



ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული ქცევის შესწავლა  
სკოლის ასაკის ბავშვებში

**Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey**

საქართველო  
2018 წელი

# სარჩევი

მოკლე შეჯამება .....	5
შესავალი .....	6
კვლევის მეთოდოლოგია .....	6
შედეგები .....	7
ჯანმრთელობა და კეთილდღეობა.....	7
ფსიქიკური ჯანმრთელობა .....	9
ქრონიკული მდგომარეობები.....	12
პირის ღრუს ჰიგიენა .....	12
ქცევითი რისკები მოზარდებში.....	13
ფსიქოაქტიური ნივთიერებების გამოყენება, ალკოჰოლი .....	13
ფსიქოაქტიური ნივთიერებების გამოყენება, კანაფი.....	15
აზარტული თამაშები .....	15
სასკოლო გარემო.....	16
ონლაინ კომუნიკაცია.....	17
ოჯახური ურთიერთობა და სოციალური მდგომარეობა .....	18
კვება .....	19
ფიზიკური აქტივობა.....	20
ფიზიკური ძალადობა.....	21
ბულინგი .....	22
გამოყენებული ლიტერატურა.....	25

## ცხრილების სია

ცხრილი 1. 11-15 წლის მოზარდები ასაკისა და საცხოვრებელი ადგილის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

ცხრილი 2. 11-15 წლის მოზარდები ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

ცხრილი 3. კანაფის სიცოცხლის განმავლობაში მოხმარება 15 წლის მოზარდებში სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

## სურათების სია

სურათი 1. წონის კონტროლი (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 2. ცხოვრებით კმაყოფილების მაჩვენებელი (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 3. დეპრესია (%) ასაკის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 4. ნერვული აგზნებადობა უფრო ხშირად ვიდრე კვირაში ერთხელ (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 5. მხიარული განწყობა (%) ასაკის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 6. მხიარული განწყობა (%) საცხოვრებელი ადგილისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 7. კბილების დღეში ერთჯერ და მეტჯერ გახეხვა (%) ასაკის და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 8. თამბაქოს მოხმარება (%) ბოლო 30 დღის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 9. სხვადასხვა სახის ალკოჰოლის სიცოცხლის განმავლობაში მოხმარება (%) 15 წლის მოზარდებში, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 10. ალკოჰოლის მოხმარება (%) სიცოცხლის და ბოლო 30 დღის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 11. სიმთვრალე (%) სიცოცხლის და ბოლო 30 დღის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 12. 15 წლის მოზარდებში აზარტული თამაში სიცოცხლის განმავლობაში (%) სქესისა და საცხოვრებელი ადგილის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 13. სკოლის მიმართ დადებითი განწყობა (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 14. მეგობრებთან ყოველდღიური ონ-ლაინ კონტაქტი (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 15. სოციალური მედით სარგებლობა (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 16. საკუთარი ოჯახის შეფასება (%), HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 17. ხილისა და ბოსტნეულის ყოველდღიური მოხმარება (%) ასაკის და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 18. ყოველდღიური ფიზიკური აქტივობა 60 წუთის განმავლობაში (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 19. მოზარდების ფიზიკური დატვირთვა ბოლო 7 დღის განმავლობაში (%) სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 20. ბოლო 12 თვის განმავლობაში ფიზიკური ძალადობის გავრცელება (%) ასაკის და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 21. ბულინგის განხორციელება (%) ბოლო რამდენიმე თვის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 22. ბულინგის მსხვერპლნი (%) ბოლო რამდენიმე თვის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 23: კიბერბულინგის განხორციელება (%) ბოლო რამდენიმე თვის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

სურათი 24: კიბერბულინგის მსხვერპლნი (%) ბოლო რამდენიმე თვის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

## ტერმინების ჩამონათვალი

HBSC კვლევა „ქცევები სასკოლო ასაკის ბავშვებში“

ჯანმო ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაცია

## მოკლე შეჯამება

ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული ქცევები სასკოლო ასაკის ბავშვებში (HBSC) კვლევა ჩატარდა ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის (ჯანმო) ევროპის რეგიონულ ოფისთან თანამშრომლობით. HBSC საერთაშორისო კვლევა ტარდება 4-წლიან ინტერვალით, 2017-2018 წლებში იგი 45 ქვეყანაში ჩატარდა. კვლევის მიზანია მოზარდების ჯანმრთელობის და კეთილდღეობის გაუმჯობესება იმ ფაქტორების გამოვლინებით, რომლებიც გავლენას ახდენს მათ ჯანმრთელობასა და განვითარებაზე.

HBSC კვლევა საქართველოში 2018 წელს პირველად ჩატარდა დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ეროვნული ცენტრის მიერ.

კვლევაში ჩართული იყო 123 საჯარო და კერძო სკოლების 11, 13 და 15 წლის 4235 მოზარდი. ეს ასაკობრივი ჯგუფები შერჩეულია მათი ზრდა-განვითარების მნიშვნელოვანი ეტაპების გამო. თვითშეფასების კითხვარის შეივსო გაზაფხულის სემესტრის დროს, საკლასო ოთახებში.

HBSC კვლევის პროტოკოლი შემუშავებულია საერთაშორისო სტანდარტული კითხვარის მიხედვით. HBSC კითხვარის ქართული ვარიანტში 44 კითხვაა. 11 და 13 წლის ასაკის ჯგუფების კითხვარი იყო იდენტური, 15 წლის მოზარდების კითხვარში კი დამატებულია კითხვები რეპროდუქციული ჯანმრთელობის და ფსიქოაქტიური ნივთიერებების მოხმარების შესახებ.

მოზარდები მრავალი ზეწოლისა და გამოწვევის წინაშე დგანან, მათ შორის ფიზიკური და ემოციური ცვლილებები, რომლებიც დაკავშირებულია ასაკთან, აკადემიური მოლოდინების ზრდასთან და ოჯახთან და თანატოლებთან სოციალური ურთიერთობების შეცვლასთან. ამ გარდამავალ პერიოდში დამკვიდრებული გამოცდილება და ქცევა, შესაძლოა, სრულწლოვანებამდე გაგრძელდეს, გავლენა მოახდინოს ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე, ჯანმრთელობის სხვადასხვა პრობლემის განვითარებაზე, ალკოჰოლისა და თამბაქოს მოხმარებაზე, ფიზიკური აქტივობის დონესა და კვების რეჟიმზე.

კვლევის შედეგად აღმოჩნდა, რომ საქართველოში მაცხოვრებელ მოზარდებში საკმაოდ გავრცელებულია ბუღინგი; დაბალია ფიზიკური აქტივობის დონე; ძალიან პოპულარულია კომპიუტერული თამაშები, სოციალური მედია და ინტერნეტი; ძალიან გავრცელებულია თამბაქოს, ლუდისა და ღვინის მოხმარება; მოზარდების უმეტესობა რეგულარულად მიირთმევდა საუზმეს და საკმარისად იშვიათად ღებულობს ბოსტნეულს ან ხილს, დიდი რაოდენობით მოიხმარს შაქრის შემცველ სასმელებს და ტკბილეულს.

მოზარდების უმრავლესობას მოსწონს სკოლა, იმის მიუხედავად, რომ ისინი გადატვირთულნი არიან გაკვეთილებით. ისინი აღნიშნავენ, რომ მასწავლებლები კეთილგანწყობილი არიან მათდამი და მოსწონთ ისინი. მოზარდების უმრავლესობა მშობლებთან ცხოვრობს და მნიშვნელოვან დროს ატარებს ოჯახთან, ენდობა ოჯახის წევრებს და მშობლებთან ხშირად განიხილავენ საკუთარ პრობლემებს. თუმცა, ზოგიერთმა მათგანმა განაცხადა, რომ უჭირს ოჯახთან ურთიერთობა.

მოზარდების ნაწილმა აღნიშნა, რომ ხშირად აქვს თავის ტკივილი და ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული სხვა პრობლემები; კვლევის შედეგების მიხედვით კბილების რეგულარულად გახეხვა საკმაოდ პრობლემური საკითხია.

## შესავალი

HBSC არის ჯვარედინ-სექციური (იგივე პრევალენტობის, გამჭოლი, ერთმომენტური კვლევა; cross-sectional) კვლევა, რომელიც ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ევროპის რეგიონულ ოფისთან თანამშრომლობით ტარდება 4 წლიანი ციკლით. უკანასკნელი ციკლი 2017-2018 წლებში ჩატარდა მსოფლიოს 45 ქვეყანაში. კვლევის ძირითადი მიზანია მოზარდების ჯანმრთელობისა და კეთილდღეობის გაუმჯობესება იმ ფაქტორების ფართო სპექტრის გამოვლენით, რომლებიც გავლენას ახდენენ მათ ჯანმრთელობასა და განვითარებაზე, მათ შორის ჯანმრთელობის, განათლების, სოციალური კონტექსტის, ოჯახური და პიროვნული დეტერმინანტების ჩათვლით. HBSC კვლევა დაინტერესებულ მხარეებს აწვდის ეროვნულ და საერთაშორისო მონაცემებს. საქართველოში კვლევა პირველად 2018 წელს ჩატარდა საქართველოს დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის მიერ.

კვლევაში მონაწილეობა მიიღო საჯარო და კერძო 123 სკოლის 11, 13 და 15 წლის ასაკის მოსწავლეებმა. კვლევა წარმომადგენლობითია ეროვნულ დონეზე. კვლევა ჩატარდა 2018 წლის საგაზაფხულო სემესტრში, საკლასო ოთახებში თვითშევისების სტანდარტული კითხვარებით.

კვლევის შედეგების ანალიზში მონაწილეობდნენ მოზარდების ჯანმრთელობის კვლევის საერთაშორისო ექსპერტები.

## კვლევის მეთოდოლოგია

კვლევა ჩატარდა HBSC საერთაშორისო სტანდარტული მეთოდოლოგიით, სტანდარტული ანონიმური კითხვარით. ქართული კითხვარი HBSC საერთაშორისო სტანდარტული კითხვარის იდენტურია და 44 კითხვას მოიცავს. კითხვები ფოკუსირებულია სოციალურ, ჯანმრთელობისა და ქცევის თემებზე.

კითხვარის შემადგენლობაში შედის ძირითადი კითხვები, რომლებიც სავალდებულოა ყველა ქვეყნისთვის და არჩევითი კითხვები, რომელთა დამატება ხდება მონაწილე ქვეყნის გადაწყვეტილებით. კითხვარი მოიცავს 24 სხვადასხვა საკითხს ფიზიკური და ფსიქიკური ჯანმრთელობის, კვებითი ჩვევების, ფიზიკური აქტივობის, ოჯახური ურთიერთობების, თანატოლებთან კომუნიკაციის, ჯანმრთელობის საკითხების ცოდნის, სქესობრივი ქცევისა და თამბაქოს, ალკოჰოლის და ნარკოტიკების მოხმარების შესახებ. კითხვარი 11 და 13 წლის ასაკობრივი ჯგუფისთვის იდენტურია, ხოლო 15 წლის ასაკის მოზარდებისთვის დაემატა კითხვები სქესობრივი ჯანმრთელობისა და ფსიქოაქტიური ნივთიერებების მოხმარებასთან დაკავშირებით.

კვლევის პროტოკოლი განიხილა და დაამტკიცა საქართველოს დაავადებათა კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრის ეთიკის საბჭომ.

