

АНАЛІТИЧНИЙ ЗВІТ

за результатами опитування українських підлітків
у 2022/2023 роках «Здоров'я та поведінкові орієнтації
учнівської молоді» в межах міжнародного проєкту
ВООЗ "Health behaviour schoolage children" (HBSC)

Київ 2024



ЗМІСТ

Перелік скорочень	3
Вступ	4
Методологія дослідження	5
Соціально-демографічні характеристики опитаних та соціально-економічний добробут сім'ї	8
Розділ 1. Складові психологічного здоров'я українських дітей та підлітків	13
1.1. Самопочуття та настрої.....	13
1.2. Задоволеність життям і відчуття щастя.....	18
1.3. Підтримка сім'ї.....	21
1.4. Батьківський контроль.....	25
1.5. Допомога друзів.....	29
1.6. Сприйняття свого тіла.....	31
Висновки до розділу 1.....	33
Розділ 2. Учбово-навчальне середовище	36
2.1. Атмосфера закладу освіти.....	36
2.2. Підтримка вчителів / викладачів.....	39
2.3. Булінг у закладах освіти.....	40
Висновки до розділу 2.....	41
Розділ 3. Булінг і кібербулінг, бійки в молодіжному середовищі	42
3.1. Досвід булінгу та кібербулінгу.....	42
3.2. Фізичне насильство: участь у бійках.....	46
Висновки до розділу 3.....	47
Розділ 4. Здоров'я в індивідуальних практиках і життєвих стратегіях підлітків	48
4.1. Самооцінка здоров'я та прояви нездужання.....	48
4.2. Підлітковий травматизм.....	50
4.3. Практика дотримання гігієни.....	50
4.4. Особливості харчування дітей та підлітків.....	51
4.5. Досвід вживання алкоголю.....	57
4.6. Досвід куріння сигарет (тютюнопаління).....	59

4.7. Досвід вживання марихуани або гашишу.....	61
4.8. Сексуальний досвід.....	62
4.9. Ризикована сексуальна поведінка. Використання презервативів і протизаплідних пігулок.....	65
4.10. Поінформованість щодо віл-інфекції та сніду.....	68
Висновки до розділу 4.....	69
Розділ 5. Форми активностей сучасних підлітків.....	72
5.1. Фізична активність.....	72
5.2. Маршрут до закладу освіти та додому.....	74
5.3. Перегляд телепередач і відео.....	76
5.4. Споживання контенту в соціальних мережах і віртуальне спілкування.....	77
Висновки до розділу 5.....	81
Розділ 6. Вплив пандемії та війни на життя дітей і підлітків.....	83
6.1. Вплив пандемії covid-19 на якість життя.....	83
6.2. Вплив війни як стресогенного чинника.....	84
6.3. Безпека життєдіяльності: інформованість молодих людей з мінної безпеки.....	86
6.4. Інформованість молодих людей щодо вибухонебезпечних предметів.....	89
Висновки до розділу 6.....	92
Загальні висновки.....	93

ПЕРЕЛІК СКОРОЧЕНЬ

HBSC	Health Behaviour in School-aged Children (Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді)
ВІЛ	Вірус імунодефіциту людини
ВООЗ	Всесвітня організація охорони здоров'я
ВПО	Внутрішньо переміщена особа
ІМТ	Індекс маси тіла
МОЗ	Міністерство охорони здоров'я України
СНІД	Синдром набутого імунодефіциту людей

ВСТУП

Проект «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді» (Health Behaviour in School-Aged Children – HBSC) існує як інноваційне міжнародне дослідження вже понад 41 рік та дає можливість отримати глибоке розуміння добробуту молоді, поведінки щодо здоров'я та соціального контексту. У співпраці з Європейським регіональним бюро ВООЗ кожні чотири роки в 51 країні Європи та Північної Америки проводиться дослідження серед підлітків 11–15 років. Для України вікова група підлітків охоплює 11–17 років.

Результати дослідження HBSC використовуються для інформування політиків та практиків з метою покращення життя мільйонів молодих людей. Україна є учасником міжнародного дослідницького проекту «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді» (HBSC) з 2001 року, було проведено перше пілотне опитування, яке дозволило Україні стати повноправним членом проекту. В Україні дослідження проводиться ГО «Український інститут соціальних досліджень імені Олександра Яременка» (головний дослідник проекту Бондар Тетяна. До 2022 року проект очолювала Ольга Балакірева).

На даний час в Україні проведено шість хвиль опитування (2002 р. опитано 5267 осіб; 2006 р. 6535 осіб, 2010 р. – 10 343 особи, 2014 р. – 11 390 осіб, 2018 – 13 337 осіб, 2022/2023 - 23 612 осіб), що стало можливим за підтримки головного партнера – Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні.

Висловлюємо подяку всім міністерствам, відомствам та організаціям, які активно сприяли реалізації проекту в Україні, зокрема: Міністерству охорони здоров'я України, Міністерству освіти і науки України, Державній науковій установі «Інститут освітньої аналітики», ГО «Український інститут соціальних досліджень імені Олександра Яременка», Представництву Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, Представництву ВООЗ в Україні.

Дослідження HBSC дає змогу вивчити сучасні тенденції в поведінці підлітків стосовно здоров'я та вплив соціального оточення на стан здоров'я учнівської молоді. З 24 лютого 2022 року в Україні стають питання безпеки та вплив повномасштабного вторгнення росії в Україну. Аналіз отриманих даних дає підстави визначити пріоритети формування навичок здорового способу життя з урахуванням особливостей різних статево-вікових груп.

Представлені матеріали адресовані вчителям і викладачам, соціальним працівникам, батькам, медпрацівникам, представникам молодіжних громадських організацій та засобів масової інформації, а також іншим фахівцям, які безпосередньо займаються формуванням навичок здорового способу життя дітей та молоді. Крім того, запропоновані результати будуть корисними для тих, хто готує і приймає рішення з питань забезпечення здоров'я, формування здорового способу життя та виховання здорової поведінки української молоді: керівникам органів державної влади та управління, навчальних закладів, закладів охорони здоров'я, впливовим політикам і громадським діячам тощо. Отримані результати останньої хвилі дослідження дали можливість підготувати ґрунтовний аналіз стосовно ключових показників стану здоров'я та ставлення підлітків до свого здоров'я, соціального самопочуття й існуючих моделей поведінки. У звіті також представлена динаміка окремих показників. Автори зазначають, що реалізація цього дослідження в Україні стала можливою лише завдяки співпраці широкого кола людей.

Передусім це співробітники ГО «Український інститут соціальних досліджень імені Олександра Яременка», керівники команд інтерв'юерів та інтерв'юери постійної мережі інституту в регіонах, керівники навчальних закладів та працівники управлінь освіти й науки, які сприяли та допомагали в організації та проведенні опитування.

Окрема подяка міжнародному координатору HBSC, керівнику групи наукових розробок HBSC науководослідницького відділу охорони здоров'я дітей та підлітків Единбурзького університету Джо Інчлі (Jo Inchley) та Представництву Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, яке підтримало підготовку цього звіту та його видання.

Щирі слова вдячності персонально:

- Антону Товченко, керівнику департаменту планування, моніторингу та звітності Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні;
- Світлані Фіцайло, начальниці відділу змісту освіти, позашкільної та виховної роботи Міністерства освіти і науки України;
- Андрію Литвинчуку, в.о. директора ДНУ «Інститут освітньої аналітики».

Аналітичний звіт підготував колектив авторів: Т. Бондар, канд. соціол. наук (наукове керівництво та редагування, вступ, методологія дослідження, загальні висновки), О. Ганюков, канд. філос. наук (соціально-демографічні характеристики опитаних та соціально-економічний добробут сім'ї, підрозділи 4.8, 4.9, 4.10, 5.1, 5.2), А. Зінченко, канд. канд. істор. наук (соціально-демографічні характеристики опитаних та соціально-економічний добробут сім'ї, підрозділи 5.1, 5.2, 5.4), О. Евтович (соціально-демографічні характеристики опитаних та соціально-економічний добробут сім'ї, підрозділи 2.2, 2.3), О. Левцун, канд. соціол. наук (підрозділи 1.1, 1.2, 1.3, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 3.2, 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7, 4.8, 4.9, 4.10, 5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 6.2, 6.3, 6.4), Д. Павлова, канд. соціол. наук, доцент (підрозділи 1.4, 1.5, 1.6, 6.1), С. Шевченко (підрозділи 1.1, 1.2, 1.3, 2.1, 3.1).

Результати моніторингового дослідження «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді України», яке було проведено в 2002-2023 роках в межах міжнародного проекту ВООЗ «Health Behaviour in Schoolage children» (HBSC) дозволяють проаналізувати вплив соціального середовища на формування здоров'я учнівської молоді віком 11–17 років в динаміці.

Результати дослідження містять дані про оцінку здоров'я та способів життя української молоді: режим харчування, сприйняття власного тіла, фізичну активність, психологічний клімат та комфорт, образи та насильство, шкідливі звички, статеvu культуру та поінформованість про ВІЛ/СНІД, питання безпеки та вплив повномасштабного вторгнення росії в Україну 24 лютого 2022 року. Для того, щоб краще зрозуміти всі детермінанти здоров'я, вивчається навколишнє соціально-економічне середовище молодих людей, а також умови їх життя вдома, в закладі освіти, в колі друзів.

Розгляд результатів дослідження в динаміці дозволяє краще зрозуміти чинники та тенденції, які впливають на поведінку підлітків та формують їхнє уявлення про різні аспекти життя, надати актуальну інформацію для коригування політики та практики з метою покращення життя підлітків.

МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

Методологія дослідження базується на протоколі міжнародного наукового дослідження «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді» (Health Behaviour in School-Aged Children – HBSC), який надає концептуальну основу та має узгоджений набір показників соціальних та індивідуальних детермінант здоров'я, а також медичних і поведінкових індикаторів¹.

Використаний у дослідженні інструментарій базується на запитаннях, запропонованих міжнародним протоколом дослідження, до якого входять як обов'язкові для всіх країн-учасниць тематичні блоки із запитаннями, так і необов'язкові(додаткові)блокизокремимиспецифічнимитематичнимизапитаннями;атакожна національних запитаннях, що дозволяє проаналізувати національні чинники, які впливають на особливості поведінки підлітків.

В цьому звіті використані дані попередніх хвиль дослідження:

- 2006 р. – Опитування проводилося з 1 квітня по 30 травня 2006 року в усіх областях України, АР Крим і місті Києві. Всього опитано 6535 респондентів 6-х, 8-х, 10-х класів і I курсу ЗПТО та закладів вищої освіти. Стандартні відхилення при достовірних 95 відсотках і співвідношенні змінних від 0,1 : 0,9 до 0,5 : 0,5 становлять 1,10–1,83 відсотка. Опитування проведено в 337 закладах освіти, розташованих у 227 населених пунктах України (124 містах і 103 селах). Метод отримання інформації: анкетування методом групового опитування у навчальних аудиторіях.
- 2010 р. – Опитування проводилося з 23 квітня по 30 травня 2010 року в усіх областях України, АР Крим і місті Києві. Всього опитано 10 343 респонденти 6-х, 8-х, 10-х, 11-х класів і I–III курсів ЗПТО та закладів вищої освіти I–II рівнів акредитації (на базі 9-річної освіти), I–II курсів закладів вищої освіти I–II рівнів акредитації (на базі 11-річної освіти) та I курсу закладів вищої освіти III–IV рівнів акредитації. Стандартні відхилення при достовірних 95 відсотках і співвідношенні змінних від 0,1 : 0,9 до 0,5 : 0,5 становлять 0,59–0,98 відсотка. Опитування проведено в 616 закладах освіти, розташованих у 374 містах і 239 селах України. Метод отримання інформації — анкетування шляхом самозаповнення формалізованого запитальника методом групового опитування в навчальних аудиторіях
- 2014 р. – Опитування проводилося з 4 квітня по 28 травня 2014 року в усіх областях України, АР Крим і місті Києві. Всього опитано 11 390 респондентів 6–11 класів і I–II курсів ЗПТО та закладів вищої освіти I–II рівнів акредитації на базі 9-річної освіти віком 10–17 років. Стандартні відхилення при достовірних 95 відсотках і співвідношенні змінних від 0,1 : 0,9 до 0,5 : 0,5 становлять 0,56–0,94 відсотка. Опитування проведено у 738 класах, розташованих у 458 закладах освіти. Метод отримання інформації: самозаповнення формалізованого запитальника у навчальних аудиторіях з використанням індивідуального конверта для кожного опитуваного.
- 2018 р. – Опитування проводилося з 9 квітня по 29 травня 2018 року в усіх областях України (у Донецькій і Луганській областях опитування проводилося на підконтрольних Уряду України територіях) та місті Києві. Всього опитано 13337 респондентів (6570 хлопців, 6767 дівчат і 1 трансгендер, відповіді якого не віднесені ні до хлопців, ні до дівчат, окремо його відповіді не наведено через нерепрезентативність) 5–11 класів та I–II курсів ЗПТО та закладів вищої освіти I–II рівнів акредитації на базі 9-річної освіти віком 10–17 років. Стандартні відхилення при достовірних 95 відсотках і співвідношенні змінних від 0,1 : 0,9 до 0,5 : 0,5 становлять 0,51–0,86 відсотка. Опитування проведено у 817 класах/групах, розташованих у 287 закладах освіти. Метод отримання інформації: самозаповнення формалізованого запитальника у навчальних аудиторіях з використанням індивідуального конверта для кожного опитуваного.
- 2023 р. – Опитування проводилося з 1 листопада по 25 грудня 2023 року в усіх областях України на

¹ Health Behaviour in School-Aged Children: a World Health Organization cross-national study (HBSC). Research Protocol for the 2021/2022 survey. Edinburgh, Child and Adolescent Health Research Unit, University of Edinburgh. URL: <http://www.hbsc.org>

підконтрольних Уряду територіях. Всього опитано 23612 респондентів 5–11 класів загальноосвітніх шкіл та I–II курсів закладів професійної (професіно-технічної) освіти та закладів вищої освіти I–II рівнів акредитації на базі 9-річної освіти віком 11–17 років. Стандартні відхилення при достовірних 95 відсотках і співвідношенні змінних від 0,1 : 0,9 до 0,5 : 0,5 становлять 0,56–0,94 відсотка. Опитування проведено у 700 закладах освіти. Метод отримання інформації реалізовано з допомогою методу анонімного онлайн-опитування з використанням платформи SurveyMonkey. Інструмент дослідження передбачав використання стандартизованої форми, що забезпечило узгодженість та надійність отриманої інформації. Опитування відбувалось за місцем перебування респондента із забезпеченням повної анонімності та конфіденційності наданої інформації.

Метод отримання інформації в останній хвилі відрізняється від попередніх хвиль, у зв'язку з тим, що після повномасштабного вторгнення росії в Україну 24 лютого 2022 року, Україна зіткнулася з руйнацією інфраструктурних об'єктів, яка спричинила проблеми з відключенням світла та переходу закладів освіти на дистанційне навчання.

Реалізована вибіркова сукупність шостої хвилі. Загальна кількість учасників цього дослідження становить 32 465 респондентів. Однак незавершені опитування, які тривали до 15 хвилин, тобто не були заповнені повністю призвели до вилучення такої інформації із загальної бази. Таким чином, загальний масив даних для аналізу, складається з відповідей 23612 осіб.

Мета дослідження – отримати надійну та валідну інформацію щодо характеристик здоров'я та способу життя учнівської молоді 11–17 років, яка дасть можливість посилити заходи зі збереження та зміцнення здоров'я, визначити пріоритети формування навичок здорового способу життя з урахуванням особливостей різних статевовікових груп; вивчити вплив соціального оточення на стан здоров'я учнівської молоді; посилити інформаційне забезпечення діяльності з формування здорового способу життя на базі навчальних закладів; започаткувати впровадження системи індикаторів щодо здорового способу життя серед підлітків, які ґрунтуватимуться на даних соціологічного опитування й доповнять відомчу статистику щодо захворювань.

Вибіркова сукупність була розрахована спеціалістами ДНУ «Інститут освітньої аналітики».

Опитуванням було охоплені 25 територіально-адміністративних одиниць України 24 області (Вінницька, Волинська, Дніпропетровська, Донецька, Житомирська, Закарпатська, Запорізька, Івано-Франківська, Київська, Кіровоградська, Луганська, Львівська, Миколаївська, Одеська, Полтавська, Рівненська, Сумська, Тернопільська, Харківська, Херсонська, Хмельницька, Черкаська, Чернівецька, Чернігівська) та м. Київ. У зв'язку з тим, що опитування 2022/2023 років проводилося методом он-лайн, тому було охоплено всі області.

Усі навчальні заклади розділені на три типи: 1) заклади загальної середньої освіти (ЗЗСО); 2) заклади професійно-технічної освіти на базі неповної середньої освіти (ЗПТО); 3) заклади фахової передвищої освіти (технікуми, училища, коледжі тощо) (ЗФПО). До загального переліку, з якого здійснювався відбір одиниць спостереження, не включалися певні категорії навчальних закладів, а саме: заклади освіти для дітей з вадами фізичного та розумового розвитку; санаторні навчальні заклади; заклади освіти для дітей, які за рішенням суду позбавлені волі та перебувають у виправних закладах; школи-інтернати для дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування. Питома вага учнів зазначених закладів освіти серед усієї сукупності учнів закладів середньої освіти не перевищує 1,5%.

Відбір одиниць вибірки (навчального класу/групи) визначався двома кроками:

- Перший крок – відбір необхідної кількості закладів серед кожного з типів навчальних закладів. Для формування списків шкіл і для відбору ЗПТО та ЗФПО використовувався метод систематичного відбору за розрахованим кроком.
- Другий крок – відбір класів/груп у кожному з навчальних закладів за допомогою спеціальних таблиць, які забезпечували пропорційну представленість класів/груп цільової сукупності та рівну вірогідність кожному класу/групі бути включеними до вибірки (у кожному навчальному закладі обирався лише один клас на паралелі).

Одиниця спостереження – всі учні/студенти у вибраних класах/групах.

Інструментарій опитування базувався на інструментарії міжнародного проекту HBSC; для його адаптування до умов України було проведено спеціальне методологічне дослідження, за підсумками якого були внесені необхідні корективи.

Етичні питання. Для організації опитування був підготовлений та отриманий лист-сприяння від імені заступника міністра освіти і науки України до Керівників департаментів (управлінь) освіти і науки обласних, Київської міської військових адміністрацій. Було отримано позитивний висновок комісії з професійної етики Соціологічної асоціації України про те, що технологія дослідження забезпечує необхідний рівень анонімності, конфіденційності отриманої інформації; текст запитальників (за змістом і стилем формулювання) є коректним, забезпечує дотримання прав, людської гідності та морально-етичних норм відповідно до затверджених Соціологічною асоціацією України етичних принципів проведення досліджень серед дітей та підлітків, принципів Гельсінської декларації прав людини, Конвенції Ради Європи про права людини, Конвенції ООН про права дитини та відповідних законів України.

Процедура збору даних. Польовий етап дослідження здійснювався співробітниками ГО «Український інститут соціальних досліджень імені Олександра Яременка» із використанням платформи для збору даних в онлайн SurveyMonkey.

Конфіденційність та анонімність. Неодмінною складовою дотримання вимог технології проведення опитування було збереження анонімності та конфіденційності відповідей учнівської молоді. Керівники навчальних закладів були попереджені про те, що конфіденційність буде збережена й стосовно кожного навчального закладу.

Для організації опитування до 2018 року (включно) інтерв'юери мали попередню зустріч (або телефонну розмову) з адміністрацією навчального закладу з метою:

- інформування про основну мету дослідження, з наголосом на дотриманні етичних принципів проведення соціологічних досліджень серед дітей та підлітків, конфіденційності та анонімності даних, які будуть одержані;
- роз'яснення, чому і як саме цей навчальний заклад був обраний для дослідження (метод випадкових чисел, які визначає комп'ютер);
- опису процедури опитування;
- інформування класного керівника/куратора групи про те, що якщо у класі/групі є учні/студенти, які за релігійними чи світоглядними переконаннями не можуть брати участь в опитуванні, то такі учні/студенти, за бажанням, можуть відмовитися від участі в опитуванні;
- отримання згоди керівника навчального закладу на проведення інтерв'ю з ним або його заступником, тобто з особою із числа адміністрації навчального закладу;
- отримання згоди керівника навчального закладу щодо того, що обстеження буде проведене саме у визначеному класі/групі (на цьому наголошувалося в листі до керівника навчального закладу); домовленості, що викладач лише представить інтерв'юера, а потім залишить клас і повернеться після закінчення опитування;
- домовленості щодо конкретного класу/аудиторії, дати й часу проведення опитування. Опитування із залученням інтерв'юерів проводилося з метою уникнути присутності вчителів або будь-кого з адміністрації навчального закладу в аудиторії під час анкетування. Інтерв'юер приходив до навчального закладу в день і час згідно з попередньою домовленістю, проводив інструктаж учнів, роздавав учням анкети й індивідуальні конверти, до яких після закінчення опитування учні власноруч вкладали анкети. Запечатаний конверт з анкетною учень передавав інтерв'юеру або клав до загального для всього класу/групи конверта. Заповнення анкет учнями відбувалося в навчальній аудиторії в присутності інтерв'юера, який у разі необхідності міг надати консультації, необхідні пояснення, якщо учні не розуміли окремих запитань, слів, назв тощо. Повноваження інтерв'юерів та необхідні коментарі до запитань анкети були визначені в інструкції для інтерв'юерів. Усі індивідуальні конверти із заповненими анкетами пакувалися в загальний класний конверт. Інтерв'юер заповнював звітну форму на опитування в навчальному класі/групі (на окремому бланку), яка вкладалася до загального конверта класу/групи. Усі загальні конверти класу/групи передавалися організатору опитування в області, який відсилав їх до Українського інституту соціальних досліджень імені Олександра Яременка (м. Київ), де відбувалося подальше опрацювання анкет: кодування, переведення інформації в електронний формат, статистико-математична обробка.

Для організації опитування 2022/2023 року адміністрація навчального закладу була попереджена листом від заступника Міністра МОН щодо з метою:

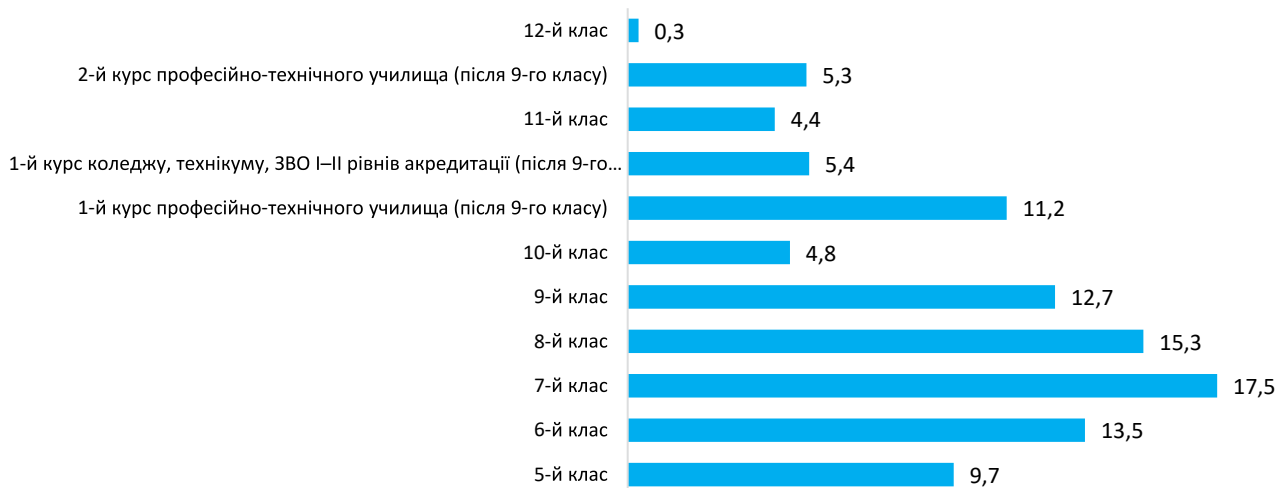
- інформування про основну мету дослідження, з наголосом на дотриманні етичних принципів проведення соціологічних досліджень серед дітей та підлітків, конфіденційності та анонімності даних, які будуть одержані;
- роз'яснення, чому і як саме цей навчальний заклад був обраний для дослідження;
- опису процедури опитування;
- інформування класних керівників/кураторів груп про те, що якщо у класі/групі є учні/студенти, які за релігійними чи світоглядними переконаннями не можуть брати участь в опитуванні, то такі учні/студенти, за бажанням, можуть відмовитися від участі в опитуванні;
- поширення у відібраних закладах освіти посилання або QR-код для переходу на платформу SurveyMonkey. Дане посилання або QR-код класним керівником/куратором груп розповсюджувалося серед учнів/студентів класів/груп, які вони курують.

В Українському інституті соціальних досліджень імені Олександра Яременка (м. Київ) відбувалося подальше опрацювання анкет: кодування, підготовка масиву даних, статистико-математична обробка.

СОЦІАЛЬНО-ДЕМОГРАФІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОПИТАНИХ ТА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ ДОБРОБУТ СІМ'Ї

В опитуванні взяли участь 23 612 респондентів, які навчаються у закладах загальної середньої освіти з 5 по 12 клас, на 1-му та 2-му курсі професійно-технічного училища (після 9-го класу) та на 1-му курсі коледжу, технікуму, ЗВО I-II рівнів акредитації (після 9-го класу). 98,4% опитаних навчаються в області свого проживання. Детальний розподіл респондентів за класом або курсом навчання показано на рисунку 1.

Рис. 1. Розподіл респондентів за класом навчання, %, N = 23612



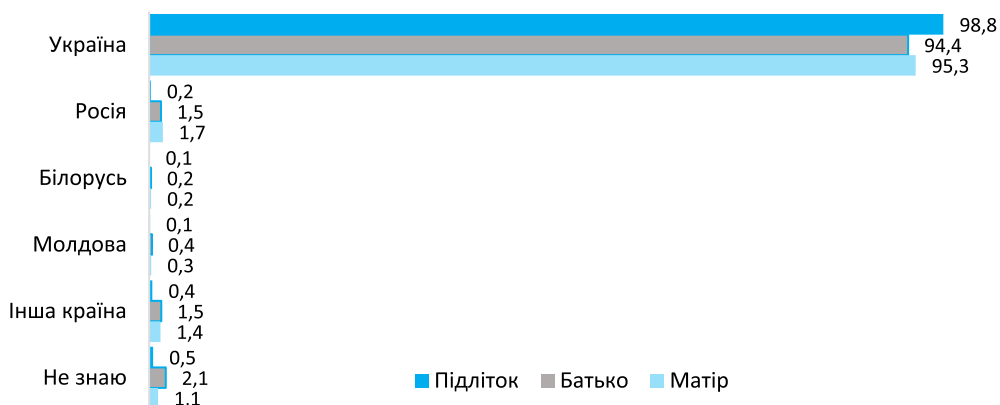
Опитано 50,7% респондентів чоловічої статі та 49,3% жіночої. Більшість опитаних проживає в містах – 72,6%. Частка сільських жителів становить 27,4%. Вік респондентів – 11–17 років. Детальний розподіл опитаних за віком наведено на рисунку 2.

Рис. 2. Розподіл респондентів за віком, %, N = 23612



Переважає більшість (98,8%) опитаних підлітків, як і їхні батьки, народилася в Україні. За даними опитування, наявна незначна частка підлітків, які не знають, де народилися їхні батько та матір (відповідно 2,1% та 1,1%), а 0,5% – де народилися вони самі. Розподіл респондентів за місцем народження їх і їхніх батьків наведено на рисунку 3.

Рис. 3. Розподіл респондентів та їх батьків за країною народження, %, N = 23612



Зайнятість батьків

Понад три чверті батьків опитаних підлітків працевлаштовані. Про зайнятість батька повідомили 76,6% респондентів, про зайнятість матері – 73,2%.

Частка працюючих батьків підлітків віком 11–12 років є вищою, ніж в цілому за вибіркою. У сім'ях, де виховуються 11-річні підлітки, працює 82,9% батьків та 74,2% матерів. У 12-річних респондентів працевлаштовані 80,6% батьків та 74,5% матерів.

Серед опитаних старшої вікової групи (16–17 років) частка працюючих батьків менша, ніж в цілому за вибіркою. Так, 16-річні підлітки повідомили про зайнятість батька у 69,5% випадків; матері – 70,7%. У родинах 17-річних підлітків працює 66,3% батьків та 67,8% матерів.

За місцем проживання родини, працюючих батьків і матерів (відповідно 77,5% та 75,5%) більше в родинах, які проживають у містах. Кількість зайнятих батьків і матерів, які проживають у сільській місцевості, становить відповідно 74,3% та 67,7%. Переважно працевлаштованими є батьки підлітків, які виїхали з родинами за межі своєї області (78,3%) та країни (78,2%) після 24.02.2022 р.

Частка непрацюючих матерів є вищою (23,1%), ніж непрацюючих батьків (6,7%). Здебільшого батьки, які не мають роботи, проживають у сільській місцевості (питома вага непрацюючих матерів у селі становить 28,8%; непрацюючих батьків – відповідно 9,0%)

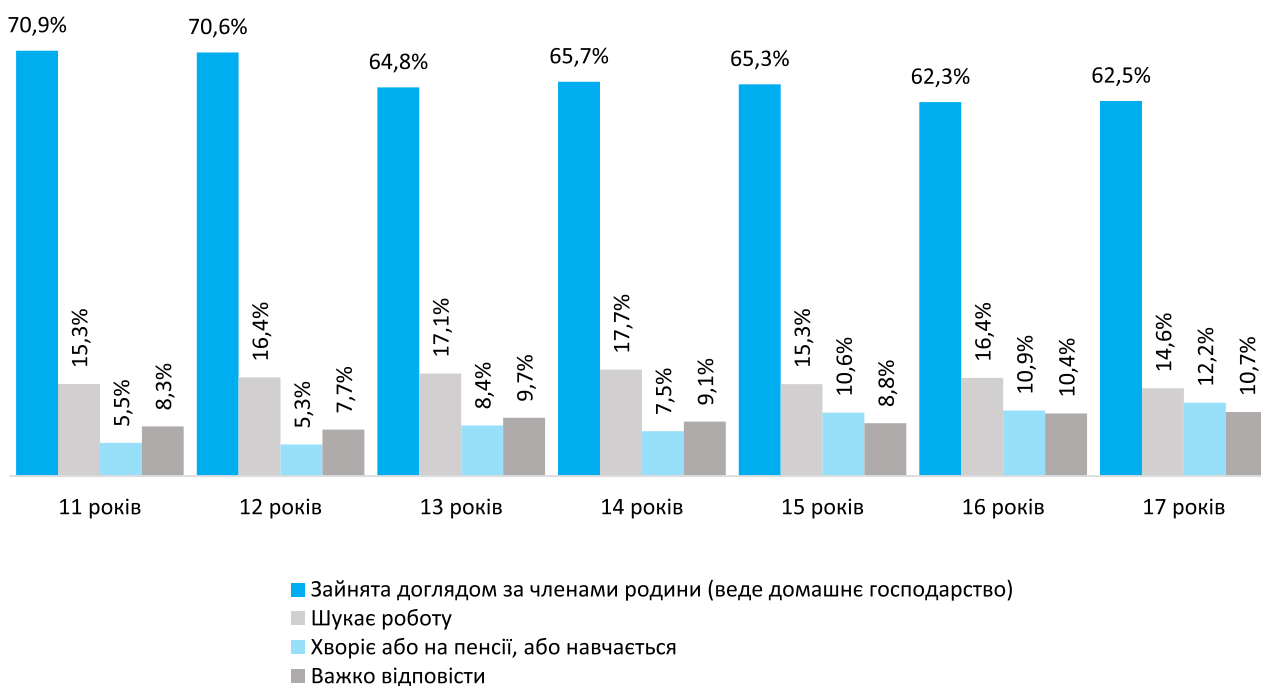
В родинах, які проживають за кордоном і планують повернутись, не працює 26,5% матерів, серед тих, хто повернутись не планує – 26,1% матерів не працевлаштовані.

Майже кожен сьомий опитаний не бачиться з одним із своїх батьків або зазначив, що його немає (12,8% не бачиться або не мають батька; 2,2% не бачаться або не мають матері). Здебільшого про таку родинну ситуацію повідомляють підлітки віком старше 16 років. Не бачаться/не мають батька або матері серед 16-річних респондентів – відповідно 17,7% та 3,7%; 17-річних – відповідно 18,7% та 4,0% підлітків.

Більшість опитаних, які не бачаться з батьком або його не мають, проживає в іншій області (15,6%) та за кордоном (15,5% тих, які планують повернутися, та 14,3% тих, які цього не планують).

Основною причиною незайнятості матерів 66,6% опитаних (поміж тих, у кого матері не працевлаштовані) назвали догляд за членами родини та/або ведення домашнього господарства. Здебільшого цю причину зазначають 11–12-річні підлітки (70,9% та 70,6% відповідно). Розподіл відповідей респондентів щодо причин незайнятості матері за віком наведено на рисунку 4.

Рис. 4. Розподіл відповідей респондентів щодо причин незайнятості матері за віком респондентів, серед тих, у кого матір непрацевлаштована, N = 2752



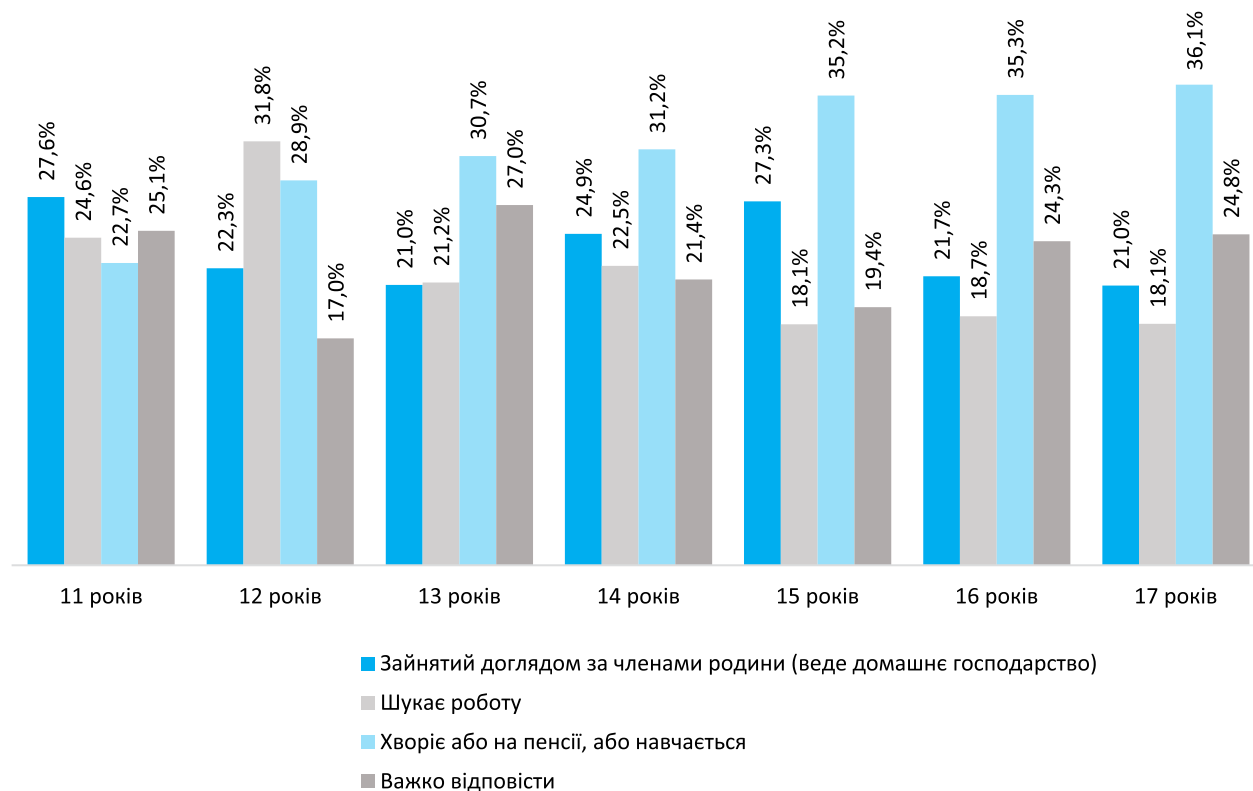
Догляд за членами родини або ведення домашнього господарства є основною причиною незайнятості жінок у родинах респондентів, які виїхали за межі області після 24.02.2022 р. (71,2%).

Перебувають у пошуку роботи і через це тимчасово не працюють 21,8% жінок з сімей, які виїхали після 24.02.2022 р. Цю причину називають підлітки, які проживають за кордоном (36,0% серед опитаних, які не планують повертатися, та 20,8%, серед тих, які планують).

Через навчання, хворобу або пенсію не працевлаштовані 14,5% жінок серед тих, які проживають за кордоном і не планують повертатися та 12,1%, серед опитаних, які планують повернутися в Україну.

Основною причиною незайнятості батька підлітки називають, хворобу, пенсію або навчання (31,2%), на другому за частотою згадувань місці – зайнятість доглядом за членами родини або ведення домашнього господарства (23,9%), пошук роботи (23,4%). Розподіл відповідей респондентів щодо причин незайнятості батька за віком наведено на рисунку 5.

Рис. 5. Розподіл відповідей респондентів щодо причин незайнятості батька за віком респондентів, серед тих, у кого батько непрацевлаштований, N = 797



Частіше пошуком роботи зайняті батьки підлітків, які проживають у місті (23,5%), ті, хто виїхав за межі України після 24.02.2022 р. (34,2%), хто проживає в іншій області (25,5%) або за кордоном (28,5% серед тих, які не планують повертатися, та 41,3%, серед тих, які планують).

Про навчання, хворобу або пенсію як причину незайнятості батька частіше говорять підлітки, які проживають у місті (34,3%), та респонденти, родини яких виїхали за межі області (37,4%) та країни (33,9%) після початку повномасштабного вторгнення.

Зайняті доглядом за членами родини або веденням домашнього господарства і не працюють внаслідок цього переважно чоловіки, які проживають у сільській місцевості (31,2%), та батьки родин, які виїжджали за межі міста/села (32,5%) після початку повномасштабного вторгнення.

Майже чверть підлітків (22,6%) у яких батько не працює, не знають, чому саме їхній батько не працює, і майже кожен десятий (9,0%) не знає причини незайнятості матері. Частіше це підлітки віком 16 років (24,3% та 10,4% відповідно) та 17 років (24,8% та 11,1%). Про причини незайнятості матері здебільшого не знають респонденти з родин, які проживають у сільській місцевості (11,1%), та підлітки, які проживають за кордоном і планують повернутися (11,6%). Про причини незайнятості батька не знає більшість дівчат (24,3%) та респонденти, які проживають в іншій області (24,6%) та за кордоном і не планують повертатись (25,8%).

Матеріальне становище сімей опитаних

За результатами опитування, майже половина родин респондентів (48,3%) має у власності автомобіль (легковий, мікроавтобус або вантажівку). Два або більше автомобіля мають 16,2% сімей. Понад третину родин (35,5%) не мають автомобіля. Про його відсутність у родині частіше повідомляли підлітки, чії родини не виїжджали зі свого місця проживання (38,9%).

