



# ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ “ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОТНОШЕНИИ ЗДОРОВЬЯ В РЕСПУБЛИКЕ КАЗАХСТАН” HBSC, 2022 ГОД. КРАТКОЕ РЕЗЮМЕ



## Для цитаты:

Калмакова Ж.А.,  
Абдрахманова Ш.З.,  
Адаева А.А.,  
Слажнева Т.И.,  
Назарова С.А.,  
Сулейманова Н.А.

Национальный центр общественного здравоохранения МЗ РК  
Астана, 2023 год.

В 2022 году Национальный Центр общественного здравоохранения Министерства здравоохранения Республики Казахстан в рамках реализации Национального проекта "Здоровая нация" провёл второе национальное исследование по мониторингу поведения школьников в отношении своего здоровья и благополучия совместно с Министерством просвещения РК, при технической и финансовой поддержке Всемирной организации здравоохранения, участия управлений образования и управлений здравоохранения всех регионов страны. Исследование осуществлено в объявленный Президентом Казахстана Касым-Жомартом Токаевым 2022 год - «Годом детей в Казахстане», который проходит под девизом «Гармоничное развитие и счастливое детство подрастающего поколения – это наша общенациональная задача».

HBSC - это многонациональное исследование, проводимое в сотрудничестве с ВОЗ в 51 стране мира раз в четыре года, в котором дети и подростки 11,13 и 15 лет путём опроса дают оценку своему здоровью, поведению и условиям жизни.

В Казахстане национальный мониторинг детей начал осуществляться с 2017 года, в 2022 году в нем приняло участие 8528 школьников из 121 школы всех регионов страны.

Целью исследования является оценка здоровья, качества жизни и форм поведения детей Республики Казахстан, как основы для оценки результативности принимаемых мер по сохранению здоровья молодого поколения, формированию политики в области развития здоровья в социальном и психологическом контексте.

## **ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **ВЛИЯНИЕ COVID-19 НА ЖИЗНЬ ДЕТЕЙ**

По мнению детей, меры борьбы с пандемией COVID-19, такие как локдауны, закрытие школ, переход на онлайн-обучение, социальная дистанция и т.п., повлияли на следующие аспекты жизни детей: на жизнь в целом – «позитивно» ответили 24,4% детей, «негативно» - 40,7% детей; на здоровье – «позитивно» - 31,9%, «негативно» - 32,8%, на психическое здоровье – «позитивно» - 29,6%, «негативно» - 32,8%, на успеваемость в школе – «позитивно» - 30,3%, «негативно» - 40,2%, на физическую активность - «позитивно» - 31,3%, «негативно» - 37,3%, на питание - «позитивно» - 38,3%, «негативно» - 26,3%, на ожидания будущего - «позитивно» - 30,1%, «негативно» - 32,9%, на финансовую ситуацию в семье - «позитивно» - 34,1%, «негативно» - 28,6%, на отношения с друзьями - «позитивно» - 33,1%, «негативно» - 34,6%.

Часто или всегда источниками информации о пандемии COVID-19 для детей являлись: для 44,3% детей - социальные сети; 32,9% - телевидение, газеты, радио; 31,5% - члены семьи; 27,8% - органы здравоохранения; 25,7% - блогеры; 25,5% - учителя; 21,6% - друзья; 18,5% - другие источники.

Дети соблюдали следующие меры по снижению распространения COVID-19 часто или всегда: пользовались маской 77,8%; регулярно мыли руки 77,5%; пользовались антисептиком 68,2%; воздерживались от прикосновений к своему лицу – 57,2%; избегали мест скопления людей 56,8%; не выходили из дома, если были симптомы 56,8%; кашляли/чихали во внутреннюю сторону локтя или в платок 56,0%; избегали контакта с людьми из группы риска 53,3%; социальное дистанцирование 48,9%, не выходили из дома 49,3%.

## ОБЩЕНИЕ С РОДИТЕЛЯМИ

Казахстанским детям и подросткам легче говорить о вещах, которые их волнуют, со своими матерями (89,4%), чем с отцами (80,4%), но к 15 годам качество общения с родителями ухудшается, особенно у девочек. Мальчики всех возрастов чаще сообщают, что им легко общаться с мамой и папой, чем девочкам. По сравнению с результатами 2018 года в 2022 году уменьшилась доля девочек всех возрастов, которым легко или очень легко разговаривать с мамой с 93,1% до 87,2% и папой с 78,7% до 74,8%, но увеличилась доля мальчиков, которым легко общаться с папой с 83,2% до 85,5%.