## შედეგები

კვლევაში მონაწილეობა მიიღო 123 სკოლის 4235 მოზარდმა (2105 (49.7%) ვაჟი და 2130 (50.3%) გოგონა). თითოეულ სკოლაში 1 კლასტერი (სასწავლო კლასები/ჯგუფები) იყო შერჩეული, სულ 123 კლასტერი. გამოკითხულთა 23% ცხოვრობს თბილისში, 33% სხვა ქალაქში და 44% სოფლის მაცხოვრებელია; საცხოვრებელი ადგილის მიხედვით განაწილება მოცემულია ცხრილში 1.

**ცხრილი 1. 11-15 წლის მოზარდები ასაკისა და საცხოვრებელი ადგილის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**

	ასაკი			სულ
	11 წლის	13 წლის	15 წლის	
თბილისი	289	370	329	988
რეგიონი, ქალაქი	477	437	476	1390
რეგიონი, სოფელი	624	693	540	1857
სულ	1390	1500	1345	4235

11 წლის ასაკის მოზარდთა შორის 48% გოგონა და 52% ბიჭია, 13 წლის ასაკის მოზარდთა შორის 52% გოგონა და 48% ბიჭი, ხოლო 15 წლის ასაკის მოზარდთა შორის 49% გოგონა და 50% ბიჭია.

**ცხრილი 2. 11-15 წლის მოზარდები ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**

სქესი	ასაკი			სულ
	11	13	15	
ბიჭი	674	776	655	2105
გოგონა	716	724	690	2130
სულ	1390	1500	1345	4235

## ჯანმრთელობა და კეთილდღეობა

ჯანმრთელობის მდგომარეობის თვითშეფასება, ზოგადად, ჯანმრთელობის სუბიექტური მაჩვენებელია. მოზარდობის ასაკში ეს ეხება არა მხოლოდ დაავადების ან შეზღუდული შესაძლებლობის არსებობას ან არარსებობას, არამედ საკუთარი თავის ზოგად შეფასებას.

ემპირიულმა კვლევებმა აჩვენა, რომ ჯანმრთელობის თვითშეფასება წარმოადგენს მომავალი ავადობისა და სიკვდილიანობის წინასწარ პროგნოზს (1). ჯანმრთელობის მსუბუქი პრობლემები ადრეული ბავშვობის ასაკში, შესაძლოა, ნეგატიურად აისახოს მომავალში, გაგრძელდეს მოზარდულ ასაკში და გავლენა იქონიოს ჯანმრთელობის სერვისების გამოყენებაზე (2). მოზარდთა მიერ ჯანმრთელობის თვითშეფასებაზე გავლენას ახდენს ჯანმრთელობის ინდიკატორების ფართო სპექტრი, მათ შორის სამედიცინო, ფსიქოლოგიური, სოციალური, გარემო და ქცევითი ქმედებები (3, 4) და, აგრეთვე, კიდევ უფრო ფართო სოციალური ფაქტორები, როგორცაა ოჯახი, თანატოლები, სკოლა და კულტურა.

ჯანმრთელობის ჩივილები მნიშვნელოვანი ინდიკატორია სუბიექტური კეთილდღეობის გასაზომად, რადგან იგი ასახავს ინდივიდუალურ ტვირთს და პირად გამოცდილებას.

რესპოდენტთა ჯანმრთელობის შესაფასებლად გაანალიზდა მრავალრიცხოვანი ჩივილები, როგორცაა თავის ტკივილი, ზურგის ტკივილი, მუცლის ტკივილი, თავბრუსხვევა, და ა. შ. მოზარდების დაახლოებით 43%-მა აღნიშნა, რომ ჯანმრთელობის მრავლობითი პრობლემა აქვს კვირაში ერთხელ მაინც. აღმოჩნდა, რომ გოგონებში, თითქმის ყველა ასაკობრივ ჯგუფში, ჯანმრთელობის პრობლემები უფრო ხშირია.

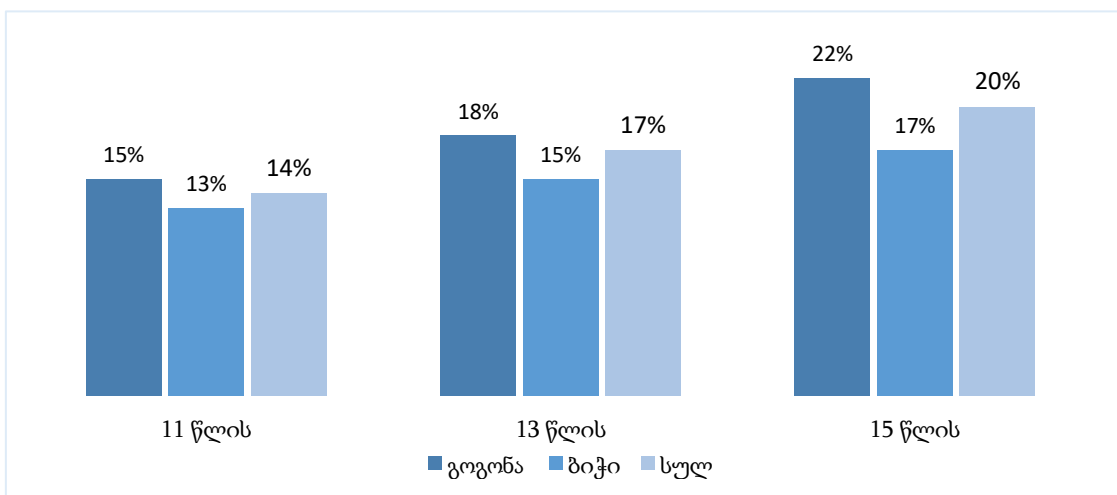
კვლევაში მონაწილე მოზარდების უმეტესი ნაწილი საკუთარ ჯანმრთელობას აფასებს, როგორც საუკეთესოს ან კარგს (41% და 43%, შესაბამისად). ბიჭები უფრო ხშირად აფასებდნენ საკუთარ ჯანმრთელობას დადებითად, ვიდრე გოგონები. გოგონები, თითქმის ყველა ასაკობრივ ჯგუფში, უფრო ხშირად უჩიოდნენ სუსტ ჯანმრთელობას, ყველაზე მნიშვნელოვანი გენდერული განსხვავება 15 წლის ასაკშია.

მოზარდი ბიჭების დაახლოებით 4.7%-მა და გოგონათა 15%-მა აღნიშნა, რომ წინა ექვსი თვის განმავლობაში ერთხელ მაინც ჰქონდა თავის ტკივილი. გამოკითხულთა დაახლოებით 13%-მა აღნიშნა კუჭის ტკივილის ეპიზოდები კვირაში ერთხელ ან უფრო ხშირად. ბიჭები უფრო ხშირად აღნიშნავენ კუჭის ტკივილს, ვიდრე გოგონები. ძილის/დამინების პრობლემები კვირაში ერთხელ მაინც, უფრო ხშირად შეინიშნება გოგონებში. კბილის ტკივილი სულ მცირე კვირაში ერთხელ ან მეტჯერ აღნიშნა მოზარდების 11%-მა, განსაკუთრებით მაღალი პრევალენტობა აღინიშნა ქალაქის მცხოვრებთა შორის.

კვლევის მონაწილეები გამოიკითხნენ მათი წონის თაობაზე და იმყოფებიან თუ არა ისინი განსაკუთრებულ კვებით რეჟიმზე (ე.წ. დიეტაზე), ან თუ იღებენ ამჟამად რაიმე ზომებს (მაგ., ფიზიკურ აქტივობას), წონაში დასაკლებად.

კვლევის მონაწილე მოზარდების 10% აქტიურად ცდილობს წონის დაკლებას, წონის კონტროლის სიხშირე ასაკთან ერთად იზრდება; წონის დაკლებას ცდილობს 15 წლის გოგონების მესამედზე მეტი (39%).

**სურათი 1. წონის კონტროლი (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



მოზარდთა უმრავლესობამ (67%) განაცხადა, რომ კმაყოფილია საკუთარი წონით, ბიჭების 54% და გოგონების 50% აღნიშნავენ, რომ ნორმალური წონა აქვთ. კვლევის მონაწილე ბიჭების 3% და გოგონების 2% აცხადებს, რომ ძალიან მსუქნები არიან. სხეულის ჭარბი წონის აღქმა ასაკთან ერთად იცვლება და, 15 წლის ასაკში, სამი მოზარდიდან ერთი ამბობს, რომ ძალიან ჭარბწონიანია. უფრო მეტიც, ამ ასაკობრივ ჯგუფში, მოზარდთა დაახლოებით 15%



განსაკუთრებულ კვებით რეჟიმზე იმყოფებაან წონის დასაკლებად სხვადასხვა ზომებს მიმართავს.

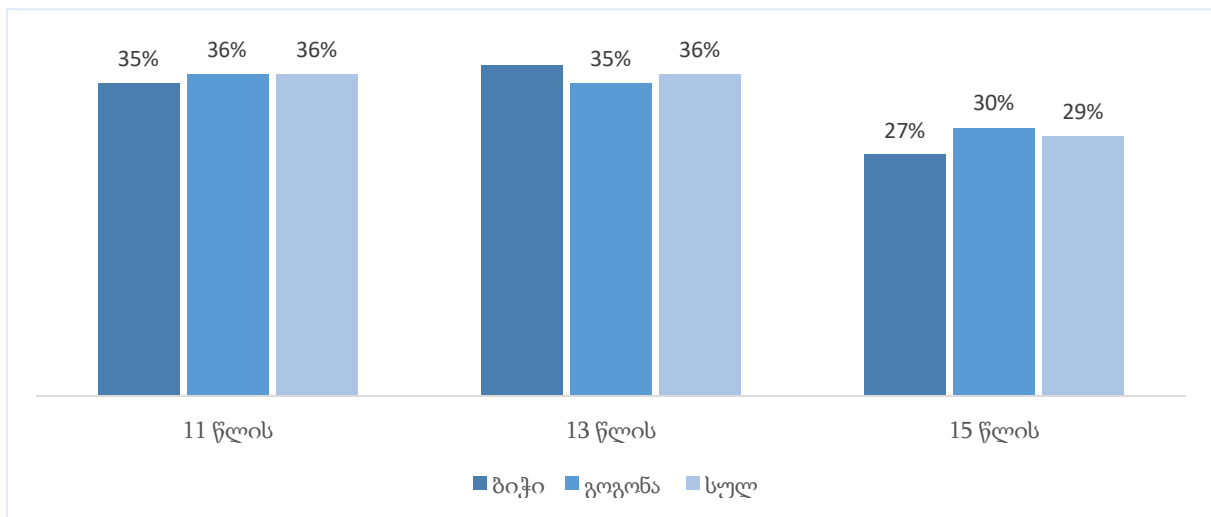
საკუთარი წონით და გარეგნობით უკმაყოფილება და დაბალი თვითშეფასება გავლენას ახდენს მოზარდების ჯანმრთელობაზე და ხელს უწყობს დეპრესიას, ფსიქოსომატურ და კვების დარღვევებს და რისკის შემცველ ქცევების განვითარებას.

### ფსიქიკური ჯანმრთელობა

ფსიქიკური კეთილდღეობის აღქმა მოზარდების ზრდასრულ ასაკში გადასვლასთან ერთად კლებულობს. იზრდება ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული ჩივილები, ცხოვრებით უკმაყოფილება და, შესაბამისად, საკუთარი ჯანმრთელობის შეფასება ხდება საშუალო ან ცუდი. გარდა ამისა, ცხოვრებით კმაყოფილება ასოცირდება სუბიექტურ შეგრძნებებთან. ზრდასრულობის პერიოდში მოზარდებზე დიდ გავლენას ახდენს ცხოვრებისეული გამოცდილება და, მეტწილად ოჯახურ გარემოსა და თანატოლებთან, ურთიერთობები.

