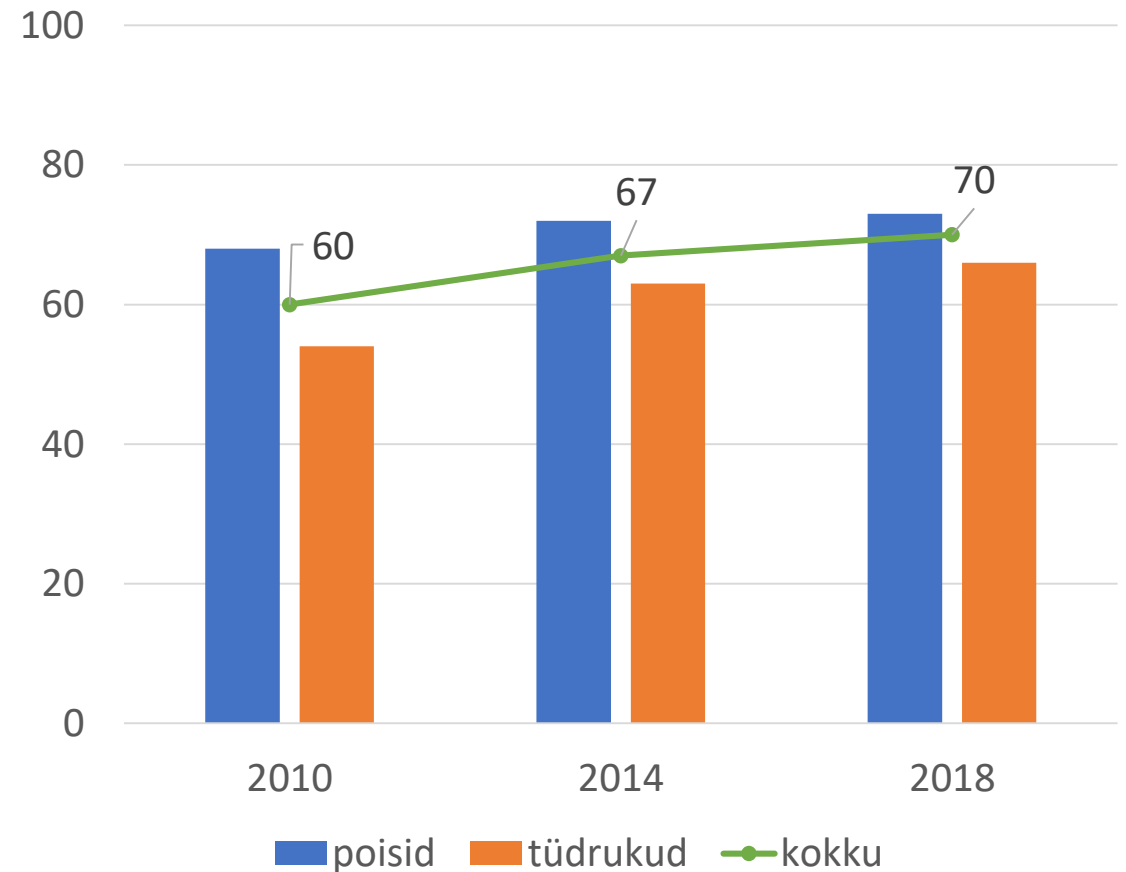


Vabal ajal regulaarselt intensiivselt kehaliselt aktiivsete õpilaste osakaal on kasvutrendis

- Pere majanduslikul olukorral on oluline mõju
 - hea majandusliku olukorraga peredest noortest on **79%**
 - halva majandusliku olukorraga peredest noortest **61%**

vähemalt kaks korda nädalas intensiivselt kehaliselt aktiivsed

Vähemalt 2 korda nädalas vabal ajal intensiivselt kehaliselt aktiivsete 11, 13, 15-aastaste õpilaste osakaal (%)