## ПОДДЕРЖКА СЕМЬИ И ДРУЗЕЙ

Большинство подростков (76%) ощущают высокую поддержку со стороны семьи, этот показатель выше у мальчиков (76,9%), чем у девочек (75,0%), с возрастом этот показатель снижается. С 2018 года к 2022 году отмечается уменьшение доли детей с высокой поддержкой семьи на 5%. В среднем, 64,9% детей сообщают о высокой поддержке друзей.

Каждый день вместе за одним столом с семьёй принимают пищу 78,4% подростков.

## ШКОЛА

В целом, 32,0% детям 11-15 лет школа очень нравится, 49,3%- школа нравится. По мере взросления, к 15 годам, значительно уменьшается доля подростков, которым школа очень нравится. Так, если в 11 лет (пятиклассникам) школа очень нравится 37,6% мальчикам и 41,3% девочкам, то уже в 15 лет (девятиклассникам) школа очень нравится на порядок меньшей доле детей, 26,9% мальчикам и 24,4% девочкам.

С 2018 к 2022 году уменьшился процент как детей обоего пола, которым школа очень нравится с 43,1% в 2018 году до 32,0%, так и мальчиков (с 41,3% до 31,8%), и девочек (с 44,8% до 32,2%).

В целом, в 2022 году каждый шестой ученик 5,7,9-ых классов (17,8%) ощущает школьную нагрузку как тяжёлую. В 2018 году меньше детей (13,5%) сообщали о тяжести учёбы.

Школьники пятых классов (11 лет) в большей степени чувствуют высокую поддержку учителей- 68,8%, по сравнению с учениками девярых классов (15 лет) -55,8%. Высокая поддержка учителей в старших классах уменьшается как у мальчиков, так особенно у девочек к 15 годам, по сравнению с 11-летними учениками. Так, ощущают высокую поддержку учителей 70,4% мальчиков и 67,1% девочек 11 лет (пятиклассников), в то время как к 15 годам уже только 60,9% мальчиков и 50,6% девочек –девятиклассниц сообщают о высоком уровне поддержки учителей.

В целом мальчики (64,5%) в большей степени ощущают высокую поддержку учителей по сравнению с девочками (57,1%).

Сравнение результатов с 2018 годом (71,7%) показало снижение в 2022 году (60,9%) доли детей, которые чувствуют высокую поддержку учителей, особенно снижение выражено у девочек.

Более половины школьников – 59,4% ощущают высокую поддержку одноклассников, мальчики в большей степени – 63,7%, чем девочки – 54,9%.

## УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ

Большинство детей (88,0%) очень довольны своей жизнью, меньше девочек (86,4%)

удовлетворены своей жизнью, чем мальчиков (89,4%). В 2022 году на три процентных пункта снизилась доля детей, которые удовлетворены своей жизнью.

## **САМООЦЕНКА ЗДОРОВЬЯ**

Около половины детей (55,1%) считают своё здоровье отличным, меньше девочек (49,7%), чем мальчиков (60,1%). К 15 годам уменьшается доля детей, которые считают своё здоровье отличным с 62,4% в 11 лет до 47,3%. В 2022 году у девочек отличная оценка своего здоровья снизилась на пять процентных пунктов у 13 и 15-летних девочек, в то время как у мальчиков данный показатель снизился только у 11-летних с 2018 года на четыре процентных пункта.

## **ЖАЛОБЫ НА ЗДОРОВЬЕ**

Каждый третий подросток - 36,4% отметили частые жалобы на здоровье. При этом множественные жалобы имеют почти половина девочек (46,4%), и значительно меньше (26,7%) мальчиков. В 15 лет больше детей (38,6%) беспокоят психосоматические жалобы. К 2022 году резко увеличилась пропорция девочек всех возрастов с различными частыми жалобами на здоровье с 27,4% в 2018 году до 46,4%. У мальчиков показатель также увеличился на 6 процентных пунктов по сравнению с 2018 годом.

## **ПСИХИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ**

В целом, 83,4% детей и подростков 11-15 лет имеют хорошее психическое здоровье/благополучие. У 16,6% подростков 11-15 лет выявлено плохое психическое благополучие/признаки возможной депрессии. К 15 годам доля подростков с признаками плохого благополучия увеличивается в 1,8 раз до 21,8%. Среди мальчиков больше доля лиц с хорошим эмоциональным функционированием, по сравнению с девочками. В 2022 году увеличилась доля детей с хорошим психическим благополучием на 2 процентных пункта, в основном за счёт мальчиков.

## **ТРАВМЫ**

Одну и более травм за последние 12 месяцев получали 44,8% детей, каждый второй мальчик-50,3% и каждая третья девочка-39,0%. В 2022 году на более чем пятнадцать процентных пунктов увеличилась доля как мальчиков, так и девочек, которые получали серьёзные травмы.