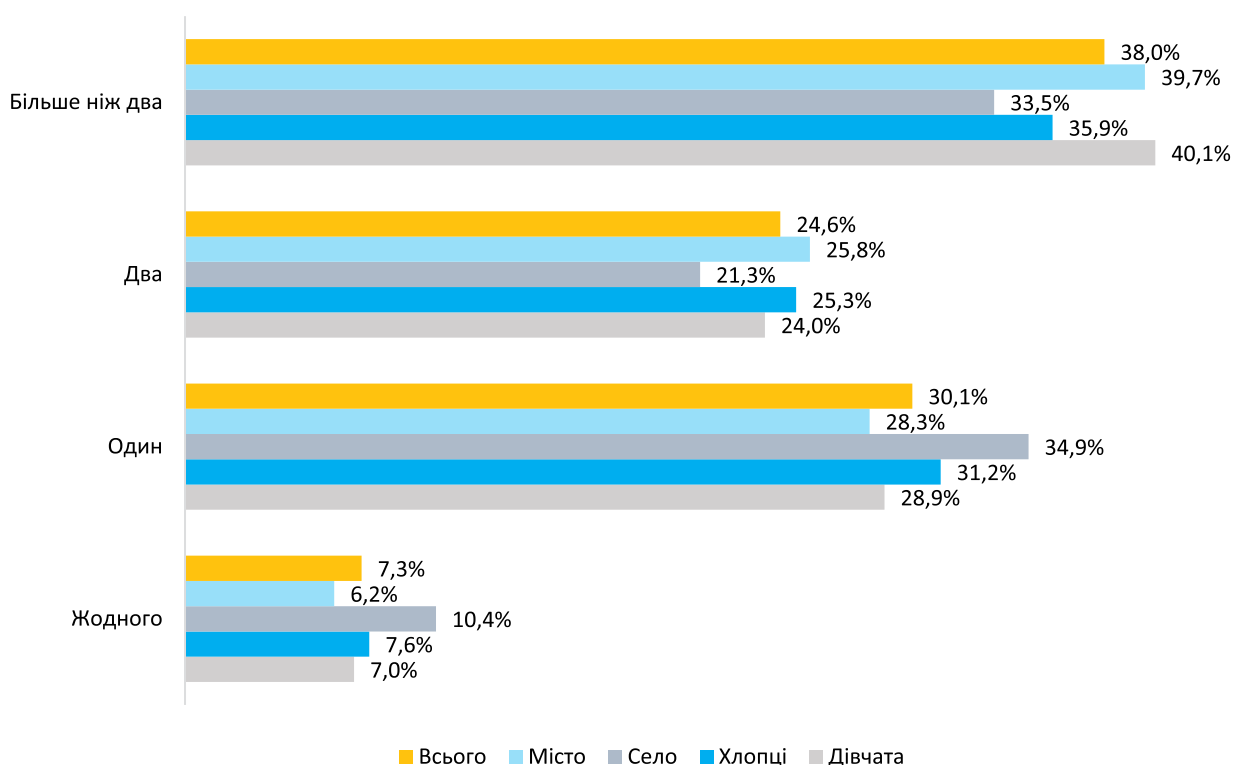
Три чверті опитаних підлітків (74,0%) має власну кімнату. Про відсутність власної кімнати частіше, ніж в цілому за вибіркою (26,0%), зазначають респонденти віком 11 та 13 років (28,6% та 29,8% відповідно), а також

підлітки, які виїхали за межі свого міста або села (28,2%) та які разом з родинами нині проживають в іншій області (31,0%) або за кордоном (32% серед тих, які не планують, і 31% серед тих, які планують повертатись).

Понад два комп'ютери мають 38% опитаних (зокрема, ноутбуків, нетбуків, планшетів, крім ігрових приставок і смартфонів). Про це повідомили переважно респонденти віком 12 і 13 років (41,6% та 39,7% відповідно), а також ті, які виїхали за межі області (43,1%) або за межі України (46,8%).

Родини 24,6% опитаних мають два персональні комп'ютери. Один комп'ютер наявний у родинах 30,1% респондентів. Частіше один комп'ютер мають сім'ї, що проживають у сільській місцевості. Жодного комп'ютера не мають родини у 7,3% опитаних, здебільшого вони проживають у селі (10,3%). Детальний розподіл відповідей респондентів щодо кількості персональних комп'ютерів, наявних у родині в розрізі статі опитаних і типу населеного пункту, в якому вони проживають, наведений на рисунку 6.

Рис. 6. Наявність комп'ютерів у родинах опитаних, за статтю респондентів і типом населеного пункту, %, N = 23612



Наявність комп'ютерів у 89,8% родин опитаних зумовлює високий рівень використання підлітками під час дистанційного навчання власних гаджетів. Переважна частка респондентів (77,6%) під час дистанційного навчання мала окремий гаджет (комп'ютер, ноутбук, планшет) для навчання, а 12,2% підлітків мали гаджет, яким користувалися разом з іншими членами сім'ї.

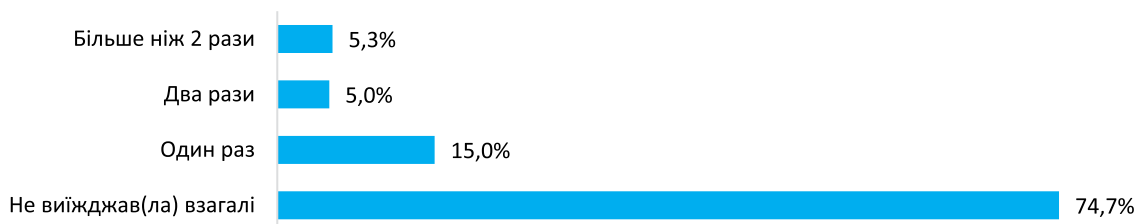
Частіше власний гаджет використовують підлітки віком 16 років (79,5%) та підлітки з родин, які проживають у містах (78,5%). Кожен десятий з опитаних (10,2%) не має окремого гаджета, який він міг би використовувати під час дистанційного навчання. Питома вага таких респондентів дещо вища за середню серед 13-річних підлітків (11,3%) і респондентів із сільської місцевості (11,3%)

У будинках/квартирах 74,6% опитаних є одна ванна кімната та/або душ, у 9,1% – дві, а у 10,7% – понад дві. Незначна кількість (5,6%) опитаних не має ванної кімнати та/або душа за місцем проживання. Переважно вбиральні відсутні у будинках/квартирах, які розташовані в сільській місцевості (9,5%) та за кордоном (7,9%). Більше ніж дві ванні кімнати є у квартирах/будинках 19,5% підлітків, які не планують повертатись в Україну.

Посудомийні машини має майже п'ята частка (17,9%) опитаних, 82,1% – не має.

Три чверті опитаних (74,7%) протягом останніх 12 місяців не виїжджала за межі України у відпустку або на канікули (рис. 7). Переважно (83,6%) – це підлітки, які не виїжджали з рідного міста або села після 24.02.2022 р. і зараз проживають там, де народилися (83,6%). Частка респондентів, які після 24.02.2022 р. проживають в іншій області і подорожували на канікулах за межі України один раз, становить 17,7%, два рази і більше – 13,6%.

Рис. 7. Розподіл відповідей респондентів щодо кількості поїздок за межі України протягом останніх 12 місяців, %, N = 23 612



За межі області разом із сім'єю виїжджали на свята (канікули) понад половину (54,8 %) опитаних, серед них: 22,1% виїжджали один раз, 12,4% – два рази, 20,3% понад два рази. Частіше мають такий досвід підлітки віком 12 років (24,1% – один раз, 13,9% – два рази) та 14 років (22% понад два рази). Подорожували також підлітки, які виїхали після 24.02.2022 р. за межі свого міста (16,4% – два рази), області (25,8% – один раз, 15,5% – два рази, 29,6% – більше ніж два рази) та країни (26,2% – один раз, 27,1% – понад два рази).

Самооцінка добробуту родини

На думку майже половини опитаних (45,3%), їх родини мають середній рівень добробуту. Майже третина (29,8%) вважає рівень добробуту своєї сім'ї вищим за середній і ще 17,0% – високим. Незначна частка підлітків (6,3%) вважає рівень добробуту нижчим за середній, 1,7% вважають його низьким.

Респонденти 11–12 років частіше, ніж інші, оцінюють рівень добробуту своїх родин як високий і вищий за середній (11 років – 23,4% та 27,5%; 12 років – 21,5% та 32,8% відповідно). Середнім вважають рівень добробуту своїх родин здебільшого 16-17 річні (50,7% і 50,3% відповідно).

Підлітки з родин, які проживають у сільській місцевості, частіше оцінюють рівень добробуту своїх родин як високий (19,2% при 17% в цілому за вибіркою).

Більшість опитаних, які оцінюють добробут своєї родини як «нижчий за середній» та «низький» на момент опитування проживали в іншій області (10,1%).

В цілому, можна сказати, що матеріальне становище родин опитаних, за їх самооцінкою, є достатньо високим. Переважна більшість підлітків має окремі кімнати (74%), гаджети для дистанційного навчання (89,8%). Сім'ї респондентів часто мають автомобіль (64,6%), комп'ютери (92,7%). У будинках/квартирах більшості родин є ванна кімната/душ (94,4%). При цьому рівень матеріального становища родин, які проживають у міській і сільській місцевості істотно не відрізняється. Проте кожна десята родина, яка проживає у сільській місцевості, не має комп'ютера або гаджетів для дистанційного навчання, ванної кімнати/душу в будинку/квартирі. Майже половина опитаних, яка проживає в селі, не виїжджала на канікули чи свята за межі області. Натомість підлітки з родин, які проживають у сільській місцевості, вище, ніж в цілому за вибіркою, оцінюють рівень добробуту своїх родин.

Рівень добробуту родин, які виїжджали за межі області або країни після 24.02.2022р., та тих, які наразі залишилися за кордоном, є дещо вищим – вони частіше подорожують, їхні родини частіше мають один автомобіль або більше, понад два комп'ютери. Проте більшість підлітків з цих родин оцінює рівень добробуту своєї сім'ї як «середній» або «нижчий за середній», вочевидь порівнюючи його з рівнем життя місцевих жителів.



РОЗДІЛ 1. СКЛАДОВІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

1.1. Самопочуття та настрої.

Серед важливих показників самопочуття та настрою підлітків результати дослідження HBSC дають змогу оцінити настрої протягом останніх місяця, двох тижнів, тижня та розглянути відчуття самотності, зневіри, а також суб'єктивну оцінку здатності респондентів вирішувати проблеми.

Настрої протягом останніх двох тижнів

Менше ніж половина опитаних підлітків протягом останніх двох тижнів відчувала «більшість часу» або «весь час» позитивні емоції, спокій, бадьорість, активність і наповненість власного життя (табл. 1.1.1). Протягом останніх двох тижнів дівчата відчували позитивні емоції набагато рідше за хлопців.

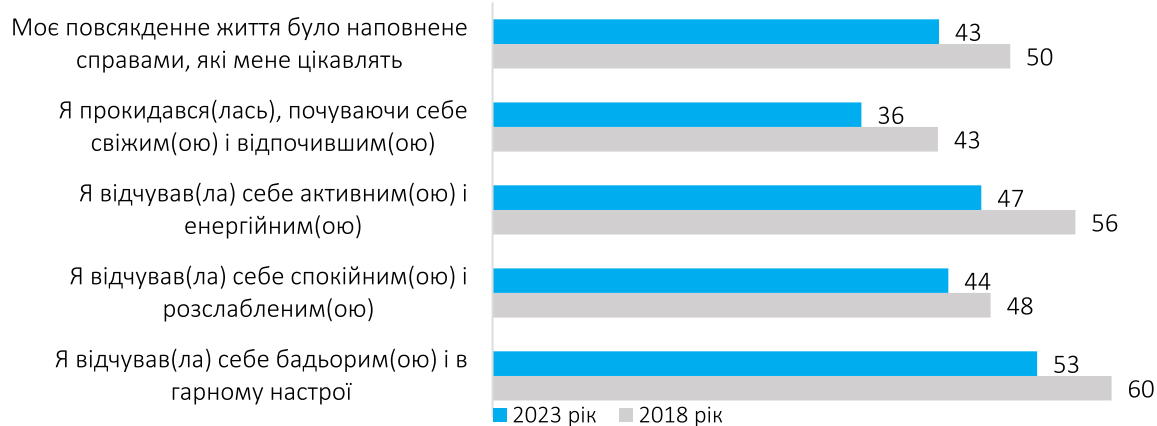
Як і в попередніх хвилях, частка респондентів, які відчують позитивні емоції, неухильно зменшується з віком за всіма п'ятьма показниками – серед 11-річних частка опитаних, які мають гарний настрій принаймні більшість часу, в півтора раза більша, ніж серед 17-річних.

Таблиця 1.1.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання стосовно самооцінки самопочуття та настрою: «Яка відповідь найточніше описує, як ти відчував(ла) себе упродовж останніх двох тижнів?», % (сума відповідей «більшість часу» та «весь час»)

	Усі	Хлопці	Дівчата
Я відчував(ла) себе бадьорим(ою) і в гарному настрої	53	59	46
Я відчував(ла) себе спокійним(ою) і розслабленим(ою)	44	51	38
Я відчував(ла) себе активним(ою) і енергійним(ою)	47	54	40
Я прокидався(лась), почувавши себе свіжим(ою) і відпочившим(ою)	36	43	29
Моє повсякденне життя було наповнене справами, які мене цікавлять	43	47	39

Якщо розглядати динаміку, то порівняно з часом до повномасштабного вторгнення (2018 р.) частка респондентів, які відчують позитивні емоції, помітно знизилася (рис. 1.1.1).

Рис. 1.1.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Яка відповідь найточніше описує, як ти відчував(ла) себе упродовж останніх двох тижнів?», % ствердних відповідей



Відчуття самотності

Відчуття самотності наявне майже у три чверті підлітків. Зазначили, що ніколи не відчувають себе самотніми, 26% опитаних, водночас п'ята частка (21%) має почуття самотності більшість часу або весь час протягом останнього року.

Дівчата частіше, ніж хлопці, відчувають себе самотніми – кожна четверта дівчина (25%) більшість часу або завжди відчуває самотність, тоді як серед хлопців – кожен шостий (17%). Навпаки, третина хлопців (33%) ніколи не відчуває самотності, порівняно з 20% дівчат.

Вікові відмінності аналогічні результатам щодо гарного настрою та позитивних емоцій – з віком зменшується частка респондентів, які не почувають себе самотніми, і збільшується частка тих, кому притаманне таке відчуття (табл. 1.1.2).

Таблиця. 1.1.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Протягом останніх 12 місяців як часто ти відчував(ла) себе самотнім(ньою)?», %

	Усі	Хлопці	Дівчата	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років
Ніколи	26	33	20	34	30	27	26	21	20	21
Рідко	27	28	27	29	30	30	27	27	26	25
Іноді	26	22	29	22	24	25	24	27	30	29
Більшість часу	16	13	19	12	12	14	18	19	18	18
Весь час	5	4	5	3	4	4	5	6	6	7

Оцінка здатності вирішувати проблеми

Щодо суб'єктивної оцінки здатності вирішувати проблеми, то тут практично немає різниці між різними віковими групами, як це спостерігалось у відповідях про відчуття самотності або позитивних емоцій. 61% опитаних зазначає, що вони часто або дуже часто знаходять вирішення проблеми, якщо докладають достатньо зусиль. Такий само показник (60%) опитаних, які вважають, що їм часто або дуже часто вдається зробити те, що задумано. 14% опитаних демонструють невпевненість у своїх силах щодо розв'язання проблем (сума відповідей «ніколи» та «майже ніколи») та 13% – у своїй здатності зробити заплановане (табл. 1.1.3). Різниця між хлопцями та дівчатами у цих показниках мінімальна.

Таблиця 1.1.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Наступні запитання стосуються того, як ти вирішуєш різні проблеми», %

	Ніколи	Майже ніколи	Іноколи	Досить часто	Дуже часто
Як часто ти знаходиш рішення проблеми, якщо докладаєш достатньо зусиль?	4	10	24	45	17
Як часто тобі вдається зробити те, що вирішив(ла)?	3	10	27	48	12

Відчуття смутку та безнадійності протягом останніх 12 місяців

Майже третина опитаних (31%) упродовж двох тижнів поспіль або більше відчувала такий щоденний смуток або безнадійність, що переставала займатися звичними справами.

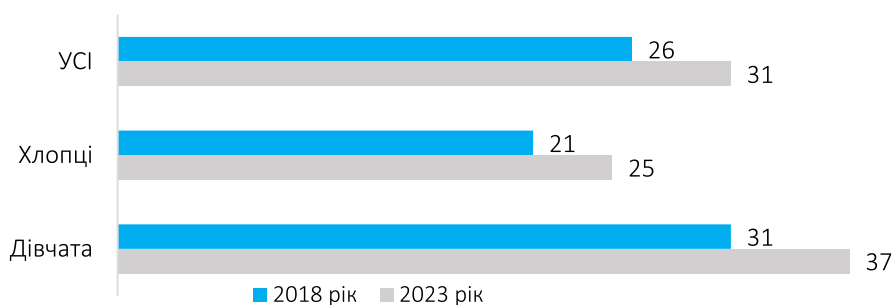
Серед дівчат таке відчуття спостерігається набагато частіше (37%), ніж серед хлопців (25%). Аналогічно результатам попередніх хвиль опитування, з віком частка молодих людей, які мали таке відчуття смутку протягом останніх 12 місяців, зростає – від 22% серед 11-річних до 40% серед 17-річних (табл.1.1.4).

Таблиця 1.1.4. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Упродовж останніх 12 місяців чи відчував(ла) ти себе таким(ою) сумним(ою) або безнадійним(ою) майже щодня впродовж двох або більше тижнів поспіль, що припиняв(ла) займатися звичними справами?», за статтю та віком, %

	Усі	Хлопці	Дівчата	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років
Так	31	25	37	22	27	29	31	36	38	40
Ні	69	75	63	78	73	71	69	64	62	60

Поширеність відчуття смутку та безнадійності завжди мала статево-вікові особливості (зростання з віком, переважання серед дівчат), у поточній хвилі ці особливості також присутні, але наразі йдеться про загальне зростання поширеності таких емоцій, як смуток і безнадія серед усіх респондентів порівняно з періодом до широкомасштабного вторгнення. У минулій, «довоєнній» хвилі (2018 р.) цей показник становив 26%, зокрема 31% для дівчат та 21% для хлопців (рис. 1.1.2).

Рис. 1.1.2. Розподіл ствердних відповідей респондентів на запитання: «Упродовж останніх 12 місяців чи відчував(ла) ти себе таким(ою) сумним(ою) або безнадійним(ою) майже щодня впродовж двох або більше тижнів поспіль, що припиняв(ла) займатися звичними справами?», за статтю, 2018–2023 рр., %



Показники відчуття смутку та безнадійності значно відрізняються серед учнів, які перебувають в Україні, та тих, які опинилися за кордоном у зв'язку з війною. Незвичне, незнайоме середовище, розлука з близькими сприяють поширенню таких почуттів. Так, якщо серед учнів, які зараз проживають у своєму населеному пункті, відчуває смуток та безнадійність 29%, то для учнів за кордоном ці відчуття притаманні 37% (серед тих, які планують повернутися) та 46% (серед тих, які за кордоном і не планують повертатися).

Слід також звернути увагу на поширеність цього показника серед підлітків, які вимушено опинилися в іншому населеному пункті України. Серед них цей показник становить 38%, що значно вище, ніж серед тих, які продовжують жити у своєму місті/селі (табл. 1.1.5).

Таблиця 1.1.5. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Упродовж останніх 12 місяців чи відчував(ла) ти себе таким(ою) сумним(ою) або безнадійним(ою) майже щодня впродовж двох або більше тижнів поспіль, що припиняв(ла) займатися звичними справами?», за місцем поточного проживання, %

	Усі	У місті або селі, в якому народився(лась)	В іншій області в Україні	За кордоном, але плануємо повернутися	За кордоном і не плануємо повертатися
Так	31	29	38	37	46
Ні	69	71	62	63	54

Життєстійкість

В останні роки актуалізувалася проблема життєстійкості молодих українців, їхньої спроможності протистояти різноманітним викликам, витримувати стресові ситуації без зниження звичної активності. В умовах стресу зростають тривожність, невпевненість у власних силах, зневір'я у краще майбутнє. Підліткам важливо вміти пристосовуватися до деструктивних змін і невизначеності, несприятливих новин, бути стійкими та продуктивними, навчитися зберігати оптимізм і віру попри негаразди. Таким чином, життєстійкість стає необхідною компетенцією кожної молодої людини.

Дослідження показало, що українські підлітки демонструють доволі високий рівень життєстійкості та спроможні успішно протистояти негараздам військового часу. З одного боку, порівняно з довоєнним часом незначно зросла частка респондентів, які упродовж останнього місяця відчували, що не можуть контролювати щось важливе у своєму житті. У 2018 році цей показник становив 38% (сума відповідей «ніколи», «досить часто» та «дуже часто»), а у 2023 р. – 43%. Це можна розцінювати, як визнання респондентами того, що труднощі у їхньому житті об'єктивно збільшало (табл. 1.1.6).

Таблиця 1.1.6. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто за останній місяць ти відчував(ла)...?», %

Рік опитування	Ніколи	Майже ніколи	Інколи	Досить часто	Дуже часто
... що ти був(ла) не в змозі контролювати важливе у своєму житті					
2018	39	23	28	7	3
2023	30	27	31	9	3
...себе впевненим(ою) у своїй здатності впоратися з особистими проблемами					
2018	14	11	25	35	15
2023	6	10	27	42	15
...що все відбувається по-твоєму					
2018	15	14	37	26	8
2023	7	13	42	31	7
...що труднощів накопичилось так багато, що ти не в змозі їх подолати					
2018	27	24	32	11	6
2023	19	28	33	14	6

З іншого боку, порівняно з довоєнним часом, зросла питома вага опитаних, які упродовж останнього місяця «часто» (сума відповідей «досить часто» та «дуже часто») відчували:

- себе впевненими у своїй здатності впоратися з особистими проблемами (2018 р. – 50%, 2023 р. – 57%);
- що все відбувається по-твоєму (2018 р. – 34%; 2023 р. – 38%).

Результати дослідження свідчать про позитивну динаміку показників, що характеризують тривожність (рис. 1.1.3). Зокрема, істотно скоротилася кількість респондентів, які протягом останніх 12 місяців «ніколи» або «часто»:

- були стурбовані речами, які зазвичай їх не турбують (2018 р. – 49%, 2023 р. – 33%);
- відчували, що все, що вони роблять, викликає напруженість (2018 р. – 45%, 2023 р. – 33%);
- яким було важко зосередитися на тому, що вони роблять (2018 р. – 59%, 2023 р. – 47%).

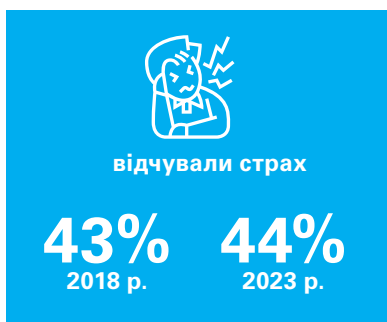
Рис. 1.1.3. Кількість респондентів, які протягом останніх 12 місяців «іноді», «часто» або «завжди» відчували себе таким чином², %



Крім того, помітно зменшилась питома вага респондентів, які відчували:



Помітно зменшилась частка опитаних підлітків, які протягом останніх 12 місяців «іноді» або «часто» відчували себе самотніми (2018 р. – 50%, 2023 р. – 41%). Незважаючи на несприятливі умови життя та вплив стресогенних чинників (наслідків війни), досить стабільною залишилась кількість респондентів, які:



² Під час опитування 2018 р. використовувались варіанти відповіді «іноді», «іноді або помірну кількість часу», «увесь час».

1.2. Задоволеність життям і відчуття щастя

Задоволеність життям

Задоволеність життям – показник винятково суб’єктивний, а тому для його оцінки використовується шкала у вигляді уявних сходів, де найвища сходинка («10») означає найкраще можливе життя, найнижча сходинка («0») – найгірше можливе життя. Респондентів просили оцінити, на якій сходинці вони перебувають зараз.

Загалом дві третини (65%) учнівської молоді оцінили своє життя як «найкраще можливе» (від 7 до 10 сходинки), 30% – розташували позначку на середині (від 4 до 6 сходинки), а 5% оцінюють своє життя як «найгірше можливе» (від 0 до 3 сходинки).

Статеві-вікові особливості такі ж самі, як і для описаних вище показників позитивних емоцій і відчуття смутку, тобто задоволеність життям є вищою у хлопців, ніж у дівчат, а також із збільшенням віку показник задоволеності падає (табл. 1.2.1).

Таблиця 1.2.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання стосовно того, як вони оцінюють якість свого життя*, за статтю та віком, %

	Усі	Хлопці	Дівчата	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років
Найкраще можливе життя**	65	70	59	81	72	67	58	58	54	54
Ні те, ні інше***	30	26	35	17	25	29	36	36	38	38
Найгірше можливе життя****	5	4	6	2	3	4	6	6	8	8
Середнє значення, сходинка	7,10	7,34	6,86	7,93	7,43	7,19	6,83	6,73	6,58	6,59

* За 10-бальною шкалою, де «0» – це найгірше можливе життя, а «10» – найкраще можливе життя.

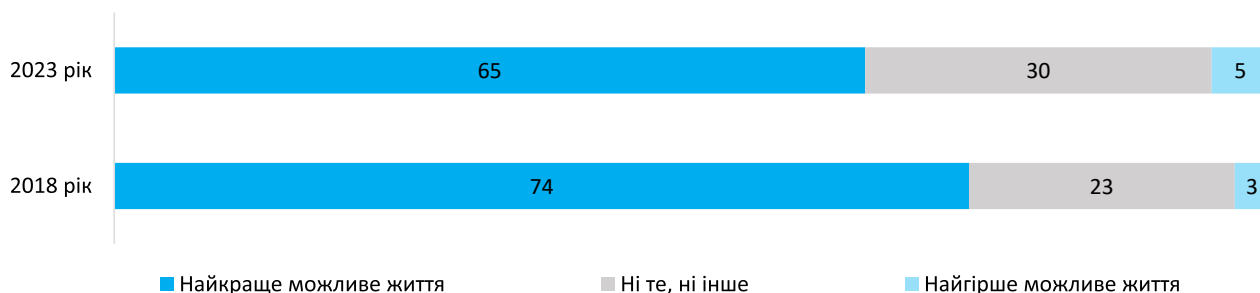
** Сума відповідей від 7 до 10 балів.

*** Сума відповідей від 4 до 6 балів.

**** Сума відповідей від 0 до 3 балів.

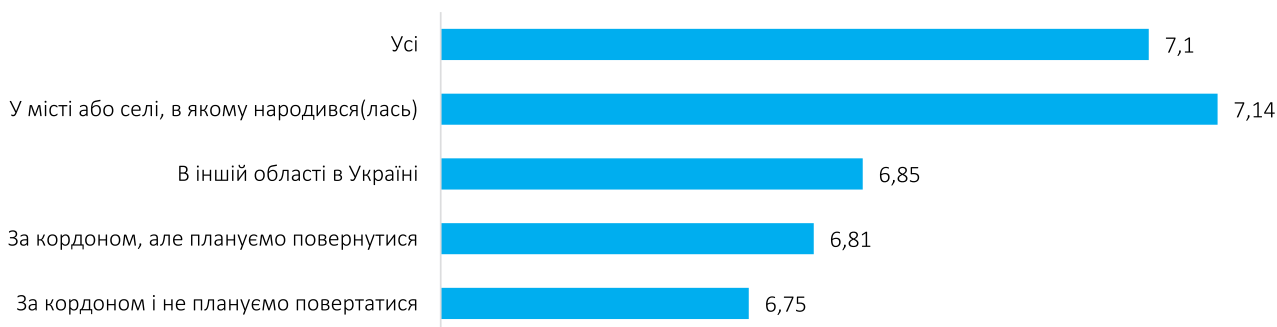
Загальні показники по країні також понизилися порівняно з хвилиною 2018 р., коли на найвищих сходинках відмічали себе три чверті (74%) респондентів (рис. 1.2.1).

Рис. 1.2.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання стосовно того, як вони оцінюють якість свого життя, 2018–2023 рр., %



Оцінка якості життя значною мірою пов'язана з тим, чи проживають учні у рідному населеному пункті. Для тих респондентів, які були вимушено переміщені всередині країни, або опинилися за кордоном, умовна сходинка (середнє значення відповідей на запитання стосовно того, як вони оцінюють якість свого життя) є нижчою, ніж у тих, які попри війну залишаються у своєму місті/селі (рис. 1.2.2).

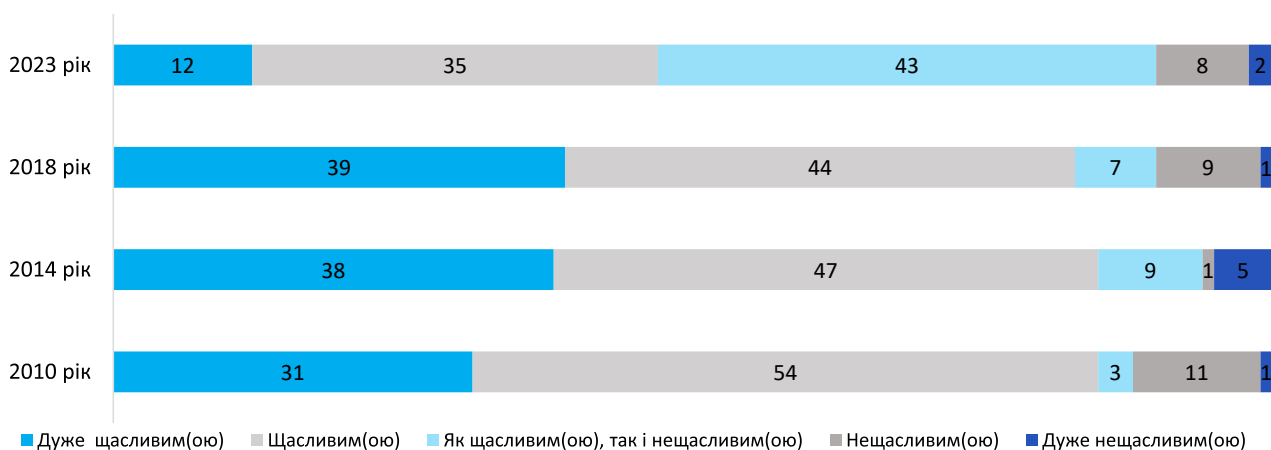
Рис. 1.2.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання стосовно того, як вони оцінюють якість свого життя, за місцем поточного проживання, середнє значення



Відчуття щастя

До 2022 р. переважна більшість підлітків відчувала себе щасливими («дуже щасливими» або «щасливими»). Повномасштабне вторгнення росії в Україну стало викликом для мільйонів українців, зокрема дітей та підлітків, джерелом стресу і страждань. Серед іншого, війна спричинила погіршення психічного здоров'я українського населення. Істотно зменшилась питома вага молоді, яка відчуває себе певною мірою щасливою: з 83% (у 2018 р.) до 47% (у 2023 р.). Водночас значно зросла частка респондентів, які відчувають себе як щасливими, так і нещасливими (рис. 1.2.3).

Рис. 1.2.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «У цілому чи можеш сказати, що ти відчуваєшся дуже щасливим(ою), щасливим(ою), як щасливим(ою), так і нещасливим(ою), нещасливим(ою), дуже нещасливим(ою)?», %



Опитування, проведене у 2023 р., дозволило з'ясувати, які саме обставини, пов'язані з війною та бойовими діями, могли стати джерелом стресу та переживань у підлітків (рис. 1.2.4). Виявилось, що багатьом респондентам довелося пережити події, які мали безумовний негативний вплив на психоемоційний стан молоді людини. Значна частка опитаних вказала, що:

- їхня сім'я зазнала економічних труднощів (63%);
- їхній близький родич або друг брав участь у бойових діях (59%);
- вони особисто чули або бачили бої (55%);
- їхній близький родич або друг отримав травми (35%);
- вони особисто бачили людей, які були поранені або вбиті (31%);
- їхній близький родич або друг був убитий (21%).



© UNICEF/UJN0759858/Pashkina

Рис. 1.2.4. Кількість респондентів, які з початку війни в Україні особисто стикалися із зазначеними обставинами, %



Кількість респондентів, які «інколи» або «часто» відчували себе щасливими протягом останніх 12 місяців, у 2023 та 2018 роках майже тотожна. Водночас порівняно з 2018 р. у 2023 р. було вдвічі менше респондентів, які почували себе щасливими «в цілому». Визнати себе щасливою людиною опитаним перешкоджають, по-перше, стрес і власні переживання, пов'язані з війною, по-друге, несприятлива соціальна атмосфера, переживання оточуючих. Серед молодих людей поменшало респондентів, які відчують себе щасливими в цілому, але чисельність нещасливих залишилася на рівні до 2022 р. Кількість респондентів, які назвали себе нещасливими у 2023 та 2018 роках є однаковою (10%).

Результати дослідження дають підставу висловити обґрунтоване припущення, що у своїй переважній більшості підлітки благополучно адаптувалися до негативних змін соціального середовища, що відбулися в країні внаслідок війни. Молоді люди демонструють високу життєстійкість і успішно протистоять стресогенним чинникам. Феномен життєстійкості підлітків в умовах війни, його зв'язок з ціннісними аспектами, особливості перетворення життєвих подій у нові можливості всупереч зовнішнім негараздам заслуговують на окреме вивчення.

1.3. Підтримка сім'ї

Сімейна підтримка в цьому дослідженні вивчалася через такі показники, як легкість обговорення важливих проблем, допомога сім'ї, спільне проведення часу з членами родини.

Обговорення важливих проблем

Легкість обговорення важливих проблем вимірювалась як відповідь на запитання: «Наскільки легко тобі розмовляти на теми, які тебе по-справжньому хвилюють, з такими людьми...?».

За даними таблиці 1.3.1, найбільш легким співрозмовником є матір, причому як для хлопців, так і для дівчат: 85% відповідають, що їм «легко» або «дуже легко» розмовляти з матір'ю на теми, які їх по-справжньому хвилюють. Батько, як і раніше, є бажаним співрозмовником більшою мірою для хлопців (82%), ніж для дівчат (69%). Показник легкості обговорення важливих проблем знижується для нерідних батьків – близько двох третин опитаних, у кого є нерідний батько або нерідна мати, повідомили, що їм «легко» або «дуже легко» говорити з ними на важливі теми. У 2023 р. показник вимірювався і для дідусів та бабусь: з дідусем «легко» або «дуже легко» розмовляти на теми, які по-справжньому хвилюють, 77% опитаних, з бабусею – 80% відповідно.

По всіх зазначених альтернативах (крім нерідної матері) можна спостерігати стійкий тренд на зниження частки тих, кому легко розмовляти на важливі теми, із зростанням віку – для 11-річних учасників цей показник найвищий, для 17-річних – найнижчий (чіткої лінійної залежності з віком не спостерігається тільки у випадку нерідної матері). Крім того, абсолютно по всіх пунктах серед хлопців більше опитаних, які зазначають альтернативу «легко» або «дуже легко», ніж серед дівчат. Можна припустити, що в умовах постійного стресу та емоційної напруги в умовах повномасштабного вторгнення дівчатам складніше обговорювати важливі теми з дорослими членами родини. Така різниця між дівчатами та хлопцями спостерігається і щодо описаних у попередніх підрозділах питань самотності, смутку тощо. Вочевидь, більше відчуття самотності певною мірою пов'язане із складністю обговорення важливих проблем з дорослими.

Таблиця 1.3.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання:

«Наскільки легко тобі розмовляти на теми, які тебе

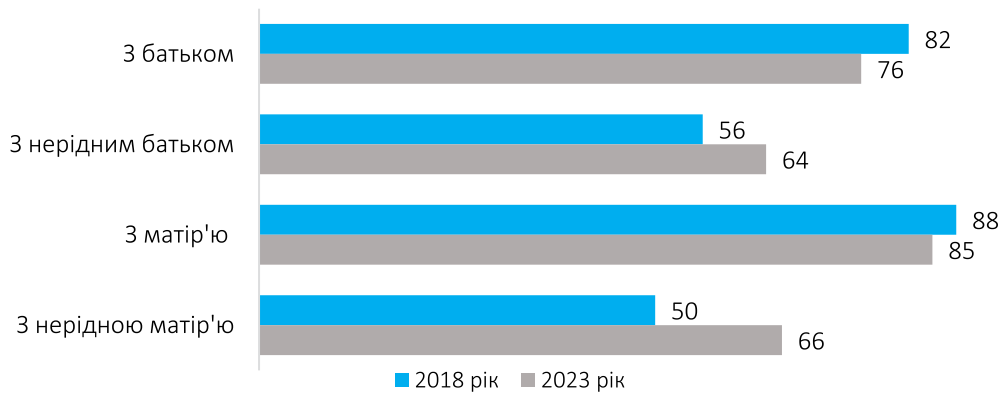
по-справжньому хвилюють, з такими людьми...», за статтю та віком, %

(сума відповідей «дуже легко» та «легко» серед опитаних, які надали відповідь на запитання, без урахування тих, у кого немає відповідних людей)

	Усі	Хлопці	Дівчата	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років
З батьком	76	82	69	84	79	76	76	72	68	69
З нерідним батьком/вітчимом (другом матері)	64	69	58	69	68	61	62	62	62	62
З матір'ю	85	88	82	93	88	85	83	80	81	79
З нерідною матір'ю/мачухою (подругою батька)	66	71	59	65	68	59	72	67	65	66
З дідусем	77	84	68	82	80	77	76	73	72	72
З бабусею	80	85	75	88	84	81	79	75	74	75

Якщо аналізувати динаміку цього показника, то для рідних батьків спостерігається зменшення, а для нерідних – навпаки. Так, в 2018 р. 82% респондентів було «легко» або «дуже легко» обговорювати важливі проблеми з батьком, а 88% – з матір'ю. Показники для нерідних батьків у попередній хвилі дослідження склали 56% для вітчима та 50% для мачухи, тобто в екстремальних умовах воєнного часу наявність навіть нерідних батьків вкрай важлива для дітей та підлітків. Водночас з рідними батьками ситуація дещо погіршилася (рис. 1.3.1).

Рис. 1.3.1. Частка респондентів, яким «дуже легко» та «легко» розмовляти на важливі теми з дорослими, % (серед опитаних, які надали відповідь, без урахування тих, у кого немає відповідних людей)



Психологічна підтримка

Психологічна підтримка з боку рідних, можливість бути почутими, отримати пораду в складній життєвій ситуації є важливою передумовою благополуччя дітей. За даними моніторингових опитувань HBSC, можна проаналізувати динаміку показників, які характеризують підтримку підлітків у родині (табл. 1.3.2).

Таблиця 1.3.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Наскільки Ви згодні з наведеним твердженням»? , %

Рік опитування	Не згодні	Наскільки згодні, настільки й не згодні	Згодні
Моя сім'я справді намагається мені допомагати			
2014	6	6	88
2018	4	5	91
2023	7	6	87
Я отримую необхідну моральну (емоційну) допомогу та підтримку від своєї сім'ї			
2014	7	7	86
2018	6	8	86
2023	13	7	80
Я можу поговорити про свої проблеми із сім'єю			
2014	11	15	74
2018	10	15	75
2023	19	9	72
Моя сім'я готова допомогти мені в прийнятті рішень			
2014	9	14	77
2018	5	9	85
2023	10	7	83

В усі роки, коли проводилися моніторингові опитування, фіксувалися схожі особливості. У кожному випадку переважна більшість опитаних підлітків (понад 70%) погоджується з тезою про те, що в сім'ї:

- їм намагаються допомагати;
- їм готові допомогти в прийнятті рішень;
- вони отримують необхідну моральну (емоційну) допомогу та підтримку;
- вони можуть обговорити свої проблеми.