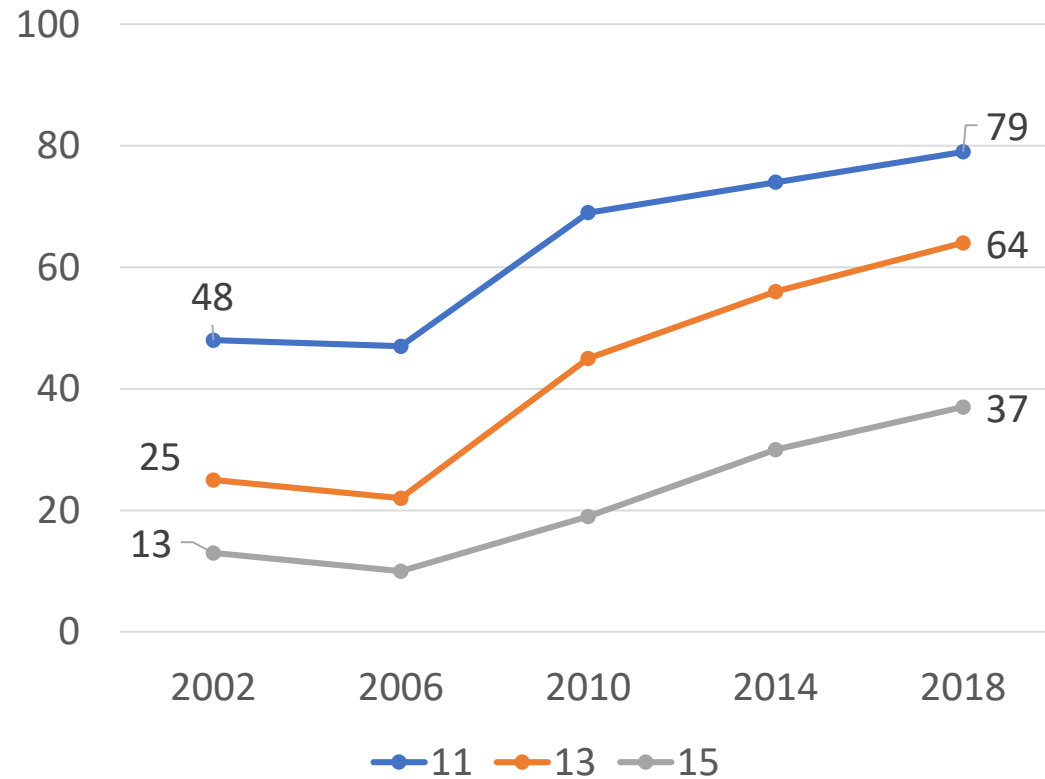


UIMASTITE TARVITAMINE

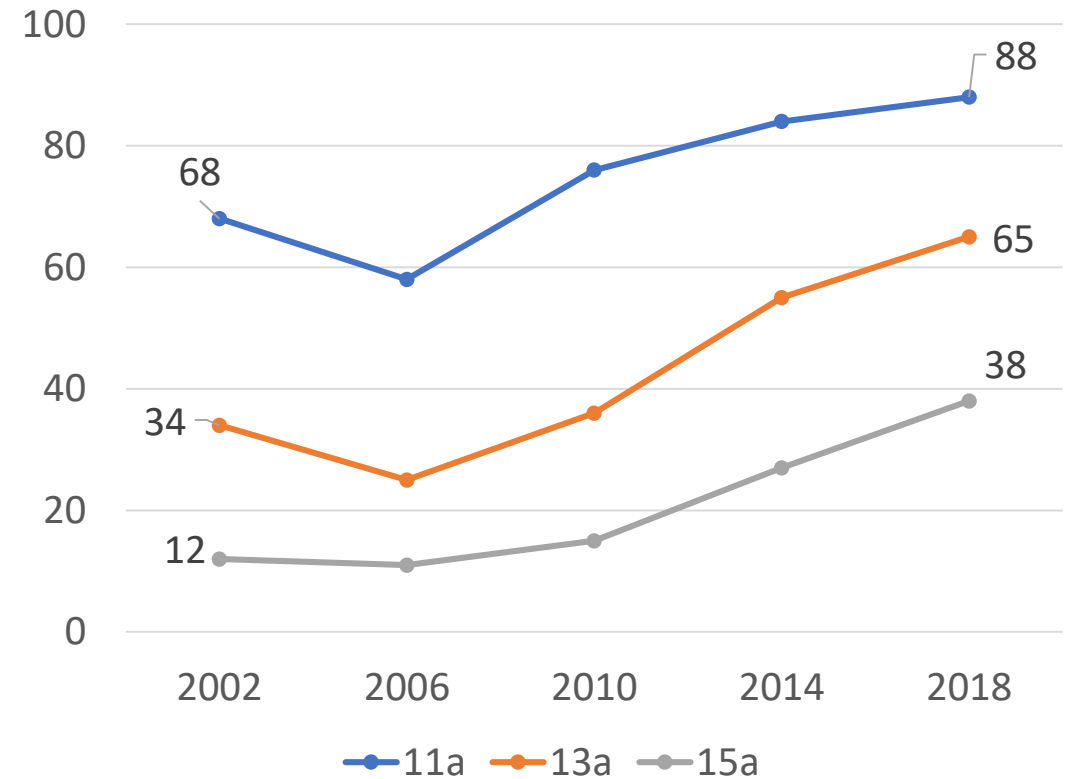
Alkoholi mittetarvitanud õpilaste osakaal on kasvanud

Mitte kunagi alkoholi tarvitanute jaotus (%) soo ja vanuse järgi

Poisid



Tüdrukud



Uimasteid (tubakas, alko, kanep) tarvitavad vähem õpilased ...

- ... kellel on kerge oma muredest vanematega rääkida
- ... kelle vanemad on enam teadlikud oma laste sõpradest ja vaba aja tegevustest
- ... kellele meeldib koolis käia ja kelle õppeedukus on parem

Riskikäitumised on omavahel seotud - kanepit tarvitanute hulgas oli

5x rohkem suitsetajaid

8x rohkem iganädalaselt alkoholitavitajaid ja

7x rohkem õpilasi, kes on olnud purjus



KOKKUVÕTTEKS

Seosed kodu- ja koolikeskkonnaga kokku

KODUKESKKOND

Õpilased, kellel on kerge oma vanematega muredest rääkida:

- Meeldib rohkem koolis käia
- Kogenud vähem koolikiusamist või ise kiusanud
- Tarvitavad vähem uimasteid

KOOLIKESKKOND

Õpilased, kellele meeldib koolis käia:

- Parem õppeedukus
- Kogenud vähem koolikiusamist või ise kiusanud
- Söövad rohkem puu- ja köögivilju