## **ПИЩЕВЫЕ ПРИВЫЧКИ**

Ежедневно завтракают в будние дни 61,1% школьников, больше мальчиков- 64,4%, чем девочек – 57,6%. Вместе с тем, не завтракают 16,3% детей. К 15 годам около трети девочек-30,8% и около одной пятой мальчиков – 18,0% не завтракают в будние дни. В 2022 году доля детей, завтракающих каждый день уменьшилась с 62,6% до 61,1%.

Один из четырёх подростков (26,5%) каждый день ест фрукты, а овощи-один из трёх (36,1%). Девочки (38,7%) чаще употребляют овощи каждый день, по сравнению с мальчиками (33,7%). В 2022 году среди детей снизился уровень ежедневного приёма как фруктов (на десять процентных пунктов), так и овощей (на 6 процентных пунктов).

14,4% подростков ежедневно употребляют колу и другие напитки, содержащие сахар. У мальчиков данный показатель выше (15,4%), чем у девочек (13,4%). Ежедневное потребление подслащённых напитков увеличивается в целом у детей с 11 лет к 15 годам,

у мальчиков с 13,3% до 18,3%. От одного раза до 5-6 раз в неделю употребляют сладкие напитки половина детей – 52,2%. Таким образом, еженедельное потребление данных напитков детьми составляет 66,6%.

В 2022 году снизилась доля детей, которые употребляют сахаросодержащие напитки каждый день с 16,7% до 14,4%, но доля детей, которые пьют данные напитки каждую неделю увеличилась с 60,1% в 2018 году до 66,7%.

Ежедневное употребление конфет и шоколада, традиционно выше у девочек - 30,4%, чем у мальчиков - 22,9% и в целом в 2022 году составляет 26,6%, что несколько меньше, чем в 2018 году (27,4%).

## УПОТРЕБЛЕНИЕ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ НАПИТКОВ

Большинство детей (79,5%) реже 1 раза в неделю или совсем не употребляют энергетические напитки. Но в то же время каждый день употребляют энергетические напитки 3,0% детей. От одного раза до 5-6 раз в неделю пьют энергетические напитки 17,5% детей, с большей частотой у мальчиков - 19,1%, чем у девочек – 15,8%. Таким образом, суммарно, еженедельно одна пятая часть подростков (20,5%) пьёт вредные для здоровья напитки.

## ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА

Менее половины детей (47,7%) чистят зубы два и более раз в день ежедневно, больше девочек (55,1%) по сравнению с мальчиками (40,7%). В 2022 году доля мальчиков, чистящих зубы два раза в день, снизилась на четыре процентных пункта, а среди девочек увеличилась с 53,7% в 2018 году до 55,1%.

## ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

Ежедневная физическая активность не менее 60 минут выявлена у 32,4% школьников, и имеет тенденцию к снижению к 15 годам, что особенно выражено у девочек. В целом мальчики (36,4%) в большей степени физически активны, чем девочки (28,2%). За четырёхлетний период к 2022 году снизилась доля детей с ежедневной физической активностью с 34,0% до 32,4%, в основном за счёт снижения показателя у девочек.

## МАЛОПОДВИЖНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПЕРЕД ЭКРАНАМИ

Доля детей, которые ежедневно два часа и более в будний день проводят перед экранами телевизоров или за просмотром видео, в том числе на таких веб-сайтах, как YouTube, составляет 36,9%.

Половина (51,3%) школьников проводят за играми на компьютере, игровых приставках и других устройствах два часа и более в будний день. В 2022 году более чем на двадцать процентных пунктов увеличилась доля детей, которые проводят много времени за играми в компьютерах, смартфонах, по сравнению с 2018 годом.

Больше половины подростков- 56,5% проводят два часа и более в день за общением в социальных сетях и почти треть – 30,5% за поиском информации в интернете. В 2022 году больше детей каждый день проводит время в социальных сетях и в интернете по сравнению с 2018 годом, когда суммарная оценка доли детей за экранами гаджетов для общения и поиска информации в сети составляла 30,1%.

## РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

Когда-либо вступали в сексуальные отношения 5,7% подростков-девятиклассников (15 лет), 9,8% мальчиков и 1,4% девочек. Среди тех, кто сообщил об опыте половых

отношений, 59,4% мальчиков и 44,4% девочек пользовались презервативом во время полового акта. Об использовании противозачаточных таблеток во время последнего полового сношения сообщили 21,2% мальчиков и 20,0% девочек. В 2022 году меньшее число мальчиков (9,8%) сообщило об опыте половых отношений по сравнению с 2018 годом (14%). Уровень использования презервативов существенно не изменился с 2018 года.