Якщо порівнювати показники згоди з певними оціночними характеристиками 2018 та 2023 років, то можна спостерігати певне зниження величини показників (у всіх випадках). Так, у 2018 р. 87% опитаних підлітків погодилися з твердженням «Я отримую необхідну моральну (емоційну) допомогу та підтримку від своєї сім'ї», тоді як у 2023 р. аналогічний показник становив 80%. Таке зменшення показників є значущим, проте не критичним.

Можна припустити, що цей негативний тренд зумовлений зокрема емоційним вигоранням після двох років повномасштабної війни. Через постійний стрес і напруженість люди почуваються фізично та емоційно виснаженими. Емоційне вигорання може негативно позначитися на багатьох сферах життєдіяльності, зокрема на сімейних стосунках. Батьки починають приділяти дітям менше уваги, стриманіше реагувати на їхні запити. І діти це помічають.

Проведення часу разом із сім'єю, спільні сімейні справи

Вивчалася частота спільного проведення часу в родині стосовно різних занять (перегляд телевізора, ігри, харчування, прогулянки, розваги, відвідування друзів або родичів, спорт, розмови). Усього були застосовані дев'ять показників (табл. 1.3.3).

Розподіл відповідей свідчить про те, що, як і раніше, найчастіше спільною сімейною справою є харчування, розмови та перегляд телевізора або відео – переважна більшість опитаних зазначає, що це відбувається раз на тиждень або частіше. Дві третини зазначили спільні сімейні прогулянки раз на тиждень або частіше. Як і раніше, частота спільної сімейної діяльності знижується з віком опитуваних.

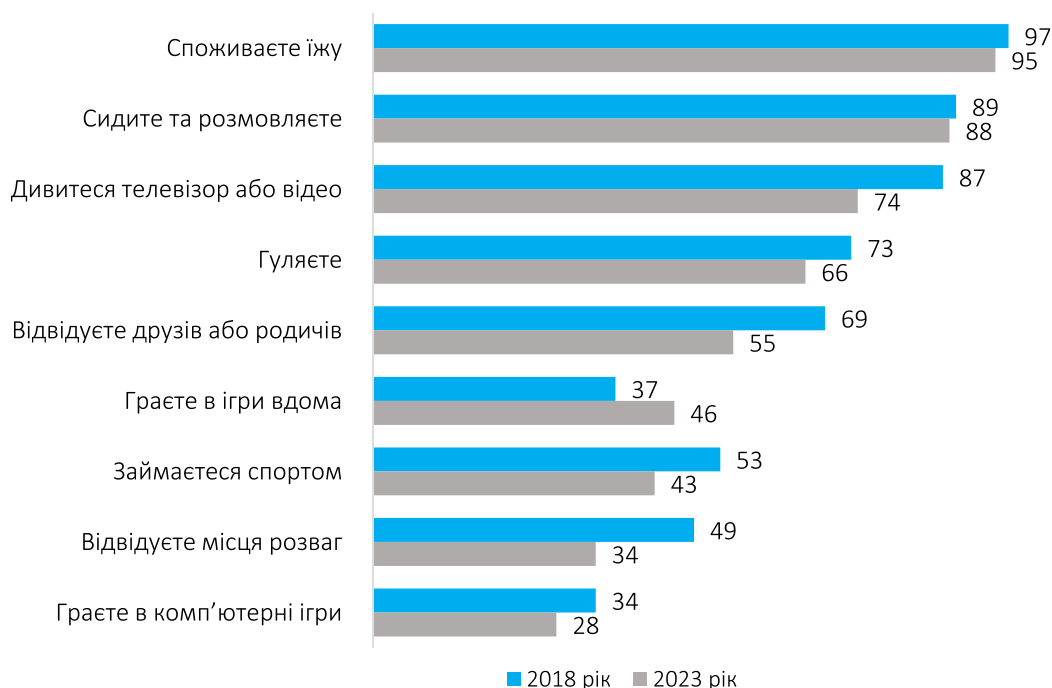
Різниця у спільній сімейній діяльності серед хлопців і дівчат не тільки не зменшилася, а навіть поглибилася. Якщо в попередній хвилі можна було казати про значну різницю у таких видах діяльності, як комп'ютерні ігри, відвідування місць розваг і заняття спортом (які набагато частіше стосуються хлопців), то зараз по всім видам діяльності (крім спільних трапез) серед дівчат показники разом проведеного часу набагато менші, ніж серед хлопців. Як і раніше, немає жодного заняття, яким би частіше спільно займалися з дівчатами, ніж із хлопцями.

Таблиця 1.3.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Наскільки часто ти і члени твоєї родини займаєтесь РАЗОМ чим-небудь із зазначеного?», за статтю, % (сума відповідей «щодня», «майже щодня» та «раз на тиждень»)

	Усі	Хлопці	Дівчата
Споживаєте їжу	95	96	94
Сидите та розмовляєте	88	91	85
Дивитесь телевізор або відео	74	76	72
Гуляєте	66	71	62
Відвідуєте друзів або родичів	55	59	50
Граєте в ігри вдома	46	53	39
Займаєтесь спортом	43	52	34
Відвідуєте місця розваг	34	38	30
Граєте в комп'ютерні ігри	28	34	21

Загалом в умовах широкомасштабного вторгнення майже всі види спільної діяльності (крім харчування та розмов, які практично не змінилися) суттєво скоротились. Особливо це стосується відвідування місць розваг (скорочення на 15%) та відвідування друзів (скорочення на 14%). Натомість ігри вдома стали більш поширеним видом спільної діяльності – зростання з 37% до 46%, і це єдиний приклад спільного дозвілля, яке стало більш поширеним (рис. 1.3.2).

Рис. 1.3.2. Частка респондентів, які щодня, майже щодня або раз на тиждень займаються РАЗОМ з членами родини певними видами діяльності, %



На окреме запитання: «Як часто ти вживаєш їжу спільно в сімейному колі?» 90% опитаних відповіли, що роблять це щодня, або більшість днів, або принаймні раз на тиждень, при цьому 54% – щодня, 3% ніколи не вживають їжу в сімейному колі, а 7% роблять це рідше ніж раз на тиждень. Як і з іншими спільними сімейними практиками, з віком частота спільних трапез падає.



1.4. Батьківський контроль

В українській сім'ї матір має беззаперечний пріоритет у вихованні дітей і контролі за цим процесом. Вона виконує традиційну для української культури роль берегині. Недбалість або відсутність контролю з її боку стосовно дітей є вкрай рідкісним і незвичним явищем.

Певна частка підлітків (13%) зазначає, що з певної причини не бачаться із своїм батьком. У такому разі виховання цілковито покладається на матір або інших близьких людей. 2% респондентів зазначили, що не мають матері або з певної причини не бачаться з нею.

У цьому дослідженні рівень батьківського контролю аналізувався через оцінку знань батьків про друзів дитини, їхні витрати, місця, де вони перебувають після навчання та ввечері, заняття у вільний час та їх активність в інтернеті. Всього було використано шість показників.

Аналіз відповідей свідчить, що найменш контрольованим простором, як з боку матері, так і батька, на думку підлітків, традиційно є інтернет. Нові технології ускладнюють батьківський контроль, але для традиційних видів діяльності батьки, особливо матері, зберігають певний вплив (табл. 1.4.1).

Таблиця 1.4.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання щодо батьківського контролю: «Наскільки добре твоя мати знає...» та «Наскільки добре твій батько знає...», %

Твердження	Мати		Батько	
	Знає багато	Не знає*	Знає багато	Не знає*
Хто твої друзі	71	27	41	45
Як ти витрачаєш власні гроші	62	36	41	46
Де ти буваєш після школи/навчання	80	18	50	37
Де ти буваєш увечері	82	17	56	31
Що ти робиш у вільний час	64	34	44	42
Що ти робиш в інтернеті	42	56	30	57

*Сума відповідей «знає небагато» та «нічого не знає».

Матері обізнані щодо друзів своїх дітей майже вдвічі частіше, ніж батьки (71% та 41% відповідно), причому про друзів своїх доньок їм відомо дещо більше, ніж про друзів своїх синів, оскільки дівчата в цьому питанні більш відверті. Батьки ж, навпаки, не особливо вдаючись у питання, з ким спілкується і дружить його дитина, все ж таки про друзів своїх синів знають трохи більше, ніж про подруг дочок.

Спосіб, в який діти витрачають кишенькові гроші, залишається менш контрольованим батьками. За результатами опитування, понад третину матерів (36%) і майже половина батьків (46%) не мають жодного уявлення про те, як саме їхні діти витрачають свої гроші.

Про те, як дитина проводить час після школи, матері поінформовані значно краще, ніж батьки. Так, 80% опитаних підлітків заявили, що матері знають багато про те, де вони бувають після школи, в той час як про батьків таке стверджували 50% респондентів. При цьому про дозвілля дочок матері знають дещо більше, ніж про дозвілля синів. Це може бути пов'язано з тим, що матерям не завжди під силу контролювати хлопців, оскільки вони більш самостійні та незалежні, ніж дівчата. З огляду на це, матері час від часу намагаються делегувати виховні, зокрема контролюючі функції щодо синів їх батькам. Батьки перебирають на себе ці обов'язки досить обмежено, однак при цьому вони виявляють до своїх синів дещо більшу цікавість і увагу, ніж до дочок. Батьки краще, ніж матері, знають, з ким спілкуються і дружать їхні сини, де і як вони проводять час після школи, як вони витрачають свої гроші тощо (табл. 1.4.2).

Таблиця 1.4.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання щодо батьківського контролю: «Наскільки добре твоя мати знає...» та «Наскільки добре твій батько знає...», % (наведено тільки частку відповідей «знає багато»)

Твердження	Мати		Батько	
	хлопці	дівчата	хлопці	дівчата
Хто твої друзі	68	74	44	38
Як ти витрачаєш власні гроші	59	65	43	39
Де ти буваєш після школи/навчання	77	83	52	48
Де ти буваєш увечері	77	85	58	54
Що ти робиш у вільний час	65	63	49	39
Що ти робиш в інтернеті	41	43	33	28

З дорослішанням дитини батьківський контроль має тенденцію до послаблення, при цьому він залишається досить високим. Коли дитині 11 років, про те, де вона буває ввечерами, добре знають 90% матерів та 69% батьків. У 13-річному віці кількість добре поінформованих матерів зменшується до 75%, а батьків до 58%. Коли підлітку 17 років, кількість поінформованих батьків зменшується ще більше, а кількість матерів і батьків, які нічого не знають про вечірній час своїх дітей, збільшується (табл. 1.4.3 і 1.4.4).

Таблиця 1.4.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання щодо батьківського контролю: «Наскільки добре твоя мати знає...», % (наведено тільки суму відповідей «знає небагато» та «нічого не знає»)

Твердження	Мати			
	11-річні	13-річні	15-річні	17-річні
Хто твої друзі	19	27	32	33
Як ти витрачаєш власні гроші	25	33	44	48
Де ти буваєш після школи/навчання	11	16	24	28
Де ти буваєш увечері	9	14	22	27
Що ти робиш у вільний час	24	35	39	39
Що ти робиш в інтернеті	39	56	65	65

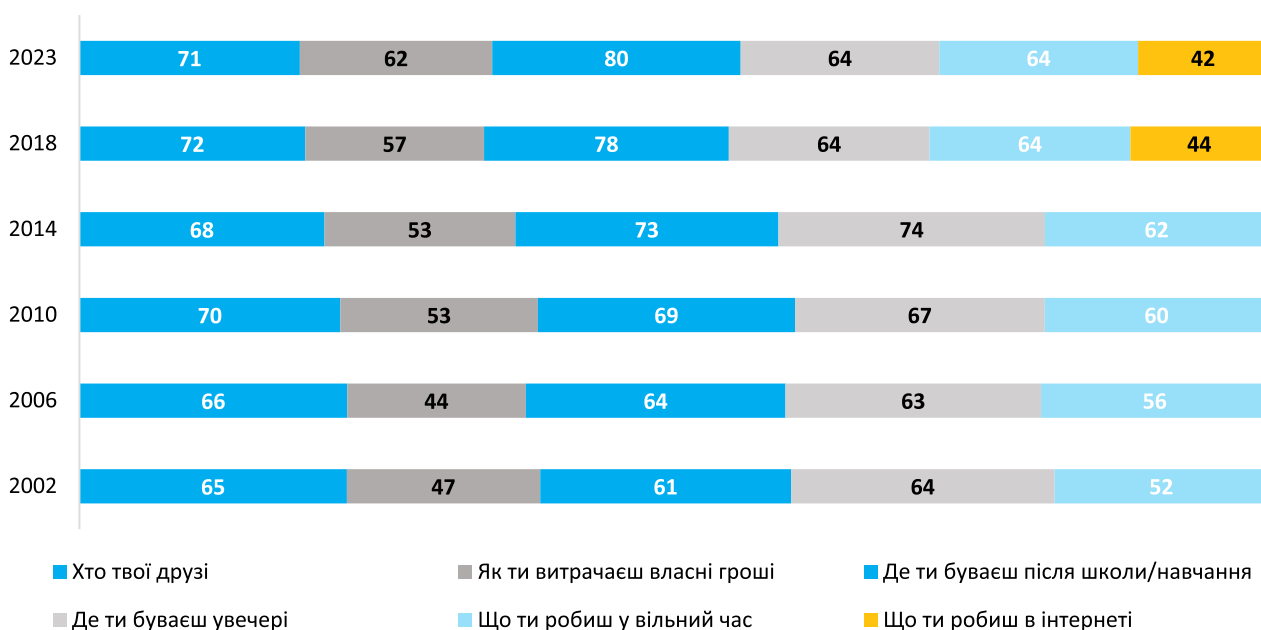
Таблиця 1.4.4. Розподіл відповідей респондентів на запитання щодо батьківського контролю: «Наскільки добре твій батько знає...», % (наведено тільки суму відповідей «знає небагато» та «нічого не знає»)

Твердження	Батько			
	11-річні	13-річні	15-річні	17-річні
Хто твої друзі	44	46	47	45
Як ти витрачаєш власні гроші	39	45	50	49
Де ти буваєш після школи/навчання	31	37	40	42
Де ти буваєш увечері	22	30	36	39
Що ти робиш у вільний час	35	44	46	46
Що ти робиш в інтернеті	47	58	62	59

З віком міра батьківської обізнаності зменшується у всіх статево-вікових групах як з боку матері, так і з боку батька. Найвиразніше зменшення обізнаності батьків щодо діяльності в інтернеті спостерігається в 13 років. У період від 11 до 17 років кількість батьків, які добре знають, що роблять їхні діти в інтернеті, значно зменшується: з 58% до 31% для матерів і з 44% до 22% для батьків.

Обізнаність як матерів, так і батьків збільшилася з 2002 року. Найбільше зростання можемо спостерігати в знаннях щодо витрачання власних грошей і місцеперебування після школи (рис. 1.4.1 і 1.4.2).

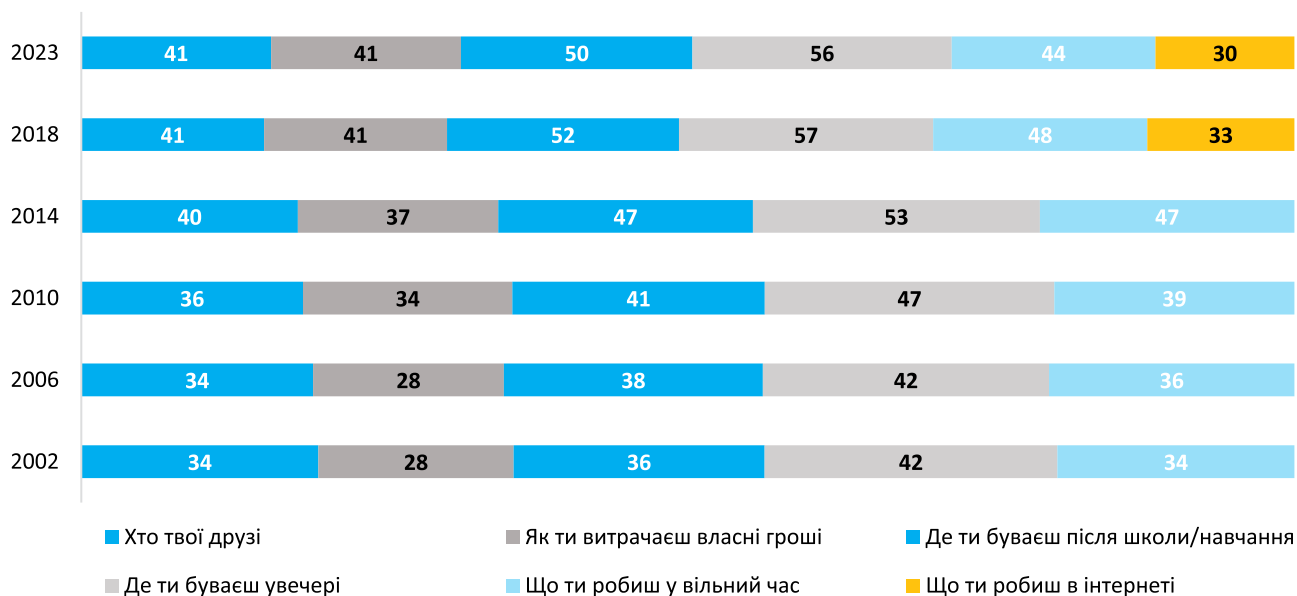
Рис. 1.4.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання щодо батьківського контролю: «Наскільки добре твоя мати знає...», % серед усіх у динаміці (наведено тільки частку відповідей «знає багато»)





© UNICEF/UN0753405/Hudak

Рис. 1.4.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання щодо батьківського контролю: «Наскільки добре твій батько знає...», % серед усіх у динаміці (наведено тільки частку відповідей «знає багато»)



1.5. Допомога друзів

Підлітковий вік характеризується зміною фокусу уваги з родини на оточення, зокрема однолітків, та проведенням вільного часу поза домом і закладом освіти. Спілкування з друзями займає більше часу і має значний вплив на життя молоді. Однак важливо розуміти, що взаємини з однолітками можуть впливати на здоров'я як позитивно, так і негативно, оскільки багато психологічних та поведінкових аспектів здоров'я пов'язані зі стосунками між однолітками. Особливу увагу слід звертати на формування дружніх відносин. Збереження позитивного та підтримуючого середовища у взаєминах з однолітками має ключове значення для здоров'я та благополуччя підлітків.

У цілому українські підлітки демонструють позитивні настрої: 64% вважають, що друзі їм намагаються допомогти, а 63% – що можуть розраховувати на друзів, коли щось йде не так, 74% готові ділитися радіщами та прикрощами, а 65% обговорюють з друзями свої проблеми. Істотних відмінностей за типом поселення зафіксовано не було, проте можна помітити, що рівень довіри до друзів зменшується з дорослішанням респондентів (табл. 1.5.1).

Таблиця 1.5.1. Атмосфера в компанії друзів, за статтю й віком, %

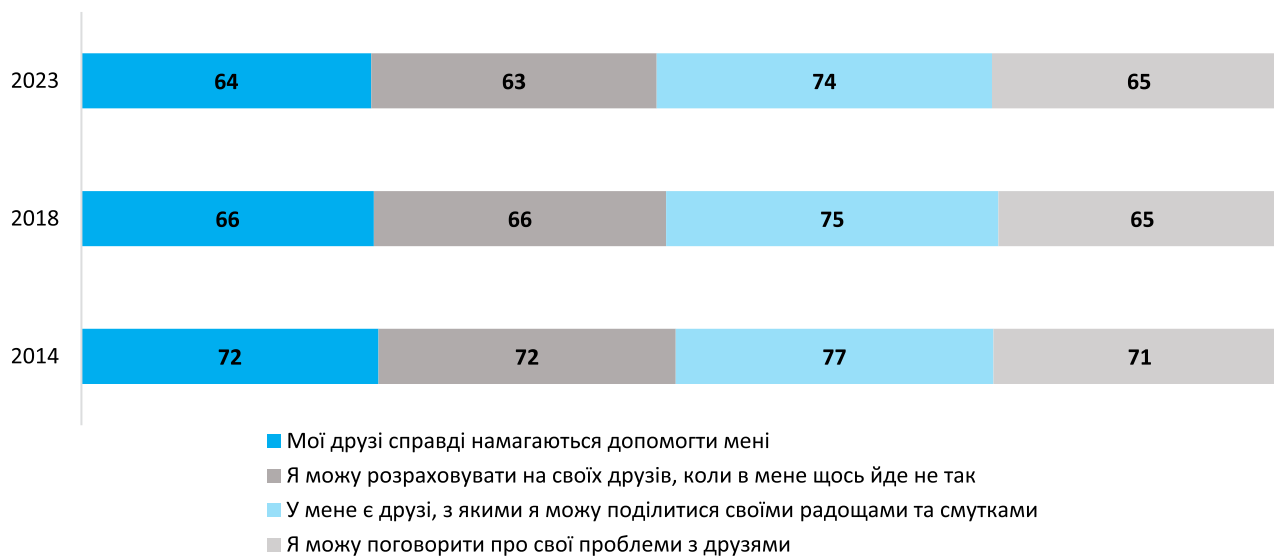
	11 років	13 років	15 років	17 років	Серед усіх
Мої друзі справді намагаються допомогти мені					
Не згоден(на)	17	21	24	26	22
Наскільки згоден(на), настільки й не згоден(на)	13	14	15	15	14
Згоден(на)	70	65	61	59	64
Я можу розраховувати на своїх друзів, коли в мене щось йде не так					
Не згоден(на)	21	23	25	28	24
Наскільки згоден(на), настільки й не згоден(на)	13	13	13	13	13
Згоден(на)	66	64	62	59	63
У мене є друзі, з якими я можу поділитися своїми радіщами та смутками					
Не згоден(на)	16	16	18	22	18
Наскільки згоден(на), настільки й не згоден(на)	8	9	10	10	9
Згоден(на)	76	75	72	68	73
Я можу поговорити про свої проблеми з друзями					
Не згоден(на)	25	23	24	27	24
Наскільки згоден(на), настільки й не згоден(на)	11	10	11	10	11
Згоден(на)	64	67	65	63	65

* Сума відповідей «дуже сильно не згоден(на)», «сильно не згоден(на)», «не згоден(на)».

** Сума відповідей «дуже сильно згоден(на)», «сильно згоден(на)», «згоден(на)».

Згідно з аналізом даних попередніх хвиль опитування, можна стверджувати, що відмінності у відповідях про стосунки з друзями не зазнали статистично значимих змін (рис. 1.5.1).

Рис. 1.5.1. Атмосфера в компанії друзів, % серед усіх в динаміці (наведено суму відповідей «дуже сильно згоден(на)», «сильно згоден(на)», «згоден(на)»)



1.6. Сприйняття свого тіла.

У підлітковому віці організм зазнає змін, і саме тоді зовнішній вигляд стає дуже важливим для молодої людини. Підлітки (як хлопці, так і дівчата) у період статевого дозрівання стають більш уважними до власного тіла та порівнюють себе з однолітками. З віком молоді люди стають більш критичними щодо власного зовнішнього вигляду.

Згідно з даними ДУ «Центр громадського здоров'я МОЗ України» в Україні щорічно фіксують 18–20 тис. нових випадків ожиріння серед дітей і підлітків. Дитяче ожиріння тісно пов'язане з факторами ризику неінфекційних захворювань, зокрема у більш старшому віці: серцево-судинних хвороб (головна причина смерті серед українців), цукрового діабету, проблем з опорно-руховим апаратом і психічних розладів³.

За результатами проведеного дослідження, більшість опитаних підлітків (60%) вважають своє тіло нормальним, проте 14% вважають себе худими, а кожен четвертий (26%) – повненькими. Дівчата частіше вважають, що мають надмірну вагу – 31%, ніж хлопці – 22%, така критичність до власного тіла притаманна дівчатам віком від 13 років (табл. 1.6.1).

Таблиця 1.6.1. Самооцінка власного тіла за віком та статтю, %

	11 років			13 років			15 років			17 років		
	Хлопці	Дівчата	Загалом	Хлопці	Дівчата	Загалом	Хлопці	Дівчата	Загалом	Хлопці	Дівчата	Загалом
Худорляве*	12	11	11	17	9	13	21	10	16	21	12	14
Нормальне	64	63	64	60	56	59	59	57	58	62	56	60
Повненьке**	24	26	25	23	33	28	20	33	26	18	32	26

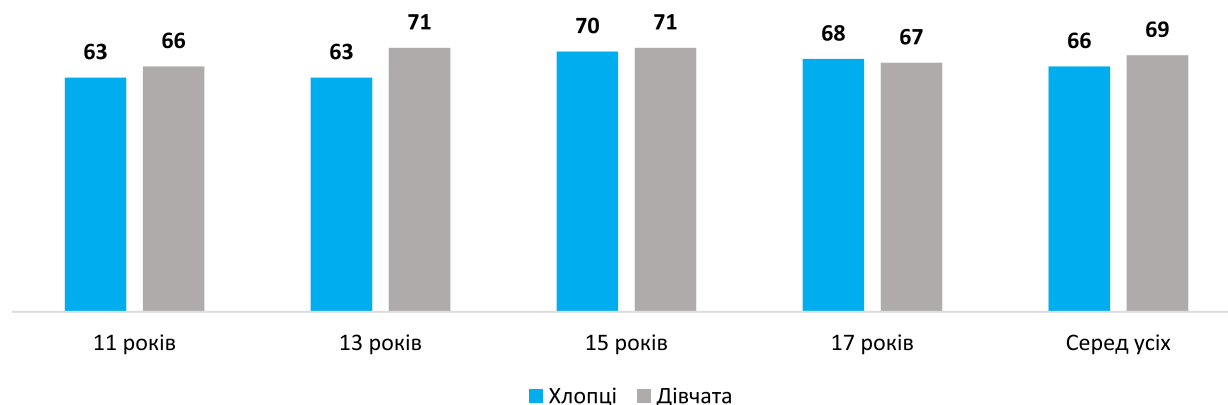
* Сума відповідей «дуже худорляве», «трохи худорляве».

** Сума відповідей «трохи повненьке», «надто повненьке».

За даними співвідношення зросту та маси тіла – індексу маси тіла (ІМТ*) в усіх вікових і статевих групах – виявлено відхилення від норми у значній частки підлітків. В аналізі даних було використане визначення міжнародної робочої групи ВООЗ із дослідження ожиріння (чотири класифікації IOTF WHO – недостатня вага, нормальна вага, надмірна вага, ожиріння)⁴.

Нормальний ІМТ спостерігається у 67% опитаних молодих людей віком 11–17 років (рис. 1.6.1).

Рис. 1.6.1. Частка підлітків з нормальним ІМТ, за віком і статтю, %



³ Назва. URL: В Україні вперше проводять дослідження щодо дитячого ожиріння: чому це важливо.

<https://phc.org.ua/news/v-ukraini-vpershe-provodyat-doslidzhennya-schodo-dityachogo-ozhirinnya-chomu-ce-vazhливо>

⁴ Cole T. J., Lobstein T. Extended international (IOTF) body mass index cut-offs for thinness, overweight and obesity. *Pediatric Obesity*. 2012. Vol. 7 (4). P. 284–294. <https://doi.org/10.1111/j.2047-6310.2012.000064.x>

У кожної шостої дівчини та у кожного десятого хлопця спостерігається дефіцит маси тіла. Дівчата частіше повідомляли про недостатню вагу – практично кожна п’ята (21%) дівчина віком 17 років і кожна шоста віком 11, 13 та 15 років. Серед юнаків частка тих, які мають недостатню вагу, коливалася від 7% серед 15-річних до 11% серед 11-річних.

Найбільш часто зайва вага притаманна 11-річним і 13-річним респондентам, при цьому частка тих, які мають зайву вагу, була вищою серед юнаків усіх вікових категорій. Така сама ситуація склалась з часткою тих, у кого було зафіксоване ожиріння (рис. 1.6.2 і рис. 1.6.3).

Рис. 1.6.2. Частка підлітків із зайвою вагою, за віком і статтю, %

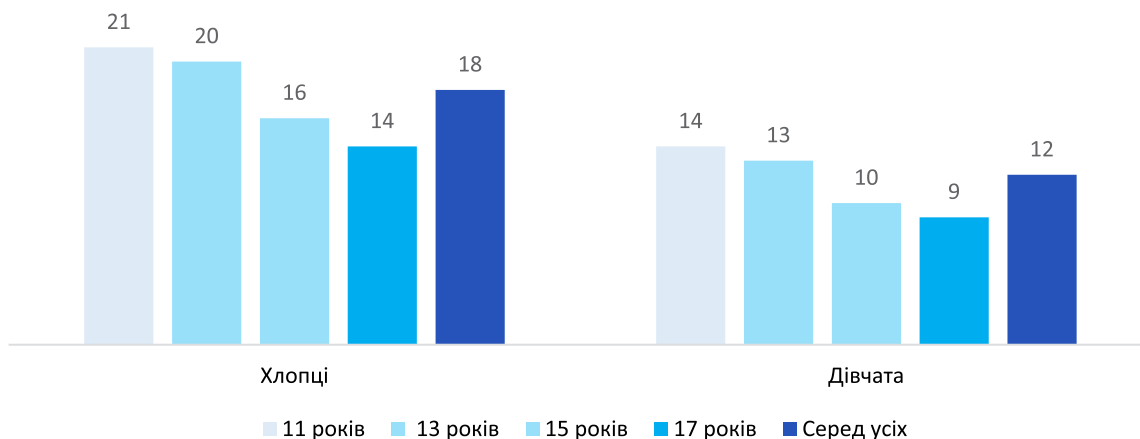
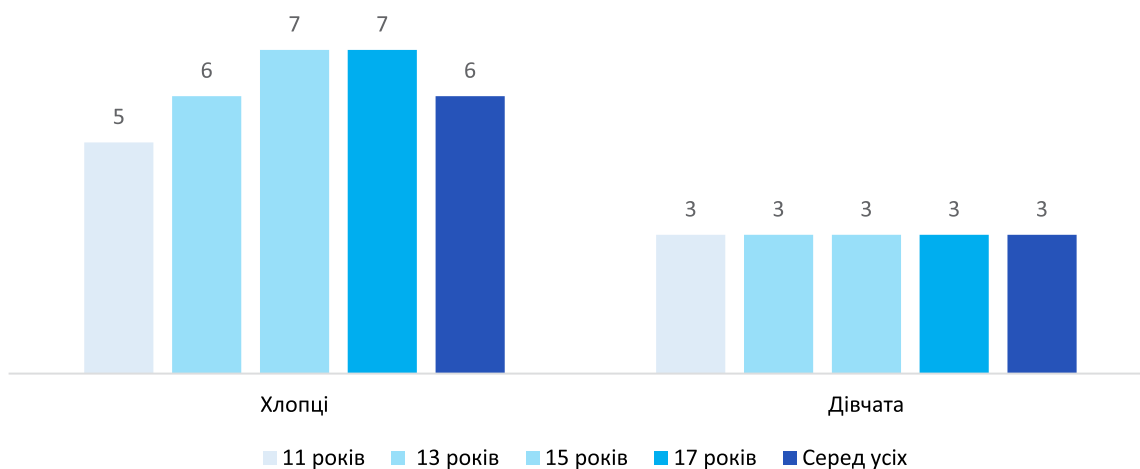


Рис. 1.6.3. Частка підлітків з ожирінням, за віком і статтю, %



ВИСНОВКИ до Розділу 1

Самопочуття та настрої

- Менше ніж половина підлітків протягом останніх двох тижнів відчувала «більшість часу» або «весь час» позитивні емоції, такі як: спокій та розслабленість (44%), бадьорість та гарний настрій (53%), активність та енергійність (47%), наповненість власного життя цікавими справами (43%), відчуття себе свіжим(ою) і відпочившим(ою) після пробудження (36%).
- Дівчата відчують позитивні емоції набагато рідше за юнаків, крім того, частка тих, які відчують позитивні емоції, неухильно зменшується з віком. Такі статеві-вікові особливості зберігаються для всіх хвиль дослідження.
- Порівняно з останньою довоєнною хвилею (2018 р.) частка тих, які відчують позитивні емоції, зменшилася.
- Відчуття самотності спіткало 74% підлітків протягом року. 26% ніколи не відчують себе самотніми, водночас 21% має почуття самотності більшість часу або весь час протягом останнього року.
- Дівчата частіше, ніж хлопці, відчують себе самотніми – 25% дівчат більшість часу або завжди відчують самотність, серед хлопців – 17%. Із віком зменшується частка тих, які не почують себе самотніми, і збільшується частка тих, кому притаманне таке відчуття.
- Суб'єктивна оцінка здатності вирішувати проблеми не відрізняється серед різних вікових груп, різниця між хлопцями та дівчатами також мінімальна. Загалом 61% опитаних зазначає, що вони часто або дуже часто знаходять вирішення проблеми, якщо докладуть достатньо зусиль, 60% вважають, що їм часто або дуже часто вдається зробити те, що задумано.
- Такий щоденний смуток або безнадійність, внаслідок якого респонденти переставали займатися звичними справами, упродовж двох тижнів поспіль або більше відчувала майже третина опитаних (31%). Як і раніше, серед дівчат таке відчуття трапляється частіше (37%), ніж серед хлопців (25%). З віком частка підлітків, які мали такі відчуття смутку, зростає (від 22% серед 11-річних до 40% серед 17-річних).
- У поточній хвилі фіксується зростання поширеності таких емоцій, як смуток і безнадія серед усіх респондентів порівняно з періодом до 2022 р. У 2018 р. цей показник становив 26%, зокрема 31% для дівчат і 21% для хлопців.
- Серед учнів, які вимушено опинилися в іншому населеному пункті України (ВПО), цей показник складає 38%, що значайно вище, ніж серед тих, хто продовжує жити у своєму місті/селі (29%).
- Дослідження показало, що українські підлітки демонструють доволі високий рівень життєстійкості та спроможні успішно протистояти негараздам військового часу. З одного боку, порівняно з довоєнним часом незначно зростає частка респондентів, які упродовж останнього місяця відчували, що не можуть контролювати щось важливе у своєму житті. У 2018 році цей показник становив 38% (сума відповідей «інколи», «досить часто» та «дуже часто»), а у 2023 р. – 43%. Це можна розцінювати, як визнання респондентами того, що труднощі в їхньому житті об'єктивно збільшалося.

Задоволеність життям і відчуття щастя

- Дві третини (65%) учнівської молоді оцінили своє життя як «найкраще можливе» (від 7 до 10 сходинок), 30% – розташували позначку посередині (від 4 до 6), а 5% оцінюють своє життя як «найгірше можливе» (від 0 до 3 сходинок).
- Статеві-вікові особливості такі ж самі, як і для показників позитивних емоцій та відчуття смутку, тобто задоволеність життям вище у хлопців, ніж у дівчат, а також із збільшенням віку показник задоволеності зменшується.
- Загальні показники по країні понизилися порівняно з хвилею 2018 р., коли на найвищих сходах відмічали себе три чверті (74%) респондентів.
- Оцінка якості життя пов'язана з тим, чи проживають учні у рідному населеному пункті. Для ВПО, а також тих, які опинилися за кордоном, оцінка якості життя нижча, ніж у тих, хто попри війну залишається у своєму місті/селі.
- До 2022 р. переважна більшість підлітків відчувала себе щасливими («дуже щасливими» або «щасливими»). Повномасштабне вторгнення росії в Україну стало викликом для мільйонів українців, зокрема дітей і підлітків, джерелом стресу і страждань. Серед іншого війна спричинила погіршення психічного здоров'я українського населення. Істотно зменшилась питома вага молодих людей, які відчують себе певною мірою щасливими: з 83% (у 2018 р.) до 47% (у 2023 р.).

Підтримка сім'ї

- 85% опитаних відповідають, що їм «легко» або «дуже легко» розмовляти з матір'ю на теми, які по-справжньому хвилюють. Батько, як і раніше, є бажаним співрозмовником більшою мірою для хлопців (82%), ніж для дівчат (69%). Показник легкості обговорення важливих проблем знижується для нерідних батьків (приблизно до двох третин). З дідусем «легко» або «дуже легко» розмовляти на теми, які по-справжньому хвилюють, 77% опитаних, з бабусею – 80%.
- За всіма альтернативами (крім нерідної матері) можна спостерігати тенденцію зниження частки тих, кому легко розмовляти на важливі теми, із зростанням віку. Крім того, за всіма пунктами серед хлопців більше тих, які зазначають альтернативу «легко» або «дуже легко», ніж серед дівчат. В умовах постійного стресу та емоційної

напруженості в умовах війни дівчатам складніше обговорювати важливі теми з дорослими членами родини. Така різниця між дівчатами та хлопцями спостерігається і щодо питань самотності, смутку тощо. Вочевидь, більше відчуття самотності пов'язане і складністю обговорення важливих проблем із дорослими.

- Щодо динаміки показника, для рідних батьків спостерігається зменшення, а для нерідних – навпаки. В екстремальних умовах воєнного часу наявність навіть нерідних батьків вкрай важлива для дітей і підлітків, водночас з рідними батьками ситуація дещо погіршилася.
- В усі роки, коли проводилися моніторингові опитування, фіксувалися схожі особливості. У кожному випадку переважна більшість опитаних підлітків (понад 70%) погоджується з тезою про те, що в сім'ї:
 - їм намагаються допомагати;
 - їм готові допомогти в прийнятті рішень;
 - вони отримують необхідну моральну (емоційну) допомогу та підтримку;
 - вони можуть обговорити свої проблеми.

Якщо порівнювати показники згоди з певними оціночними характеристиками 2018 та 2023 років, то можна спостерігати певне зниження величини показників (у всіх випадках). Так, у 2018 р. 87% опитаних підлітків погодилися з твердженням «Я отримую необхідну моральну (емоційну) допомогу та підтримку від своєї сім'ї», тоді як у 2023 р. аналогічний показник становив 80%. Таке зменшення показників є значущим, проте не критичним.

- Найчастіше спільною сімейною справою є харчування, розмови та перегляд телевізора або відео – більшість опитаних зазначає, що це відбувається раз на тиждень або й частіше. Дві третини зазначили спільні сімейні прогулянки раз на тиждень або й частіше. Як і в попередніх хвилях, частота спільної сімейної діяльності знижується з віком опитуваних.
- Різниця у спільній сімейній діяльності серед хлопців і дівчат поглибилася. Якщо в 2018 р. була значна різниця у таких видах діяльності, як комп'ютерні ігри, відвідування місць розваг і заняття спортом (набагато частіше стосуються хлопців), то зараз за всіма видами діяльності (крім спільних трапез) серед дівчат показники разом проведеного часу набагато менші, ніж серед хлопців. Як і раніше, немає жодного заняття, яким би частіше спільно займалися з дівчатами, ніж із хлопцями.
- В умовах війни майже всі види спільної діяльності (крім харчування та розмов, які практично не змінилися) істотно скоротилися. Особливо це стосується відвідування місць розваг (скорочення на 15%) та відвідування друзів (скорочення на 14%). Єдиний приклад зростання поширеності спільного дозвілля – це ігри вдома (з 37% до 46%).