ოჯახის სტრუქტურა და ფსიქო-სოციალური ფაქტორები განსაკუთრებულ როლს ასრულებენ მოზარდების თვითაღქმასა და თვითშეფასებაში (3). ცხოვრებით კმაყოფილების გასაზომად გამოყენებულია Cantril-ის სკალა: 0-დან (ყველაზე დაბალი დონე) 10 ქულამდე (ყველაზე მაღალი დონე). 6 და მეტი ქულა შეესაბამება ცხოვრებით კმაყოფილებას. მოზარდების უმრავლესობა აღნიშნავს კმაყოფილების მაღალ (76%) დონეს, მოზარდების 40% აცხადებს, რომ მათი ჯანმრთელობა "შესანიშნავია", ხოლო 43% საკუთარ ჯანმრთელობას „კარგს“ უწოდებს. შეხედულებები იცვლება სქესისა და ასაკის მიხედვით. გოგონებში ცხოვრებით კმაყოფილება ასაკთან ერთად მცირდება. ცხოვრებით კმაყოფილება სხვადასხვაა და მეტწილად დაკავშირებულია საცხოვრებელ ადგილთან. ყველაზე მაღალი ქულები დაფიქსირდა თბილისში.

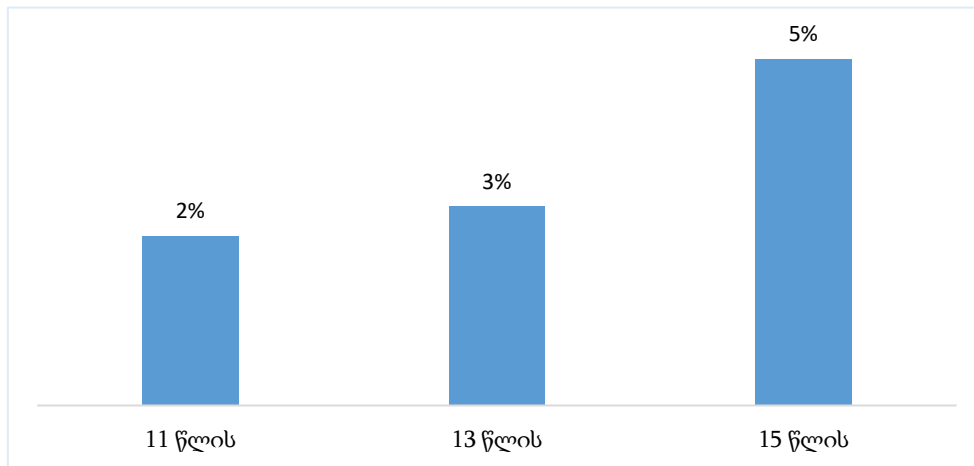
**სურათი 2. ცხოვრებით კმაყოფილების მაჩვენებელი (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



„უგუნებობა“ სულ მცირე კვირაში ერთი დღე, აღნიშნა ბიჭების 15%-მა და გოგონების 24%-მა. დეპრესიის გავრცელება 11, 13 და 15 წლის მოზარდთა შორის თითქმის ორჯერ მეტია

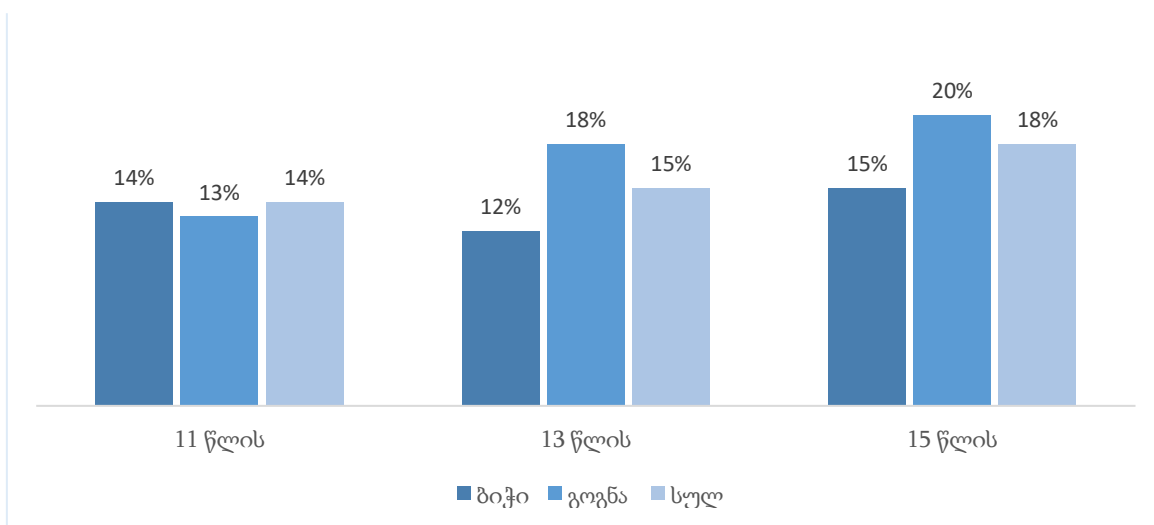
დედაქალაქში (4.2%), ვიდრე სოფელში (2.2%), ხოლო რეგიონალურ ცენტრებსა და ქალაქებში დეპრესიის პრევალენტობამ შეადგინა 3%.

**სურათი 3. დეპრესია (%) ასაკის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



გამოკითხულთა 12%-მა აღნიშნა, რომ გასულ კვირაში ცუდ გუნებაზე იყო; 13% თავს მარტოსულად გრძნობდა. მაჩვენებელი იზრდება ასაკის მიხედვით, 15 წლის ასაკის დაახლოებით 17% გრძნობს თავს მარტოსულად; განსხვავებებია სქესის, ასაკისა და საცხოვრებელი ადგილის მიხედვით. მოსწავლეთა უმრავლესობამ განაცხადა, რომ დილით იღვიძებს კარგ გუნებაზე, მხნედ და მშვიდად. ბიჭების 8%-მა და გოგონების 10%-მა აღნიშნა, რომ ხშირად არის განერვიულებული. თუმცა, თინეიჯერების უმეტესი ნაწილი ამბობს, რომ მსგავსი პრობლემები იშვიათად აქვთ.

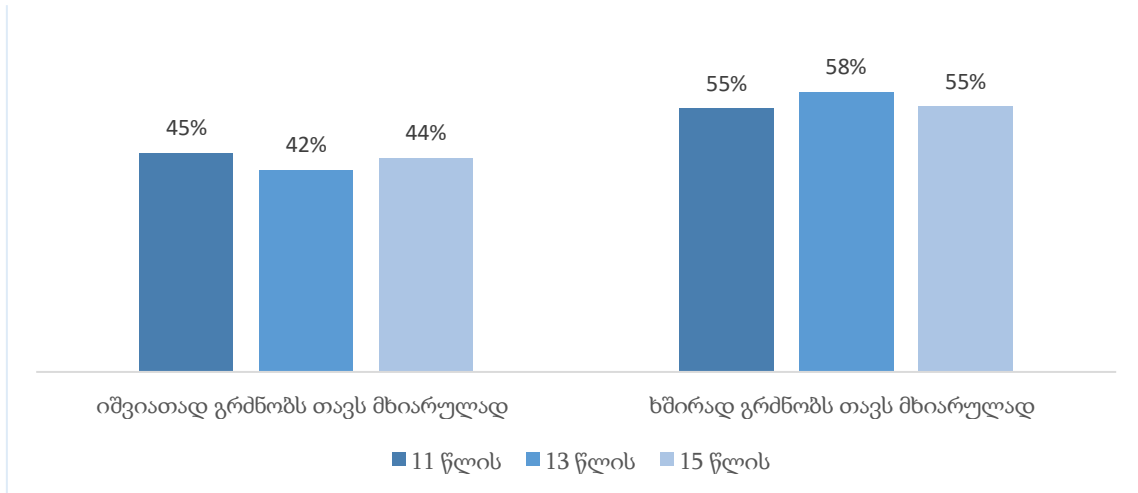
**სურათი 4. ნერვული აგზნებადობა უფრო ხშირად ვიდრე კვირაში ერთხელ (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



გოგონების დაახლოებით 1.5%-ს აღნიშნებოდა ნერვული აგზნებადობა და 1.3%-ს ცუდი განწყობა, იგივე მაჩვენებელი იყო ბიჭებშიც. გოგონების 1% და ბიჭების 0.8% თავს ნერვულად გრძნობდა ყოველდღე.

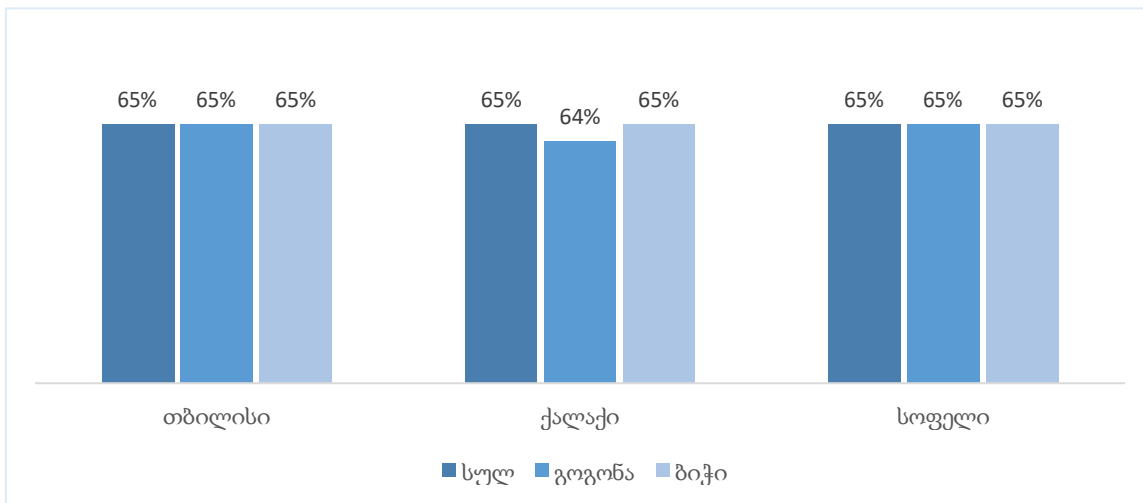
თინეიჯერების ნახევარზე მეტმა განაცხადა, რომ „ბედნიერი“, „მხიარული“ და „კარგ განწყობაზე“, ასევე „მხნე“ და „ენერჯით სავსე“. მოზარდთა 55% თავს მშვიდად გრძნობს და „ფსიქიკურად დაბალანსებულია“.

**სურათი 5. მხიარული განწყობა (%) ასაკის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



თინეიჯერთა დაახლოებით 65%, როგორც დედაქალაქში, ასევე სხვა ქალაქებსა და სოფლებში, თავს ხშირად გრძნობს მხიარულად.

**სურათი 6. მხიარული განწყობა (%) საცხოვრებელი ადგილისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



გამოკითხვამ აჩვენა, რომ, ზოგადად, მოზარდები მეგობრული და კეთილგანწყობილი არიან, იშვიათად გრძნობენ მარტოობას. ბიჭების დაახლოებით 89% და გოგონების 85% იშვიათად განიცდის მარტოობას. მოზარდების უმრავლესობამ განაცხადა, რომ ისინი ადვილად ურთიერთობენ თანატოლებთან. 87% აცხადებს, რომ მარტივად უმეგობრდებიან სხვებს. ქალაქში მცხოვრები მოზარდები შედარებით დეპრესიული არიან, უჭირთ თანატოლებთან მეგობრობა და ურთიერთობა და თავს მარტოსულად გრძნობენ. იმ გოგონათა შორის, რომლებიც ხშირად გრძნობენ თავს თავს უგუნებოდ, 55% დედაქალაქის მაცხოვრებელია, 25% ცხოვრობს სხვა დიდ ქალაქებში, ხოლო 20% სოფლის მაცხოვრებელია.