## **КУРЕНИЕ СИГАРЕТ, УПОТРЕБЛЕНИЕ ВЕЙПОВ, АЛКОГОЛЯ И КОНОПЛИ**

Доля подростков, которые когда-либо курили сигареты на протяжении жизни, то есть имеют опыт приобщения к курению, составила 6,0% и увеличивается в 2,7 раза с 11 лет к 15 годам. Мальчики чаще сообщали об опыте курения сигарет (7,4%), чем девочки (4,6%). Нынешнее курение сигарет не менее 1-2 дней за последние 30 дней составило 4,1%, с большей долей мальчиков – 5,0%, чем девочек -3,1%. Недавнее курение в два раза увеличивается с 13 лет к 15 годам как среди мальчиков, так и среди девочек. В 2022 году на 1,2% больше детей стали приобщаться к курению.

Один-два дня и чаще употребляли электронные сигареты (вейпы) в течение жизни 9,8% детей (11,3% мальчиков и 8,2% девочек), и эта доля существенно увеличивается с возрастом, как среди мальчиков, так и среди девочек, почти в два раза с 13 лет к 15 годам. В целом, 5,8% детей (6,7% мальчиков и 4,9% девочек) употребляли вейпы за последние 30 дней. Большой скачок в два раза наблюдается в показателе с 13 лет к 15 годам, особенно у мальчиков. В 2022 году больше мальчиков и девочек стали употреблять вейпы как в течение жизни (увеличение на 3,6%), так и в течении 30 дней, предшествовавших опросу (увеличение на 2,7%), по сравнению данными 2018 года.

В целом 7,0% детей употребляли алкоголь 1-2 дня и более дней на протяжении жизни. Мальчики и девочки с одинаковой частотой сообщили, что пили алкоголь. По мере взросления увеличивается доля подростков обоего пола, которые имеют опыт употребления алкоголя в течение жизни, достигая 11,4% к 15 годам.

Доля подростков, которые сообщают об употреблении алкоголя 1-2 дня и чаще за последние 30 дней (нынешнее употребление), составила 3,5%. В 2022 году по сравнению с 2018 годом увеличилось употребление алкоголя среди подростков как в течении жизни с 3,5% до 7,0%, так и недавнее, за последние 30 дней с 2,2% до 4,4% соответственно.

В целом, 4,6% подростков были в состоянии опьянения один и более раз на протяжении жизни и 2,3% -за последние 30 дней. В целом среди мальчиков выше частота опьянений, чем среди девочек. В 2022 году существенно больше подростков сообщали об опыте опьянения в течение жизни (3,0% в 2018 году), причём как мальчиков, так и девочек. А показатели недавнего состояния опьянения не изменились с 2018 года.

В целом 2,3% подростков 15 лет употребляли коноплю 1-2 дня на протяжении жизни и 1,9% - за последние 30 дней. В 2022 году не выявлено значимых изменений в данном показателе.

## **ДРАКИ, БУЛЛИНГ И КИБЕРБУЛЛИНГ**

В целом, 7,9% детей дрались часто, три и более раз за последние 12 месяцев, больше мальчиков - 12,1%, чем девочек - 3,6%. С 11 лет к 15 годам частота драк уменьшается как среди мальчиков, так и среди девочек. В то же время уже одна четверть детей (25,1%)

дрались один раз и чаще за последние 12 месяцев, почти в три раза больше мальчиков (36,9%), чем девочек (12,8%).

2-3 раза в месяц и чаще за последние 2 месяца 6,8% детей подвергались буллингу в школе. Один раз и чаще подвергались буллингу в школе в два раза больше детей - 17,5%. Доля жертв буллинга среди детей самая высокая в 11 лет. В 2022 году увеличилась доля 11-летних детей, которые подвергались буллингу в школе, по крайней мере, один раз, по сравнению с данными исследования 2018 года, а в целом, не выявлено значительной положительной динамики по жертвам буллинга.

2-3 и более раз в месяц участвовали в буллинге других людей в школе за последние 2 месяца 5,2% детей. Большая пропорция детей – 14,1% один раз и чаще подвергали буллингу других людей. Распространённость данного поведения чаще у детей 11 лет в целом, и в гендерном аспекте - у мальчиков 11 лет. По мере взросления отмечается снижение показателей буллинга к 15 годам. В 2022 году наблюдается существенное снижение случаев участия детей в буллинге других в школе с 20,2% в 2018 году до 14,1%.