Батьківський контроль

- Аналіз відповідей свідчить, що найменш контрольованим простором, як з боку матері, так і батька, на думку підлітків, є інтернет.
- Матері знають про друзів своїх дітей майже вдвічі більше, ніж батьки (71% та 41% відповідно), причому про друзів своїх доньок їм відомо дещо більше, ніж про друзів своїх синів. Батьки ж, навпаки, про друзів своїх синів знають трішки більше, ніж про подруг дочок.
- Витрати кишенькових грошей залишаються менш контрольованими батьками. За результатами опитування, понад третину матерів (36%) і майже половина батьків (46%) не мають жодного уявлення про те, як їхні діти витрачають свої гроші.
- Про те, як дитина проводить час після школи, матері поінформовані значно краще, ніж батьки. Так, 80% опитаних підлітків зазначили, що матері знають багато про те, де вони бувають після школи, тоді як про батьків таке стверджували 50% респондентів.
- Про дозвілля дочок матері знають дещо більше, ніж про дозвілля синів. Батьки краще, ніж матері, знають, з ким спілкуються і дружать їхні сини, де і як вони проводять час після школи, як вони витрачають свої гроші тощо.
- З дорослішанням дитини батьківський контроль має тенденцію до послаблення, однак залишається досить високим. Коли дитині 11 років, про те, де вона буває вечорами, добре знають 90% матерів та 69% батьків. У 13-річному віці кількість добре поінформованих матерів зменшується до 75%, а батьків – до 58%. Коли підлітку 17 років, кількість поінформованих батьків зменшується ще більше, а кількість матерів та батьків, які нічого не знають про вечірній час своїх дітей, збільшується.
- З віком батьківський контроль знижується у всіх статеві-вікових групах як з боку матері, так і з боку батька. Найвиразніше зменшення обізнаності батьків щодо діяльності в інтернеті спостерігається в 13 років. У період від 11 до 17 років кількість батьків, які добре знають, що роблять їх діти в інтернеті, значно зменшується: з 58% до 31% для матерів і з 44% до 22% для батьків.
- Важливо зазначити, що обізнаність як матерів, так і батьків збільшилась з 2002 року. Найбільше зростання можемо спостерігати в знаннях щодо витрачання власних грошей і місця перебування після школи.

Допомога друзів

- У цілому українські підлітки демонструють позитивні настрої: 64% вважають, що друзі їм намагаються допомогти, а 63% – що можуть розраховувати на друзів, коли щось іде не так, 74% готові ділитися радощами та прикрощами, а 65% обговорюють з друзями свої проблеми. Істотних відмінностей за типом поселення зафіксовано не було,

проте можна помітити, що рівень довіри до друзів зменшується з дорослішанням респондентів.

- Згідно з аналізом даних попередніх хвиль опитування, можна стверджувати, що відмінності у відповідях про стосунки з друзями не є статистично значущими (рис. 1.5.1).

Сприйняття свого тіла

- За результатами проведеного дослідження більшість опитаних підлітків (60%) вважають своє тіло нормальним, проте 14% вважають себе худими, а кожен четвертий (26%) – повненькими. Дівчата частіше вважають, що мають надмірну вагу – 31%, ніж хлопці – 22%, така критичність до власного тіла притаманна дівчатам віком від 13 років (табл. 1.6.1).
- За даними співвідношення зросту та маси тіла – індексу маси тіла (ІМТ*) в усіх вікових і статевих групах – виявлено відхилення від норми у значної частки підлітків. В аналізі даних використано визначення міжнародної робочої групи ВООЗ із дослідження ожиріння (чотири класифікації IOTF WHO – недостатня вага, нормальна вага, надмірна вага, ожиріння)
- Нормальний ІМТ спостерігається у 67% опитаних молодих людей віком 11–17 років.
- У кожній шостій дівчині та у кожного десятого хлопця спостерігається дефіцит маси тіла.
- Дівчата частіше повідомляли про недостатню вагу – практично кожна п'ята (21%) дівчина віком 17 років і кожна шоста віком 11, 13 та 15 років. Серед юнаків частка тих, які мають недостатню вагу, коливалася від 7% серед 15-річних до 11% серед 11-річних.
- Найбільшу поширеність зайвої ваги виявлено серед 11-річних і 13-річних респондентів, частка тих, які мають зайву вагу, була більшою серед юнаків усіх вікових категорій. Така сама ситуація склалась із часткою тих, у кого було зафіксоване ожиріння.

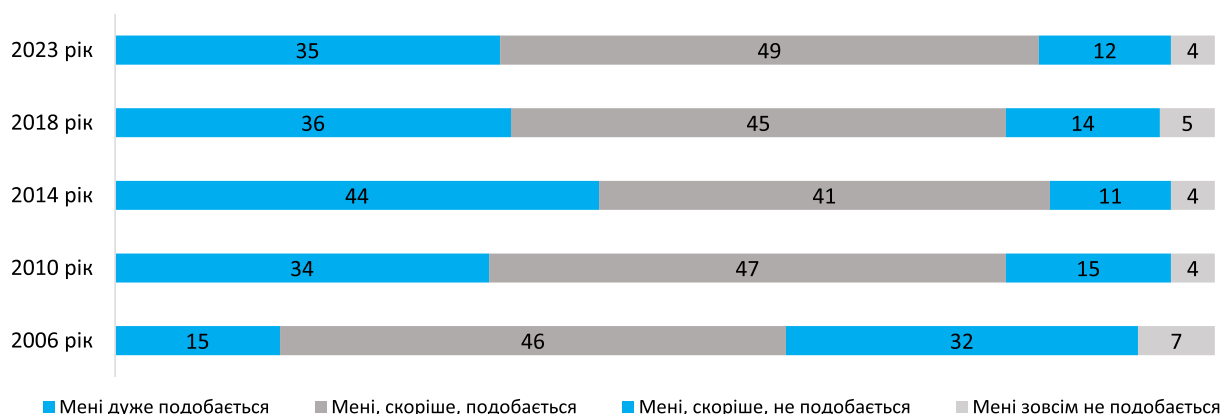
РОЗДІЛ 2. УЧБОВО-НАВЧАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ

2.1. Атмосфера закладу освіти

Ставлення до закладу освіти

За результатами попередніх хвиль опитування, з 2010 р. переважна більшість підлітків (понад 80%) задоволена своїм закладом освіти – він подобається респондентам певною мірою (рис. 2.1.1). Такий рівень задоволеності можна кваліфікувати як «високий». Показники задоволеності своїм закладом освіти в різні роки варіюють, але в цілому залишаються стабільними. У 2023 р. частка респондентів, яким «дуже подобався» або «скоріше, подобався» заклад освіти, становила 84%, а у 2018 р. – 81%. Водночас у 2014 р. цей показник був дещо більшим і дорівнював 86%.

Рис. 2.1.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як ти ставишся до свого закладу освіти сьогодні?», %



Відчуття напруженості стосовно навчального навантаження

Учням ставилося запитання: «Чи відчуваєш ти напруженість під час виконання шкільних завдань (як у класі/групі, так і вдома)?». Відчуття навчального навантаження на час дослідження характеризувалося тим, що під час виконання шкільних завдань як у класі/групі, так і вдома, «певну» та «значну» напруженість відчували понад чверть респондентів (26%). Почуття напруженості більше виражено у дівчат (28%), ніж у хлопців (24%). Найменшу напруженість відчувають учні молодшого віку – 11 та 12 років, а найбільшу – 14 років (31%). Після 14 років відчуття напруженості стає менш поширеним (табл. 2.1.1).

Таблиця 2.1.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Чи відчуваєш ти напруженість під час виконання шкільних завдань (як у класі/групі, так і вдома)?», за статтю та віком, %

	Усі	Хлопці	Дівчата	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років
Зовсім, ні	34	35	33	39	33	33	31	33	34	35
Так, незначну	40	40	39	42	43	39	38	40	39	36
Певну напруженість	20	19	21	16	18	22	23	20	20	21
Значну напруженість	6	6	7	3	6	6	8	7	7	8
Відчувають напруженість (певну або значну)	26	24	28	20	24	27	31	27	28	29

Показники напруженості істотно відрізняються серед учнів, які перебувають в Україні, та тих, які опинилися за кордоном через війну. Зрозуміло, що навчання в іншомовному середовищі само по собі є джерелом додаткового стресу. Так, якщо серед учнів, які зараз проживають у своєму населеному пункті, відчувають напруженість 25%, а серед тих, які в іншому місці України – 29%, то для учнів за кордоном відчуття напруженості поширено більше. Його відчуває 32% тих, які планують повернутися, та 35% тих, які не планують.

Рівень шкільної напруженості залишився практично на довоєнному рівні (зріс незначно порівняно з 2018 р., коли він сягав 24%). Таким чином, шкільне середовище є певною мірою осередком психологічної стабільності для учнів України під час війни.

Підтримка однолітків у навчанні

«Цілком згодних» і «згодних» разом із твердженням «Учням/студентам нашого класу/групи подобається бути разом» на час дослідження було 49%; із твердженням «У нашому класі/групі багато добрих і турботливих учнів/студентів» – 52%; із твердженням «Інші учні/студенти приймають мене таким(ою), яким(ою) я є», – 62%.

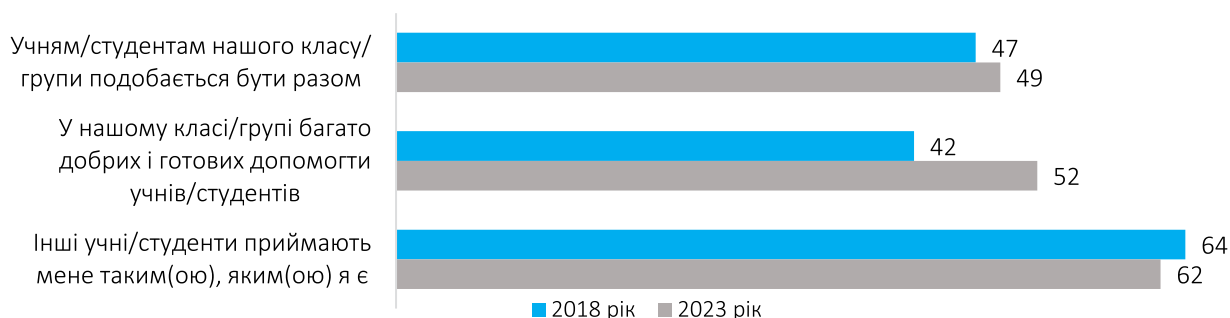
Хоча дівчата рідше, ніж хлопці, погоджуються з цими твердженнями, ці відмінності менші, ніж вікові. Найбільша підтримка однокласників, на думку опитаних, серед учнів молодшого віку (11–12 років) та старшого віку (15 років і старше), натомість на вік 13–14 років припадає найбільше розчарування однокласниками (табл. 2.1.2).

Таблиця 2.1.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Зазнач, якою мірою ти згоден(а) або не згоден(а) з кожним із тверджень», за статтю та віком, % (сума відповідей «цілком згоден(а)» та « згоден(а)»)

	Усі	Хлопці	Дівчата	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років
Учням/ студентам нашого класу/ групи подобається бути разом	49	52	46	56	47	43	44	54	50	48
У нашому класі/групі багато добрих і готових допомогти учнів/студентів	52	53	51	56	48	46	48	58	55	54
Інші учні/ студенти приймають мене таким(ою), яким(ою) я є	62	64	61	69	62	59	58	64	63	62

Порівняння з опитуванням 2018 р. показує, що підтримка однолітків залишилась приблизно на такому ж рівні, і навіть зросла з 42% до 52% щодо наявності добрих і готових допомогти однокласників – рис. 2.1.2.

Рис. 2.1.2. Частка респондентів, які «цілком згодні» та «згодні» з твердженнями щодо підтримки однолітків, %



Аналогічно до показників шкільної напруженості, показники підтримки однолітків значно відрізняються серед учнів, які перебувають в Україні, та тих, які опинилися за кордоном. Для останніх показники підтримки менші, ніж для тих, хто перебуває в Україні (табл. 2.1.3). При цьому показники підтримки для тих, які планують повернення, більші, ніж для тих, які збираються залишатися за кордоном. Імовірно, поділ за планами повернення не може бути дуже точним, з огляду на загальну невизначеність ситуації та складність планування.

Слід також звернути увагу на дещо менші показники підтримки однолітків серед учнів-ВПО, які зараз навчаються не там, де проживали до повномасштабного вторгнення росії в Україну, ніж серед тих, хто навчається в рідному місті/селі.

Таблиця 2.1.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Зазнач, якою мірою ти згоден(а) або не згоден(а) з кожним із тверджень», за місцем поточного проживання, % (сума відповідей «цілком згоден(а)» та « згоден(а)»)

	Усі	У місті або селі, в якому народився	В іншій області в Україні	За кордоном, але плануємо повернутися	За кордоном і не плануємо повертатися
Учням/студентам нашого класу/ групи подобається бути разом	49	49	47	51	39
У нашому класі/групі багато добрих і готових допомогти учнів/ студентів	52	53	48	49	44
Інші учні/студенти приймають мене таким(ою), яким(ою) я є	62	64	59	54	49



2.2. Підтримка вчителів / викладачів

Моніторинг свідчить, що підлітки переважно позитивно характеризують ставлення своїх вчителів і викладачів до себе особисто (табл. 2.2.1). В усіх хвилях опитування попередніх років майже дві третини респондентів погоджувалися з тезою «Я відчуваю, що вчителі приймають мене таким(ою), яким(якою) я є». У 2023 р. 66% опитаних були певною мірою згодні з такою характеристикою вчителів і викладачів, а у 2018 р. – 67%. Найважливіша стабільність показників, незважаючи на кардинальну зміну соціальних умов.

Стійкими є показники, що характеризують процес виховання особистості. Приблизно половина респондентів у різні роки погодилася з тезою: «Я відчуваю, що мої вчителі піклуються про мене, як про особистість». У 2023 р. цей показник становив 47%, у 2018 р. – 49%. Показник 2014 р. був помітно вищим – 55%, однак слід враховувати особливість історичного моменту. Це був рік Революції Гідності, який істотно вплинув на громадські настрої (зокрема на громадянську позицію вчителів і викладачів).

Таблиця 2.2.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Наведено кілька висловлювань про твоїх учителів/викладачів. Зазнач, якою мірою ти згоден(а) або не згоден(а) з кожним з них?», %

Рік опитування	Цілком згоден(а)	Згоден(на)	І так, і ні	Не згоден(а)	Цілком не згоден(а)
Я відчуваю, що вчителі приймають мене таким(ою), яким(якою) я є ⁵					
2014	31	40	24	4	1
2018	29	37	25	6	3
2023	28	38	26	6	2
Я відчуваю, що мої вчителі піклуються про мене, як про особистість ⁶					
2014	18	37	30	12	3
2018	15	34	36	11	4
2023	16	31	36	13	4
Я відчуваю велику довіру до своїх вчителів ⁷					
2014	17	33	36	10	4
2018	16	28	34	15	7
2023	17	28	35	13	7

Повага до учня/студента як особистості з боку вчителів/викладачів створює підґрунтя для довірливих взаємин. Близько половини опитаних підлітків відчувають довіру до своїх вчителів і викладачів, тоді як частка тих, які не довіряють педагогам, у всі роки опитувань не перевищує 22% (вдвічі менше). Показник довірливого ставлення є майже однаковим у 2018 та 2023 роках (відповідно 44% та 45%), і дещо вищим – у 2014 р. (50%).

⁵ У 2014 р. «Мені здається, що мої вчителі/викладачі ставляться до мене, як до особистості».

⁶ У 2014 р. «Мені здається, що мої вчителі/викладачі сприймають мене таким(ою), яким(ою) я є».

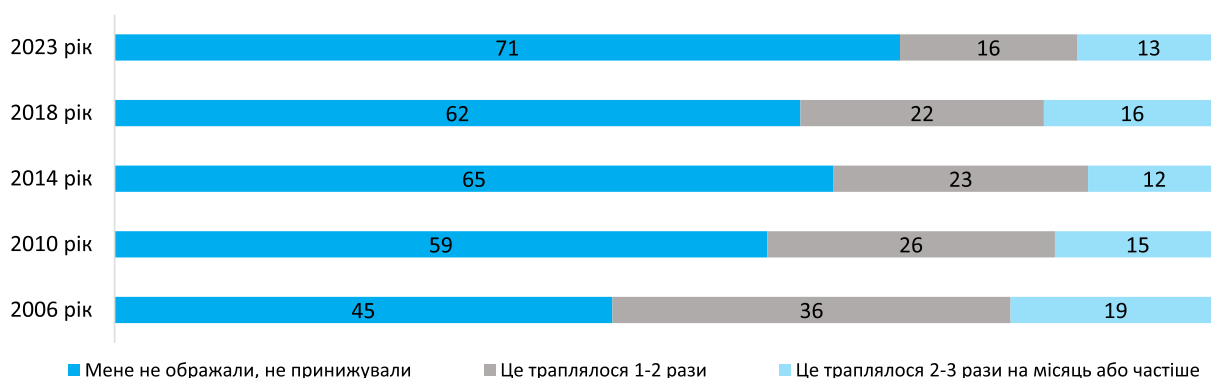
⁷ У 2014 р. «Я дуже довіряю своїм вчителям/викладачам».

2.3. Булінг у закладах освіти

Булінг у різних проявах є досить поширеним явищем у підлітковому середовищі, якому важко протидіяти. Моніторингові опитування виявили позитивну тенденцію – зменшення кількості опитаних дітей, які ставали жертвами цькування (ображення, знущання, приниження), перебуваючи в закладі освіти (рис. 2.3.1). Якщо у 2006 р. більше ніж половина респондентів (55%) повідомила, що вони були жертвами психологічного насильства упродовж останніх кількох місяців принаймні один раз, то у 2023 р. таких було вдвічі менше (29%). Істотне зменшення чисельності жертв булінгу у 2023 р. порівняно з 2018 р. (з 38% до 29%) можна пояснити, зокрема, зміною соціальних умов, коли насильство щодо своїх товаришів на фоні російської агресії стало особливо неприйнятним. Війна сприяла консолідації українського суспільства, у багатьох спричинила бажання допомагати іншим.

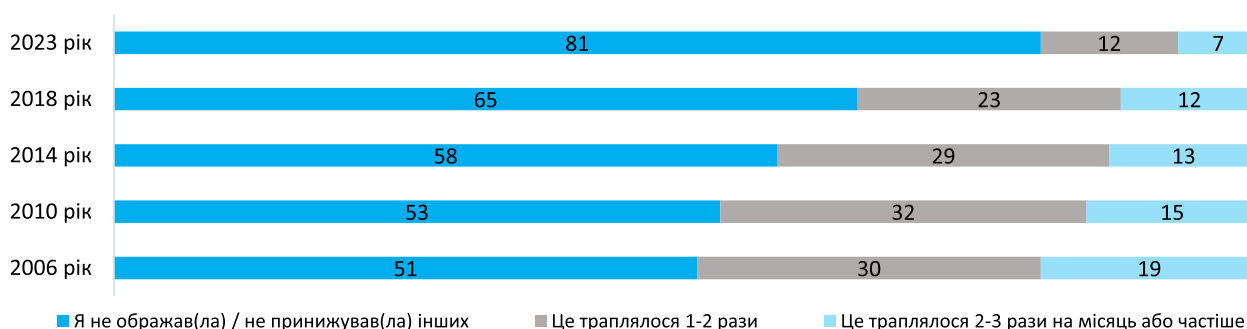
Водночас булінг у закладах освіти залишається доволі поширеним явищем. У 2023 р. 13% респондентів зазначили, що регулярно (2–3 рази на місяць або частіше) ставали жертвою цькування з боку інших (рис. 2.3.1). Цей показник слід кваліфікувати як «значний». Крім того, 25% опитаних повідомили, що регулярно (раз на місяць або частіше) ставали свідками принижень, ображень, знущань щодо інших людей. Тут йдеться про випадки булінгу в соціальному оточенні молодих людей у цілому (не тільки в закладах освіти).

Рис. 2.3.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто тебе ображали/принижували/знущалися над тобою в закладі освіти протягом останніх місяців?», %



За даними моніторингу виявлено іншу тенденцію – зменшення кількості підлітків, які самі брали участь в ображанні або приниженні своїх однолітків (рис. 2.3.2). Якщо у 2006 р. майже половина респондентів (49%) повідомила, що вони знущалися над іншими в закладах освіти протягом останніх кількох місяців (принаймні одного разу), то в 2023 р. таких було у 2,5 рази менше (19%). Зменшення кількості учасників булінгу – чітко виражена тенденція, яка простежується з кожною наступною хвилиною опитування. Різке зменшення чисельності учасників булінгу у 2023 р. порівняно з 2018 р. (з 35% до 19%) також можна пояснити зміною атмосфери в суспільстві – посилення неприйняття насильства щодо інших.

Рис. 2.3.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти брав(ла) участь в ображанні/приниженні інших, у знущанні над ними в закладі освіти протягом останніх місяців?», %



ВИСНОВКИ до Розділу 2

Атмосфера закладу освіти

- З 2010 р. переважна більшість опитаних підлітків (понад 80%) певною мірою задоволена своїм закладом освіти. Такий рівень задоволеності можна кваліфікувати як «високий». Показники задоволеності своїм закладом освіти в різні роки варіюють, але в цілому залишаються стабільними. У 2023 р. частка респондентів, яким «дуже подобався» або «скоріше, подобався» заклад освіти, становила 84%, а у 2018 р. – 81%. Водночас у 2014 р. цей показник дорівнював 86%.
- Під час виконання шкільних завдань як у класі/групі, так і вдома, «певну» та «значну» напруженість відчували 26% респондентів. Найменшу напруженість відчують учні молодшого віку – 11 та 12 років, а найбільшу – 14 років (31%). Після 14 років відчуття напруженості стає менш поширеним.
- Рівень шкільної напруженості залишився практично на довоєнному рівні (24% у 2018 р.), тобто шкільне середовище є певним осередком психологічної стабільності для учнів України в часи війни.
- Погоджується з твердженням «Учня/студента нашого класу/групи подобається бути разом» на час дослідження 49%; із твердженням «У нашому класі/групі багато добрих і турботливих учнів/студентів» – 52%; «Інші учні/студенти приймають мене таким(ою), яким(ою) я є», – 62%.
- Порівняння з опитуванням 2018 р. показує, що підтримка однолітків залишилась приблизно на такому ж рівні, і навіть зросла з 42% до 52% щодо наявності добрих і готових допомогти однокласників.
- Серед учнів-ВПО показники підтримки однолітків дещо менші, ніж серед тих, які навчаються в рідному місті/селі.

Підтримка вчителів/викладачів

- 66% опитаних погоджується з тезою: «Я відчуваю, що вчителі приймають мене таким(ою), яким(якою) я є», а в 2018 р. – 67%. Тобто має місце стабільність показників, незважаючи на кардинальну зміну соціальних умов.
- Приблизно половина респондентів у різні роки погодилися з тезою: «Я відчуваю, що мої вчителі піклуються про мене, як про особистість». У 2023 р. цей показник становив 47%, у 2018 р. – 49%. Повага до учня/студента як особистості з боку вчителів/викладачів створює підґрунтя для довірливих взаємин. Близько половини опитаних підлітків відчують довіру до своїх вчителів і викладачів, тоді як частка тих, які не довіряють педагогам, у всі роки опитувань не перевищує 22% (вдвічі менше).
- Показник довірливого ставлення є майже однаковим у 2018 та 2023 роках (відповідно 44% та 45%), і дещо вищим – у 2014 р. (50%).

Булінг у закладах освіти

- Булінг у різних проявах є досить поширеним явищем у підлітковому середовищі. Моніторингові опитування виявили позитивну тенденцію – зменшення кількості опитаних дітей, які ставали жертвами цькування (ображення, знущання, приниження), перебуваючи в закладі освіти.
- Якщо у 2006 р. більше ніж половина респондентів (55%) повідомила, що вони були жертвами психологічного насильства упродовж останніх кількох місяців принаймні один раз, то у 2023 р. таких було вдвічі менше (29%). Істотне зменшення чисельності жертв булінгу у 2023 р. порівняно з 2018 р. (з 38% до 29%) можна пояснити, зокрема, зміною соціальних умов, коли насильство щодо своїх товаришів на фоні російської агресії стало особливо неприйнятним. Війна сприяла консолідації українського суспільства, у багатьох спричинила бажання допомагати іншим.

РОЗДІЛ 3. БУЛІНГ І КІБЕРБУЛІНГ, БІЙКИ В МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

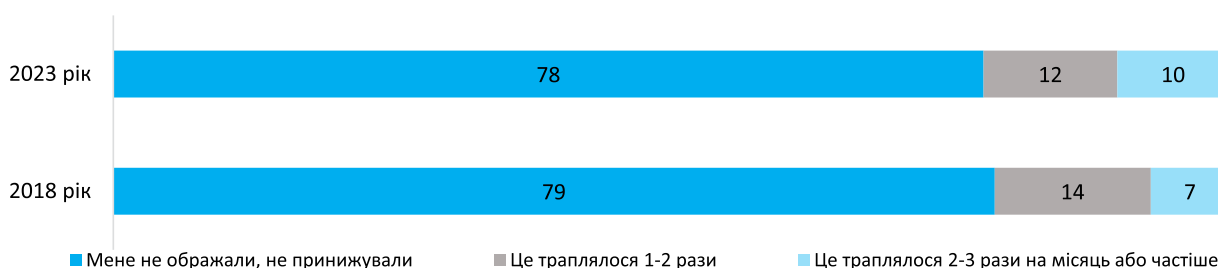
3.1. Досвід булінгу та кібербулінгу.

Кібербулінг

Кібербулінг – ображення, приниження, знущання онлайн – як феномен виник нещодавно, але швидко став масовим явищем. Моніторинг цього явища в підлітковому середовищі було започатковано у 2018 р. За даними опитувань, виявлено сталість кількості респондентів, які повідомляли, що вони упродовж останніх кількох місяців ставали жертвою цькування онлайн (принаймні один раз). Якщо у 2018 р. таких респондентів було 21 %, то у 2023 р. – 22% (рис. 3.1.1).

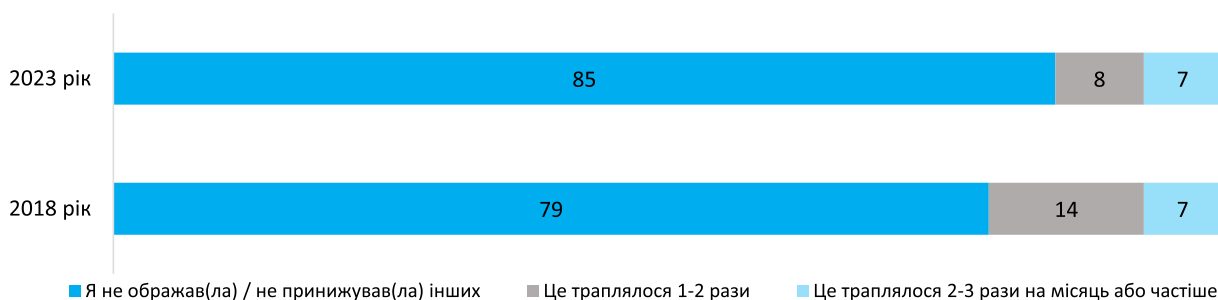
Водночас певну тривогу викликає те, що на чисельності жертв кібербулінгу не позначилась зміна моральної атмосфери під час війни – консолідація українського суспільства, прагнення багатьох громадян допомагати іншим, неприйняття насильства щодо співгромадян на фоні агресії з боку росії. Привертає увагу і те, що певною мірою зросла (хоча і неістотно) кількість опитаних, які ставали жертвою кібербулінгу регулярно (2–3 рази на місяць або частіше). Якщо у 2018 р. таких було 7%, то у 2023 р. – 10%. Анонімність кіберпереслідувача робить його непідвладним осуду з боку громадської думки; виявити і покарати кривдника, припинити цькування онлайн важче, ніж в колективі закладу освіти.

Рис. 3.1.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Упродовж останніх кількох місяців як часто тебе ображали/принижували/знущались онлайн?», %



Як ознаки позитивної тенденції слід зазначити зменшення кількості опитаних підлітків, які впродовж останніх кількох місяців особисто брали участь в ображеннях, приниженнях, знущаннях онлайн. У 2018 р. таких респондентів було 21%, а у 2023 р. – 15% (рис. 3.1.2). Таке скорочення відбулося завдяки зменшенню кількості тих, які брали участь у кібербулінгу, скоріше, випадково (один-два рази): з 14% у 2018 р. до 8% у 2023 р. Чи буде цей позитивний тренд стійким і тривалим – мають показати наступні моніторингові опитування.

Рис. 3.1.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Упродовж останніх кількох місяців як часто ти брав(ла) участь в ображеннях/приниженнях/знущаннях онлайн - кібербулінгу», %



Свідки булінгу

Булінг як явище складається не тільки з жертв та тих, хто ображає, а й зі свідків, тому важливим було з'ясувати, як часто учні стають свідками знущання в очній формі та онлайн. Під час дослідження у 2023 р. (в попередній хвилі ці запитання не ставилися) респондентів запитували, як часто вони ставали свідками таких подій, як булінг і кібербулінг.

Загалом майже половина опитаних (49%) певною мірою були свідками знущань принаймні один раз упродовж останніх шести місяців, зокрема чверть (25%) – були свідками таких подій регулярно – раз на місяць або частіше.

Щодо кібербулінгу, частка свідків менша – 38% бачили це принаймні один раз, зокрема 22% – раз на місяць або частіше. Зменшення частки свідків кібербулінгу пов'язано з особливостями цього виду знущань, де жертва може отримувати образливі повідомлення або зазнавати інших онлайн-неприємностей на своєму гаджеті або комп'ютері у позашкільний час, перебуваючи наодинці, без свідків.

Якщо серед хлопців частіше зустрічаються ті, які ображають, то щодо свідків різниці немає – і хлопці, і дівчата з однаковою частотою стають свідками булінгу та кібербулінгу. Натомість ця частка збільшується з віком: вже з 12 років стрімко зростає кількість свідків знущань як очних, так і онлайн, і досягає піку у 15-річних учнів (табл.3.1.1).

Таблиця 3.1.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти ставав(ла) свідком таких подій?», за статтю та віком, %

	Усі	Хлопці	Дівчата	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років
Випадків БУЛІНГУ (приниження, ображення, знущання)										
Ніколи	51	51	51	59	51	52	50	48	47	48
Були свідками	49	49	49	41	49	48	50	52	53	52
Один раз протягом останніх 6 місяців	24	24	25	22	24	25	24	25	26	27
Раз на місяць	10	11	10	9	10	10	12	11	10	10
Кілька разів на місяць	9	8	9	6	9	8	9	10	10	9
Кілька разів на тиждень	6	6	5	4	6	6	5	6	6	6
Випадків КІБЕРБУЛІНГУ (приниження, ображення, знущання онлайн)										
Ніколи	62	62	62	75	66	62	59	54	56	55
Були свідками	38	38	38	25	34	38	41	46	44	45
Один раз протягом останніх 6 місяців	16	15	17	13	15	16	17	19	17	17
Раз на місяць	9	9	9	6	7	8	11	11	10	11
Кілька разів на місяць	7	7	8	4	7	8	7	9	9	10
Кілька разів на тиждень	6	7	4	2	5	6	6	7	8	7

Частка свідків булінгу відрізняється серед учнів, які перебувають в Україні, та тих, які опинилися за кордоном. Так, якщо в цілому 25% респондентів були свідками булінгу регулярно (раз на місяць або частіше), то серед тих, які навчаються за кордоном, таких більше ніж третина (33% серед тих, які планують повернення, та 35% – серед тих, які не планують повертатися). Щодо кібербулінгу, то розрив ще більший – якщо в середньому 22% є свідками регулярного кібербулінгу, то серед учнів за кордоном таких 34% та 27% відповідно.

Всередині країни також є різниця за місцем проживання – якщо серед учнів, які навчаються у своєму населеному пункті, 24% регулярно є свідками булінгу та 21% – кібербулінгу, то для учнів-ВПО, які зараз навчаються не там, де проживали до повномасштабного вторгнення росії в Україну, ці частки складають 27% та 28% відповідно.

Дії свідків булінгу

Учнів запитували, які дії вони вчиняли, коли ставали свідками булінгу (очного та онлайн) упродовж останніх двох місяців. Під час відповіді можна було зазначити всі варіанти, які підходили. Третина свідків (33%) зазначила про допомогу жертві у випадку булінгу та понад чверть (27%) – у випадку кібербулінгу.

Тільки 25% свідків відповіли, що розповіли про ситуацію знуцання дорослим, у випадку кібербулінгу – 19%. Щодо кібербулінгу, то майже всі можливі дії зазначені із меншою частотою.

Близько третини свідків зізналися, що взагалі нічого не робили (31% щодо булінгу та 36% – стосовно кібербулінгу). Більш детально викладено в таблиці 3.1.2.

Таблиця 3.1.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Що ти робив(ла), коли ставав (ла) свідком випадків ображення/приниження – булінгу та кібербулінгу (ображення онлайн) упродовж останніх двох місяців?», % ствердних відповідей

	Свідок булінгу	Свідок кібербулінгу
Я допоміг (допомогла) «жертві»	33	27
Я сказав(ла) агресору припинити	27	22
Я розповів(ла) дорослому (батькам, вчителям тощо)	25	19
Я втішав(ла) «жертву»	20	17
Я залучив(ла) своїх друзів або оточення, щоб зупинити образу	15	12
Я спостерігав(ла)	15	14
Я зробив(ла) щось інше	14	15
Я фізично втрутився(лася), щоб зупинити образу	12	7
Я заохочував(ла) агресорів	2	3
Я Нічого не робив(ла)	31	36

При аналізі поведінкових практик учнів, які ставали свідками булінгу та кібербулінгу, звертає на себе увагу різниця у тому, як діяли хлопці та дівчата (рис. 3.1.3 та 3.1.4).

Як під час булінгу, так і під час кібербулінгу хлопці частіше проявляли пасивність (нічого не робили), ніж дівчата, натомість дівчата частіше допомагали «жертві», намагалися словесно спинити агресора, втішали жертву та розповідали про випадок дорослим (батькам, вчителям тощо).

Рис. 3.1.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Що ти робив(ла), коли ставав(ла) свідком випадків ображення/приниження – булінгу упродовж останніх двох місяців?», % ствердних відповідей



Рис. 3.1.4. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Що ти робив(ла), коли ставав (ла) свідком випадків ображення/приниження – кібербулінгу упродовж останніх двох місяців?», % ствердних відповідей



© UNICEF/UNI1531121/Maiorov

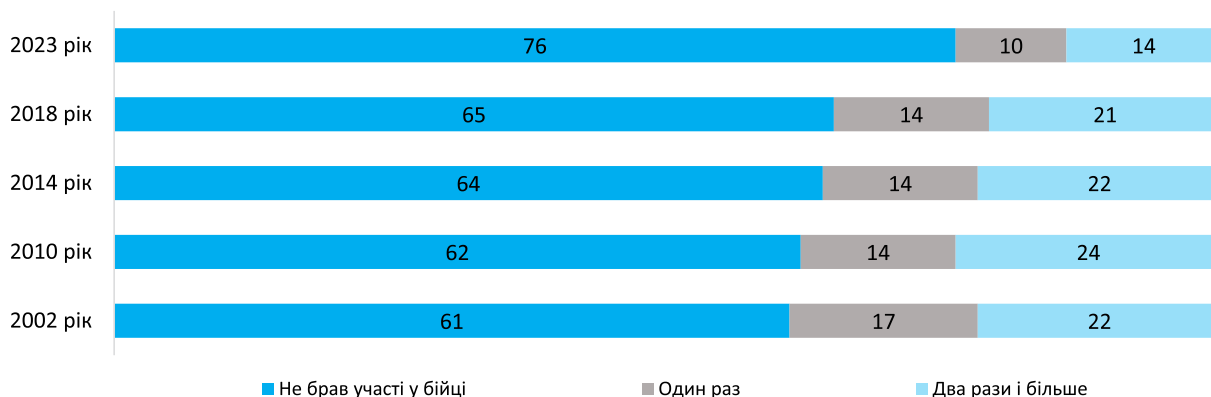


3.2. Фізичне насильство: участь у бійках

Психологи та педагоги, характеризуючи специфічність поведінки підлітків, зазначають, зокрема, їх високу конфліктність і агресивність. Однією з форм агресивної реакції є використання фізичної сили проти іншої особи. У всі роки, коли проводилося опитування, більшість респондентів вказували, що вони упродовж року жодного разу не брали участі у бійках (рис. 3.2.1). Якщо до 2022 р. цей показник був доволі стабільним і коливався на рівні 61–65%, то у 2023 р. він різко збільшився до 76%. Відповідно, скоротився показник участі у бійках: якщо у 2018 р. кількість опитаних, які упродовж року брали участь у бійках два рази або більше, складала 21%, то у 2023 р. – у півтора раза менше (14%).

Цей феномен можна пояснити зниженням інтенсивності міжособистісної взаємодії молодих людей офлайн. Під час війни багато закладів освіти проводили онлайн-навчання; підлітки менше часу проводили поза домівкою, менше спілкувалися з однолітками.

Рис. 3.2.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Скільки разів за останні 12 місяців ти брав(ла) участь у бійці?»⁸, %



⁸ У 2010 р. запитання було сформульоване так: «Скільки разів за останні 12 місяців ти потрапляв(ла) у бійку?».

ВИСНОВКИ до Розділу 3

Досвід булінгу та кібербулінгу

- Кібербулінг – ображення, приниження, знущання онлайн як феномен виник нещодавно, але швидко став масовим явищем. Моніторинг цього явища в підлітковому середовищі було започатковано у 2018 р. За даними опитувань, виявлено стабільність кількості респондентів, які повідомляли, що вони упродовж останніх кількох місяців ставали жертвою цькування онлайн (принаймні один раз). Якщо у 2018 р. таких респондентів було 21%, то у 2023 р. – 22%.
- 49% були свідками знущань принаймні одного разу упродовж останніх шести місяців, у тому числі 25% були свідками таких подій регулярно – раз на місяць або частіше. Щодо кібербулінгу, то частка свідків є меншою – 38% бачили це принаймні один раз, зокрема 22% – раз на місяць або частіше.
- І хлопці, і дівчата з однаковою частотою стають свідками булінгу та кібербулінгу. Починаючи з 12 років стрімко зростає число свідків знущань як очних, так і онлайн, і досягає піку у 15-річних учнів.
- 33% свідків зазначили про допомогу жертві у випадку булінгу, 27% – у випадку кібербулінгу.
- Тільки 25% свідків відповіли, що розповіли про ситуацію знущання дорослим, у випадку кібербулінгу – всього 19%. Щодо кібербулінгу, то практично всі можливі дії свідків зазначені з меншою частотою.
- Близько третини свідків зізналися, що взагалі нічого не робили (31% щодо булінгу та 36% – стосовно кібербулінгу).
- Як під час булінгу, так і під час кібербулінгу хлопці частіше, ніж дівчата, проявляли пасивність (нічого не робили), натомість дівчата частіше допомагали «жертві», намагалися словесно спинити агресора, втішали жертву та розповідали про випадок дорослим (батькам, вчителям тощо).

Підтримка вчителів/викладачів

- 66% опитаних погоджується з тезою: «Я відчуваю, що вчителі приймають мене таким(ою), яким(якою) я є», а в 2018 р. – 67%. Тобто має місце стабільність показників, незважаючи на кардинальну зміну соціальних умов.
- Приблизно половина респондентів у різні роки погодилися з тезою: «Я відчуваю, що мої вчителі піклуються про мене, як про особистість». У 2023 р. цей показник становив 47%, у 2018 р. – 49%. Повага до учня/студента як особистості з боку вчителів/викладачів створює підґрунтя для довірливих взаємин. Близько половини опитаних підлітків відчувають довіру до своїх вчителів і викладачів, тоді як частка тих, які не довіряють педагогам, у всі роки опитувань не перевищує 22% (вдвічі менше).
- Показник довірливого ставлення є майже однаковим у 2018 та 2023 роках (відповідно 44% та 45%), і дещо вищим – у 2014 р. (50%).