- Liiguvad rohkem
- Tarvitavad vähem uimasteid

Õpilased, kelle pere majanduslik olukord on parem:

- Meeldib rohkem koolis käia
- Söövad rohkem puu- ja köögivilju
- Liiguvad rohkem
- Esineb vähem ülekaalu

JÄRELDUSED JA ETTEPANEKUD

- Pere tugi ja head peresuhted toetavad õpilaste tervist ja tervisekäitumist ning riskikäitumise vähenemist
 - Vanemaharidusprogrammid ja perede nõustamine peavad olema senisest oluliselt enam kättesaadavad eri piirkonnades
- Perede majanduslik ebavõrdsus suurendab lõhet õpilaste tervises ja tervislikes valikutes
 - Perede hakkamasaamise toetamine, valikuvõimaluste pakkumine ja võimaldamine
- Koolikeskkonnal on oluline mõju õpilaste tervisele ja tervisekäitumisele
 - Õppimist ja tervislike valikuid soodustava ning õpilast toetava koolikeskkonna arendamine kooli, kodu ja paikkonna koostöös sh tõenduspõhised ennetusprogrammid ja –metoodikad



Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring

2017/2018. õppeaasta
Tabelid

 Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development

TÄNAN!

Uuringu kontakt ja lisainfo:
Leila.Oja@tai.ee