2-3 раза в месяц и чаще становились жертвами кибербуллинга 5,6% детей. 13,4% подвергались кибербуллингу один раз в месяц и чаще. Дети 11 лет наиболее часто подвергались кибертравле.

В целом, 4,6% школьников участвовали в кибербуллинге 2-3 раз в месяц и чаще за последние 2 месяца, а 11,5% детей один раз или чаще принимали участие в кибертравле других людей. Распространённость кибербуллинга в целом снижается к 15 годам. Мальчики чаще становятся жертвами кибербуллинга и чаще участвуют в кибертравле других людей по сравнению с девочками. В 2022 году показатель подверженности детей кибербуллингу увеличился на один процентный пункт по сравнению с данными 2018 года, а показатели участия детей в кибербуллинге существенно не изменились.

## **ДЕТИ И СОЦ. СЕТИ**

Высокая интенсивность коммуникаций в онлайн-режиме составила 19,1% среди школьников всех возрастов. Около половины детей (56,8%) общаются онлайн со средней интенсивностью. Среди мальчиков больше тех, кто общается онлайн с высокой интенсивностью - 20,0% против 18,3% девочек, среди девочек больше тех, кто общается со средней интенсивностью с различными людьми - 59,2% против 54,5% мальчиков.

12,7% детей и подростков являются проблемными пользователями социальных сетей. Среди девочек (14,5%) доля проблемных пользователей больше, чем среди мальчиков (10,9%) в целом, так и в возрасте 13 и 15 лет. Среди девочек проблемное использование соц. сетей резко возрастает к 15 годам.

В 2022 году увеличилась доля детей (12,7%), которые являются проблемными пользователями социальных сетей по сравнению с 2018 годом (6,9%). Показатель среди девочек увеличился в два с половиной раза.

## **ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ/ИНВАЛИДНОСТЬ**

У 7% школьников имеется длительное заболевание или инвалидность, которые влияют на их посещаемость или активность в школе. Еще 2,5% подростков сообщили, что у них есть хронические заболевания, но они не повлияли на их активность в школе, таким образом, в общей сложности 9,5% казахстанских школьников сообщили о наличии у них хронического заболевания или инвалидности.

## **ГРАМОТНОСТЬ В ВОПРОСАХ ЗДОРОВЬЯ**

Суммарный средний балл грамотности в вопросах здоровья школьников составил 29,57 балла из 40 возможных баллов, что может свидетельствовать о среднем уровне санитарной грамотности казахстанских подростков. Высокий уровень грамотности в вопросах здоровья выявлен у половины школьников 11-15 лет (49,2%), средний уровень – у 39,6%, а низкий уровень- у 11,3% детей.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Большинство детей Казахстана удовлетворены своей жизнью, имеют хорошее психическое благополучие, позитивные, поддерживающие отношения в семье, школе и среди сверстников. Тем не менее, сохраняющееся гендерное, возрастное и социальное неравенство, факторы риска неинфекционных заболеваний, такие как нездоровое пищевое поведение, низкая физическая активность, курение, употребление вейпов, алкоголя, травмы, насилие и буллинг, рискованное сексуальное поведение отодвигают положительные изменения и увеличивают бремя серьёзных последствий для здоровья и благополучия детей. В связи с этим необходимы программы и инвестиции, направленные как на внешнюю среду обитания, так и на удовлетворение потребностей детей и молодёжи с учётом социальных и психологических аспектов, применяя подход, основанный на фактических данных.

Полученные данные национального мониторинга здоровья и благополучия детей могут быть использованы при разработке отраслевых программ, планов действий и стратегий в стране для укрепления здоровья, повышения индекса детского благополучия, включая разработку концепций по охране здоровья матерей и детей, сексуального, репродуктивного здоровья. Кроме того, данные исследования следует учитывать при разработке планов по основным приоритетам здравоохранения, таким как профилактика неинфекционных заболеваний, с учётом факторов риска, уже выявленных у детей школьного возраста, программ по сокращению неравенств в показателях здоровья и улучшению социальных условий. Более того, результаты исследования должны стать основой для чётко поставленных целей и сплочённой работы между секторами образования, здравоохранения, социальной защиты и гражданским обществом по мерам охраны и укрепления здоровья детей школьного возраста.

Калмакова Ж.А., Абдрахманова Ш.З., Адаева А.А., Слажнева Т.И., Назарова С.А., Сулейманова Н.А.

Основные результаты исследования по факторам образа жизни школьников, влияющих на их физическое и психическое здоровье, Республика Казахстан, 2022 год. Краткое резюме. Национальный центр общественного здравоохранения МЗ РК, Астана, 2023 год.