## ქრონიკული მდგომარეობები

2000 წლის შემდეგ მოზარდთა სიკვდილიანობის მაჩვენებელი მსოფლიოში დაახლოებით 17%-ით შემცირდა, მაგრამ მაინც მაღალი რჩება აფრიკის ქვეყნებში. სიკვდილის ძირითადი მიზეზები ძალიან განსხვავდება 10-14 წლის და უფროს (15-19 წლის) მოზარდებში; ასევე, ბიჭებსა და გოგონებს შორის. ნაადრევი ქორწინება და მშობიარობა დაკავშირებულია სხვადასხვა გართულებებთან დედებსა და ახალშობილებში. მოზარდთა ჯანმრთელობის მნიშვნელოვანი პრიორიტეტებია რისკის შემცველი ქცევებისა და დაავადებების, ნაადრევი ქორწინების, ორსულობისა და მშობიარობის პრევენცია.

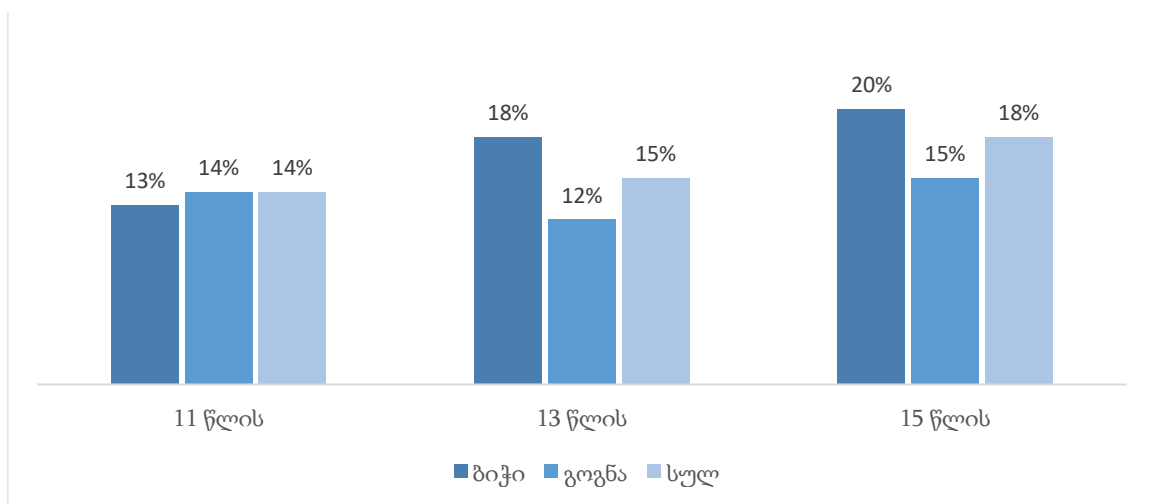
კვლევამ აჩვენა, რომ 11-15 წლის მოზარდების 7% აღნიშნავს ქრონიკული დაავადებას (დიაბეტი, ართრიტი, ალერგია და ა.შ.) და/ან შეზღუდული შესაძლებლობის (სმენის პრობლემა, მხედველობის პრობლემა, მოძრაობის შეზღუდვები და ა.შ.) არსებობას. ქრონიკული დაავადების გამო მედიკამენტურ მკურნალობაზე იმყოფებოდა მოზარდების 6%. შემთხვევების 3%-ში დაავადებებმა გავლენა მოახდინა სკოლაში დასწრებაზე და სასწავლო პროცესში მონაწილეობაზე.

## პირის ღრუს ჰიგიენა

პირის ღრუს ჰიგიენა ზოგადი ჯანმრთელობის მდგომარეობის, კეთილდღეობისა და ცხოვრების ხარისხის მნიშვნელოვანი ინდიკატორია. პირის ღრუს ჰიგიენის ჩვევები ადრეულ ასაკში უნდა ჩამოყალიბდეს. კვლევით დადგინდა, რომ მოზარდების 54% კბილებს დღეში ერთხელ იხეხავს.

მნიშვნელოვანი ცვალებადობა შეიმჩნევა სქესის მიხედვით: ყველა ასაკობრივ ჯგუფში გოგონები უფრო ხშირად იხეხავენ კბილებს (ერთჯერ და მეტად), ვიდრე ბიჭები. თბილისსა და სხვა დიდ ქალაქებში მაცხოვრებელი მოზარდების 57%-მა აღნიშნა, რომ კბილებს დღეში ერთხელ იხეხავს. ეს მონაცემი სოფლის მაცხოვრებელ მოზარდებს შორის 48%-ია.

## სურათი 7. კბილების დღეში ერთჯერ და მეტჯერ გახეხვა (%) ასაკის და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018

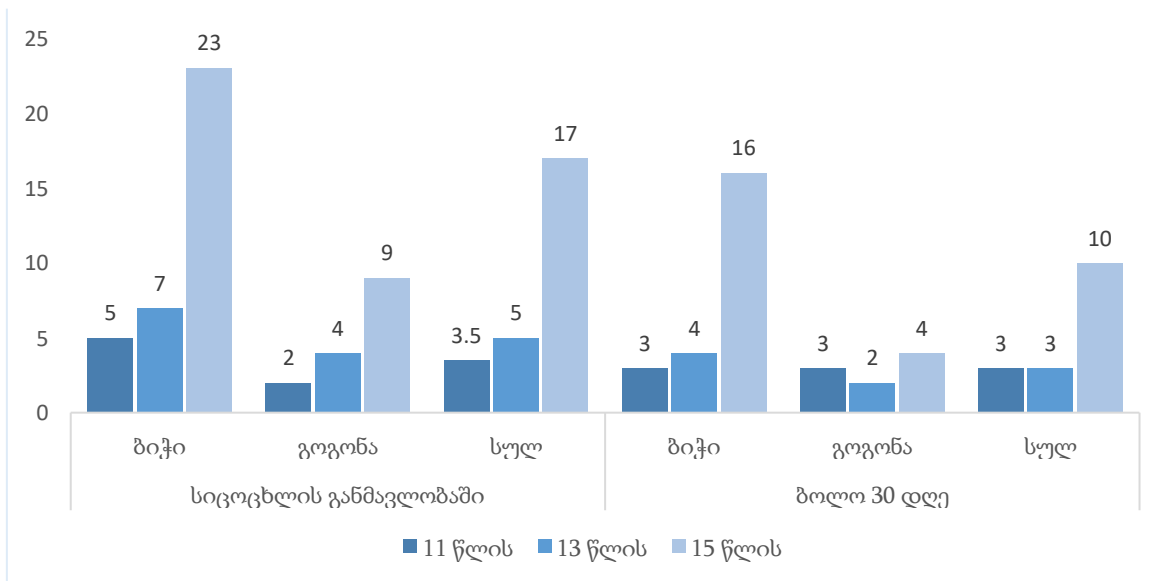


## ქცევითი რისკები მოზარდებში

### თამბაქო

სიცოცხლის განმავლობაში თამბაქო ერთხელ მაინც მოუწევია 11 წლის ასაკის გოგონების 2%-სა და ბიჭების 5%-ს, მაჩვენებლები იზრდება ასაკთან ერთად და 15 წლის ასაკში 17%-ს (ბიჭების 23% და გოგონების 9%) აღწევს. თამბაქოს ბოლო 30 დღის განმავლობაში მოხმარება ასევე ყველაზე მაღალი 15 წლის მოზარდებშია - 10% (ბიჭების 16% და გოგონების 4%)

**სურათი 8. თამბაქოს მოხმარება (%) სიცოცხლის და ბოლო 30 დღის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**

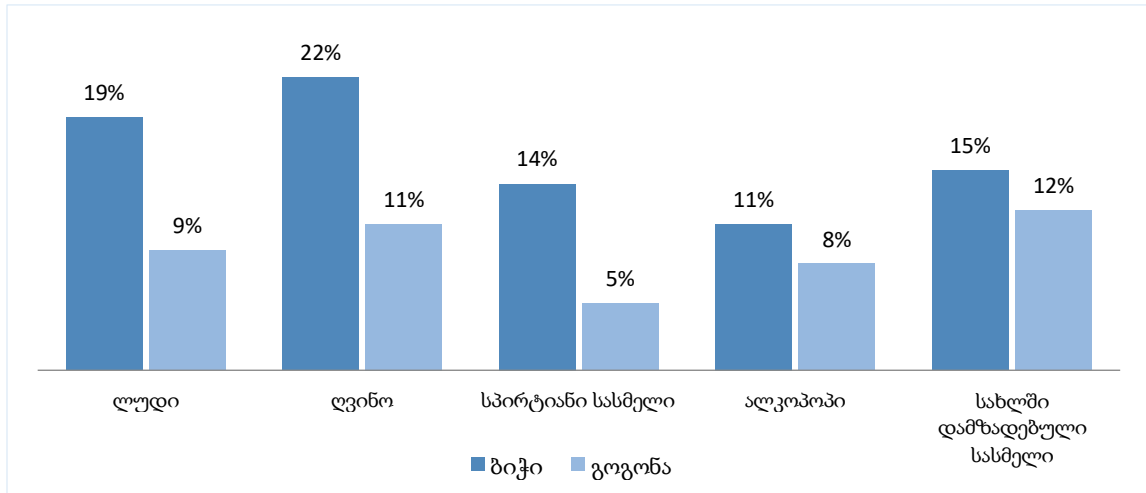


## ფსიქოაქტიური ნივთიერებების გამოყენება

### ალკოჰოლი

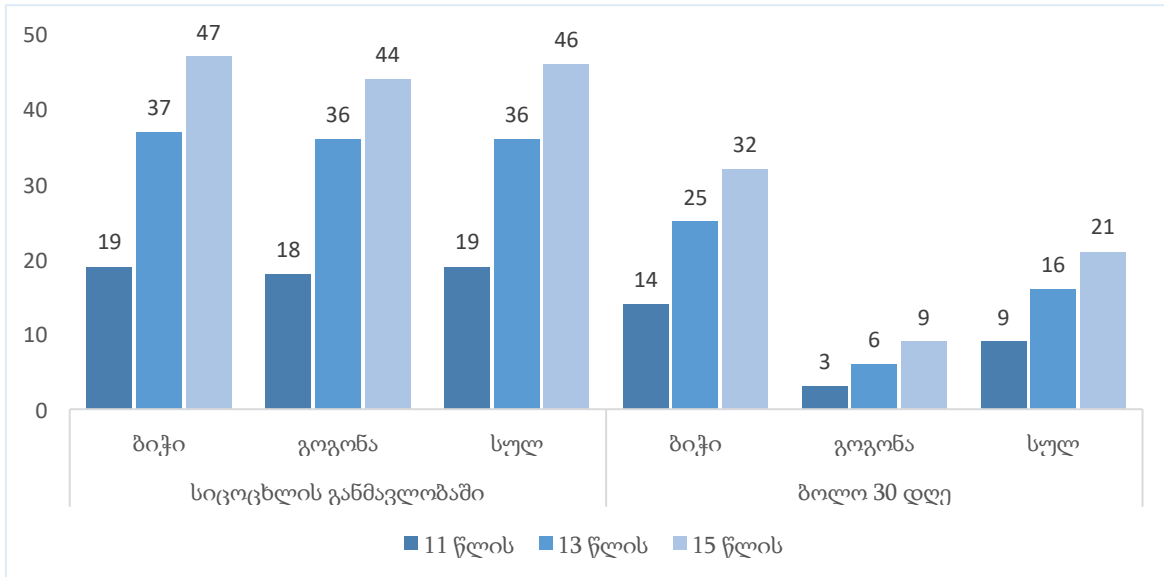
15 წლის მოზარდების 28% (ბიჭების 34% და გოგონების 23%) აღნიშნავს, რომ სიცოცხლეში ერთხელ მაინც მიუღია ალკოჰოლი. როგორც გოგონებში, ასევე ბიჭებში ყველაზე პოპულარული სასმელია ღვინო, რასაც მოსდევს ლუდი.