Фізичне насильство: участь у бійках

- У всі роки, коли проводилися опитування, більшість респондентів вказували, що вони упродовж року жодного разу не брали участі у бійках. Якщо до 2022 р. цей показник був доволі стабільним і коливався на рівні 61–65%, то у 2023 р. він різко збільшився до 76%.
- Скоротився показник участі у бійках: якщо у 2018 р. кількість опитаних, які упродовж року брали участь у бійках два рази або більше, складала 21%, то у 2023 р. – у півтора рази менше (14%).

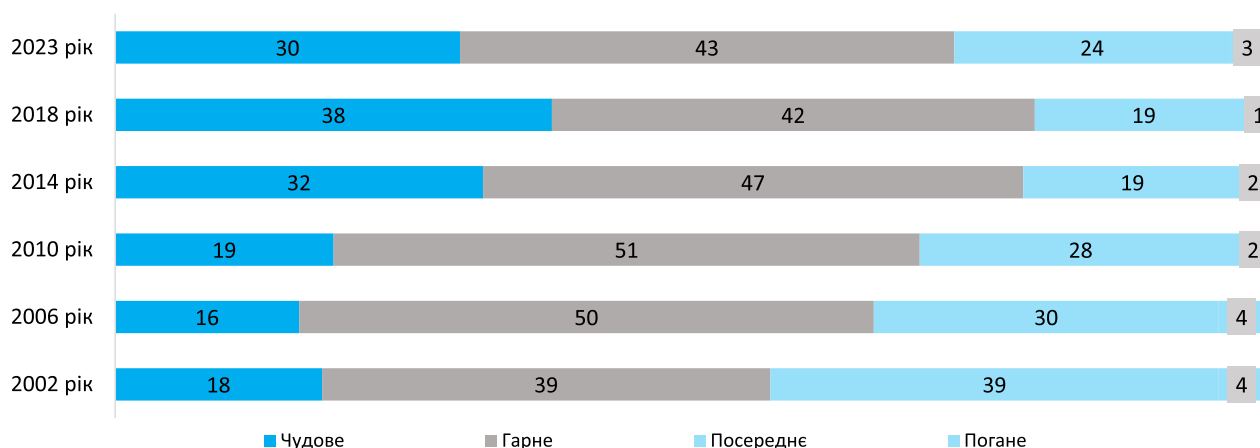
РОЗДІЛ 4. ЗДОРОВ'Я В ІНДИВІДУАЛЬНИХ ПРАКТИКАХ І ЖИТТЄВИХ СТРАТЕГІЯХ ПІДЛІТКІВ

4.1. Самооцінка здоров'я та прояви нездужання

Переважає більшість підлітків (73%), опитаних у 2023 р., оцінює стан свого здоров'я як «чудовий» або «гарний», близько чверті респондентів (27%) характеризує його як «посередній» або «поганий». Оскільки йдеться про молодих людей, то такі показники є радше неблагополучними.

Під час моніторингових опитувань зафіксовано хвилеподібну траєкторію оцінювання підлітками стану власного здоров'я. Сумарний показник характеристик «чудове» та «гарне» спочатку поступово зростає: у 2002 р. цей показник становив 57%, у 2006 р. – 66%, у 2010 р. – 70%, у 2014 р. – 79%, а в 2018 р. досягає свого максимального значення – 80%. У 2023 р. відбулося різке зниження показника до 73% – майже до рівня 2010 р. (рис. 4.1.1). Одночасно відбулося різке збільшення кількості респондентів, які характеризували власний стан здоров'я як «посередній» або «поганий»: з 20% у 2018 р. до 27% у 2023 р. Є підстави вважати, що головним чинником, який негативно вплинув на самооцінку стану здоров'я підлітків, стала війна та її наслідки. Таким чином, є підстави стверджувати, що стреси та погіршення соціально-економічних умов життя внаслідок повномасштабної агресії зумовили погіршення самопочуття молодих людей.

Рис. 4.1.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як ти оцінив(ла) б стан свого здоров'я», %



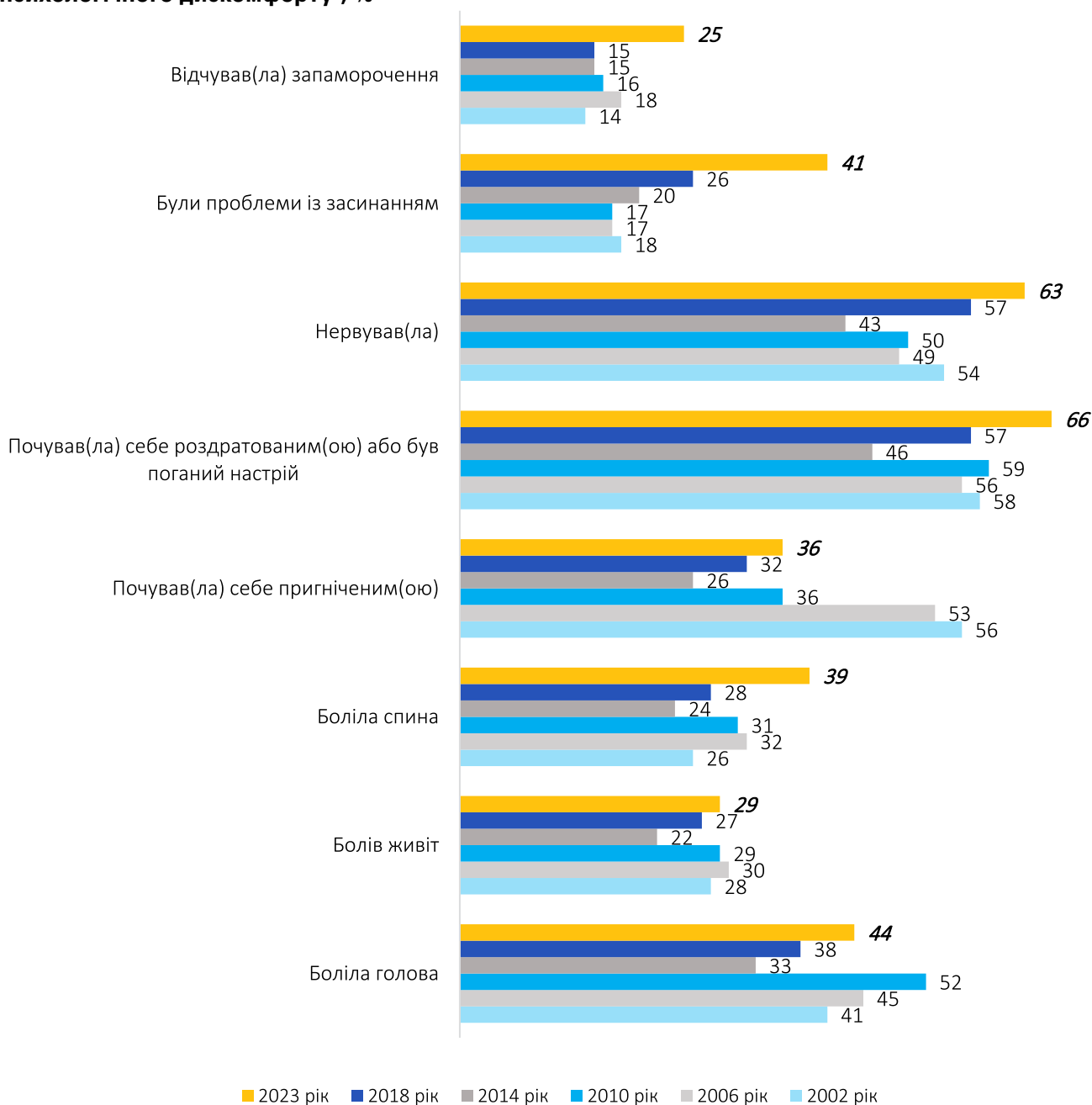
Показники самооцінки підлітками стану свого здоров'я є радше неблагополучними і свідчать про поширеність проблем із самопочуттям. Це припущення підтверджують дані про відчуття респондентами проявів нездужання та психологічного дискомфорту упродовж останніх шести місяців (рис. 4.1.2). Найпоширенішими є негаразди психологічного характеру. У 2023 р. багато опитаних скаржилися, що вони один раз на тиждень або частіше:

- почували себе роздратованими або мали поганий настрій (66%);
- нервували (63%);
- мали проблеми із засипанням (41%);
- відчували себе пригніченими (36%).

За даними опитування 2023 р., поширеними є прояви нездужання, які можна характеризувати як симптоми певних захворювань. Чимало підлітків повідомили, що раз на тиждень або частіше у них боліли:

- голова (44%);
- спина (39%);
- живіт (29%).

Рис. 4.1.2. Кількість респондентів, які протягом останніх 6 місяців «майже щодня», «більше, ніж один раз на тиждень» або «один раз на тиждень» відчували зазначені прояви нездужання та психологічного дискомфорту⁹, %



Порівняно з 2018 р., у 2023 р. особливо зросли показники, що характеризують прояви таких нездужань¹⁰:

- «Відчував(ла) запаморочення» (збільшення показника в 1,7 раза);
- «Були проблеми із засинанням» (збільшення показника в 1,6 раза);
- «Боліла спина» (збільшення показника в 1,4 раза).

Щодо збільшення показника «боліла спина», то можна припустити, що це пов'язано із зменшенням рухливості підлітків і збільшенням часу, який вони проводять з гаджетами (сидячі). Під час війни багато молоді навчається дистанційно, обмежує своє перебування поза домом.

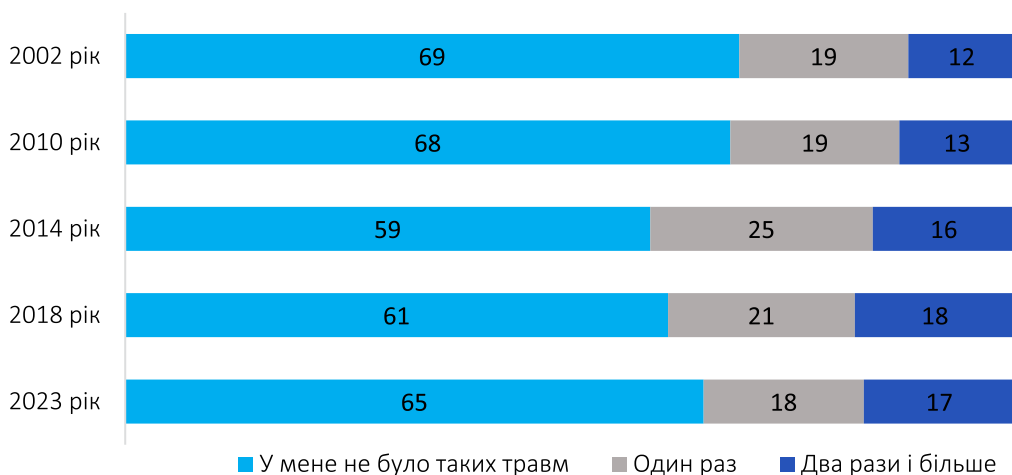
⁹ Під час опитування 2010 р. індикатор (прояв) нездужання «Були проблеми із засинанням» був сформульований інакше: «Мучило безсоння».

¹⁰ Йдеться про кількість респондентів, які відчували відповідне нездужання раз на тиждень або частіше.

4.2. Підлітковий травматизм

Показники, які характеризують отримання підлітками травм, є досить стабільними. Кількість респондентів, які упродовж останніх 12 місяців отримали травми, через що їм довелося звертатися до лікаря або медсестри у 2023 р. становила 35%. Це дещо менше, ніж у 2018 р. (39%) або у 2014 р. (41%). Водночас рівень травматизму 2023 р. є більшим, ніж аналогічний показник 2010 р. (32%) або 2002 р. (31%). Отже, показник травматизму помітно варіює в різні роки, але неістотно (рис. 4.2.1).

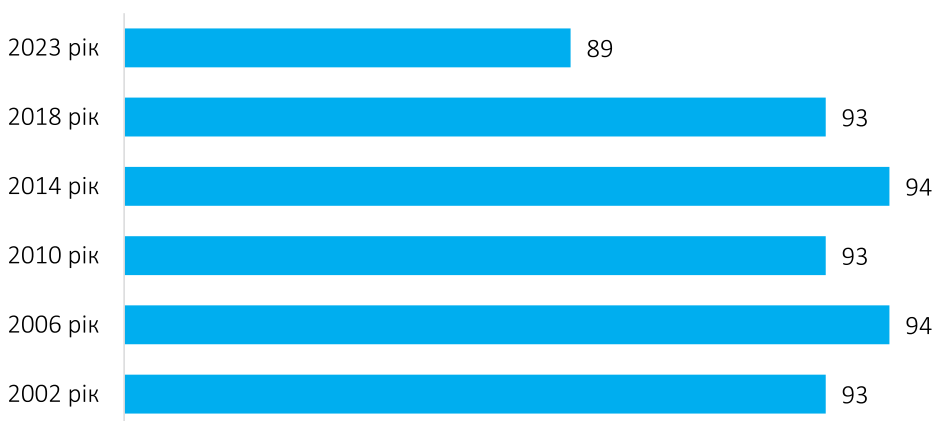
Рис. 4.2.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто за останні 12 місяців ти отримував(ла) травми, через що тобі доводилося звертатися до лікаря або медсестри»¹¹, %



4.3. Практика дотримання гігієни

Здоровий спосіб життя передбачає практичні дії, спрямовані на запобігання захворювань, зміцнення організму та поліпшення самопочуття. Серед корисних звичок важливе місце посідають процедури гігієни, зокрема чищення зубів. Переважна більшість опитаних підлітків чистять зуби щоденно (рис. 4.3.1).

Рис. 4.3.1. Кількість респондентів, які чистять зуби щодня (один раз або частіше), %



У 2023 р. відбулося деяке (неістотне) зменшення кількості молодих людей, які щоденно чистять зуби. Причиною могло стати погіршення соціально-побутових умов життя респондентів, зокрема через вимушене переселення. Водночас не можна виключати впливу стресогенних чинників.

¹¹ У 2010 році питання було сформульоване таким чином: «Як часто за останні 12 місяців ти отримував(ла) травми, через що тобі доводилося звертатися по медичну допомогу?».

4.4. Особливості харчування дітей та підлітків

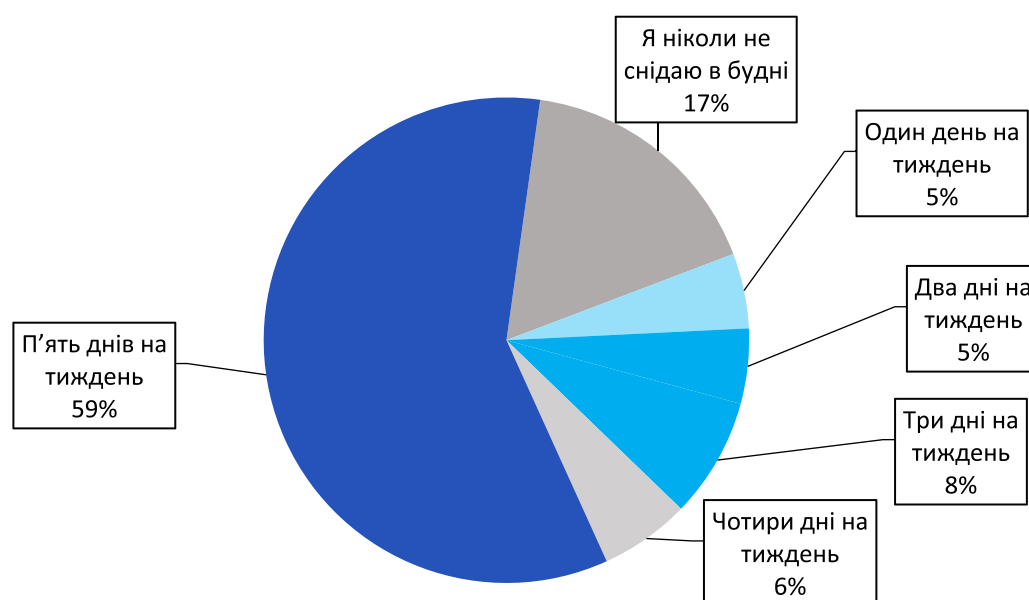
Раціональне харчування – це своєчасне забезпечення організму їжею, що містить поживні речовини в оптимальних кількостях, з урахуванням характеру життєдіяльності людини та її індивідуальних особливостей: віку, статі, зросту, ваги тощо. Раціональне харчування – запорука здоров'я, сили, витривалості та довголіття. Однак чимало підлітків легковажно ставляться до свого харчування, не розуміючи значення цього чинника здоров'я.

Раціональне харчування передбачає оптимальний режим прийому їжі – дотримання певних інтервалів між окремими її прийомами та розподіл добового раціону за окремими прийомами. Дієтологи та лікарі сьогодні багато дискутують щодо ролі сніданку в добовому режимі харчування. За даними сучасних досліджень:

- Відмова від сніданку або прийому їжі протягом тривалого часу може посилити переїдання в інший час доби¹².
- Пропуск сніданку корелює з підвищенням ризику діабету другого типу¹³.
- Люди, які не снідають, споживають менше поживних речовин, таких як кальцій, вітамін D, фолієва кислота та залізо¹⁴.
- Ігнорування сніданку істотно збільшує ймовірність психологічного стресу¹⁵.

Отже, є всі підстави вважати, що снідати – дуже важливо, особливо дітям. За даними опитування українських дітей та підлітків, досить багато (17%) респондентів ніколи не снідають у будні (рис. 4.4.1). Крім того, ще 10% опитаних у будні снідають лише один раз або двічі на тиждень. Постійно (щодня) снідають 59% опитаних підлітків. Це досить високий показник ранкового прийому їжі, але його не можна вважати цілком задовільним.

Рис. 4.4.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти зазвичай снідаєш у будні (твій сніданок складається більше, ніж з однієї склянки молока або фруктового соку?)», %



Що стосується снідання у вихідні дні, то тут показник ранкового прийому їжі вищий, ніж у будні: 71% респондентів повідомили, що снідають і в суботу, і в неділю (рис. 4.4.2). Водночас частка опитаних, які не снідають у вихідні (13%), є чималою і майже дорівнює кількості тих, які відмовляються від сніданків у будні.

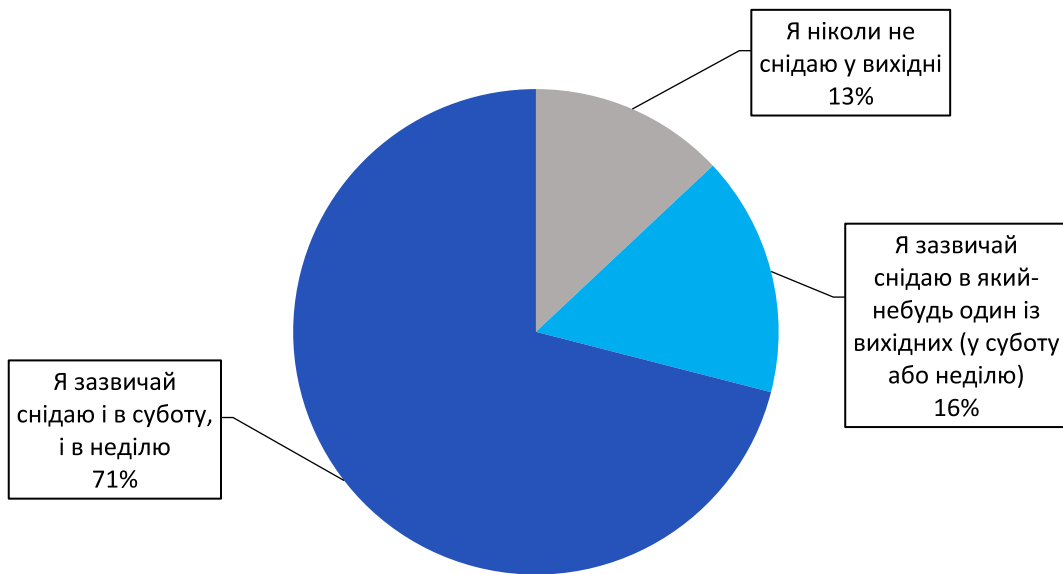
¹² Xiumei Ma, Qing Chen, Yueli Pu, Man Guo, Zongzhe Jiang, Wei Huang, Yang Long, Yong Xu. Skipping breakfast is associated with overweight and obesity: A systematic review and meta-analysis. *Obesity Research & Clinical Practice*. 2020 Jan-Feb. Vol. 14 (1). P:1–8. <https://doi.org/10.1016/j.orcp.2019.12.002>

¹³ Huashan Bi 1, Yong Gan 1, Chen Yang 1, Yawen Chen 1, Xinyue Tong 1, Zuxun Lu. Breakfast skipping and the risk of type 2 diabetes: a meta-analysis of observational studies. *Public Health Nutrition*. 2015. Vol. 18. Issue 16. P. 3013–3019. <https://doi.org/10.1017/S1368980015000257>

¹⁴ Fanelli S., Walls C., Taylor C. Skipping breakfast is associated with nutrient gaps and poorer diet quality among adults in the United States. *Proceedings of the Nutrition Society*. 2020. Vol. 80. Issue OCE1: Winter Conference Live 2020, 8–9 December 2020. <https://doi.org/10.1017/S0029665121000495>

¹⁵ Hoda Zahedi, Shirin Djalalinia, Omid Sadeghi, Fateme Zare Garizi, Hamid Asayesh, Moloud Payab. Breakfast consumption and mental health: a systematic review and meta-analysis of observational studies. 2020. P. 1250-1264. <https://doi.org/10.1080/1028415X.2020.1853411>

Рис. 4.4.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти зазвичай снідаєш у вихідні (твій сніданок складається більше, ніж з однієї склянки молока або фруктового соку)?», %



Таблиця 4.4.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти зазвичай снідаєш у будні / вихідні (твій сніданок складається більше, ніж з однієї склянки молока або фруктового соку)?», %

	Вік							Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
Будні дні												
Я ніколи не снідаю в будні	10	12	15	18	22	23	25	20	13	16	18	17
Один день на тиждень	4	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Два дні на тиждень	4	6	6	5	6	6	7	6	5	5	6	5
Три дні на тиждень	7	7	8	8	9	8	9	9	8	8	8	8
Чотири дні на тиждень	6	6	5	6	5	5	4	7	4	6	5	6
П'ять днів на тиждень	69	63	61	58	53	53	50	53	65	60	58	59
Вихідні дні												
Я ніколи не снідаю у вихідні	6	9	12	13	17	19	20	15	11	13	14	13
Я зазвичай снідаю в який-небудь один із вихідних (у суботу або неділю)	13	14	16	16	18	16	16	16	15	15	18	16
Я зазвичай снідаю і в суботу, і в неділю	81	77	72	71	65	65	64	69	74	72	68	71

Аналіз результатів опитування дозволив виявити такі особливості снідання (табл. 4.4.1):

- З віком серед підлітків поступово зменшується питома вага тих, хто обов'язково снідає у будні (снідає п'ять днів на тиждень у будні). Серед 11-річних цей показник становить 69%, а серед 17-річних – 50%. Одночасно збільшується частка респондентів, які не снідають у будні: серед 11-річних таких 10%, а серед 17-річних – 25%.
- Чим старше респонденти, тим менше тих, які обов'язково снідають у вихідні (і в суботу, і в неділю). Серед 11-річних цей показник становить 81%, а серед 17-річних – 64%. Одночасно з віком збільшується частка опитаних, які не снідають у вихідні: серед 11-річних таких 6%, а серед 17-річних – 20%.
- Дівчата рідше, ніж хлопці, снідають щодня у будні (53% та 65% відповідно), а також у вихідні (69% та 74%). Одночасно серед дівчат порівняно більше тих, які взагалі не снідають – як у будні, так і у вихідні.
- Щодо практики ранкового прийому їжі серед міських і сільських підлітків, то тут істотних відмінностей не простежується. Щоправда, мають місце незначні (симптоматичні) розбіжності: міські діти дещо частіше, ніж сільські, снідають у будні та вихідні. Ці розбіжності неістотні, проте статистично значущі.

Харчування має бути збалансованим, забезпечувати в раціоні оптимальне співвідношення білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин і вітамінів. Прикладом раціонального підходу до формування раціону є «тарілка здорового харчування» – сучасна модель здорового харчування, яка відображає збалансоване щоденне меню. Така модель була розроблена та рекомендована для населення України фахівцями Міністерства охорони здоров'я України¹⁶. Прихильність моделі здорового харчування дозволяє мати високу фізичну та розумову працездатність і низький ризик небезпечних захворювань. Саме з огляду на рекомендації МОЗ були проаналізовані результати опитування, які характеризують практику споживання підлітками певних продуктів харчування.

- Більшість опитаних підлітків (66%) споживає хліб щодня – один або декілька разів на день (рис. 4.4.3). Само по собі щоденне споживання хліба є цілком прийнятним за умови, що йдеться про оптимальну кількість і харчову цінність спожитого продукту. (Зокрема, цільнозерновий хліб містить більшу кількість клітковини та мінералів, ніж хліб з просіяного борошна).
- Половина респондентів щоденно споживають фрукти та овочі (відповідно 51% та 48% опитаних). Водночас, згідно з рекомендаціями МОЗ, і овочі (без урахування картоплі), і фрукти (в кожному випадку) – обов'язкові складові щоденного раціону харчування. Рекомендується з'їдати не менше ніж 300 г овочів та 200 г фруктів і ягід на день¹⁷. Відтак показники споживання овочів і фруктів респондентами не можна вважати задовільними.
- Здорове харчування передбачає помірне споживання нежирного м'яса (птиці, телятини тощо). Щоденно споживають м'ясо та страви із м'яса 41% опитаних підлітків. З огляду на цей показник, наявне надмірне споживання м'яса. Доцільно більш диференційовано дослідити структуру та обсяги споживання цього продукту.
- Рекомендації МОЗ зі здорового харчування містять пораду уникати споживання м'ясних продуктів глибокої переробки: ковбас, шинки, сосисок, паштетів тощо¹⁸. Водночас чверть респондентів (25%) їдять ці продукти щоденно. Це несприятливий показник.
- Рекомендовано два-три рази на тиждень їсти рибні страви¹⁹. Щодня їдять рибу лише 6% опитаних підлітків, а частіше ніж один раз на тиждень – 34%.
- Вважається доцільним (корисним) споживати одне-два яйця на добу, зокрема як альтернативу м'ясним стравам²⁰. Водночас тільки 18% опитаних підлітків вказали, що вони щоденно споживають яйця.
- Згідно з рекомендаціями щодо здорового харчування, щодня потрібно споживати 2–3 порції молочних продуктів: молоко, йогурт, сир (творог), переважно з помірним вмістом жиру або низької жирності²¹. З огляду на ці рекомендації, реальне споживання молочних продуктів підлітками є радше недостатнім. Тільки 13% респондентів споживають цільне молоко, а знежирене – 4%. Мало опитаних (8%), які щоденно вживають кисломолочні продукти – кефір, ряжанку, йогурт (без цукру). Кисломолочний сир (творог), який є джерелом кальцію, необхідного для організму, що зростає, щоденно їдять лише 7% опитаних. З молочних продуктів найбільше респондентів (17%) щоденно їдять твердий сир, однак саме цього продукту з високим вмістом жиру бажано уникати (їсти нечасто).
- Дієтологи рекомендують споживати щодня дві столові ложки різноманітних несолоних і несолодких горіхів і насіння²². Але тільки 12% опитаних підлітків вживають їх щодня.

¹⁶ МОЗ України представило рекомендації зі здорового харчування. Міністерство охорони здоров'я України. 13.12.2017. URL: <https://moz.gov.ua/article/news/moz-ukraini-predstavilo-rekomendacii-zi-zdorovogo-harchuvannja>

¹⁷ Тарілка здорового харчування. Міністерство охорони здоров'я України. 4.11.2021. URL: <https://moz.gov.ua/article/health/tarilka-zdorovogo-harchuvannja>

¹⁸ Рекомендації щодо здорового харчування дорослих. 8.12.2017. URL: https://moz.gov.ua/uploads/ckeditor/%D0%B4%D0%BE%D0%BA%D1%83%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8/01122017_Basic_Recommendations-1.pdf

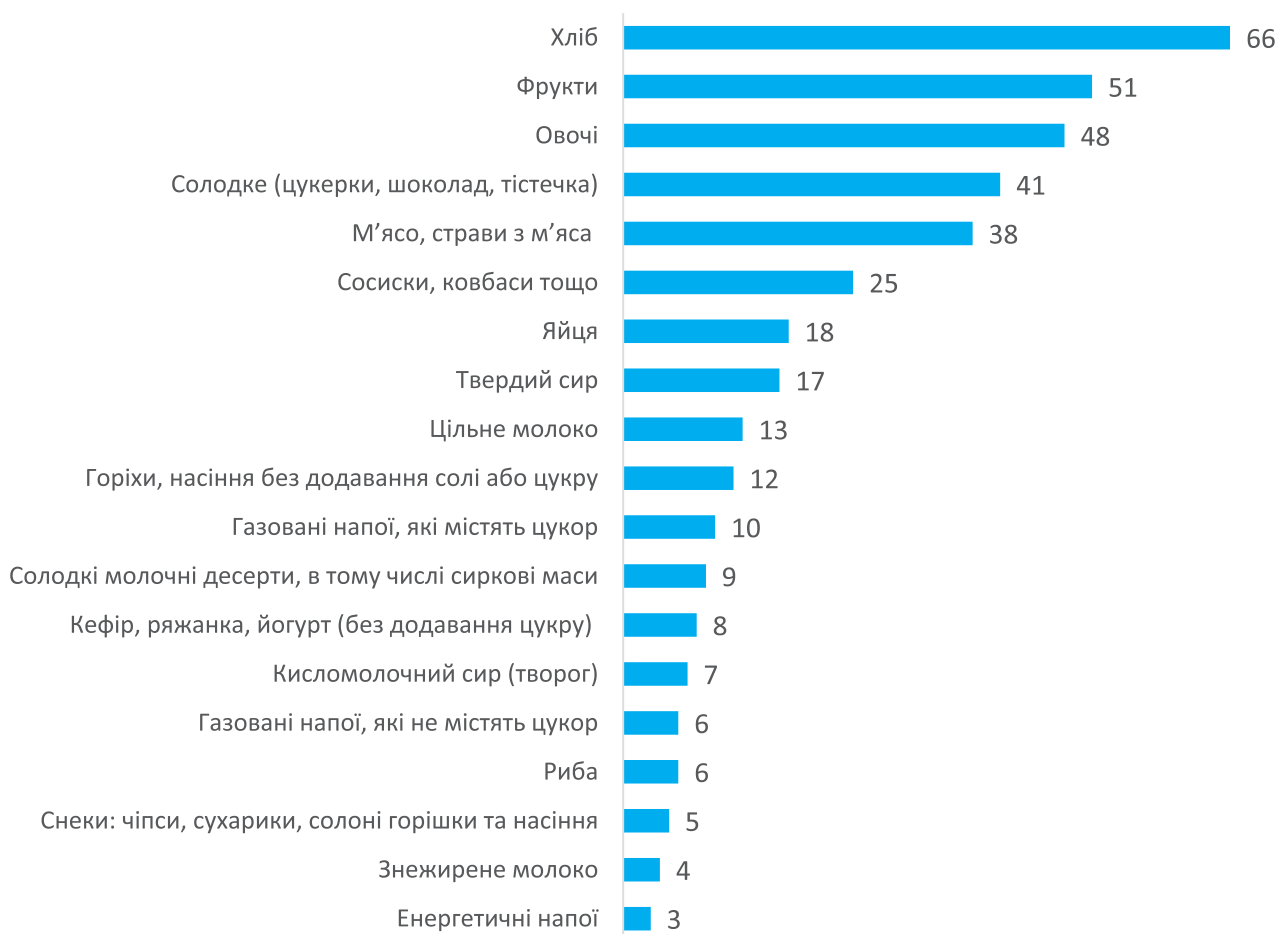
¹⁹ Тарілка здорового харчування. Міністерство охорони здоров'я України. 04.11.2021. URL: <https://moz.gov.ua/article/health/tarilka-zdorovogo-harchuvannja>

²⁰ Що і як їсти, щоб жити довго: рекомендації МОЗ. 20.12.2017. URL: <https://moz.gov.ua/article/health/scho-i-jak-isti-schob-zhiti-dovgo-rekomendacii-moz>

²¹ Там само.

²² Тарілка здорового харчування.

Рис. 4.4.3. Частка респондентів, які щоденно споживають цей продукт харчування, %



Якщо говорити про продукти харчування, споживання яких необхідно жорстко обмежити або повністю виключити для підлітків, то серйозне занепокоєння викликають такі показники:



Результати опитування свідчать про надмірне споживання підлітками цукру. Рекомендована денна норма вільного цукру (як сахарози, так і фруктози) має бути менше ніж 50 г; вважається бажаним обмежити норму до 25 г (5 чайних ложок або склянка фруктового соку). Результати опитування дають підставу припускати, що значна частка підлітків перевищує обидві норми споживання цукру.

Дослідження дозволило з'ясувати особливості споживання підлітками певних продуктів харчування залежно від віку, статі та місця проживання (табл. 4.4.2).

Таблиця 4.4.2. Частка респондентів, які щоденно споживають цей продукт харчування, %

	Вік							Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
Фрукти	60	57	52	51	46	43	42	51	52	51	51	51
Овочі	53	52	49	49	44	44	41	49	48	48	49	48
Солодощі (цукерки, шоколад, тістечка)	50	44	42	40	36	36	33	43	39	42	39	41
Газовані напої, які містять цукор	7	8	10	11	12	13	13	9	11	10	11	10
Газовані напої, які не містять цукру	4	5	5	6	7	7	8	5	6	5	7	6
Енергетичні напої	1	1	2	3	4	5	6	2	4	3	3	3
Знежирене молоко	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4
Цільне молоко	16	13	12	12	10	10	9	10	15	12	14	13
Твердий сир	22	19	18	18	16	14	13	17	18	19	15	17
Кисломолочний сир (творог)	8	6	7	7	7	7	6	6	8	7	8	7
Кефір, ряжанка, йогурт (без додавання цукру)	11	9	8	8	7	7	6	7	9	8	8	8
Яйця	21	20	20	17	17	16	17	16	21	18	18	18
Солодкі молочні десерти, зокрема сиркові маси	10	8	9	9	9	8	9	8	9	9	9	9
М'ясо, страви з м'яса	44	39	39	37	34	35	35	34	42	39	34	38
Сосиски, ковбаси тощо	28	25	23	24	24	23	23	22	27	25	24	25
Риба	6	6	6	7	6	6	7	5	7	6	7	6
Хліб	74	69	67	63	61	61	58	59	72	63	71	66
Горіхи, насіння без додавання солі або цукру	13	12	12	12	10	10	10	11	13	11	13	12
Снеки: чіпси, сухарики, солоні горішки та насіння	4	5	4	5	6	5	6	4	6	4	6	5

Аналіз виявив, що з віком:

- зменшується частота споживання респондентами фруктів, овочів, солодоців, цільного молока, твердого сиру, кисломолочних продуктів (кефіру тощо), яєць, м'яса, хліба;
- збільшується частота споживання газованих напоїв (тих, що містять цукор, і без цукру) та енергетичних.

Чим старші респонденти, тим гіршим є їхній раціон харчування, з огляду на скорочення частоти споживання корисних продуктів і зростання споживання небажаних. Виняток становить хіба що зменшення споживання хліба та солодоців (цукерок, шоколаду, тістечок).

Щодо гендерних відмінностей у практиці прийому їжі, то передусім слід зазначити таке:

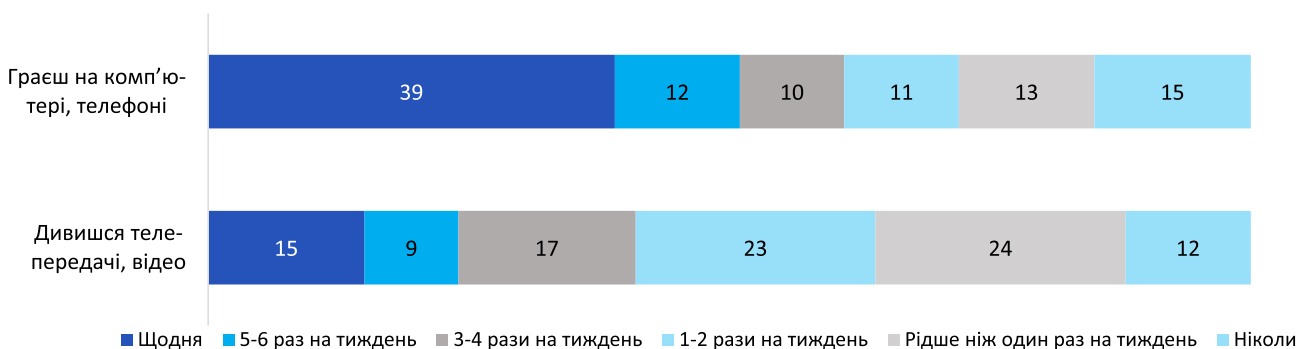
- Хлопці дещо частіше, ніж дівчата, споживають м'ясо, яйця, рибу, горіхи і насіння без додавання солі або цукру, а також молочні продукти – цільне молоко, кисломолочний сир (творог), кисломолочні продукти (кефір тощо). Відтак їхній раціон ближчий до раціонального, збалансованого харчування. Водночас хлопці частіше споживають хліб, ковбасні вироби, снеки, газовані та енергетичні напої, що потенційно може стати причиною збільшення ваги, спровокувати порушення обміну речовин.
- Дівчата частіше за хлопців їдять солодоці (цукерки, шоколад, тістечка), що може стати причиною зайвої ваги.

Раціони харчування міських і сільських підлітків мало відрізняються. Істотну роль зіграв фактор сезонності (опитування проводилося взимку). Якби опитування проводилося влітку, сільські респонденти, можливо, продемонстрували б більш високі показники споживання фруктів і овочів. Значні розбіжності стосувалися іншого:

- Міські підлітки порівняно частіше споживають твердий сир, м'ясо, солодоці. Йдеться про досить дорогі продукти харчування (порівняно з овочами, крупами, кисломолочними продуктами тощо). У такий спосіб проявляється фактор високих доходів городян, які в цілому більш заможні, ніж сільські жителі.
- Сільські підлітки помітно частіше споживають хліб, цільне молоко, горіхи і насіння без цукру, – відносно дешеві продукти, доступні в сільській місцевості завдяки присадибним господарствам.

Серед підлітків дуже поширена звичка щось їсти, коли вони дивляться телевізор або проводять час за гаджетом (девайсом). Велика кількість респондентів (39%) щодня поєднує прийом їжі з роботою на комп'ютері або розвагами на планшеті, телефоні (рис. 4.4.4). Чимало й тих (15%), які щоденно їдять під час перегляду телепередач та відео. Коли дитина повністю зосереджена на екрані, вона не контролює споживання їжі, а емоційні переживання можуть спонукати до «заїдання» їх новими порціями калорійних або некорисних продуктів (солодоців, солоних снеків тощо). Як наслідок – хронічне переїдання, виникнення зайвої ваги, схильність до певних захворювань.

Рис. 4.4.4. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти перекушуєш, їси снеки, коли дивишся телепередачі, відеофільми / працюєш або граєш на комп'ютері, планшеті, телефоні?», %



Дослідження показало, що хлопці особливо схильні щось їсти, коли працюють або грають на комп'ютері, планшеті, телефоні (табл. 4.4.3). Якщо серед опитаних хлопців 44% щоденно щось їдять під час проведення часу за комп'ютером або девайсом, то серед дівчат таких – 34% (помітно менше). Серед дівчат дещо більше тих, які їдять під час перегляду телепередач і відео, але ця кількість лише незначно перевищує відповідний показник для хлопців (відповідно 16% та 14%).