**სურათი 9. სხვადასხვა სახის ალკოჰოლის სიცოცხლის განმავლობაში მოხმარება (%) 15 წლის მოზარდებში, HBSC, საქართველო, 2018**



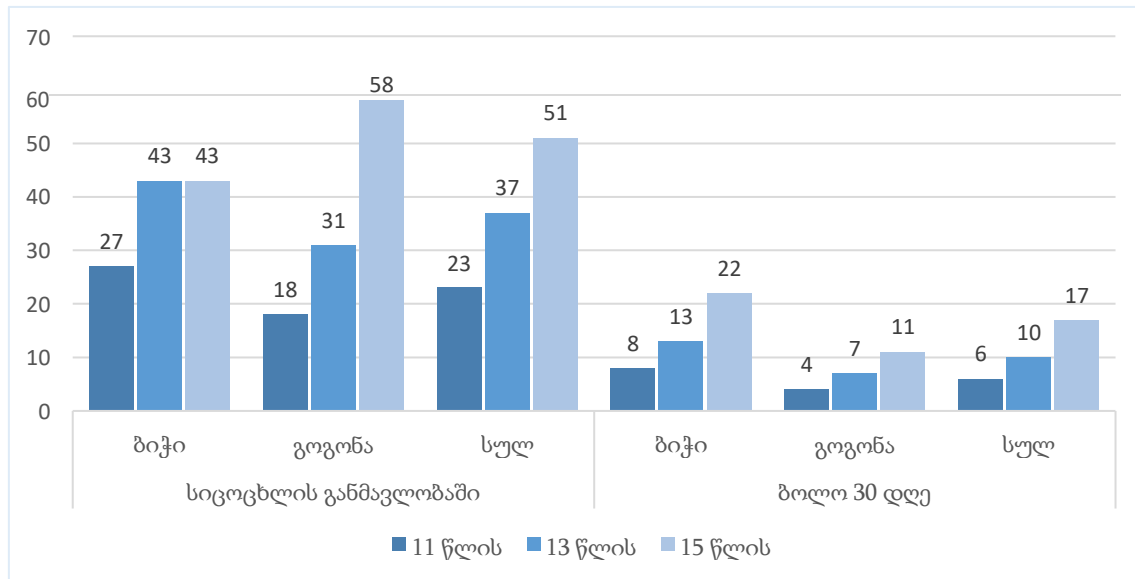
11 წლის თითქმის ყოველი მეხუთე და 13 წლის ყოველი მესამე მოზარდი აცხადებს, რომ სიცოცხლეში ერთხელ მაინც მიუღია ალკოჰოლური სასმელი. ეს წილი ყველაზე მაღალია 15 წლის ასაკში. ალკოჰოლის ბოლო 1 თვის განმავლობაში მიღების მაჩვენებელიც საკმაოდ მაღალია და იზრდება ასაკის მატებასთან ერთად.

**სურათი 10. ალკოჰოლის მოხმარება (%) სიცოცხლის და ბოლო 30 დღის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



მოზარდები, რომლებსაც სიცოცხლის განმავლობაში მიუღიათ ალკოჰოლი, საკმაოდ ხშირად აღნიშნავენ სიმთვრალის ფაქტებს; მაჩვენებელი იზრდება ასაკის მატებასთან ერთად.

**სურათი 11. სიმთვრალე (%) სიცოცხლის და ბოლო 30 დღის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



### კანაფი

15 წლის ასაკში გამოკითხულთა დაახლოებით 3%-მა აღნიშნა კანაფის (მარიხუანა, ჰაშიში) მოხმარება სიცოცხლის განმავლობაში, ხოლო 2%-მა ბოლო ერთი თვის განმავლობაში. როგორც ბიჭებმა, ასევე გოგონებმა, რომლებმაც მოიხმარეს კანაფი, აღნიშნეს, რომ კანაფის გამოყენებას ექსპერიმენტის სახე ჰქონდა.

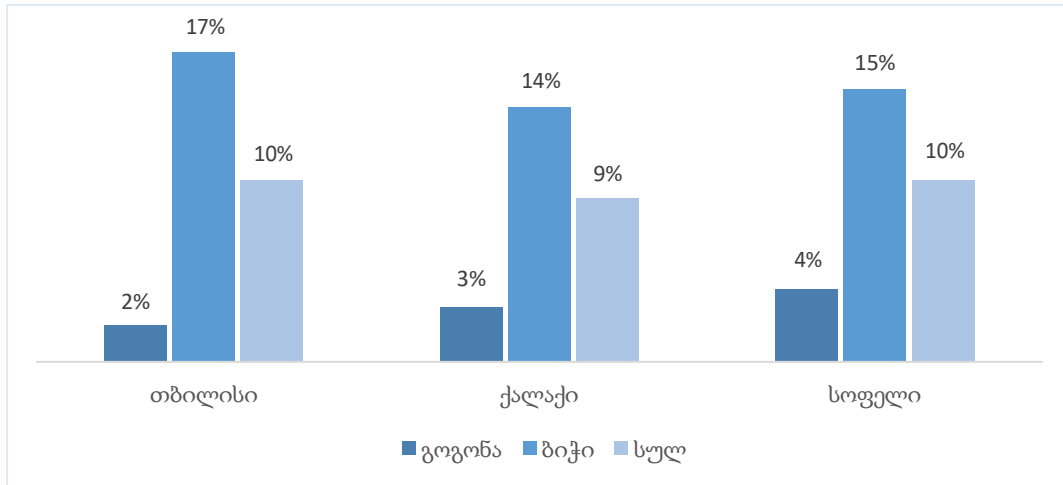
**ცხრილი 3. კანაფის სიცოცხლის განმავლობაში მოხმარება 15 წლის მოზარდებში სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**

	გოგონა	ბიჭი	სულ
დედაქალაქი	0.9%	4.2%	2.55%
ქალაქი	0.21%	2.1%	1.15%
სოფელი	0.18%	1.1%	0.64%
სულ	0.7%	4.5%	2.6%

### აზარტული თამაშები

15 წლის მოზარდთა უმეტესობამ (84%) აღნიშნა, რომ არასოდეს უთამაშია აზარტული თამაშები. 16%-ს სიცოცხლის განმავლობაში ერთხელ მაინც უთამაშია, მათგან 28%-ს კი უთამაშია ბოლო 12 თვის განმავლობაში. ბიჭები უფრო ხშირად თამაშობენ, ვიდრე გოგონები. რესპონდენტთა 45%-მა, რომელსაც უთამაშია ერთჯერ ან მეტად ბოლო 12 თვის განმავლობაში, აღნიშნა, რომ უთქვამს ტყუილი აზარტული თამაშებთან დაკავშირებით. იმ რესპონდენტთა 13%-მა, რომლებსაც უთამაშიათ ერთჯერ ან მეტად ბოლო 12 თვის განმავლობაში, აღნიშნა, რომ სურს თამაშის შეწყვეტა; 7%-მა კი აღნიშნა, რომ თამაშობს ფულის გამო.

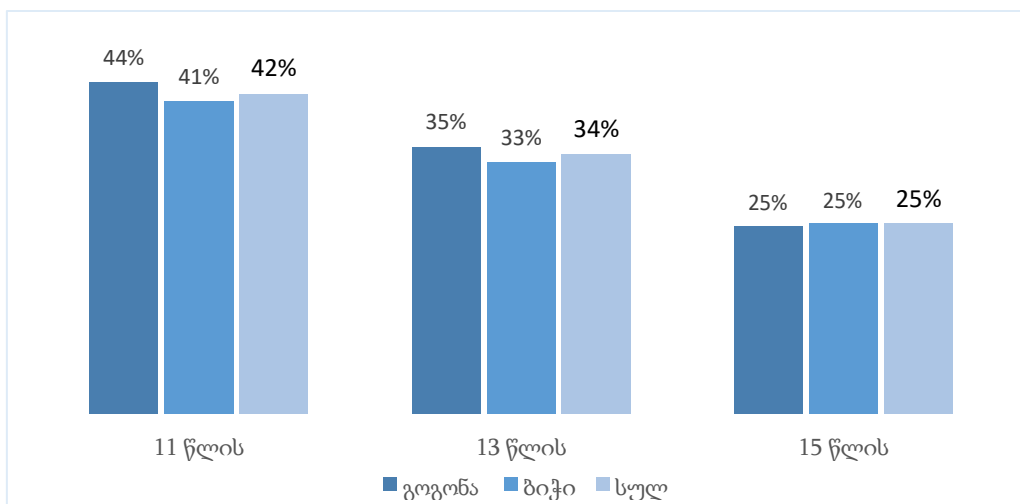
**სურათი 12. 15 წლის მოზარდებში აზარტული თამაში სიცოცხლის განმავლობაში (%) სქესისა და საცხოვრებელი ადგილის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



### სასკოლო გარემო

ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლები საქართველოში არის საჯარო ან კერძო. სკოლაში სწავლა ხორციელდება ეროვნული სასწავლო გეგმის მიხედვით, რომელიც შეიმუშავა საქართველოს განათლების, მეცნიერების, კულტურისა და სპორტის სამინისტრომ. გარდა განათლების უზრუნველყოფისა, სკოლა ბავშვებისთვის მთავარი სოციალური გარემოა. კვლევის მონაწილეთა 47%-ს მოსწონს სკოლა, მაგრამ ეს წილი ასაკთან ერთად მცირდება. კვლევის მონაწილეთა 30% აღნიშნავს, რომ მასწავლებლები ზრუნავენ მათზე, ეს მაჩვენებელი არსებითად იცვლება ასაკთან ერთად.

**სურათი 13. სკოლის მიმართ დადებითი განწყობა (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



იმ მოზარდთა შორის, რომლებმაც აღნიშნეს, რომ მოსწონდათ სკოლა, 18% ცხოვრობდა თბილისში, 31% სხვა დიდ ქალაქებში, ხოლო 52% კი სოფელში.

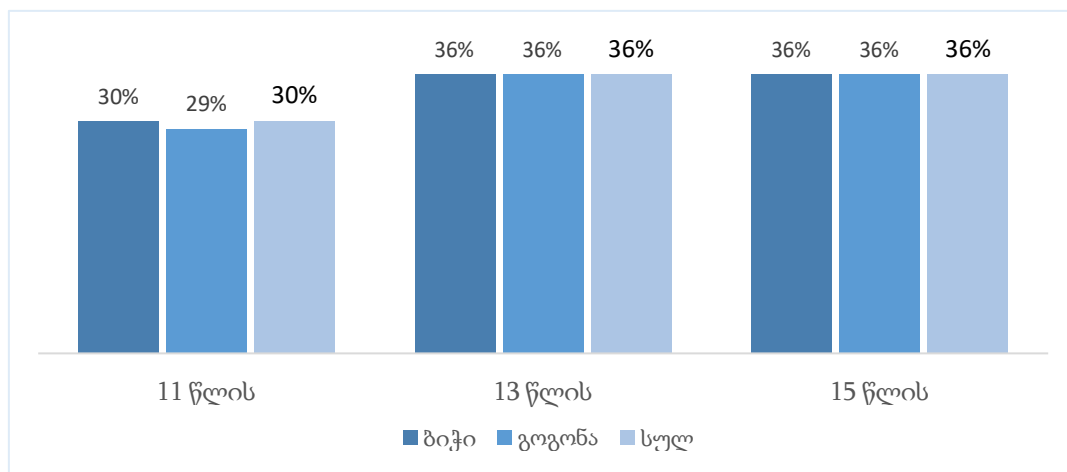


მოსწავლეთა 6% აცხადებს, რომ საკმაოდ დიდ ზეწოლას განიცდის სასკოლო დავალებების თვალსაზრისით. გაირკვა, რომ სკოლაში დატვირთულობას აღნიშნავდა 11 წლის მოზარდთა 27%, 13 წლის მოზარდთა 36% და 15 წლის მოზარდთა 34%. სკოლაში გადატვირთული მოზარდების მაჩვენებელი განსხვავდება ასაკის, სქესის და საცხოვრებელი ადგილის მიხედვით. 11 წლის მოზარდთა დაახლოებით 85% ფიქრობს, რომ მასწავლებლები მათ ძალიან კარგად უგებენ; მაჩვენებელი ასაკის მატებასთან ერთად მცირდება. მოსწავლეთა 67% აღნიშნავს თანაკლასელების მიმართ კეთილგანწყობას.

## ონლაინ კომუნიკაცია

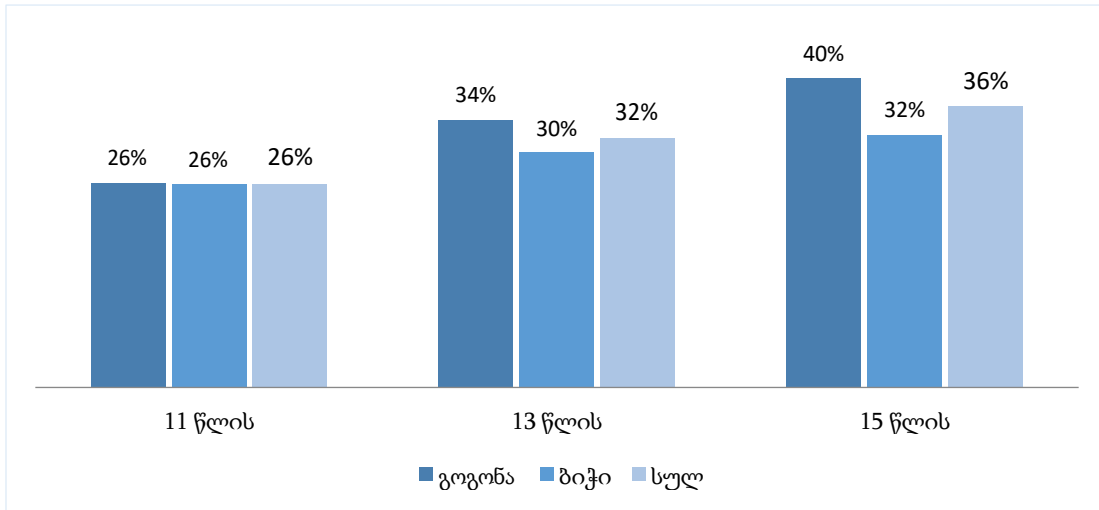
ონლაინ კომუნიკაცია უკიდურესად გავრცელებულია თანამედროვე საზოგადოებაში, განსაკუთრებით მოზარდებში. იგი შეიძლება გამოყენებულ იქნას, როგორც „ერთი - ერთთან“, ისე „ერთი მრავალთან“ კომუნიკაციის სახით - ინფორმაციის გაგზავნა ტექსტური შეტყობინებით, ელექტრონული ფოსტით (მათ შორის ვებგვერდებზე ბმულების ჩათვლით) ან დანართების საშუალებით. მოზარდების 9% აცხადებს, რომ აქვს ყოველდღიური კონტაქტი მეგობრებთან ტელეფონით, ტექსტური შეტყობინებით, ელექტრონული ფოსტით, მესინჯერით და/ან სხვა სოციალური მედიის საშუალებით. 12%-ს მოსწონს, რომ შეუძლია საუკეთესო მეგობართან ისაუბროს საკუთარი პრობლემების შესახებ. მეგობრებთან ყოველდღიური ელექტრონული მედიით კონტაქტით უფრო ხშირად სარგებლობენ ბიჭები, ვიდრე გოგონები. 11 წლის ასაკის 27% მეგობრებს ყოველდღიურად ესაუბრება ელექტრონული მედიის საშუალებით, ეს მაჩვენებელი 15 წლის ასაკში 36%-მდე იზრდება.

**სურათი 14. მეგობრებთან ყოველდღიური ონ-ლაინ კონტაქტი (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



კვლევის შედეგად დადგინდა, რომ სოციალური მედია პოპულარული საშუალებაა მოზარდებს შორის თანატოლებთან ურთიერთობისათვის. სოციალური მედიის გამოყენება 2-ჯერ ხშირია სოფლად მცხოვრები მოზარდებისათვის (42%) დედაქალაქში მცხოვრებლებთან (21%) შედარებით. ქალაქში მცხოვრები მოზარდების 25% ასევე სარგებლობს სოციალური მედიით.

**სურათი 15. სოციალური მედით სარგებლობა (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**

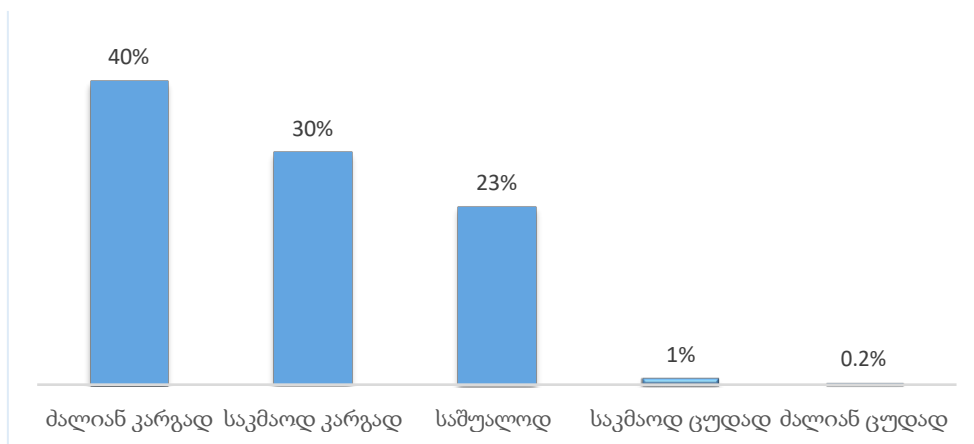


**ოჯახური ურთიერთობა და სოციალური მდგომარეობა**

მშობლის და შვილის ურთიერთობები მოზარდებში ძალიან მნიშვნელოვანია. მოზარდობა არის სწრაფი ბიოლოგიური, კოგნიტური და ნევროლოგიური ცვლილებების პერიოდი, რომელიც აშკარა გავლენას ახდენს ფსიქოსოციალურ ფუნქციონირებასა და ურთიერთობებზე.

კვლევის პროცესში შესწავლილ იქნა ოჯახების სოციალური კეთილდღეობა. აღმოჩნდა, რომ მოზარდების 85% ორივე მშობელთან ერთად ცხოვრობს, 12% ცხოვრობს მხოლოდ დედასთან, ხოლო 2% მხოლოდ მამასთან. კვლევის მონაწილეთა 42% აღწერს საკუთარ ოჯახს, როგორც „ძალიან კარგს“ და მხოლოდ 0.2% ამბობს, რომ „საერთოდ არ არის კარგი“.

**სურათი 16. საკუთარი ოჯახის შეფასება (%), HBSC, საქართველო, 2018**



მოსწავლეთა უმეტესობა აღნიშნავს ოჯახის წევრების მხრიდან მხარდაჭერას. მოზარდების 67%-მა მიუთითა, რომ ოჯახის წევრების მხრიდან აქვთ ემოციური მხარდაჭერა და ხშირად ეხმარებიან გადაწყვეტილების მიღებაში. მოზარდების მხოლოდ 9%-მა განაცხადა ოჯახური კონფლიქტის შესახებ. კვლევაში მონაწილე მოზარდთა 11%-მა აღნიშნა, რომ ოჯახიდან თავის

დაღწევას ცდილობს, ეს მაჩვენებელი ასაკის მატებასთან ერთად იზრდება. მათ შორის, ვინც ცდილობს თავი დააღწიოს საკუთარ ოჯახს, 23% ცხოვრობს დედაქალაქში, 37% ქალაქში, ხოლო 40% - სოფელში.

მოზარდთა 62% აცხადებს, რომ არასოდეს არ ყოფილა დასასვენებლად ან სამოგზაუროდ ოჯახთან ერთად. ქალაქში მცხოვრები ბავშვების 54% და სოფლად მცხოვრები ბავშვების 29% სიცოცხლეში ერთხელ მაინც იყო წასული სამოგზაუროდ ან დასასვენებლად.

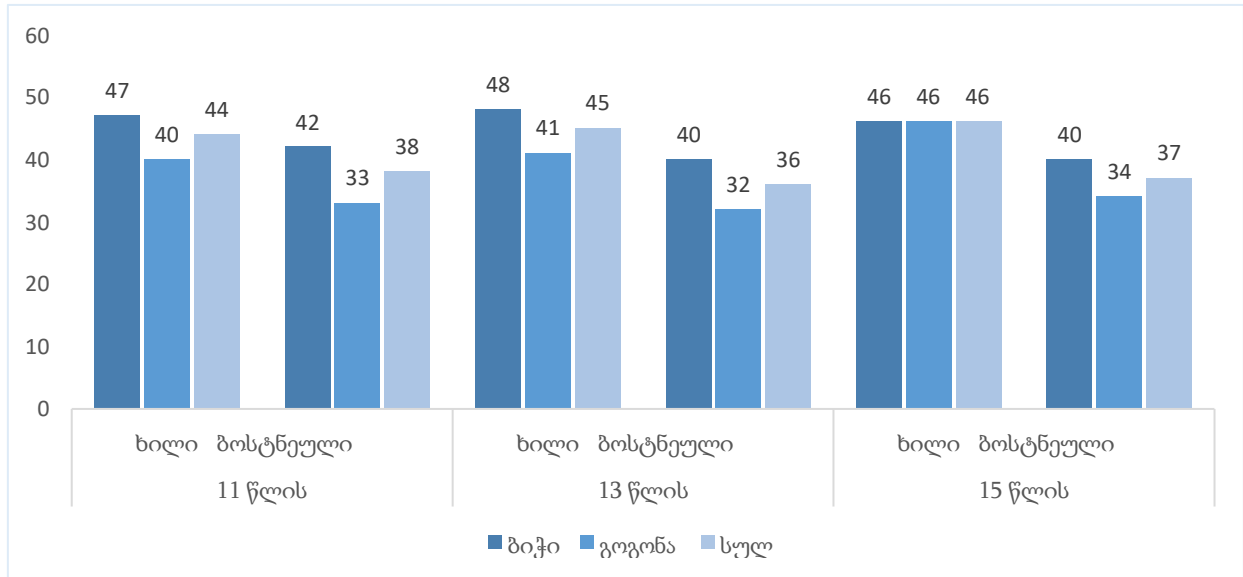
## კვება

ჯანსაღი კვება წარმოადგენს მოზარდთა ჯანმრთელობისა და განვითარების მნიშვნელოვან საფუძველს. ის, ასევე, ხელს უშლის ისეთი დაავადებების განვითარებას, როგორცაა დიაბეტი, კიბო და გულ-სისხლძარღვთა და სიმსუქნესთან დაკავშირებული დაავადებები. სხვადასხვა საერთაშორისო კვლევებით დადასტურდა, რომ ჯანსაღი კვების რაციონში აუცილებელია და ძალიან სასარგებლოა ხილის, ბოსტნეულის, პარკოსნების, თხილეულისა და მარცვლეულის შეტანა. ჯანმრთელობისთვის საზიანოა მარილის, შაქრებისა და ნაჯერი ცხიმების ჭარბი რაოდენობით მიღება. ჯანსაღი კვება უნდა დაიწყოს ადრეული ასაკიდან, მუძუთი კვებით და სხვადასხვა ჯანსაღი კვებითი ინიციატივებით. ეს სარგებელი შემდგომ აისახება ადამიანის ჯანმრთელობაზე და სიცოცხლის ხანგრძლივობაზე (6).