Таблиця 4.4.3. Частка респондентів, які щоденно роблять перекус під час певного виду заняття, %

	Вік							Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
Працюєш чи граєш на комп'ютері, планшеті, телефоні	41	41	42	39	37	36	36	34	44	39	40	39
Дивишся телепередачі, відео	15	15	15	16	15	13	16	16	14	14	16	15

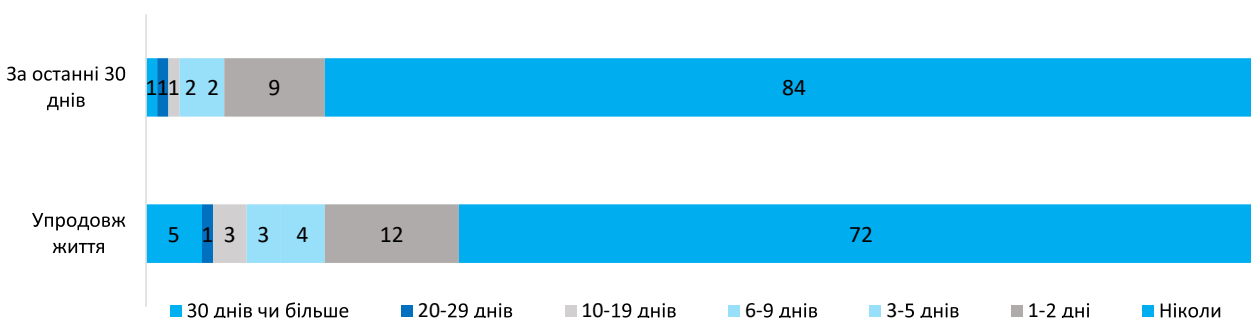
З віком дещо зменшується частка підлітків, які роблять перекус, коли працюють або грають на комп'ютері, планшеті чи телефоні. Якщо серед 11-річних таких 41%, то серед 17-річних – 36%. Кількість охочих поїсти під час перегляду телепередач і відео залишається досить стабільною. Щодо городян і жителів села, то їх звички практично не відрізняються.

4.5. Досвід вживання алкоголю

Вживання алкоголю у підлітковому віці пов'язане з низкою ризиків для розумового розвитку, фізичного та морального здоров'я, життєвої перспективи молоді людини в цілому. Зростаючий організм набагато швидше звикає до алкоголю; нерідко діти, які почали вживати алкоголь у шкільні роки, у 20–25 років вже страждають від алкоголізму.

Дослідження показало, що чимало підлітків мають досвід вживання алкогольних напоїв. Понад чверть опитаних (28%) принаймні один раз у своєму житті пробували алкоголь (рис. 4.5.1). Значна кількість респондентів (16%) вказала, що упродовж останніх 30 днів вони вживали алкогольні напої. При цьому 7% опитаних вживали алкоголь упродовж останнього місяця більше ніж два дні (мали місце більше, ніж два окремих випадки), що є дуже високим показником.

Рис. 4.5.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Скільки днів, коли ти вживав(ла) алкогольні напої...?», %



Аналіз виявив такі особливості долучення підлітків до споживання алкоголю:

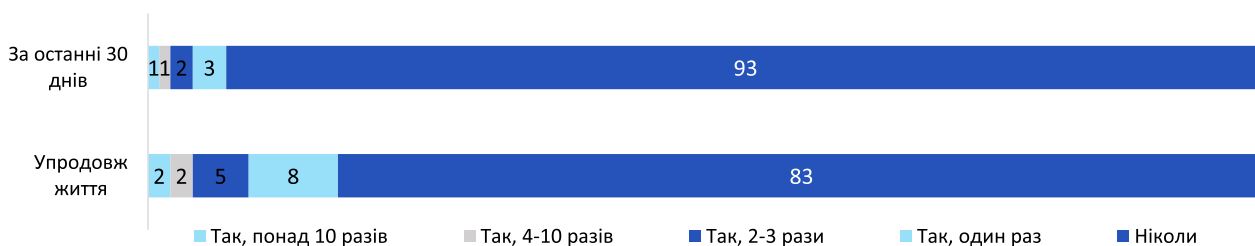
- З віком різко зростає частка опитаних, які мають досвід вживання алкоголю. Серед 11-річних 7% респондентів вживали алкоголь у своєму житті принаймні один раз, серед 14-річних таких вже третина, а серед 17-річних – більше ніж половина (табл. 4.5.1).
- З віком різко збільшується показник поточного вживання алкоголю. Серед 11-річних 4% вживали алкоголь за останні 30 днів принаймні один раз, серед 14-річних таких вже 15% (вчетверо більше), а серед 17-річних – 38% (більше в десять разів).
- Серед дівчат помітно більше, ніж серед хлопців, тих, які вживали алкоголь. Це стосується і показника прецеденту вживання алкоголю в своєму житті, і поточного споживання (показник вживання алкоголю за останні 30 днів).
- Сільські підлітки дещо частіше міських повідомляли, що вживали алкоголь упродовж останніх 30 днів. Однак розбіжності показників – неістотні.

Таблиця 4.5.1. Частка респондентів, які вживали алкогольні напої принаймні один раз упродовж вказаного періоду, %

	Вік							Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
За останні 30 днів	4	5	9	15	27	32	38	18	14	15	18	16
Упродовж життя	7	10	18	29	47	53	58	32	25	28	29	28

Особливу тривогу викликають прецеденти сильного сп'яніння підлітків. Без перебільшення йдеться про перші сигнали майбутнього неблагополуччя. Відомо, що навіть одноразова та невелика доза спиртного може негативно вплинути на когнітивні здібності дитини. Серед опитаних 17% повідомили, що упродовж свого життя принаймні один раз випивали настільки багато алкоголю, що відчували себе дуже сп'янілими (рис. 4.5.2). Чимало респондентів (7%) вказали, що за останні 30 днів вони принаймні один раз напивалися до стану сильного сп'яніння.

Рис. 4.5.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Чи випивав(ла) ти коли-небудь так багато алкоголю, щоб почуватися дуже сп'янілим(ою)?», %



Чим старше підлітки, тим більше серед них тих, хто має досвід сильного сп'яніння (табл. 4.5.2). Принаймні, один раз у житті перебували в стані сильного сп'яніння чверть 15-річних респондентів (27%), і майже половина 17-річних (42%). Серед підлітків 15 років і старше понад 10% вказали, що принаймні один раз напивалися упродовж останніх 30 днів.

Таблиця 4.5.2. Частка респондентів, які вживали алкоголь і почували себе дуже сп'янілими принаймні один раз упродовж вказаного періоду, %

	Вік							Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
За останні 30 днів	2	3	4	7	11	13	16	6	8	6	8	7
Упродовж життя	4	6	8	16	27	34	42	17	16	16	18	17

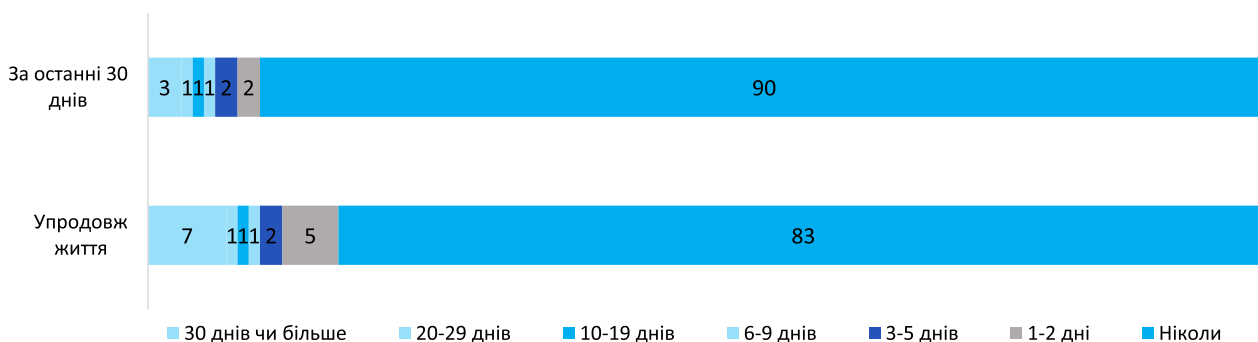
Показники, що характеризують досвід перебування у стані сп'яніння сільських і міських підлітків, істотно не відрізняються, хоча серед мешканців села респондентів з таким досвідом більше. (Це стосується і прецеденту сп'яніння упродовж життя, і випадків сп'яніння за останні 30 днів). Однак непокоїть те, що сільська сім'я та сільська громада, які раніше були осередками виховання дитини на основі традиційних цінностей, сьогодні вже не виконують такої функції. Практика споживання алкоголю сільськими дітьми почасти підтверджує цей висновок.

4.6. Досвід куріння сигарет (тютюнопаління)

Куріння завдає шкоди людині в будь-якому віці, але особливо негативно воно позначається на організмі підлітків, який ще тільки формується. Куріння небезпечно для мозку, провокує серцево-судинні захворювання, істотно збільшує ризик виникнення новоутворень. Якщо людина почала курити у 15 років, тривалість її життя в середньому зменшується більше ніж на 8 років²³.

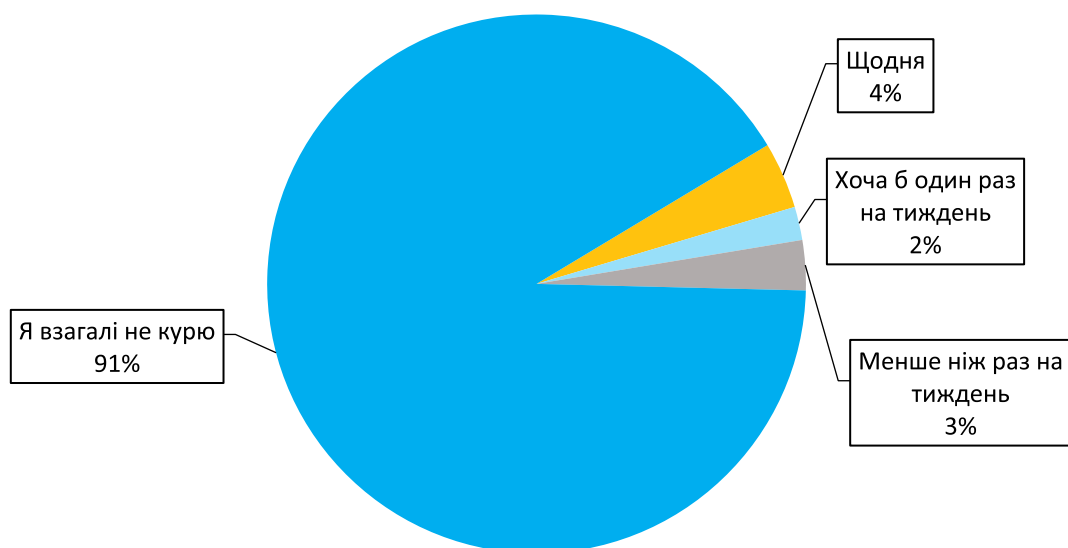
Опитування показало, що досвід тютюнопаління мають 17% підлітків – у своєму житті вони принаймні один раз курили сигарети. Кожний десятий респондент (10%) хоча б один раз курив упродовж останніх 30 днів (рис. 4.6.1).

Рис. 4.6.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Скільки днів, коли ти курив(ла) сигарети...?», %



На момент проведення опитування 9% респондентів вказали, що вони курять сигарети з певною регулярністю, при цьому 4% опитаних – щодня (рис. 4.6.2).

Рис. 4.6.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти куриш сигарети нині?», %



Особливості тютюнопаління серед підлітків (табл. 4.6.1):

- З віком частка курців стрімко зростає. Якщо нині серед 11-річних курять сигарети з певною регулярністю 3%, то серед 15-річних – у п'ять разів більше (15%), а серед 17-річних – у сім разів більше (22%). Отже, серед 17-річних підлітків кожний п'ятий є курцем.
- Серед хлопців курців значно більше, ніж серед дівчат (відповідно 11% та 7%).
- Сільські підлітки курять так само часто, як і міські однолітки.

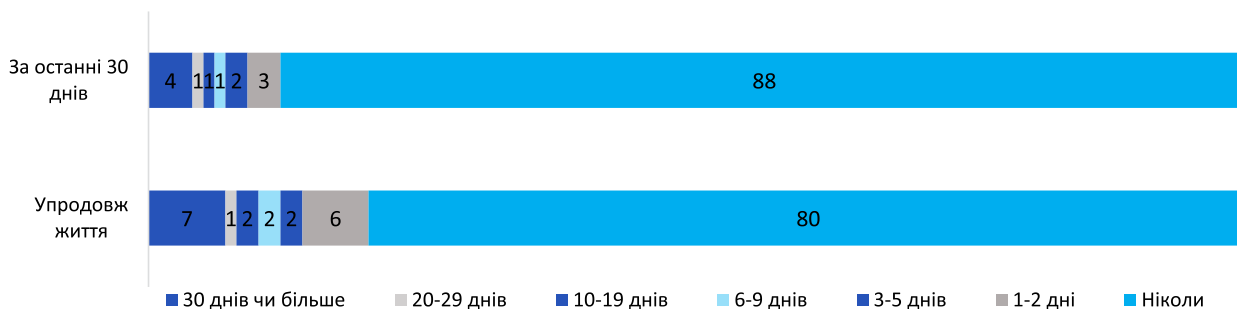
²³ Міфи і реальність про куріння. Буковинський державний медичний університет. URL: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/5294-mifi-i-realnist-pro-kurinnya/>

Таблиця 4.6.1. Частка респондентів, які курили сигарети принаймні один раз упродовж вказаного періоду, %

	Вік							Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
За останні 30 днів	3	4	7	9	16	19	23	9	11	10	11	10
Упродовж життя	5	8	12	16	26	30	36	16	18	16	19	17
Палять у даний час з певною регулярністю	3	3	6	8	15	19	22	7	11	9	10	9

Серед підлітків куріння електронних сигарети (вейпів) поширене дещо більше, ніж паління традиційних сигарет (рис. 4.6.3). Кожний п'ятий респондент (20%) повідомив, що принаймні одного разу в житті курив / парив вейп (аналогічний показник, що характеризує практику паління традиційних сигарет, становить 17%). Значна частка опитаних (12%) курила електронні сигарети упродовж останніх тридцяти днів (щодо паління традиційних сигарет, то цей показник складає 10%).

Рис. 4.6.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Скільки днів, коли ти курив(ла)/ парив(ла) електронні сигарети/вейпи...?», %



Демографічні особливості паління електронних сигарет серед підлітків (табл. 4.6.2):

- Чим старше вікова група опитаних, тим більшою є питома вага тих, які мають досвід паління. Серед 11-річних 5% курили вейпи принаймні одного разу у своєму житті, серед 13-річних таких вже в три рази більше (15%), серед 15-річних – у шість разів більше (30%), а серед 17-річних – більше у вісім разів (40%). Так само швидко з віком зростають показники, що характеризують поточну практику паління (упродовж останніх 30 днів).
- Якщо традиційні сигарети частіше курять хлопці, ніж дівчата, то серед любителів вейпів частка дівчат і хлопців однакова.
- Сільські підлітки курять електронні сигарети так само часто, як і міські ровесники.

Таблиця 4.6.2. Частка респондентів, які курили / парили електронні сигарети (вейпи) принаймні один раз упродовж вказаного періоду, %

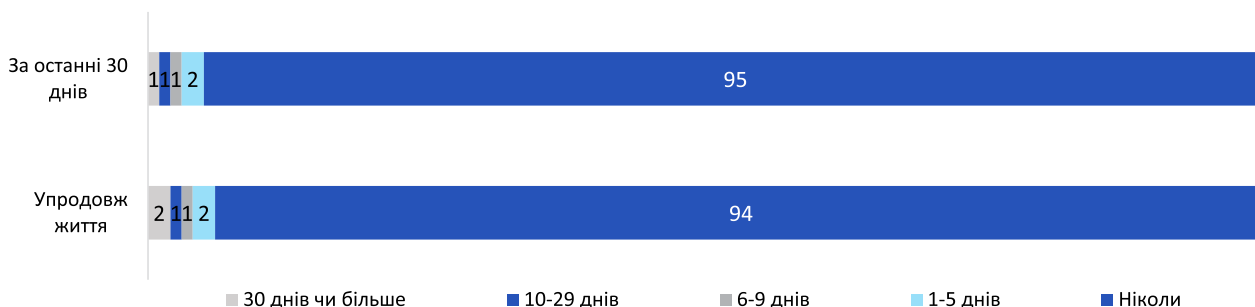
	Вік							Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
За останні 30 днів	2	4	7	11	21	26	30	12	13	12	13	12
Упродовж життя	5	9	15	22	30	36	40	20	20	20	20	20

4.7. Досвід вживання марихуани або гашишу

До кінця підліткового періоду мозок продовжує зростати, формуватися і тому особливо чутливо реагує на вживання канабісу. Негативний ефект може виникнути навіть якщо підлітки курять марихуани дуже рідко. Сучасні дослідження показують: вживання дітьми навіть дуже невеликої кількості канабісу спричиняє зміни у головному мозку²⁴.

Згідно з результатами проведеного опитування, 6% респондентів мають досвід вживання марихуани – вони її вживали принаймні один раз в житті (рис. 4.7.1). Чимало опитаних підлітків (5%) курили «траву» упродовж останніх 30 днів.

Рис. 4.7.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Ти коли-небудь вживав(ла) марихуану (“траву”, “план”, “коноплю”) або гашиш...?», %



Аналіз виявив такі особливості у практиці вживання марихуани підлітками (табл. 4.7.1):

- Як правило, діти починають пробувати марихуану в 13 років. З віком частка підлітків з досвідом вживання наркотичної речовини швидко зростає. Якщо серед 13-річних таких респондентів 3%, то серед 16-річних – в три рази більше (9%). Серед підлітків віком 16 та 17 років 6% вживали марихуану упродовж останніх 30 днів, при цьому 4% вживали її понад п'ять днів (більше ніж п'ять окремих випадків) – тобто регулярно. Це достатньо високий показник.
- Серед хлопців удвічі більше, ніж серед дівчат, тих, які вживають марихуану.
- Серед сільських підлітків дещо більше споживачів канабісу, ніж серед міських жителів. Можна висловити припущення, що це зумовлено більшою доступністю марихуани в сільській місцевості – завдяки наявності можливостей для вирощування коноплі.

Таблиця 4.7.1. Частка респондентів, які вживали марихуану принаймні один раз упродовж вказаного періоду, %

	Вік							Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	11 років	12 років	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
За останні 30 днів	0	2	4	5	6	6	3	7	4	6	5	12
Упродовж життя	0	3	5	7	9	9	4	7	5	8	6	20

²⁴ Как марихуана влияет на мозг подростка. Deutsche Welle. URL: <https://www.dw.com/ru/kak-marihuana-vliaet-na-mozg-podrostka/a-47118011>

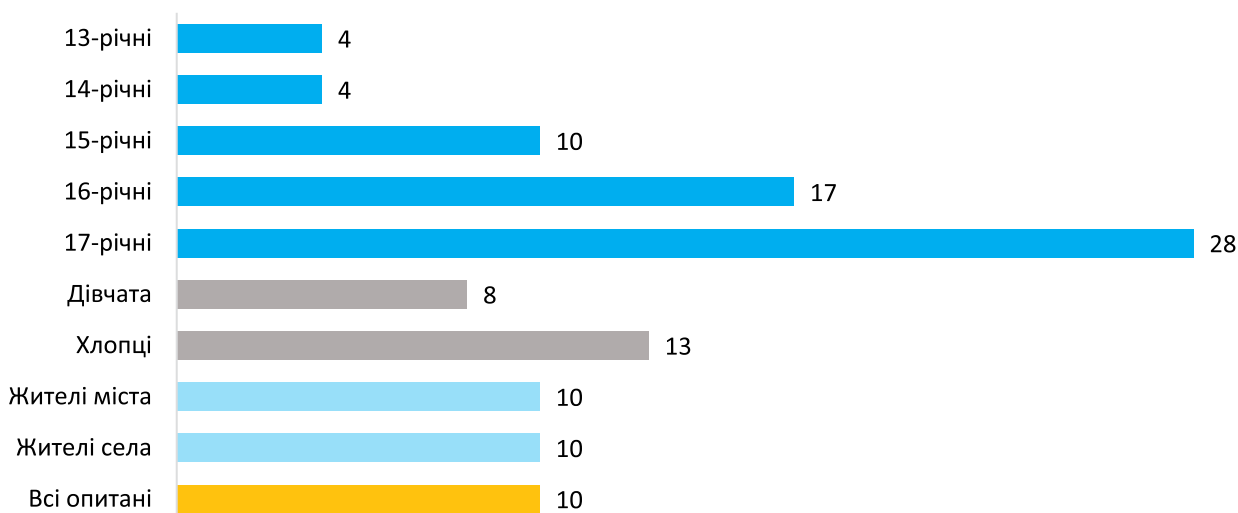
4.8. Сексуальний досвід

Соціологічні дослідження свідчать про те, що перший сексуальний досвід більшість людей набуває в підлітковому віці. Сексуальний дебют (ініціація) для багатьох підлітків виступає способом досягнення статусу «дорослого». Адже в нинішньому суспільстві немає нічого, що відповідало б обряду ініціації дівчат і хлопців. Сучасна світська культура сфокусована на інших аспектах дорослішання: закінченні школи, вступі до закладу вищої освіти або на початку трудової діяльності. Через це молоді люди стикаються зі сферою інтимних і сексуальних відносин непідготовленими. Зокрема, вони часто не мають необхідних знань для того, щоб забезпечити свою безпеку і уникнути незапланованих вагітностей і захворювань, що передаються статевим шляхом. Батьки, педагоги, медіа мають допомогти підліткам набути навичок та обізнаності, необхідних для раціональної (безпечної) поведінки у цій сфері.

Результати опитування свідчать, що кожен десятий підліток вже має досвід сексуальних відносин (рис. 4.8.1). Серед 12-річних респондентів жоден не заявив про наявність сексуального досвіду, але серед 13-річних таких було вже 4%. З віком цей показник стрімко зростає і серед 17-річних підлітків частка тих, які пройшли сексуальну ініціацію, сягає 28% (понад чверть).

Хлопці повідомляють про наявність сексуального досвіду значно частіше, ніж дівчата (відповідно 13% та 8%). Водночас варто було б додатково вивчити характер цього досвіду, оскільки розуміння сексуальної ініціації у дівчат і хлопців можуть істотно відрізнятись.

Рис. 4.8.1. Частка респондентів, які мають сексуальний досвід серед певних демографічних груп, %



Більшість підлітків, які здобули перший сексуальний досвід після 13 років, повторно вступають у сексуальні відносини. Їхнє статеве життя набуває регулярного характеру. Кількість респондентів, які мають неодноразові сексуальні стосунки, з віком поступово зростає (рис. 4.8.2).

Переважає більшість (70%) опитаних підлітків, які мають сексуальний досвід — здобули його, коли їм було 15 років або менше, тобто раніше віку згоди²⁵ (табл. 4.8.1). Тривогу викликає та обставина, що сексуальний дебют для значної частки респондентів (11,6%) відбувся, коли їм було 11 років або менше. У такому віці мало хто готовий до розважливої, раціональної (безпечної) сексуальної поведінки.

Порівняно з дівчатами серед хлопців вдвічі більше тих, чия сексуальна ініціація відбулася в 11 років або раніше (відповідно 7% та 15%). Про ранній сексуальний дебют частіше повідомляють сільські підлітки, ніж їхні міські ровесники (відповідні показники становлять 16% та 10%).

²⁵ Вік сексуальної згоди — це вік, що визначений у кримінальному праві, з якого вважається, що людина може дати свідому згоду на сексуальну дію з іншою повнолітньою людиною. Вік сексуальної згоди в Україні становить 16 років, цю норму регулює стаття 155 Кримінального кодексу України.

Рис. 4.8.2. Частка респондентів, які вступали у статеві стосунки двічі або частіше, %
(вказано відсоток серед респондентів, які мають сексуальний досвід)

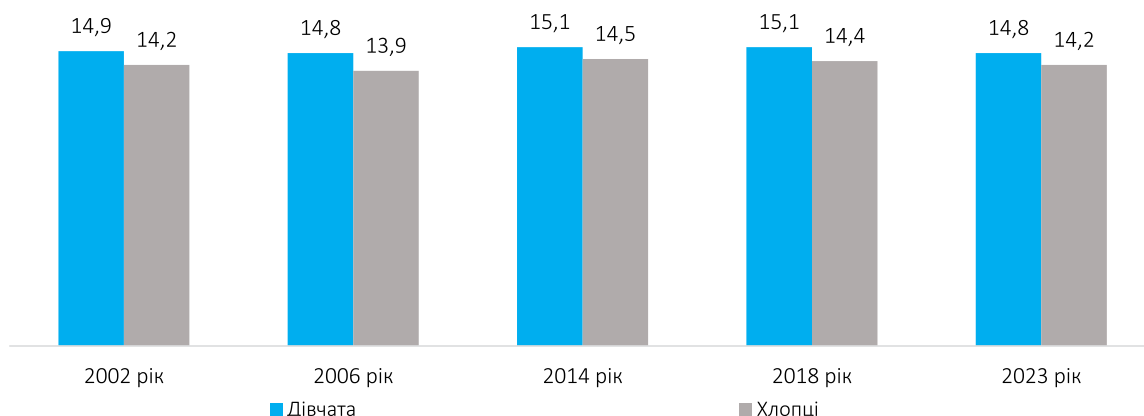


Таблиця 4.8.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Скільки років тобі було, коли ти вперше вступив(ла) у статеві стосунки?», %
(вказано відсоток серед респондентів, які мають сексуальний досвід)

Вік здобуття сексуального досвіду	Вік респондента					Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
11 років або менше	29	27	13	8	4	7	15	10	16	12
12 років	4	5	3	2	2	2	3	2	4	2
13 років	67	15	7	5	2	6	12	9	9	9
14 років	0	53	24	13	10	18	19	18	21	19
15 років	0	0	53	27	18	30	26	29	23	28
16 років	0	0	0	45	34	28	21	25	21	24
17 років	0	0	0	0	30	9	4	6	6	6

Моніторинг HBSC свідчить, що середній вік сексуальної ініціації українських підлітків залишається доволі стабільним. Для дівчат він становить близько 15 років, а для хлопців – 14 років (рис. 4.8.3).

Рис. 4.8.3. Середній вік респондентів, коли вони вперше вступили у статеві стосунки, років



В Україні, як і у більшості країн світу, дорослий несе кримінальну відповідальність, якщо вступає в сексуальні стосунки з особою, молодшою від віку згоди. Серед 13-річних підлітків, які мають сексуальний досвід, більше ніж чверть (27%) повідомили, що їхній перший партнер був повнолітнім, тобто мав 18 років або більше (табл. 4.8.2). Серед 14-річних таких респондентів – 25%, серед 15-річних – 20%.

Таблиця 4.8.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Скільки років було твоєму партнеру, коли ти вперше вступив(ла) у статеві стосунки?», % (вказано відсоток серед респондентів, які мають сексуальний досвід)

Вік першого сексуального партнера	Вік респондента					Стать		Тип населеного пункту		Всі опитані
	13 років	14 років	15 років	16 років	17 років	Дівчата	Хлопці	Місто	Село	
11 років або менше	10	8	6	3	3	3	6	4	6	5
12 років	8	4	2	1	1	1	3	1	3	2
13 років	24	14	3	2	1	1	7	5	5	5
14 років	3	15	12	8	4	4	11	8	9	8
15 років	11	15	20	12	8	10	16	14	13	13
16 років	3	9	19	24	20	18	20	20	17	19
17 років	5	1	12	18	21	19	12	15	14	15
18 років	11	5	4	11	12	12	7	9	8	9
19 років	3	1	3	5	8	8	2	5	5	5
20 років і більше	13	19	13	12	17	20	10	14	14	14
Я не знаю	9	9	6	4	5	4	6	5	6	5

Схильність вступати в сексуальні стосунки з партнером старше за себе частіше демонструють дівчата. Серед респонденток, які мають сексуальний досвід, 40% повідомили, що їхній перший партнер був повнолітнім (віком 18 років і старше). Серед опитаних хлопців аналогічний показник становить 19% (вдвічі менше).

4.9. Ризикована сексуальна поведінка.

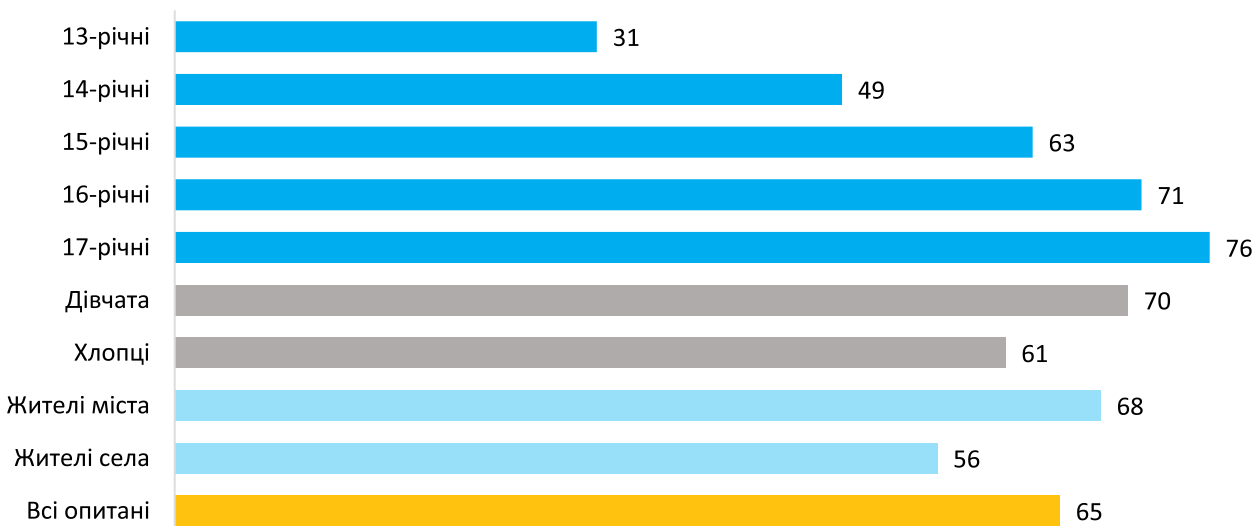
Використання презервативів і протизаплідних пігулок

Романтичні стосунки та сексуальна поведінка, з одного боку, є важливим етапом розвитку молодшої людини, що сприяють позитивній психосоціальної адаптації. Водночас деякі види сексуальної поведінки можуть бути проявом соціально-психологічної дезадаптації та пов'язані з ризиком негативних наслідків. Йдеться про захворювання, що передаються статевим шляхом, небажані вагітності (більшість з яких зазвичай штучно переривається), психологічні травми. Поширеність ризикованої сексуальної поведінки зумовлена зниженням віку сексуальної ініціації (дебюту), недостатнім рівнем сексуальної культури та медичної грамотності.

Опитування показало, що дві третини респондентів (65%) при першому сексуальному контакті використовували презерватив (рис. 4.9.1). Це досить багато, але тим не менше, для третини підлітків перший сексуальний досвід був пов'язаний з ризиком негативних наслідків. Особливо ризикованою була сексуальна ініціація для 13-річних респондентів: серед них лише 31% використовували презерватив, а серед 14-річних – лише половина.

Чим пізніше відбувається сексуальний дебют, тим більш зважено, відповідальніше підлітки ставляться до безпечного сексу. Серед 17-річних респондентів три чверті використовували презервативи під час першого сексуального контакту. (Більшість 17-річних респондентів здобули свій перший сексуальний досвід у 16 або 17 років).

Рис. 4.9.1. Частка респондентів, які використовували презерватив при першому сексуальному контакті²⁶, % (вказано відсоток серед респондентів, які мають сексуальний досвід)

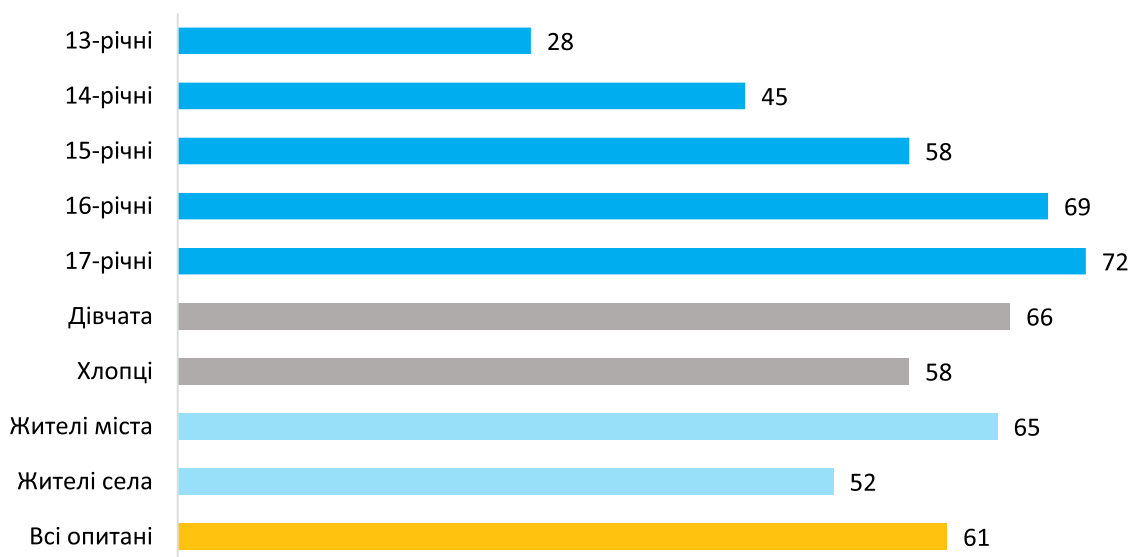


Дівчата більше, ніж хлопці, приділяють увагу безпеці першого сексуального контакту. Якщо серед дівчат 70% повідомили, що їхній партнер використовував презерватив, то серед хлопців – 61%. Міські підлітки під час сексуального дебюту частіше використовують презерватив, ніж їхні сільські ровесники. Це можна пояснити вищим рівнем сексуальної культури і тим, що сільські підлітки зазвичай дещо раніше здобувають перший сексуальний досвід (ці обставини взаємопов'язані).

Як зазначалося, дві третини опитаних (65%) вступали у статеві стосунки двічі або й частіше. Однак показники, що характеризують використання презерватива під час останнього сексуального контакту, є близькими до тих, що характеризують сексуальний дебют. Зокрема, під час останнього сексуального контакту використовували презерватив 61% опитаних підлітків (рис. 4.9.2). Це навіть менше, ніж під час ініціації.

²⁶ При опитуванні дівчат йшлося про використання презерватива їхнім партнером.

Рис. 4.9.2. Частка респондентів, які використовували презерватив під час останнього сексуального контакту²⁷, % (вказано відсоток серед респондентів, які мають сексуальний досвід)



Найбільш ризиковану сексуальну поведінку демонструють 13-річні та 14-річні респонденти: серед них менше половини користувалися презервативом під час останнього сексуального контакту. Отже, частота сексуальних контактів не пов'язана з практикою використання презерватива. Усвідомлення необхідності уникати ризику, забезпечувати статеве життя приходить лише з віком – з набуттям певної культури, кращим розумінням власних потреб.

Хлопці більше схильні до ризикованої сексуальної поведінки: серед них 58% використовували презервативи під час останньої зустрічі з партнершою / партнером, тоді як серед дівчат – 66%. Треба думати, дівчата більше прагнуть забезпечити себе від можливих негативних наслідків, оскільки йдеться не тільки про ризик заразитися інфекцією, що передається статевим шляхом, але й про можливість завагітніти.

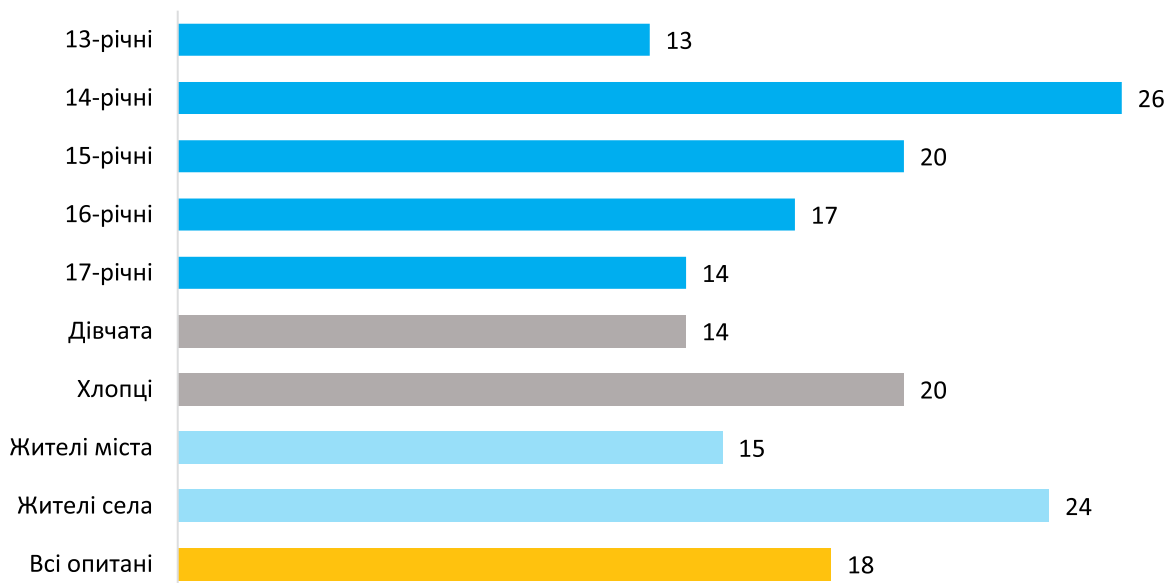
Міські підлітки значно частіше використовують презервативи під час сексу, ніж однолітки, які проживають у селі. Це можна пояснити передусім відмінностями у сексуальній культурі, більшою емансипованістю та сексуальною грамотністю жителів міста. Крім того, міські підлітки частіше мають в своєму розпорядженні кишенькові кошти; у місті презервативи є доступнішими, їх легше купити (тут краще розвинута торгівельна інфраструктура, ніж у селі). У місті легше здійснити анонімну покупку; жителі села та зокрема продавці магазину/аптеки зазвичай знають одне одного особисто. Ця обставина може стримувати підлітків від того, щоб на очах знайомих людей здійснити «компрометуючу» купівлю засобів контрацепції. Особливо складно («незручно») буде це зробити дівчатам.

Серед підлітків, які вже мають досвід статевого життя, дуже обмежена практика використання медикаментозної контрацепції. Під час останнього сексуального контакту тільки 18% респондентів використовували протизаплідні пігулки/таблетки (рис. 4.9.3).

Критично низьким показником використання медикаментозної контрацепції (які використовували презервативів) серед 13-річних респондентів, які мають сексуальний досвід. За результатами дослідження виявлено таку тенденцію: з 14 років респонденти менше використовують протизаплідні пігулки/таблетки. Якщо серед 14-річних респондентів 26% повідомили про те, що вони використовували медикаментозну контрацепцію під час останнього сексуального контакту, то серед 17-річних таких було удвічі менше (14%). Слід мати на увазі, що така тенденція відбувається на фоні більш активного використання презервативів: чим старше респонденти, тим частіше вони використовують презервативи (див. вище). Можна висловити припущення, що, набуваючи досвіду статевого життя, підлітки починають більше покладатися на презервативи, вважати, що їх цілком достатньо для забезпечення сексуальних контактів, і не бачать необхідності використовувати протизаплідні таблетки.