HBSC კვლევამ აჩვენა, რომ მოზარდების 49% ყოველ დღით საუზმობს. შედარებით უფროსი ასაკის მოზარდები რეგულარულად არ საუზმობენ, მათი უმეტესობა ქალაქის მაცხოვრებელია. როგორც ხილს, ასევე ბოსტნეულს ყოველდღიურად მოიხმარს კვლევაში მონაწილეთა მხოლოდ 14%. ამასთან, ხილის ყოველდღიური მოხმარება ასაკთან ერთად იზარდება. მოზარდთა 29% ყოველდღიურად მოიხმარს ტკბილეულს და შოკოლადს ან კოლას და სხვა შაქრიან სასმელებს; ასაკობრივი გადანაწილება: 11 წლის გოგონების 37% და ბიჭების 38% ყოველდღიურად მიირთმევს ტკბილეულს და გოგონების 20% და ბიჭების 27% ყოველდღიურად მიირთმევს შაქრის შემცველი სასმელებს; 13 წლის გოგონებში ტკბილეულისა და შაქრის შემცველი სასმელების მოხმარებამ შეადგინა 44% და 29%, შესაბამისად; ხოლო ბიჭებში 37% და 29%, შესაბამისად. პროცენტული მაჩვენებლის მატება შეინიშნება უფროს ასაკობრივ ჯგუფშიც; კერძოდ, კვლევაში მონაწილე 15 წლის გოგონების 45% ყოველდღიურად მოიხმარს ტკბილეულს და 29% სასმელებს, ხოლო 15 წლის ვაჟთა შორის იგივე მაჩვენებელმა შეადგინა 40% და 31%, შესაბამისად.

ხილისა და ბოსტნეულის ყოველდღიური მოხმარება მნიშვნელოვანია მოზარდის ზრდა-განვითარებისათვის.

**სურათი 17. ხილისა და ბოსტნეულის ყოველდღიური მოხმარება (%) ასაკის და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



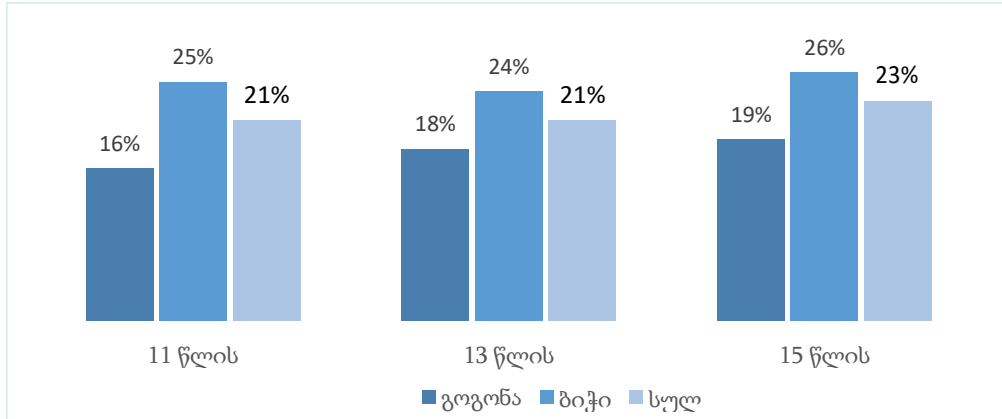
სოფელში მაცხოვრებელი მოზარდები ყოველდღიურად უფრო ხშირად მიირთმევენ ხილს (13%), ვიდრე ქალაქის მაცხოვრებლები (10%), ხილს ყველაზე ნაკლებად მიირთმევენ დედაქალაქში მაცხოვრებელი მოზარდები (8%). კვლევაში მონაწილე მოზარდების 24% (21% გოგონა და 16% ბიჭი) ყოველდღიურად მიირთმევენ ბოსტნეულს; დედაქალაქში - 9%, ქალაქში - 12%, სოფელში - 16%.

### ფიზიკური აქტივობა

ფიზიკური უმოქმედობა სიკვდილის ერთ-ერთი წამყვანი რისკ-ფაქტორია. ფიზიკური აქტივობა ხელს უწყობს არაგადამდებ დაავადებათა პრევენციას და, შესაბამისად, ჯანმრთელობისთვის მეტად მნიშვნელოვანია. ჯანმო-ს თანახმად, მსოფლიოში მოზარდების 80%-ზე მეტი არ არის ფიზიკურად აქტიური (7). 5-17 წლის ასაკის ბავშვები და მოზარდები ფიზიკური აქტივობით ყოველდღიურად მინიმუმ 60 წუთი უნდა იყვნენ დაკავებული. უფრო მეტიც, ყოველდღიური ფიზიკური აქტივობა უზრუნველყოფს და ზრდის ჯანმრთელობის სარგებელს (7). კვლევის მიხედვით, *ფიზიკური აქტივობა არის აქტივობა, რომელიც ზრდის გულისრითმს და ზოგჯერ იწვევს სუნთქვის გაძნელებას. ფიზიკური აქტივობა გულისხმობს სპორტს, სკოლის აქტივობებს, მეგობრებთან თამაშს ან სკოლაში ფეხით სიარულს. ფიზიკური აქტივობების ზოგიერთი მაგალითია: სირბილი, ჩქარი სიარული, როლიკებით სიარული, ველოსიპედის ტარება, ცეკვა, სკეიტბორდინგი, ცურვა, ფეხბურთის და კალათბურთის თამაში და სერფინგი. ხოლო კვლევის მიხედვით ფიზიკურ დატვირთვად ითვლება ფიზიკური აქტივობა დღეში სულ მცირე 60 წუთის განმავლობაში.*

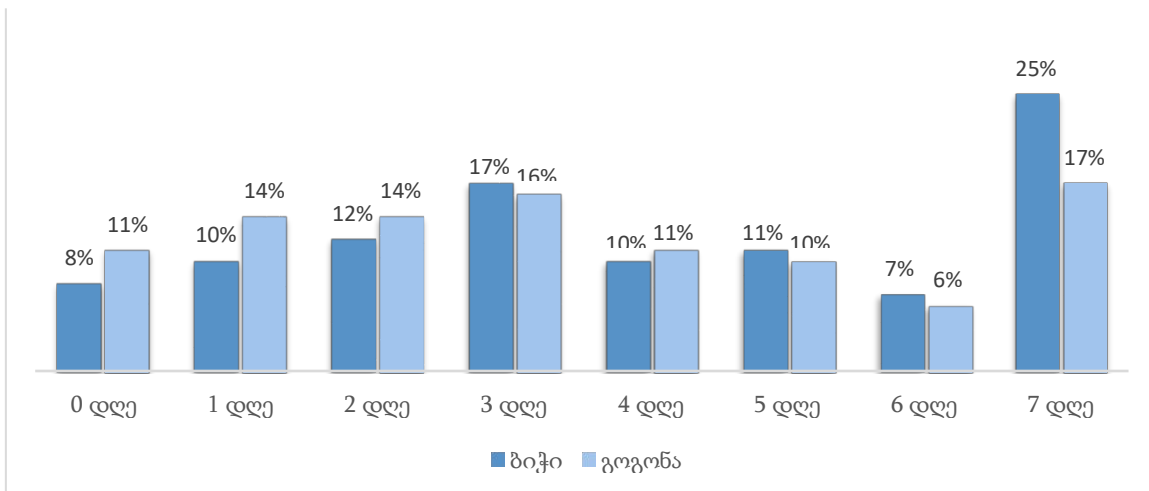
კვლევის შედეგების მიხედვით, ბიჭები გოგონებთან შედარებით უფრო აქტიურები არიან.

**სურათი 18. ყოველდღიური ფიზიკური აქტივობა 60 წუთის განმავლობაში (%) ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



კვლევის შედეგად გამოიკვეთა, რომ 11-15 წლის მოზარდების 21.2 % იყო ფიზიკურად აქტიური დღეში სულ მცირე 60 წუთის განმავლობაში ბოლო 7 დღის მანძილზე, მ/შ გოგონების-17% და ბიჭების-25%. მცირედი განსხვავება დაფიქსირდა სოფელში მცხოვრებ მოზარდებსა და ქალაქში მცხოვრებ მოზარდებს შორის. კერძოდ, სოფლად მცხოვრები გოგონების მხოლოდ 23%-ია ყოველდღიურად, მინიმუმ 60 წუთით ფიზიკურად აქტიური, მაშინ როცა იგივე ფიზიკური აქტივობით ქალაქში მცხოვრებელი გოგონების 25%-ია დაკავებული. რაც შეეხება ბიჭებს, მათ შორის განსხვავება თითქმის არ დაფიქსირებულა და ბიჭების 32%-ია ყოველდღიურად 60 წუთით ფიზიკურად აქტიური.

**სურათი 19. მოზარდების სულ მცირე 60 წუთით ფიზიკური დატვირთვა ბოლო 7 დღის განმავლობაში (%) სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



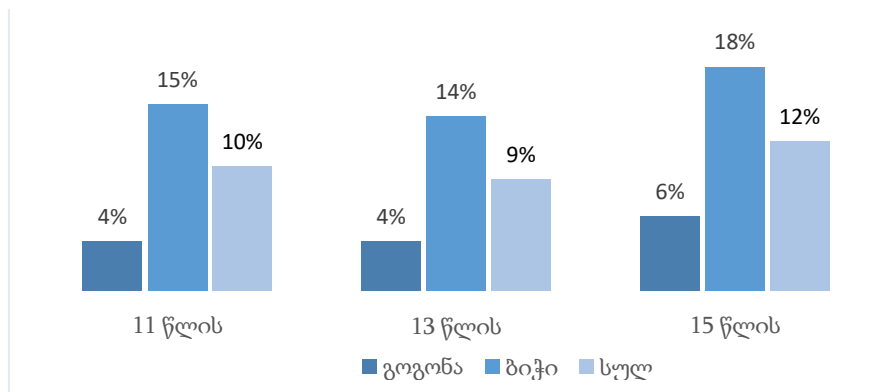
11 წლის მოზარდთა 35%-ს ჰქონდა ინტენსიური ფიზიკური დატვირთვა 4-6-ჯერ და მეტჯერ კვირაში, იგივე მაჩვენებელი 13 და 15 წლის ასაკში - 30% და 24%-ია, შესაბამისად.