²⁷ При опитуванні дівчат йшлося про використання презерватива їхнім партнером.

Рис. 4.9.3. Частка респондентів, які використовували протизаплідні пігулки/таблетки під час останнього сексуального контакту²⁸, % (вказано відсоток серед респондентів, які мають сексуальний досвід)



Хлопці частіше повідомляли про використання медикаментозної контрацепції під час останнього сексуального контакту, ніж дівчата. Тут слід брати до уваги те, що партнери дівчат – переважно хлопці, які старші за віком. Зокрема, кожна п'ята респондентка вперше вступила в сексуальні стосунки з партнером, якому було двадцять років або більше. Партнери дівчат зазвичай більш досвідчені, ніж хлопці-однолітки, зокрема у використанні презервативів. Для дівчат почасти зменшується ризик вагітності, відпадає потреба використовувати медикаментозну контрацепцію.

Щодо сільських підлітків, які частіше повідомляють про використання протизаплідних таблеток під час сексу, ніж міські ровесники, то тут також слід звернути увагу на те, що жителі села (читай – сільські хлопці) рідше, ніж жителі міста, використовують презервативи. Партнерам сільських хлопців доводиться частіше використовувати медикаментозну контрацепцію, щоб убезпечити себе принаймні від незапланованої вагітності.

Висловлені вище міркування стосовно особливостей використання підлітками протизаплідних медикаментозних засобів мають характер обґрунтованого припущення (гіпотези). Це питання потребує додаткового вивчення.

²⁸ При опитуванні хлопців йшлося про використання протизаплідних пігулок їхньою партнеркою.



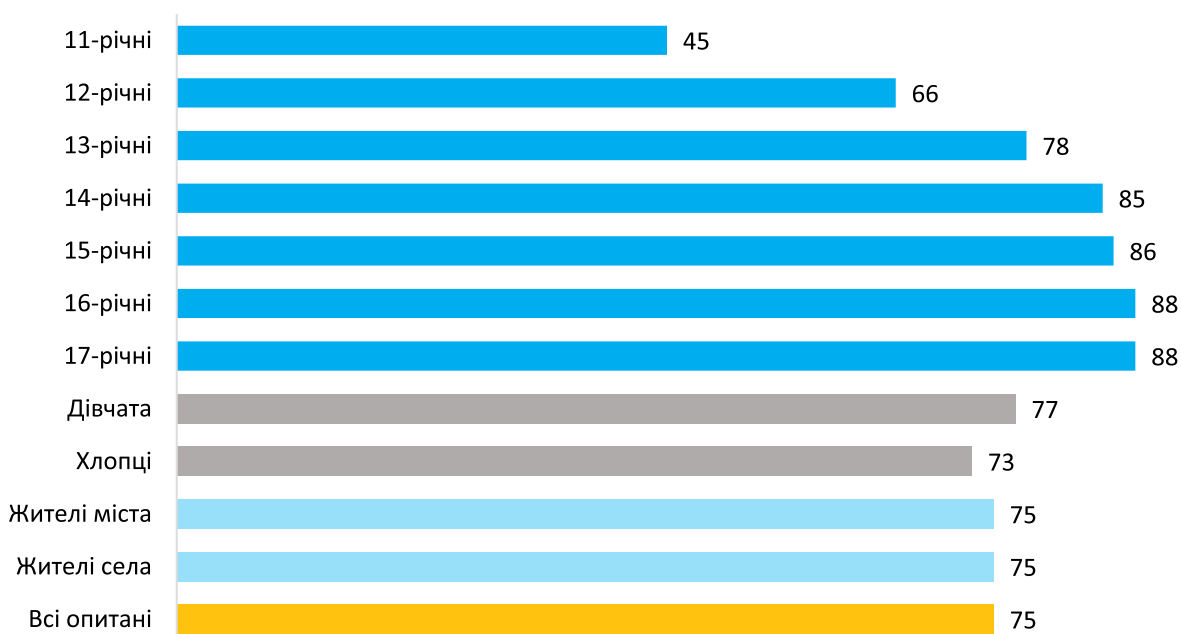
4.10. Поінформованість щодо ВІЛ-інфекції та СНІДу

Сексуальні права людини передбачають, зокрема, доступ до інформації та освіти, необхідних для забезпечення безпечного статевого життя, сексуального та загального здоров'я. Підлітки зможуть краще подбати про своє здоров'я, безпечність сексуальних контактів, якщо будуть обізнані, як передається ВІЛ-інфекція та як їй можна запобігти.

Три чверті опитаних підлітків (75%) повідомили, що вони дещо чули про ВІЛ (вірус імунодефіциту людини) або хворобу СНІД (синдром набутого імунодефіциту людини). Чим старше респондент, тим вище показник обізнаності. Серед 11-річних менше ніж половина (45%) чули про ВІЛ та СНІД, серед 12-річних – вже дві третини (66%), а серед 14-річних – 85%. Після 14 років показник обізнаності майже не зростає: серед 17-річних респондентів він становить 88%, тобто ненабагато більше, ніж серед 14-річних (рис. 4.10.1).

Дівчата дещо краще інформовані про ВІЛ та СНІД, ніж хлопці (показники обізнаності становлять відповідно 77% та 73%). І це при тому, що хлопці частіше, ніж дівчата схильні до ризикованої сексуальної поведінки – незахищених статевих контактів (див. вище).

Рис. 4.10.1. Частка респондентів, які чули про ВІЛ або хворобу СНІД, %

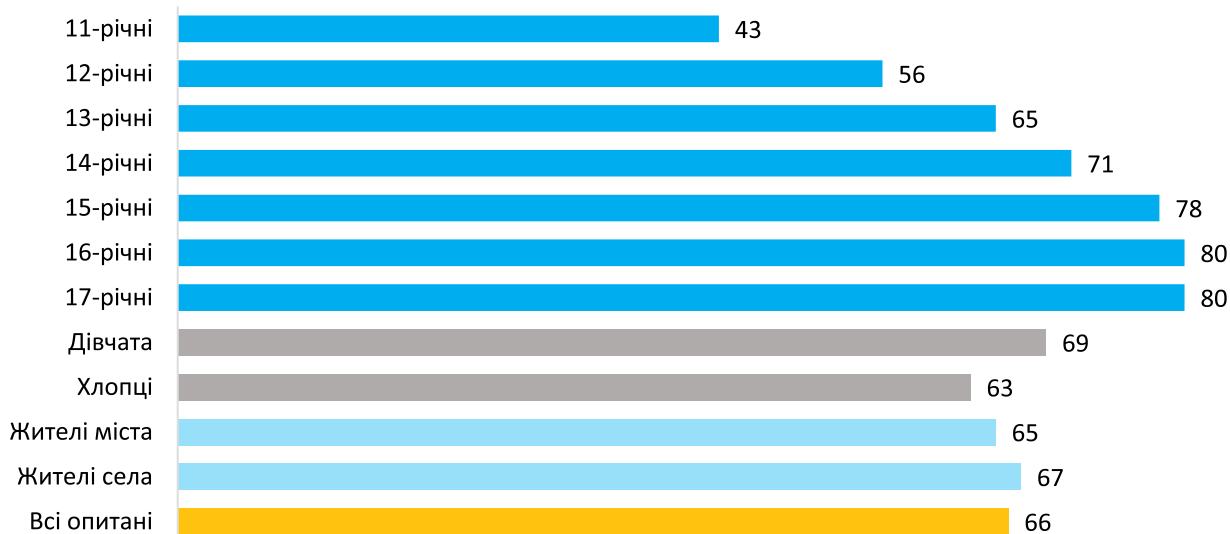


На перший погляд, показники обізнаності підлітків про ВІЛ/СНІД є достатньо високими. Проте чи можна їх вважати задовільними? Відповідь на це запитання залежить від глибини інформованості, того, наскільки змістовними є знання підлітків про ризики та шляхи зараження ВІЛ, наскільки вони обізнані про засоби попередження інфікування. Слід враховувати надзвичайно ранній вік сексуального дебюту сучасних підлітків. Є підстави кваліфікувати показник обізнаності про ВІЛ/СНІД 11-річних респондентів (45%) як незадовільний. Те, що серед 17-річних респондентів 12% зовсім не чули про ризик ВІЛ-інфікування, також має викликати занепокоєння.

Щодо інформованості про алгоритми дій у випадку, коли потрібно з'ясувати факт інфікування, то тут показники обізнаності є помітно нижчими. Тільки 66% опитаних знають, куди звертатися, щоб пройти тестування на ВІЛ-інфекцію (рис. 4.10.2). Серед 11-річних таких менше ніж половина. З віком показник інформованості про те, куди звертатися для тестування, поступово зростає і сягає 80% серед 17-річних. Відповідно, кожний п'ятий не знає, як треба діяти, коли мав місце ризик зараження.

Дівчата дещо краще, ніж хлопці, обізнані в цьому питанні (показники інформованості складають відповідно 69% та 63%). Показники обізнаності городян та жителів села істотно не відрізняються.

Рис. 4.10.2. Частка респондентів, які знають, куди звертатися, щоб пройти тестування на ВІЛ-інфекцію, %



ВИСНОВКИ до Розділу 4

Самооцінка здоров'я та прояви нездужання

- Переважна більшість підлітків (73%), опитаних у 2023 р., оцінює стан свого здоров'я як «чудовий» або «гарний», близько чверті респондентів (27%) характеризує його як «посередній» або «поганий». Оскільки йдеться про молодих людей, то такі показники є радше неблагополучними.
- Зафіксовано хвилеподібну траєкторію оцінювання підлітками стану власного здоров'я. Сумарний показник характеристик «чудове» та «гарне» спочатку поступово зростає: у 2002 р. цей показник становив 57%, у 2006 р. – 66%, у 2010 р. – 70%, у 2014 р. – 79%, а в 2018 р. досягає свого максимального значення – 80%. У 2023 р. відбулося різке зниження показника до 73% – майже до рівня 2010 р. Одночасно відбулося різке збільшення кількості респондентів, які характеризували власний стан здоров'я як «посередній» або «поганий»: з 20% у 2018 р. до 27% у 2023 р. Є підстави вважати, що головним чинником, який негативно вплинув на самооцінку стану здоров'я підлітків, стала війна та її наслідки. Таким чином, стреси та погіршення соціально-економічних умов життя зумовили погіршення самопочуття молодих людей.
- Показники самооцінки підлітками стану свого здоров'я є радше неблагополучними і свідчать про поширеність проблем із самопочуттям. Це припущення підтверджують дані про відчуття респондентами проявів нездужання та психологічного дискомфорту упродовж останніх шести місяців.
- Найпоширенішими є негаразди психологічного характеру. У 2023 р. багато опитаних скаржилися, що вони один раз на тиждень або частіше: почували себе роздратованими або мали поганий настрій (66%); нервували (63%); мали проблеми із засипанням (41%); відчували себе пригніченими (36%).
- Чимало підлітків повідомили, що раз на тиждень або й частіше у них боліли: голова (44%); спина (39%); живіт (29%).
- Порівняно з 2018 р., у 2023 р. особливо зросли показники, що характеризують прояви таких нездужань: «відчував(ла) запаморочення» (збільшення показника в 1,7 раза); «були проблеми із засипанням» (збільшення в 1,6 раза); «Боліла спина» (збільшення в 1,4 раза). Щодо збільшення показника «боліла спина», то можна припустити, що це пов'язано із зменшенням рухливості підлітків і збільшенням часу, який вони проводять з гаджетами (сидячі) під час дистанційного навчання.

Підлітковий травматизм

- Показники, які характеризують отримання підлітками травм, є досить стабільними.
- Кількість респондентів, які упродовж останніх 12 місяців отримали травми, через що їм довелося звертатися до лікаря або медсестри у 2023 р. становила 35%. Це дещо менше, ніж у 2018 р. (39%) або у 2014 р. (41%).
- Водночас рівень травматизму 2023 р. трохи більший, ніж аналогічний показник 2010 р. (32%) або 2002 р. (31%). Отже, показник травматизму помітно варіює в різні роки, але неістотно.

Практика дотримання гігієни

- Переважна більшість опитаних підлітків чистять зуби щоденно.
- У 2023 р. відбулося неістотне зменшення кількості молодих людей, які щоденно чистять зуби. Причиною могло стати погіршення соціально-побутових умов життя респондентів, зокрема через вимушене переселення. Водночас не можна виключати впливу стресогенних чинників.

Особливості харчування дітей та підлітків

- Дослідження виявило низку проблем, пов'язаних із харчуванням підлітків: з розподілом їхнього добового раціону та збалансованістю його складу.
- Чимало опитаних підлітків не снідають як у будні, так і у вихідні, що може мати негативні наслідки для здоров'я у майбутньому. Опитування показало, що досить багато (17%) респондентів ніколи не снідають у будні. Крім того, ще 10% опитаних у будні снідають лише один раз або двічі на тиждень. Постійно (щодня у будні) снідають 59% опитаних підлітків.
- З віком серед підлітків поступово скорочується питома вага тих, які обов'язково снідають у будні. Серед 11-річних цей показник становить 69%, а серед 17-річних – 50%. Одночасно збільшується частка респондентів, які не снідають у будні: серед 11-річних таких 10%, а серед 17-річних – 25%.
- Діти, чий організм ще тільки формується, недостатньо їдять фрукти і овочі, рибу, яйця, молочні продукти, несолоні горіхи та насіння. Водночас надмірно споживають м'ясні страви та ковбасні вироби, солодощі, газовані (зокрема енергетичні) напої, снеки (чіпси, солоні горішки, сухарики тощо).
- Результати опитування свідчать про надмірне споживання підлітками цукру.
- Серед підлітків дуже поширена звичка щось їсти, коли вони дивляться телевізор або проводять час за гаджетом (девайсом). Велика кількість респондентів (39%) щодня поєднує прийом їжі з роботою на комп'ютері або розвагами на планшеті, телефоні.
- Чим старше респондент, тим гірше його раціон харчування з огляду на скорочення частоти споживання корисних продуктів і зростання споживання небажаних. Убачається доцільним удосконалити методику (інструментарій) опитування підлітків, щоб мати можливість зіставити показники, які характеризують практику харчування з моделлю (раціоном) здорового харчування, рекомендованого Міністерством охорони здоров'я України.

Досвід вживання алкоголю

- Понад чверть опитаних підлітків мають досвід вживання алкогольних напоїв; значна кількість респондентів визнала, що вони вживали алкогольні напої упродовж останніх 30 днів. Серед 11-річних 7% респондентів вживали алкоголь принаймні один раз, серед 14-річних таких вже третина, а серед 17-річних – більше ніж половина.
- З віком різко зростає частка опитаних, які мають досвід вживання алкоголю.
- Чим старше підлітки, тим більше серед них тих, які мають досвід сильного сп'яніння. Принаймні, один раз у житті перебували в стані сильного сп'яніння чверть 15-річних респондентів (27%), і майже половина 17-річних (42%). Серед підлітків віком 15 років і старше більше ніж 10% вказали, що принаймні одного разу напивалися упродовж останніх 30 днів.
- Серед дівчат помітно більше, ніж серед хлопців, тих, які вже мали досвід вживання алкоголю. Третина респонденток повідомила, що принаймні один раз напивалися до стану сильного сп'яніння.

Досвід куріння сигарет (тютюнопаління)

- Досвід тютюнопаління мають 17% опитаних підлітків, а кожний десятий респондент хоча б один раз курих упродовж останніх 30 днів.
- На момент проведення опитування 9% респондентів вказали, що вони курять сигарети з певною регулярністю, при цьому 4% опитаних – щодня.
- Куріння електронних сигарет (вейпів) серед підлітків поширене дещо більше, ніж паління традиційних сигарет.
- Якщо традиційні сигарети частіше курять хлопці, ніж дівчата, то любителів вейпів серед дівчат і хлопців однакова кількість.
- З віком частка курців стрімко зростає. Якщо серед 11-річних курять сигарети з певною регулярністю 3%, то серед 15-річних – у п'ять разів більше (15%), а серед 17-річних – у сім разів більше (22%). Таким чином, серед 17-річних підлітків кожний п'ятий є курцем.
- Серед хлопців курців значно більше, ніж серед дівчат (відповідно 11% та 7%).

Досвід вживання марихуани або гашишу

- Чимало опитаних підлітків мають досвід вживання марихуани, кожний двадцятий опитаний вживав марихуану упродовж останніх 30 днів.
- Деякі діти починають пробувати марихуану вже в 13 років. З віком частка підлітків з досвідом вживання наркотичної речовини швидко зростає. Якщо серед 13-річних таких респондентів 3%, то серед 16-річних – в три рази більше (9%).
- Згідно з результатами проведеного опитування, 6% респондентів мають досвід вживання марихуани – вони її вживали принаймні один раз у житті. Чимало опитаних підлітків (5%) курили «травку» упродовж останніх 30 днів.
- Діти починають пробувати марихуану в 13 років. З віком частка підлітків з досвідом вживання наркотичної речовини швидко зростає.

Сексуальний досвід

- Доволі рано відбувається сексуальна ініціація підлітків: серед 13-річних респондентів вже є ті, у кого відбувся сексуальний дебют. Результати опитування свідчать, що кожен десятий підліток вже має досвід сексуальних відносин.
- З віком частка підлітків із сексуальним досвідом стрімко зростає: серед 17-річних їх вже більше ніж чверть.
- Більшість підлітків (70%) здобули перший сексуальний досвід, коли їм було 15 років або менше, тобто раніше, ніж вік згоди.
- Порівняно з дівчатами серед хлопців вдвічі більше тих, чия сексуальна ініціація відбулася в 11 років або раніше (відповідно 7% та 15%).
- Про ранній сексуальний дебют частіше повідомляють сільські підлітки, ніж їхні міські ровесники (відповідні показники становлять 16% та 10%).
- Серед 13-річних підлітків, які мають сексуальний досвід, більше ніж чверть (27%) повідомили, що їхній перший партнер був повнолітнім, тобто мав 18 років або більше (табл. 4.8.2). Серед 14-річних таких респондентів – 25%, серед 15-річних – 20%.
- Для деяких респондентів сексуальний дебют відбувся, коли їм було тільки 11 років або й менше.
- Середній вік сексуальної ініціації українських підлітків залишається доволі стабільним. Для дівчат він становить близько 15 років, а для хлопців – 14 років.

Ризикована сексуальна поведінка. Використання презервативів і протизаплідних пігулок

- Для багатьох підлітків перший сексуальний контакт був незахищеним, і відтак міг мати негативні наслідки. Особливо ризикованою була сексуальна ініціація для 13-річних респондентів: серед них лише третина використовували презерватив, серед 14-річних – половина. Усвідомлення необхідності уникати ризику, використовуючи кондом приходить лише з віком.
- Серед 17-річних респондентів три чверті використовували презервативи під час першого сексуального контакту.
- Дівчата більше приділяють уваги безпеці першого сексуального контакту, ніж хлопці. Якщо серед дівчат 70% повідомили, що їхній партнер використовував презерватив, то серед хлопців користувалися кондомом – 61%.
- Найбільш ризиковану поведінку демонструють 13-річні та 14-річні респонденти: серед них менше половини користувалися кондомом під час останнього сексуального контакту.
- Хлопці більше схильні до ризикованої сексуальної поведінки: серед них 58% використовували презервативи під час останньої зустрічі з партнершою / партнером, тоді як серед дівчат – 66%.
- Серед підлітків, які вже ведуть статеве життя, дуже обмежена практика використання медикаментозної контрацепції. Під час останнього сексуального контакту тільки 18% респондентів використовували протизаплідні пігулки/таблетки.

Поінформованість щодо ВІЛ-інфекції та СНІДу

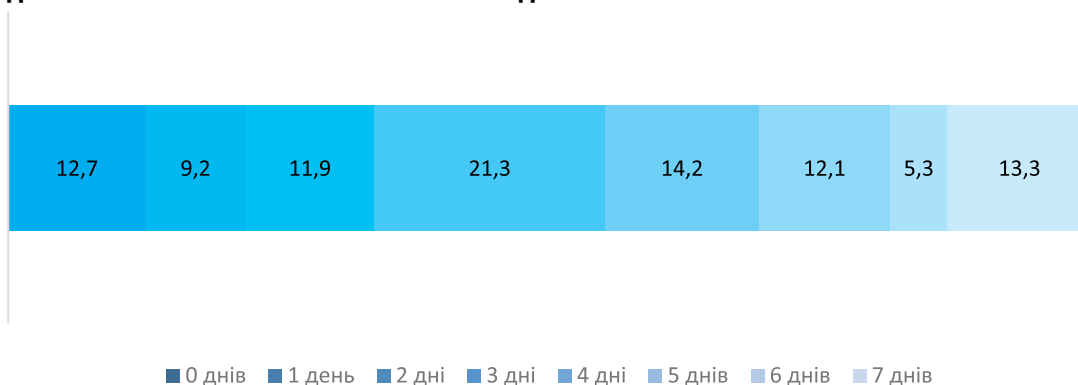
- Три чверті опитаних підлітків повідомили, що вони дещо чули про ВІЛ або хворобу СНІД. Щодо інформованості про алгоритми дій у випадку, коли потрібно з'ясувати факт зараження, то тут показники обізнаності є помітно нижчими. Чим старше респондент, тим вище показник обізнаності. Серед 11-річних менше половини (45%) чули про ВІЛ та СНІД, серед 12-річних – вже дві третини (66%), а серед 14-річних – 85%.
- Дівчата дещо краще, ніж хлопці, інформовані щодо питань, які стосуються ВІЛ-інфекції. І це при тому, що хлопці частіше, ніж дівчата схильні до ризикованої сексуальної поведінки – незахищених статевих контактів. Убачається доцільним детальніше досліджувати глибину інформованості підлітків: наскільки змістовними є знання молодих людей про ризики та шляхи зараження вірусом ВІЛ, наскільки вони обізнані про засоби попередження інфікування тощо. Це актуально з огляду на надзвичайно ранній вік сексуального дебюту сучасних підлітків.

РОЗДІЛ 5. ФОРМИ АКТИВНОСТЕЙ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ

5.1. Фізична активність.

Фізична активність є складовою способу життя дітей. За даними дослідження, понад третину опитаних підлітків (35,5%) були фізично активні не менше ніж 60 хвилин на день 3–4 дні на тиждень, майже третина (30,7%) – від 5 до 7 днів на тиждень. Однак кожен восьмий опитаний підліток (12,7%) жодного дня не був фізично активним хоча б 60 хвилин на день, а кожен п'ятий (21,1%) – виділяв на це 1–2 дні на тиждень (рис. 5.1.1).

Рис. 5.1.1. Кількість днів протягом тижня, коли респонденти займалися фізично активною діяльністю не менше ніж 60 хвилин на день



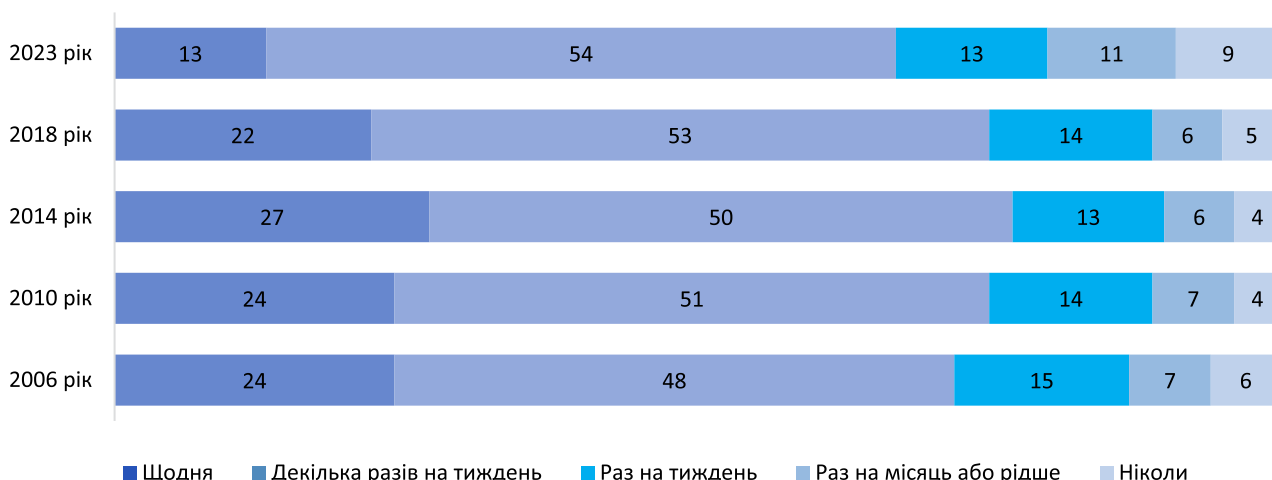
Хлопці більше часу (16,4%) на тиждень, ніж дівчата (13,3%), фізично активні при середньому показнику 13,3% за вибіркою. Натомість, 15,0% дівчат (при середньому показнику за вибіркою 12,7%) не були фізично активними понад 60 хвилин на день жодного дня протягом тижня). Суттєвої різниці в інтенсивності фізичної активності між підлітками, які проживають у сільській місцевості та у місті, не спостерігається.

Проте, чим старшими стають діти, тим менше часу вони фізично активні. Так, 7 днів на тиждень фізично активні 15,2% 11-річних підлітків, 13,0% 12-річних, 14,5% 13-річних. Натомість тільки 11,1% 16-річних та 11,3% 17-річних опитаних підлітків фізично активні щодня.

Жодного дня на тиждень не займалися фізичною активністю 15,9% 15-річних, 19,3% 16-річних та 22,7% 17-річних опитаних. Спостерігається і різниця у фізичній активності тих, які виїхали за межі свого населеного пункту або України для власної безпеки. Частка тих, які фізично неактивні протягом всього тижня є вищою серед тих, які проживають в іншій області країни та за кордоном і не планують повернення в країну (14,9% та 17,3% відповідно). Однак і частка тих підлітків, які фізично активні, не менше 60 хвилин на день 1 та 7 днів на тиждень серед тих, які зараз проживають за кордоном і не планують повернення, теж вища, ніж в цілому за вибіркою (11,2% та 17,6% відповідно), серед тих, які зараз проживають за кордоном і планують повернення, вищі показники фізичної активності протягом 2–3 днів (13,5% та 23,9%). За іншими показниками інтенсивності фізичної активності протягом тижня підлітки, які нині проживають за кордоном, мають нижчі показники, ніж підлітки, які проживають в Україні.

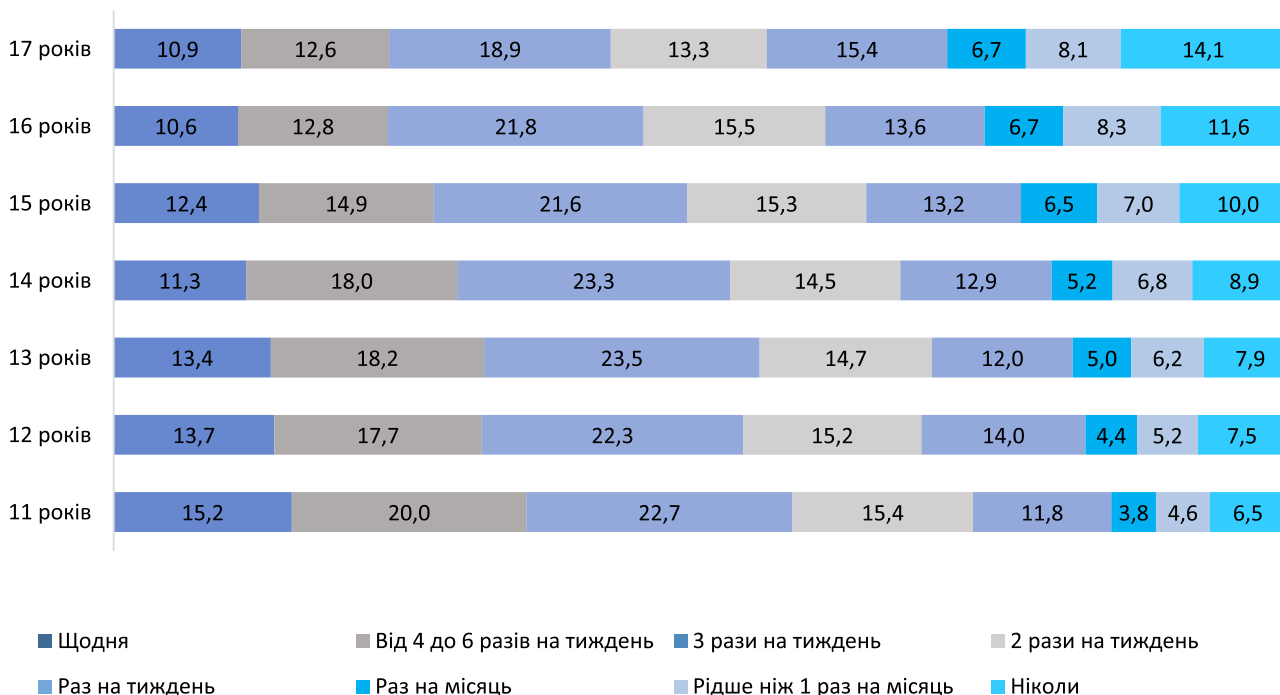
До 2022 р. показники, що характеризують фізичну активність підлітків, були доволі стабільними: близько чверті респондентів у вільний час займалися різними фізичними вправами щодня, близько половини – декілька разів на тиждень (рис. 5.1.2). У 2023 р. відбулося істотне зменшення кількості респондентів, які тренуються щодня. Якщо у довоєнному 2018 р. таких було 22%, то в 2023 р. – майже удвічі менше (13%). Водночас збільшилася частка опитаних, які зовсім не займаються фізичними вправами (відповідно з 5% до 9%), а також респондентів, які тренуються тільки раз на місяць або рідше (з 6% до 11%). Така негативна тенденція може бути пов'язана з погіршенням соціально-економічних умов життя родин респондентів, зокрема внаслідок вимушеного переселення. Не можна також виключати втрату мотивації до тренувань через стресогенні чинники.

Рис. 5.1.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти у свій вільний час займаєшся різними фізичними вправами (тренуєшся), від яких ти пітнієш або захекуєшся»²⁹, %



Вибирають фізично активне дозвілля більшою мірою хлопці (35,1%), ніж дівчата (24,1%)(сума відповідей «щоденно» та «від 4 до 6 разів на тиждень»). При цьому вибір фізичних вправ як позашкільної активності зменшується зі зростанням віку респондентів. Розподіл відповідей респондентів за віком щодо частоти занять фізичною активністю у вільний час показано на рисунку 5.1.3. При розгляді результатів опитування за типом населеного пункту, де проживають опитані, значущої різниці між сільськими та міськими жителями не виявлено.

Рис. 5.1.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти у свій вільний час займаєшся різними фізичними вправами (тренуєшся), від яких ти пітнієш або захекуєшся», за віком, %



²⁹ У 2014 р. запитання було сформульовано таким чином: «Скільки годин на тиждень у свій вільний від занять час ти виконуєш різні фізичні вправи (наприклад, вправляєшся або тренуєшся), від яких ти пітнієш або захекуєшся?».

5.2. Маршрут до закладу освіти та додому.

Рівень фізичної активності підлітків може бути підвищений за умови щоденної ходьби до закладів освіти. Маршрут до закладу освіти та додому у половини опитаних дітей (51,3%) займає до 15 хвилин. Тільки у майже п'ятій частині опитаних дітей (19,7%) дорога від дому до закладу освіти займає понад 30 хвилин (табл. 5.2.1).

Таблиця 5.2.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Скільки часу займає твоя дорога від дому до закладу освіти?», %

До 15 хвилин		Від 15 до 30 хвилин	Від 30 хвилин до 1 години	Понад 1 годину
Менше ніж 5 хвилин	Від 5 до 15 хвилин			
15,8	35,5			
51,3		29,0	13,4	6,3

Найбільше часу на дорогу до закладу освіти витрачають 15–17-річні підлітки, що може бути пов'язано з тим, що вони здебільшого навчаються у ЗВО I-II рівня акредитації та/або закладах професійної (професійно-технічної) освіти. Так, понад 1 годину займає дорога до закладу освіти у 12,1% 15-річних, 13,7% 16-річних та 16,0% 17-річних опитаних підлітків. 11–13-річні підлітки на дорогу витрачають здебільшого до 15 хвилин. 17,7% 11-річних, 18,1% 12-річних витрачають на дорогу менше ніж 5 хвилин, а 43,1% 11-річних, 43,5% 12-річних та 42,3% 13-річних підлітків – від 5 до 15 хвилин.

Більшість підлітків, які витрачають від 5 до 15 хвилин на дорогу до закладу освіти, проживає у сільській місцевості (38,2%). Іншої істотної різниці за типом поселення і кількістю часу, який витрачають респонденти на дорогу до закладів освіти, не спостерігається. Проте частка тих, які витрачають понад 1 годину на дорогу до закладу освіти, вдвічі вища серед тих, які нині виїхали за кордон та не збираються повернутися, і становить 13,0%.

Піша доступність закладів освіти зумовлює те, що переважна більшість опитаних підлітків (70,6%) основний шлях від дому до закладів освіти долає пішки (рис. 5.2.1). Здебільшого, це опитані підлітки, які проживають у містах (72,0%), і підлітки молодшої вікової групи (73,8% 11-річних, 76,1% 12-річних, 76,2% 13-річних та 76,8% 14-річних). А частка тих, які не долають шлях до закладів освіти пішки, істотно менша у опитаних підлітків, які зараз проживають за кордоном (серед тих, які збираються повернутися – 65,9%, а серед тих, які не збираються повернутися – 58,8%).

Рис. 5.2.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Зазвичай основний шлях від дому до закладу освіти ти долаєш...?», % (Респондент мав можливість обрати кілька варіантів відповідей)



Понад чверть (27,9%) опитаних підлітків використовує громадський транспорт, щоб дістатися до закладу освіти. Переважно це підлітки віком 15–17 років і ті, які проживають у містах. Так, автобусом користуються 20,3% респондентів, які проживають у містах (при загальному показнику 19,2%) та ті, яким 15 (29,7%), 16 (30,7%) та 17 років (29,5%). Маршруткою здебільшого користуються також опитані респонденти, які проживають у містах (11,1% при загальному показнику 9,4%) та підлітки старшої вікової групи: 15 (17,1%), 16 (18,5%) та 17 років (19,5%). Частка підлітків, яка користується громадським транспортом, вища і серед тих, які нині проживають за кордоном. Так, користуються автобусом 23,3% респондентів, які проживають за кордоном та планують повернутися, 37,1% тих, які проживають за кордоном та не планують повернутися, трамваєм – 5,8% та 8,8% відповідно, метро – 3,8% та 4,6% відповідно.

Майже кожен десятий (9%) опитаний підліток користується шкільним автобусом для того, щоб дістатися закладу освіти. Здебільшого цим видом транспорту користуються опитані підлітки, які проживають у сільській місцевості (18,0%), та підлітки молодшої вікової групи (11–14 років): 10,4% 11-річних, 10,3% 13-річних та 11,2% 14-річних підлітків. Майже вдвічі менша частка підлітків, які виїхали за межі країни, користуються послугами шкільного автобуса, щоб дістатися закладів освіти – 5,4%.

20% опитаних підлітків до закладів освіти дістаються автомобілем. Це переважно дівчата (21,4%) та підлітки молодшої вікової групи (21,9% 11-річних, 23,3% 12-річних та 21,6% 13-річних). Менше користуються автомобілем, щоб дістатися до закладів освіти підлітки, які нині проживають за кордоном. Тільки 15,4% серед тих, які проживають за кордоном та планують повернення, 11,9% тих, які не планують повернення.

Майже кожен десятий опитаний підліток (9,9%) долає шлях від дому до закладу освіти на велосипеді. Частіше це хлопці (13,9%), підлітки, які проживають у сільській місцевості (16,3%), та підлітки молодшої вікової групи: 11,1% 11-річних, 11,8% 12-річних, 11,9% 13-річних та 11,3% 14-річних. Частка тих, хто користується велосипедом, щоб дістатися школи, більша і серед тих, які зараз проживають за кордоном – 11,9% серед тих, які планують повернення, і 13,3% серед тих, які не планують повернення. Натомість використовують індивідуальні транспортні засоби (мопед або мотоцикл), щоб дістатися закладів освіти, переважно хлопці (мопед – 2,0%, мотоцикл – 2,9%) та підлітки старшої вікової групи: 1,7% та 2,6% 15-річних (використовують мопед і мотоцикл відповідно), 1,7% та 3,3% 16-річних. Використовують мопед і мотоцикл більше ті, які проживають за кордоном: 2,4% та 3,3% серед тих, які планують повернутися, 4,8% та 6,4% серед тих, які не планують.

Отже, третина (35,5%) опитаних підлітків фізично активні (не менше ніж 60 хвилин на день) 3–4 дні на тиждень, а 30,7% – від 5 до 7 днів на тиждень, що є достатньо високим рівнем фізичної активності. Однак для третини опитаних підлітків рівень фізичної активності був недостатнім (12,7% опитаних жодного дня не були фізично активними, а 21,1% виділяли на це 1–2 дні на тиждень). Крім того, хлопці та підлітки молодшої вікової групи (11–13 років) більше часу фізично активні. Маршрут до закладу освіти для половини опитаних підлітків (51,3%) становить до 15 хвилин і не може сприйматися як засіб істотного збільшення фізичної активності підлітків; велосипедом дістається закладу освіти (що теж можна розглядати як фізичну активність) тільки кожен десятий підліток.



5.3. Перегляд телепередач і відео.

За даними моніторингових опитувань виявлено особливості перегляду підлітками телепередач і відео. У 2002–2010 рр. кількість молодих людей, які дивилися телевізор і відео в будні дві години і більше, залишалася стабільною і складала близько 80% (рис. 5.3.1). У 2014 р. спостерігається різке скорочення цього показника до 58% і одночасне збільшення респондентів, які дивилися телевізор і відео лише пів години – годину (з 15% у 2010 р. до 35% у 2014 р.). З 2018 р. відбувається поступове збільшення кількості опитаних, які дивилися телевізор і відео дві і більше години: у 2018 р. цей показник становить 62%, а в 2023 р. – 70%. Одночасно скоротилася частка респондентів, які дивилися відео пів години – годину.

Якщо проаналізувати особливості перегляду підлітками телепередач і відео у вихідні, то ми також побачимо низхідну тенденцію, проте більш виражену: вже з 2006 р. частка респондентів, які дивилися телевізор і відео дві години і більше на день, неухильно скорочується до 2014 р., а потім стабілізується на рівні 73–74% (рис. 5.3.2).

Така тенденція відображає кризу традиційного телебачення і таких технічних пристроїв, як телеприймачі та відеоплеєри (відеомагнітофони та DVD-плеєри). Їм на зміну прийшли соціальні мережі, ноутбуки, смартфони та СМАРТ-ТВ, тобто пристрої, які забезпечують перегляд відео в соціальних мережах. Молодь перестала дивитися телевізор, трансляції телепередач, віддаючи перевагу відео в соціальних мережах. І для цього використовує, насамперед, смартфон і ноутбук.