### ფიზიკური ძალადობა

კვლევის პროტოკოლის შესაბამისად, ფიზიკურ ძალადობაში იგულისხმება ფიზიკური დაპირისპირება, რომელშიც მონაწილეობდნენ მოზარდები ბოლო 12 თვის განმავლობაში. რესპონდენტთა 36.9%-მა აღნიშნა, რომ ბოლო 12 თვის განმავლობაში ერთხელ მაინც იყო

ჩართული ფიზიკურ ძალადობაში. ბიჭებმა უფრო ხშირად არიან ჩართული ფიზიკურ ძალადობაში, ვიდრე გოგონები.

**სურათი 21. ბოლო 12 თვის განმავლობაში ფიზიკური ძალადობის გავრცელება (%) ასაკის და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



მათ შორის, ვინც მონაწილეობდა ფიზიკურ ძალადობაში, 40%-მა აღიარა, რომ მრავალჯერ იყო ჩართული ფიზიკურ აგრესიაში ბოლო ერთი წლის განმავლობაში. ბიჭების ფიზიკურ ძალადობაში ჩართულობა იზრდება ასაკთან ერთად. ფიზიკურ ძალადობის მაჩვენებელი შედარებით მაღალია დედაქალაქში მცხოვრებ მოზარდთა შორის (8%), სხვა ქალაქებში ეს მაჩვენებელი 6%, ხოლო სოფლად 5%-ია.

### ბულინგი

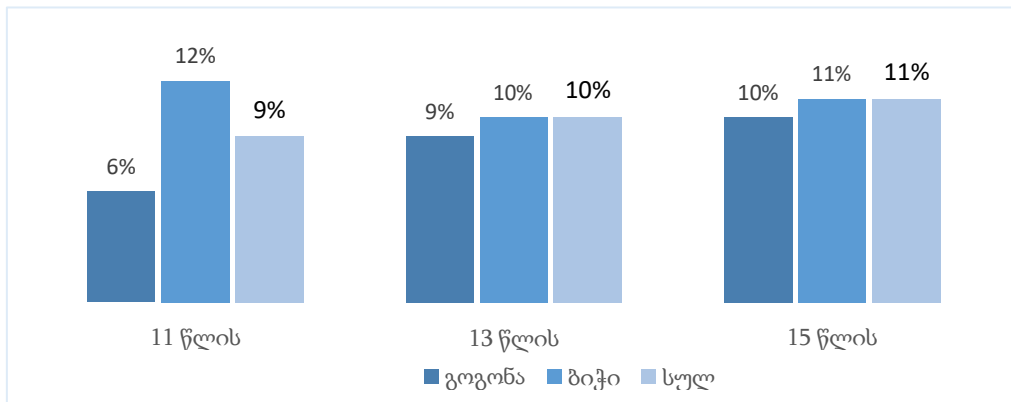
კვლევამ შეისწავლა მოზარდებთა შორის ბულინგი. კვლევის პროტოკოლის მიხედვით ბულინგი გულისმობს ერთი მოზარდის ან მოზარდების მიერ მეორე მოზარდის მიმართ განხორციელებულ განმეორებით სიტყვიერ შეურაცხყოფას. ბულინგი ასევე გულისმობს არასასურველ დაცინვას და განდევნას. ბულინგის განმახორციელებელს მეტი ძალაუფლება აქვს ვიდრე ბულინგის მსხვერპლს. ბულინგში არ იგულისხმება თანაბარი ძალის მქონე ადამიანებს შორის კამათი ან ჩხუბი.

მოზარდთა 17% აღიარებს, რომ მიუღიათ ბულინგში მონაწილეობა; მაგალითად, დაუჩაგრავთ

სხვები 1-2-ჯერ ბოლო თვის განმავლობაში. კვლევაში მონაწილეთა 14%-მა აღნიშნა, რომ ყოფილა ბულინგის მსხვერპლი ერთხელ მაინც ბოლო თვეების განმავლობაში. 15 წლის მოზარდთა შორის ბულინგის შემთხვევები უფრო ხშირია (42%), ვიდრე 11 და 13 წლის მოზარდებში (32% და 31%, შესაბამისად).

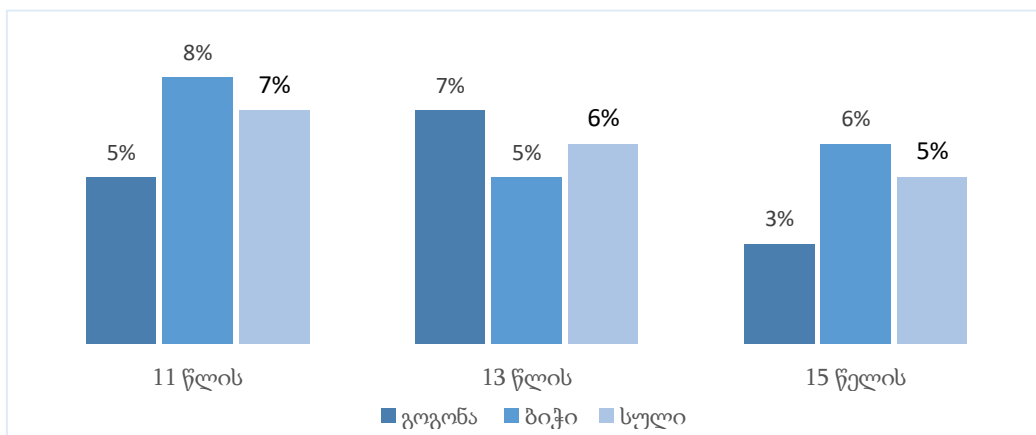
15 წლის გოგონებში ბულინგის მსხვერპლთა შემთხვევები უფრო მაღალია, ვიდრე ბიჭებში. გოგონათა 5%-მა და ბიჭების 17%-მა აღნიშნა, რომ მონაწილეობა მიუღია ფიზიკურ ძალადობაში.

**სურათი 22. ბულინგის განხორციელება (%) ბოლო რამდენიმე თვის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



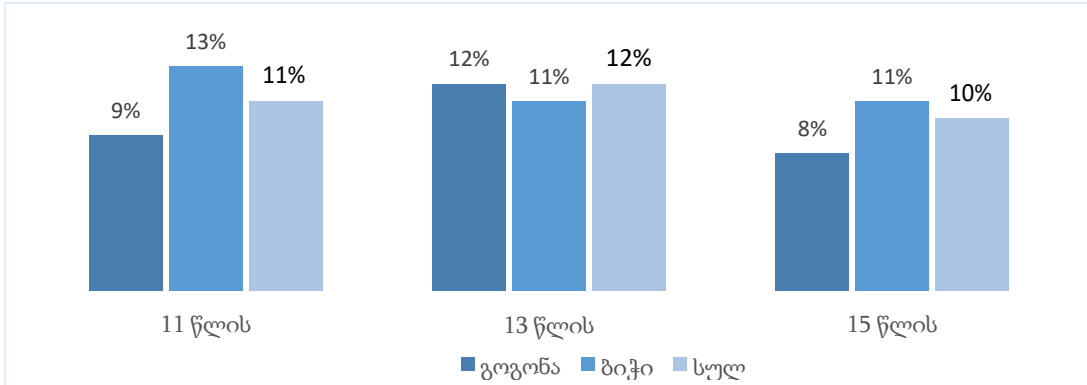
კვლევის მონაწილე მოსწავლეებმა ასევე აღნიშნეს, რომ თავად ყოფილან ბულინგის მსხვერპლნი.

**სურათი 23. ბულინგის მსხვერპლნი (%) ბოლო რამდენიმე თვის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



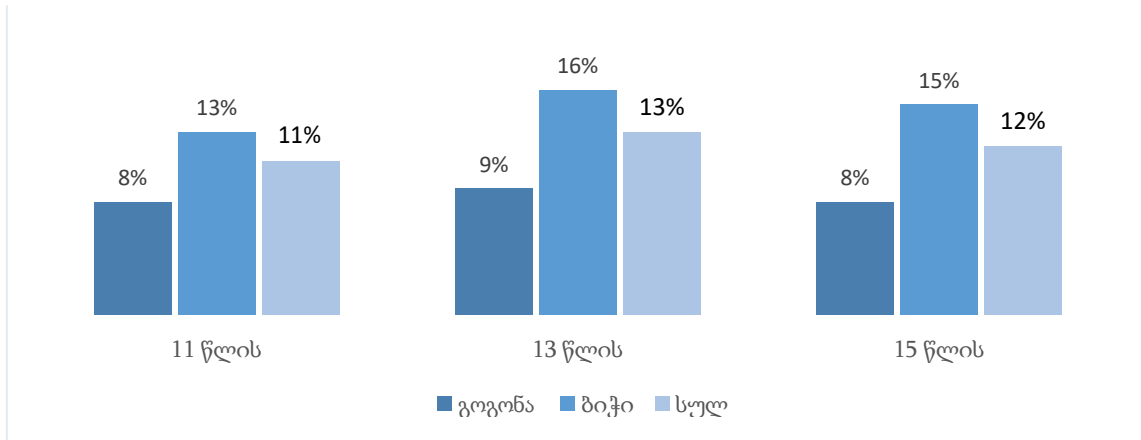
თანამედროვე ეპოქაში სულ უფრო პოპულარული ხდება კიბერ ბულინგი. კიბერბულინგი, კვლევის პროტოკოლით განიშარტება როგორც ტექსტური შეტყობინებების, მობილური ტელეფონისა და სოციალური ქსელების საშუალებით, პოსტების გაზიარებით, ვებ გვერდების შექმნით, რომელიც ემსახურება დაცინვას და შეუფერებელი ფოტოების განთავსებას იმ მოზარდისნებართვისგარეშე რომელსაც კვლევების ფოტოები და ა.შ.

**სურათი 24: კიბერბულინგის განხორციელება (%) ბოლო რამდენიმე თვის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**



მნიშვნელოვანია იმ მოზართა გულახდილობა, რომლებმაც აღიარეს, რომ მათ მიმართ განუხორციელებიათ კიბერბულინგი. იმ ბიჭების პროცენტული მაჩვენებელი, რომელთა მიმართაც განხორციელდა კიბერბულინგი, უფრო მაღალია ვიდრე თავად კიბერბულინგის განმახორციელებელი ბიჭების მაჩვენებელი.

**სურათი 25: კიბერბულინგის მსხვერპლნი (%) ბოლო რამდენიმე თვის განმავლობაში ასაკისა და სქესის მიხედვით, HBSC, საქართველო, 2018**





### გამოყენებული ლიტერატურა:

1. Boniel-Nissim M, Lenzi M, Zsiros E, Gaspar de Matos M, Gommans R, Harel-Fisch Y et al. International trends in electronic media communication among 11- to 15-year-olds in 30 countries from 2002 to 2010: association with ease of communication with friends of the opposite sex. *Eur J Public Health* 2015;25(Suppl. 2):41–5.
2. Pickett W, Craig W, Harel-Fisch Y, Cunningham J, Simpson K, Molcho M et al. Cross-national study of fighting and weapon carrying as determinants of adolescent injury. *Pediatrics* 2005;116(6):e855–63.
3. Chester KL, Callaghan M, Cosma A, Donnelly P, Craig W, Walsh S et al. Cross-national time trends in bullying victimization in 33 countries among children aged 11, 13 and 15 from 2002 to 2010. *Eur J Public Health* 2015;25(Suppl. 2):61–4.
4. Inchley J, Currie D, Young T, Samdal O, Torsheim T, Augustson L et al., editors. 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; <http://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/growingup-unequal-gender-and-socioeconomic-differences-in-young-peoples-health-and-well-being.-health-behaviour-in-school-aged-children-hbsc-study-international-report-from-the-20132014-survey>).
5. Healthy diet. <https://www.who.int/health-topics/healthy-diet#tab=tab1>
6. Oral health. <https://www.who.int/health-topics/oral-health/#tab=tab1>
7. Physical activity <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>