Рис. 5.3.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «У свій вільний час скільки годин на день ти зазвичай дивишся телевізор, відео (зокрема YouTube і схожі сервіси) в будні?»³⁰, %

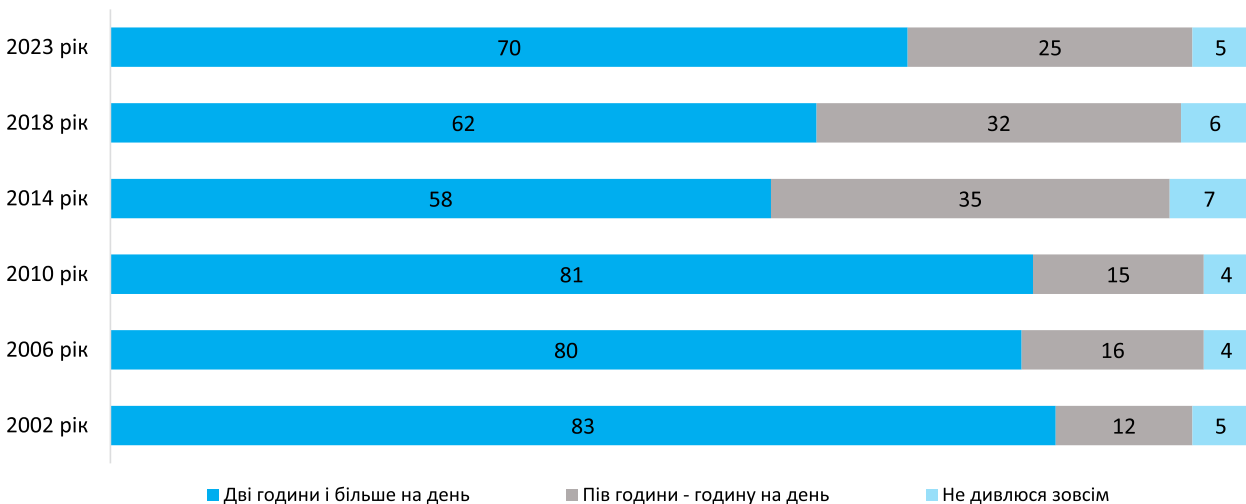


Рис. 5.3.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «У свій вільний час скільки годин на день ти зазвичай дивишся телевізор, відео (зокрема YouTube і схожі сервіси) у вихідні?»³⁰, %



³⁰ У 2014 і 2018 роках запитання ставилося так: «Скільки годин на день ти зазвичай дивишся телевізор, відео (зокрема YouTube і схожі сервіси), DVD або ще як-небудь розважаєшся біля екрана у свій вільний час?».

5.4. Споживання контенту в соціальних мережах і віртуальне спілкування.

Зменшення фізичної активності пов'язано із збільшенням часу, який проводять підлітки в соціальних мережах і спілкуються онлайн. Четверть опитаних підлітків щодня або майже щодня спілкуються онлайн з близькими друзями та рідними (батьками, сестрами) (табл. 5.4.1). Під онлайн-спілкуванням розуміється відправка й отримання текстових повідомлень, смайлів, емоджі, а також фото-, відео- або аудіоповідомлень у режимі реального часу за допомогою месенджерів (наприклад, Viber, WhatsApp, Telegram, Facebook messenger, Signal, Snapchat), соціальних мереж (наприклад, Instagram, TikTok, Facebook) та відеодзвінків (наприклад, Zoom, Teams, Skype). Найчастіше підлітки спілкуються онлайн з близьким другом (24,5% щодня або майже щодня та 41% декілька разів на день або постійно протягом дня) або друзями (25,3% щотижня, 16,8% щодня і 19,3% декілька разів на день або постійно).

З близькими друзями частіше спілкуються дівчата (24% спілкуються майже постійно цілий день і 21,7% декілька разів на день), підлітки старшої вікової групи (цілий день спілкуються 22,8% 14-річних, 23,5% 15-річних та 25,3% 16-річних) та підлітки, які виїхали за межі області (18,4% спілкується щотижня та 22,5% – декілька разів на день), за кордон (22,7% щотижня серед тих, які планують повернення, 22,9% постійно серед всіх, які виїхали за кордон). Підлітки молодшої групи спілкуються зі своїми друзями щотижня (19,8% 11-річних, 18,1% 12-річних), щодня (26,8% 11-річних та 26,8% 12-річних) або декілька разів на день (21,9% 12-річних та 22,2% 14-річних). Не використовують спілкування онлайн з близькими друзями здебільшого підлітки, які проживають у сільській місцевості (10%).

З друзями ніколи або майже ніколи не спілкуються онлайн переважно дівчата (19,2%), підлітки молодшої вікової групи (19,8% 12-річних, 19,4% 13-річних та 19,7% 14-річних) та ті, які виїхали за кордон і не планують повернутися (22,8%). Підлітки старшої вікової групи спілкуються зі своїми друзями переважно щотижня (26,5% 15-річних та 28,3% 17-річних) або цілий день (9,0% 15-річних, 9,8% 16-річних). Велика інтенсивність спілкування з друзями також у підлітків, які виїхали за кордон (27,8% спілкуються щотижня). Серед тих, які нині проживають за кордоном та планують повернення, більша частка, ніж в цілому за вибіркою, спілкується щотижня та щодня (27,8% та 18,1%), а серед тих, які не планують повернення – тих, які спілкуються цілий день (12,7%).

Таблиця 5.4.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як часто ти спілкуєшся онлайн з такими людьми?», %

	Не знаю/ не використовую	Ніколи або майже ніколи	Принаймні щотижня	Щодня або майже щодня	Декілька разів на день	Майже постійно цілий день
Близький друг (друзі)	8,5	8,7	17,2	25,5	20,2	20,8
Друзі з більшої групи друзів	20,0	18,6	25,3	16,8	11,3	8,0
Друзі, з якими ти познайомився(лась) в інтернеті і не був(ла) знайомий(ма) до цього	36,7	23,4	15,1	9,9	7,3	7,6
Вчитель(і)/викладач(і)	18,1	30,1	25,3	15,6	6,2	4,7
Інші люди (батьки, брати/ сестри, однокласники, вчителі)	9,6	12,0	24,9	25,8	14,8	12,9

Значну частку часу підлітки проводять, спілкуючись з друзями, з якими познайомилися в інтернеті (до цього вони їх не знали): 15,1% щотижня, 9,9% щодня та 14,9% декілька разів на день або постійно. Здебільшого це хлопці (16,4% щотижня, 11,4% щодня) та опитані підлітки старшої вікової групи (17,8% 15-річних, 17,6% 16-річних, 17,5% 17-річних спілкуються щотижня; 10,9% 15-річних та 11,4% 16-річних спілкуються щодня; 8,6% 14-річних спілкується декілька разів на день; 8,9% 14-річних, 9,5% 15-річних та 9,2% 16-річних спілкується майже постійно цілий день). Велика частка таких підлітків і серед тих, які проживають в іншій області (12,8% спілкується щодня та 8,5% декілька разів на день) та серед тих, які нині проживають за кордоном (спілкуються щотижня і щодня 20,8% та 13,5% серед тих, які планують повернення, декілька разів на день і постійно – 8,1% і 8,3% серед тих, які планують повертатись, та 8,6% і 13,6% серед тих, які не планують повертатись).

Майже половина опитаних підлітків (48,2%) не спілкується онлайн з вчителями/викладачами, четверть (25,3%) спілкується принаймні щотижня, 1,6% майже щодня і кожен десятий (10,9% декілька разів на день або постійно). Онлайн-

спілкування з вчителями може бути зумовлено запровадженням в багатьох регіонах країни тільки дистанційного навчання. Частіше спілкуються з вчителями/викладачами підлітки молодшої вікової групи (22,5% 11-річних та 17,8% 12-річних спілкуються щодня; 8,9% 11-річних та 7,6% 12-річних декілька разів на день; 6,8% 11-річних та 5,3% 12-річних спілкуються постійно цілий день). Натомість підлітки старшої вікової групи часто взагалі не спілкуються з вчителями/викладачами. Так, не використовують спілкування онлайн з вчителями/викладачам 20,1% 15-річних, 20% 16-річних та 19,2% 17-річних. Щотижня спілкуються з вчителями 27,3% 15-річних, 26,5% 16-річних та 28,6% 17-річних. Підлітки, які виїхали за межі свого міста, області або країни для власної безпеки, частіше спілкуються онлайн з вчителями. Так, понад чверть підлітків (27,5%), які нині проживають за кордоном і планують повернутися, щотижня спілкуються з вчителями/викладачами, 17,5% з них – щодня. Щодня спілкуються з викладачами і ті підлітки, які виїхали за межі свого міста та області (19,3% та 19,1%). Постійно спілкується з вчителями більша частка, ніж в цілому за вибіркою, підлітків, які нині проживають за кордоном і не планують повертатися (8,2%).

З рідними (батьками, братами та сестрами), однокласниками п'ята частка (21,6%) опитаних підлітків практично не спілкується онлайн (здебільшого це 16-річні (23,2%) та 17-річні підлітки (23,8%)), чверть опитаних (24,9%) спілкується щотижня і ще чверть (25,8%) щодня або майже щодня. Здебільшого щотижня спілкуються підлітки старшої вікової групи (27% 14-річних, 26,8% 15-річних, 27,9% 16-річних та 26,4% 17-річних). А щодня, декілька разів на день і постійно здебільшого спілкуються 11–12-річні підлітки (26,8%, 18,1% та 17,0% 11-річних та 28% щодня та 17,5% декілька разів на день 12-річних підлітків). Щодня спілкується також більша частка дівчат (26,7%), ніж хлопців (24,9%). Більш інтенсивно спілкуються (цілий день) підлітки, які проживають у сільській місцевості (14,6%), та підлітки, які виїхали за межі свого міста, області, за кордон. Так, чверть підлітків (26,3%), які виїхали за кордон, спілкується зі своїми рідними щотижня, 17,5% серед тих, які нині проживають за кордоном і не планують повертатися, спілкуються декілька разів на день, 15,9% серед тих, які планують повернутися, спілкуються постійно. Понад чверть підлітків (27,5%), які виїхали за межі області, спілкуються з рідними щодня, а 15,9% серед тих, які виїхали за межі свого міста – декілька разів на день.

Крім великої інтенсивності онлайн-спілкування, особливо з друзями, виявлено, що значна частка українських підлітків замінює соціальними мережами³¹ заняття спортом і улюбленою справою, використовує їх як засіб позбутися негативних відчуттів. Значна частка опитаних підлітків відчуває незадоволення та почувається погано, коли не може користуватися соціальними мережами стільки часу, як їм хотілось би, не може думати ні про що інше, крім користування соціальними мережами. Деяка частка підлітків конфліктує, свариться і бреше батькам, рідним і друзям через використання соціальних мереж (табл. 5.4.2).

Понад чверть опитаних підлітків (27,9%) зазначили, що вони не могли думати ні про що інше, крім моменту, коли буде можливість знову користуватися соціальними мережами. Здебільшого це були опитані підлітки старшої вікової групи (29,8% 15-річних, 29,0% 16-річних, 30,4% 17-річних), підлітки, які проживали у сільській місцевості (30,8%), та підлітки, які для власної безпеки виїхали за межі свого міста або села, проте залишились у межах області (30,4%), та за межі області (28,2%). Значний відсоток таких виявлено і серед підлітків, які проживали на момент опитування в іншій області (32,3%) та за кордоном (серед тих, які планують повернутися в Україну, і тих, які не планують повернутися, таких понад третину (34,9% і 35,4% відповідно).

22,3% опитаних зазначили, що регулярно відчували незадоволення, тому що хотіли більше часу проводити в соціальних мережах. Таких більше серед дівчат (23,2%), серед 12-річних (23,9%) підлітків та підлітків з родин, які проживають у сільській місцевості (24,3%). Хотіли б більше часу проводити у соціальних мережах і ті, які для власної безпеки виїхали за межі свого міста або села, проте залишились в межах області (24,5%), і ті, які проживають в іншій області (26,1%) або за кордоном (серед тих, які планують повернутися, таких 27,4%, а серед тих, які не планують повернутися – 28,8%).

Таблиця 5.4.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Протягом минулого року ти ...», %

	Так	Ні
... регулярно розумів(ла), що не можеш думати ні про що інше, крім моменту, коли буде можливість знову користуватися соціальними мережами?	27,9	72,1
... регулярно відчував(ла) незадоволення, тому що хотів(ла) більше часу проводити в соціальних мережах?	22,3	77,7
... часто почувався(лась) погано, коли не міг(могла) користуватися соціальними мережами?	20,1	79,9
... намагався(лась) витратити менше часу на соціальні мережі, але не вдалося?	36,3	63,7
... регулярно нехтував(ла) іншими видами діяльності (наприклад, хобі, спорт), тому що хотіли використовувати соціальні мережі?	21,3	78,7
... регулярно сварився(лась) з іншими через використання соціальних мереж?	18,3	81,7
... регулярно брехав(ла) батькам або друзям про кількість часу, який проводиш у соціальних мережах?	13,2	86,8
... часто використовував(ла) соціальні мережі, щоб уникнути негативних відчуттів?	40,4	59,6
... мав(ла) серйозні конфлікти з батьками, братом (братями) або сестрою (сестрами) через використання соціальних мереж?	15,7	84,3

³¹ Facebook, Instagram, TikTok, засоби миттєвих повідомлень (Viber, WhatsApp, Telegram, Facebook messenger, Signal, Snapchat) і відеодзвінків (ZOOM, Teams, Skype тощо).

Соціальні мережі дедалі більше заміняють підліткам заняття спортом та улюбленою справою (21,3%), слугують методом захисту від негативних відчуттів (40,4%). Так, нехтували заняттями спортом або улюбленою справою переважно 15-річні (23,0%), 16-річні (25,5%) та 17-річні (23,5%) підлітки та підлітки, які проживають з родинами у сільській місцевості (24,5%), ті, які проживають в іншій області (25,0%) та за кордоном (серед тих, які планують повернутися – 30,0%, серед тих, які не планують повернутися – 31,6%) та серед тих, які заради власної безпеки переїхали в інше місто або село (24,5%). Занурювалися у соціальні мережі, щоб уникнути негативних відчуттів, переважно дівчата (47,1%), 15-річні (43,7%), 16-річні (43,8%) та 17-річні (43,9%) підлітки, ті, які виїхали з родинами за межі свого міста або села (42,6%) та за межі України (43,4%), проживали на момент опитування в іншій області (42,9%) та за кордоном (серед тих, які планують повернутися, таких 42,6%, а серед тих, які не планують повернутися, – 42,9%).

Понад третину опитаних підлітків (36,3%) намагалися витратити менше часу на соціальні мережі, але їм це не вдавалося. Спроби зменшити час здебільшого робили дівчата (40,3%), підлітки молодшої вікової групи (37,4% 11-річних та 38,1% 12-річних) та підлітки, родини яких проживали у сільській місцевості (39,4%). Такі спроби робили і ті підлітки, які виїхали за межі міста або села після початку повномасштабного вторгнення (37,9%), та ті, які на момент опитування проживали за кордоном і планували повернутися додому (40,2%).

Конфлікти, сварки, брехня через використання соціальних мереж трапляються у кожного 6–8 опитаного підлітка (15,7%, 18,3% та 13,2% відповідно). Більша частка таких серед 11–14-річних. Так, сварилася з батьками більша частка, ніж в цілому за вибіркою, 12–13-річних (19,1% та 19,2% відповідно) підлітків; брехали – 14-річних (14,4%); конфліктували – 12-річних (16,6%), 13-річних (17,0%) та 14-річних (16,7%).

Конфліктувала з батьками, братом або сестрою через використання соціальних мереж більша частка підлітків, родини яких проживали у сільській місцевості (17,3%). Більша, ніж в цілому за вибіркою, частка таких підлітків і серед тих, які виїхали за межі свого міста або села (сварилися 21,4%, брехали 17,3%, конфліктували 19,2%), проживали на момент опитування в іншій області (сварилися 22,4%, брехали 17,4%, конфліктували 21,0%) або за кордоном (як серед тих, які планують повертатися, так і серед тих, які не планують – сварилися 25,6% та 25,1%, брехали 21,7% та 18,2%, конфліктували 24,5% та 25,1% відповідно).

Популярність соціальних мереж як форми проведення вільного часу та каналу комунікації з друзями та рідними зумовлена, на нашу думку, тим, що кожен п'ятий опитаний підліток (20,4%, сума відповідей «повністю згоден(на)» і «згоден(на)») вважає, що в інтернеті їм легше говорити про їхні особисті почуття, ніж віч-на-віч (рис. 5.4.1). Дотримуються такої думки переважно дівчата (23,0%), 13–14-річні підлітки (22,7% та 23,2% відповідно) та підлітки, які на момент опитування проживали в іншій області (21,7%) та за кордоном (серед тих, які планують повернутися, 22,7%, серед тих, які не планують повернутися – 26,6%). Ще майже чверть опитаних підлітків (24,2%) не мають чіткої позиції з цього приводу, що може свідчити також про те, що вони схиляються до думки, що про почуття їм легше говорити під час онлайн-спілкування. Не мають чіткої відповіді переважно підлітки старшої вікової групи (15-річні – 27,8%, 16-річні – 27,7% та 17-річні – 27,6%) та підлітки, які на момент опитування проживали за кордоном і не планують повертатися (25,4%).

Рис. 5.4.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Нижче наведено деякі твердження про інтернет. Будь ласка, вибери згодні чи не згодні з наведеними твердженнями», %



Майже така сама частка опитаних підлітків вважає, що їм легше говорити про секрети (17% згодні та 26,8% згодні і не згодні) та про проблеми (17% згодні, 23,5% згодні і не згодні) під час онлайн-спілкування. Легше говорити про секрети та проблеми при онлайн-спілкуванні також дівчатам (18,2% та 19,5% відповідно), 13–15-річним підліткам (про секрети – 18,3% 13-річним, 20,3% 14-річним та 18,5% 15-річним; про проблеми – 19,8% 14-річним та 18,4% 15-річним) та тим, які нині проживають в іншій області (18,8% та 19,2%) та за кордоном (серед тих, які планують повернутися і згодні з твердженням, що в інтернеті легше ділитися секретами, – 19,8%, серед тих, які не планують повернутися (24,5% та 24,0% відповідно). Висловлюють більше сумнів (згодні/не згодні) щодо цих тверджень здебільшого підлітки старшої вікової групи (про легкість ділитися секретами 30,3% 15-річних, 29,8% 16-річних та 29,1% 17-річні; про легкість говорити про особисті проблеми зазначили 26,9% 15-річних, 26,5% 16-річних та 26,2% 17-річних), ті, які виїхали за межі області для власної безпеки (28,8% та 24,9% відповідно) та 25,8% серед тих, які на момент опитування проживають за кордоном і не планують повертатися, та згодні з твердженням, що в інтернеті легше говорити про свої проблеми.

В цілому, слід підкреслити, що опитані підлітки активно використовують соціальні мережі для онлайн-спілкування з друзями та рідними. Інтенсивність онлайн-спілкування вища у підлітків, які виїхали після 24.02.2022 р. для власної безпеки за межі своїх міст і сіл і проживали на момент опитування в іншій області або за кордоном. Для значної частки опитаних підлітків (40,3%) користування соціальними мережами стало також засобом звільнення від негативних відчуттів, для кожного п'ятого – способом проведення дозвілля (замість спорту та хобі). Понад третину опитаних підлітків намагалися зменшити частку часу, яку вони витрачали на соціальні мережі, але це їм не вдалось. Значна частка опитаних підлітків не можуть думати ні про що інше, крім моменту, коли буде можливість знову користуватись соціальними мережами (27,9%), відчувають незадоволення, тому що хотіли більше часу проводити в соціальних мережах і почуваються погано, коли не можуть користуватися соціальними мережами (22,3% та 20,1%). Використання соціальних мереж приводить також до конфліктів, сварок і брехні, батькам, рідним і друзям.

Соціальні мережі без перебільшення здійснили революцію у дозвіллевих і комунікаційних практиках. Якщо у 2002 р. близько третини опитаних відправляли повідомлення електронною поштою, спілкувалися в чатах, досліджували інтернет-мережу тощо, то зараз соціальними мережами користуються понад 90% респондентів. Згідно з результатами опитування 2023 р., у будні проводили певний час за комп'ютером 96%, і стільки ж у вихідні (рис. 5.4.2 і рис. 5.4.3).

Рис. 5.4.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «У свій вільний час в будні, скільки годин на день ти зазвичай проводиш за комп'ютером або іншими електронними пристроями для користування соціальними мережами (Instagram, TikTok, Viber, Telegram, Facebook, Twitter, Snapchat тощо)?»³², %

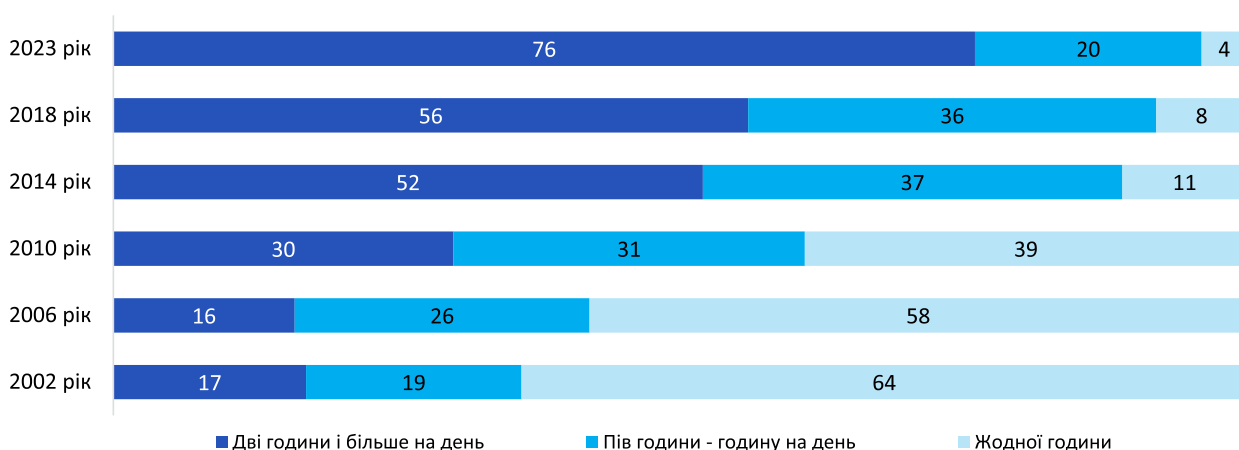
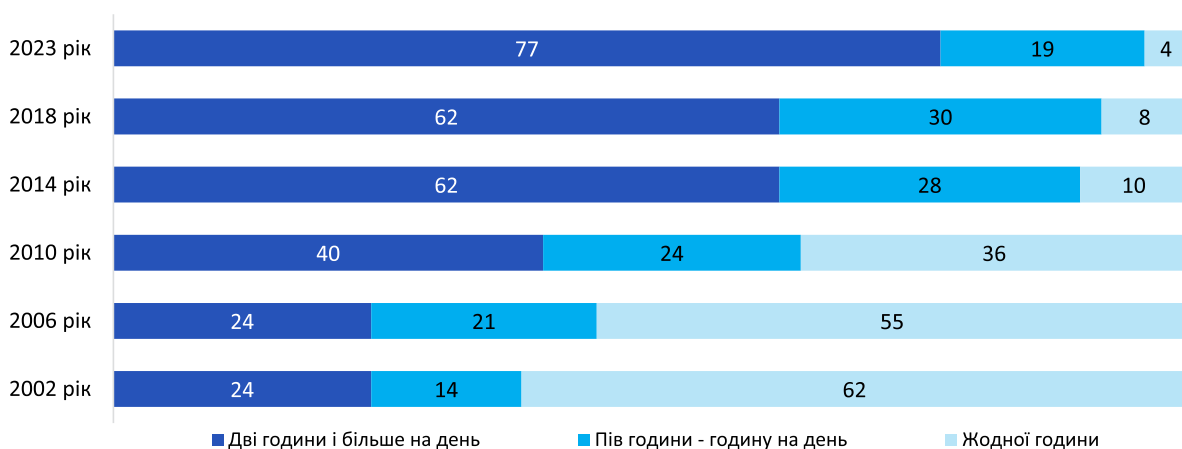


Рис. 5.4.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «У свій вільний час у вихідні, скільки годин на день ти зазвичай проводиш за комп'ютером або іншими електронними пристроями для користування соціальними мережами (Instagram, TikTok, Viber, Telegram, Facebook, Twitter, Snapchat тощо)?»³², %



³² У 2002–2010 рр. запитання було сформульовано таким чином: «Скільки годин на день ти зазвичай проводиш за комп'ютером (відправляеш повідомлення електронною поштою, спілкуєшся в чатах, досліджуєш мережу тощо), не враховуючи час, який ти витрачаєш на комп'ютерні ігри?». У 2014 р. запитання було сформульовано так: «Скільки годин на день у свій вільний час ти зазвичай проводиш за електронними пристроями, такими як комп'ютер, планшет (наприклад, iPad), смартфон для інших цілей: виконання домашнього завдання, відправлення повідомлень електронною поштою, у Twitter, Facebook, Вконтакте, Спрашивай.ру, Гугл+, Однокласниках, Mail.ruАгенті, спілкування в чатах, використання ресурсів інтернету?». У 2018 р. запитання було сформульовано так: «Скільки годин на день у свій вільний час ти зазвичай проводиш за електронними пристроями, такими як комп'ютер, планшет, смартфон для таких цілей: домашньої роботи, відправлення повідомлень електронною поштою, у Twitter, Facebook, спілкування в чатах і використання інтернету?».

З часом кардинально зросла інтенсивність використання соціальних мереж: у 2002 р. тільки 17% респондентів проводили за комп'ютером дві години або більше у будні та 22% у вихідні; у 2023 р. аналогічні показники становили 76% та 77%. Якщо на початку «ери глобальної мережі» інтернет-серфінгу дещо більше часу присвячували у вихідні, ніж у будні, то нині час, який витрачається на споживання контенту в соціальних мережах, однаковий у будні та вихідні. Інтенсивність використання соціальних мереж збільшується з дорослішанням дитини. Користуються соціальними мережами від 2-х до 7-ми і більше годин на день 62,9% 11-річних підлітків, 71,9% 12-річних; 77,6% 13-річних; 80,4% 14-річних; 81,9% 15-річних та 81,3% 15- та 16-річних.

ВИСНОВКИ до Розділу 5

Фізична активність

- Фізично активні (не менше ніж 60 хвилин на день) 3–4 дні на тиждень третина (35,5%) опитаних підлітків, ще майже третина (30,7%) – від 5 до 7 днів на тиждень. Однак для ще однієї третини опитаних підлітків рівень фізичної активності був недостатнім (12,7% опитаних жодного дня не були фізично активними, а 21,1% виділяли на це 1–2 дні на тиждень).
- Хлопці більше часу (16,4%) на тиждень фізично активні, ніж дівчата (13,3%), при середньому показнику 13,3% за вибіркою.
- Суттєвої різниці в інтенсивності фізичної активності між підлітками, які проживають у сільській місцевості та у місті, не спостерігається.
- Чим старшими стають діти, тим менше часу вони фізично активні. Так, 7 днів на тиждень фізично активні 15,2% 11-річних підлітків, 13,0% 12-річних, 14,5% 13-річних. Натомість тільки 11,1% 16-річних та 11,3% 17-річних опитаних підлітків фізично активні щодня.
- У 2023 р. відбулося істотне зменшення кількості респондентів, які тренуються щодня. Якщо у довоєнному 2018 р. таких було 22%, то в 2023 р. – майже удвічі менше (13%). Водночас збільшилася частка опитаних, які зовсім не займаються фізичними вправами (відповідно з 5% до 9%), а також респондентів, які тренуються тільки раз на місяць або рідше (з 6% до 11%).
- Вибирають фізично активне дозвілля більшою мірою хлопці – 35,1%, ніж дівчата – 24,1%. При цьому вибір фізичних вправ як позашкільної активності зменшується зі зростанням віку респондентів.

Маршрут до закладу освіти та додому.

- Найбільше часу на дорогу до навчального закладу витрачають 15–17-річні підлітки, що, вочевидь, пов'язано з тим, що вони здебільшого навчаються у ЗВО I-II рівня акредитації та/або закладах професійної (професійно-технічної) освіти. Так, понад 1 годину займає дорога до навчального закладу у 12,1% 15-річних, 13,7% 16-річних та 16,0% 17-річних опитаних підлітків.
- Переважна більшість опитаних (70,6%) основний шлях до закладів освіти долає пішки.
- Понад чверть (27,9%) опитаних підлітків використовує громадський транспорт, щоб дістатися до закладу освіти. Переважно це підлітки віком 15–17 років і ті, які проживають у містах.
- Майже кожен десятий (9%) опитаний користується шкільним автобусом.
- Здебільшого ним користуються учні, які проживають у сільській місцевості (18,0%), та підлітки молодшої вікової групи (11–14 років): 10,4% 11-річних, 10,3% 13-річних та 11,2% 14-річних підлітків.
- Майже кожен десятий опитаний (9,9%) долає шлях від дому до закладу освіти на велосипеді. Переважно це хлопці (13,9%), підлітки, які проживають у сільській місцевості (16,3%) та підлітки молодшої вікової групи.
- Хоча переважна більшість респондентів (70,6%) дістається до закладів освіти пішки, а кожен десятий (9,9%) – велосипедом, маршрут до закладу освіти не може вважати засобом для суттєвого збільшення фізичної активності підлітків, оскільки половина опитаних підлітків (51,3%) долає основний шлях від дому до закладу освіти за 15 хвилин.

Перегляд телепередач і відео

- У 2002–2010 рр. кількість молодих людей, які дивилися телевізор і відео в будні дві години і більше, залишалася стабільною і складала близько 80%. У 2014 р. спостерігається різке скорочення цього показника до 58%. З 2018 р. відбувається поступове збільшення кількості опитаних, які дивилися телевізор і відео дві і більше години: у 2018 р. цей показник становить 62%, а в 2023 р. – 70%.
- Молодь перестала дивитися телевізор, трансляції телепередач, віддаючи перевагу відео в соціальних мережах. І для цього використовує, насамперед, смартфон і ноутбук.

Споживання контенту в соціальних мережах і віртуальне спілкування

- Дослідження зафіксувало високу інтенсивність онлайн-спілкування підлітків. Однією з причин інтенсивності онлайн-спілкування став переїзд родин з дітьми, обмеження можливостей в період бойових дій у спілкуванні

з однолітками під час прогулянок, занять спортом і хобі тощо. Четверть респондентів щодня або майже щодня спілкуються онлайн з близькими друзями (24,5%) та рідними (батьками, сестрами) (25,8%). Декілька разів на день та майже постійно цілий день з близькими друзями спілкуються ще 41% опитаних, з рідними –27,7%. Висока інтенсивність спілкування з близькими друзями притаманна дівчатам, 14–16-річним підліткам і тим, які виїхали після 24.02.2022 р. за межі області та за кордон. А інтенсивне спілкування онлайн з рідними більш характерно для 11–12-річних підлітків, і тих, які виїхали за межі свого міста, області та за кордон.

- Війна підштовхнула до більшого використання соціальних мереж не тільки як каналу комунікації з друзями та рідними, але й як методу звільнення від негативних відчуттів (для 40,3%) та способу проведення вільного часу (замість занять спортом та/або улюбленою справою) (для 21,3%). Така поведінка характерна для 15–17-річних підлітків та тих, які виїхали за межі свого міста або села, за межі України. Крім того, замінювала заняття спортом або улюбленою справою користування соціальними мережами більша частка підлітків, ніж в цілому за вибіркою, які проживають з родинами у сільській місцевості, а занурювались у соціальні мережі, щоб уникнути негативних відчуттів, переважно дівчата.
- Значна частка опитаних не може думати ні про що інше, крім моменту, коли буде можливість знову користуватися соціальними мережами (27,9%), відчувають незадоволення, тому що хотіли більше часу проводити в соціальних мережах та почуваються погано, коли не можуть користуватися соціальними мережами (22,3% та 20,1%). Відчувають незадоволення, коли не можуть користуватися соціальними мережами, переважно 11–12-річні підлітки, а не можуть думати ні про що інше, крім соціальних мереж і почувалися погано більша частка, ніж в цілому за вибіркою, 15–17-річних підлітків.
- Понад третину опитаних (36,3%) намагалися витратити менше часу на соціальні мережі, але їм це не вдалося. Спроби витратити менше часу робили здебільшого дівчата, 11–12-річні підлітки, родини яких проживали у сільській місцевості, ті, які виїхали за межі міста або села після початку повномасштабного вторгнення росії в Україну, та ті, які на момент опитування проживали за кордоном.
- Конфліктували (15,7%), сперечалися (18,3%) та брехали (13,2%) рідним і друзям через використання соціальним мереж переважно 11–14-річні опитані підлітки, ті, які виїхали за межі свого міста або села, або за кордон після повномасштабного вторгнення росії в Україну.

Кожен п'ятий респондент (20,4%) вважає, що в інтернеті їм легше говорити про їхні особисті почуття, ніж вічнавіч. Трохи меншій частці опитаних підлітків легше говорити про секрети (17%) та проблеми (17%) під час онлайн спілкування.

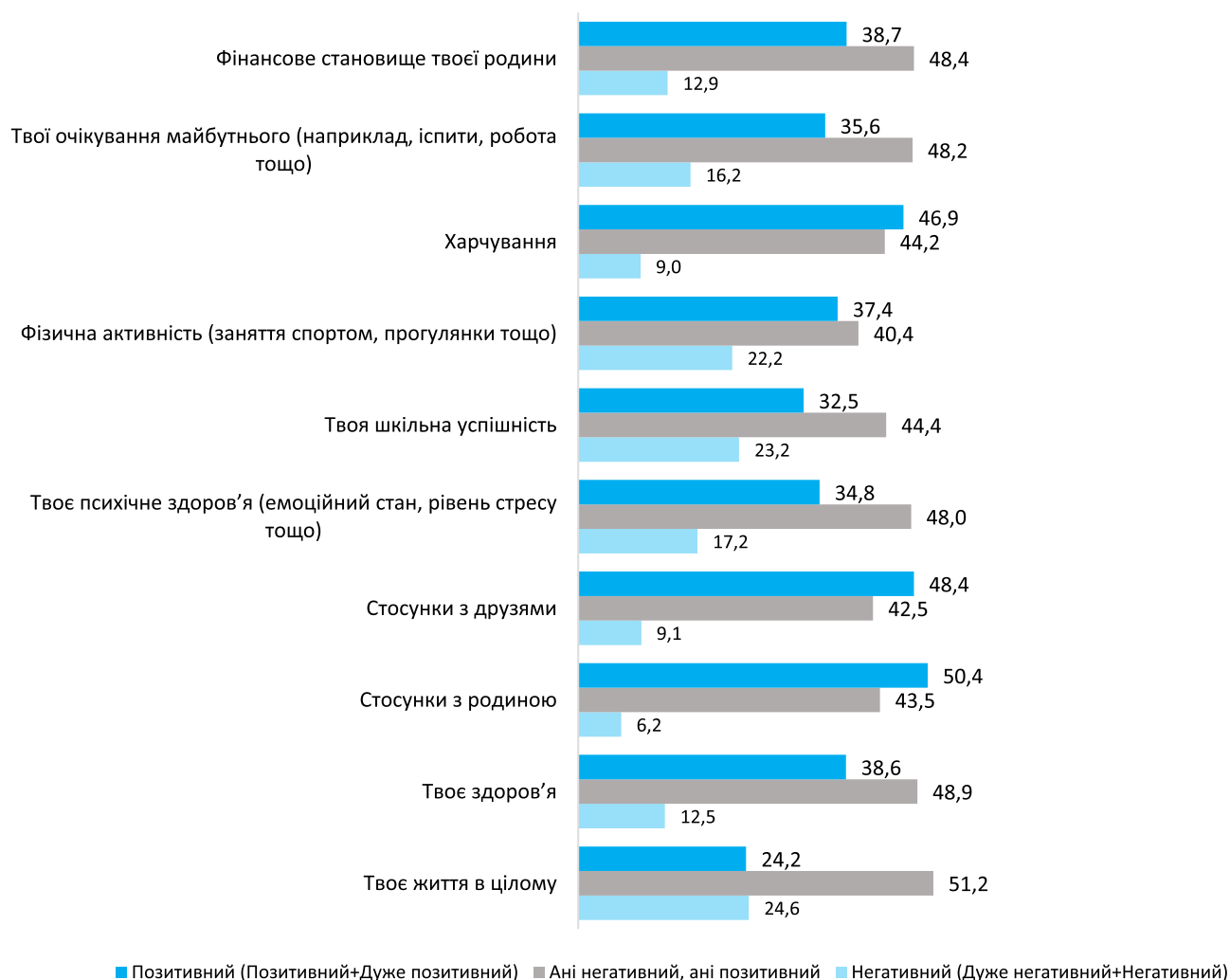
РОЗДІЛ 6. ВПЛИВ ПАНДЕМІЇ ТА ВІЙНИ НА ЖИТТЯ ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ

6.1. Вплив пандемії COVID-19 на якість життя

Друге десятиліття двохтисячних років розпочалось дуже стресово для всього світу, і хоча війна останніх двох років витіснила з порядку денного COVID-19, наслідки пандемії досі відчуваються в українському суспільстві. Відповідаючи на запитання анкети, 21,3% респондентів зазначили, що мали позитивний результат тесту на COVID-19, а ще 49,1% – що позитивний результат мали члени їхніх сімей. Позитивний результат тесту на COVID-19 дещо частіше (21,7%) мали підлітки та члени їхніх сімей (51,5%), які проживають у місті, ніж респонденти (20,4%) та члени їхніх родин (42,7%) із села.

Підлітків просили поодиноці оцінити вплив пандемії COVID-19 на різні аспекти їх життя. За результатами дослідження, найбільш позитивний вплив пандемія мала на стосунки з родиною (50,4%), друзями (48,4%) та харчування (46,9%). Можна припустити, що під час карантину члени родини, закриті в одному приміщенні, мали більше часу для спілкування та налагодження режиму дня (зокрема харчування), а спілкування з друзями дистанційно допомогло уникнути конфліктів. Розподіл відповідей респондентів щодо впливу пандемії коронавірусу на їхнє життя показано на рисунку 6.1.1.

Рис. 6.1.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «З початку пандемії COVID-19 [березень 2020 р.] життя багатьох людей змінилося (карантин, закриття шкіл, дистанційне навчання та соціальне дистанціювання). Який вплив вони мали на такі аспекти твого життя?»», %



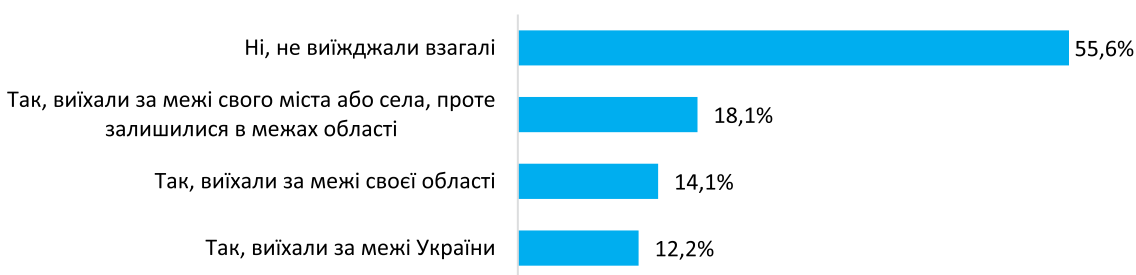
6.2. Вплив війни як стресогенного чинника

Війна змусила майже половину опитаних разом з родинами для власної безпеки виїхати з рідного міста або села після 24.02.2022 р. Майже половина (44,4%) респондентів зазначила, що вони виїжджали з місця свого проживання (рис. 6.2.1). За межі України виїжджав кожен восьмий опитаний (12,2%), в межах України переїхав майже кожен третій (32,2%). За межі області виїжджали 14,1% респондентів, а за межі свого міста або села, проте залишилися в межах області -18,1%.

Серед тих респондентів, які проживали в містах, за межі свого населеного пункту виїжджали 18,7%, за межі області – 15,9%, за межі України – 13,6% опитаних. Залишали населений пункт свого проживання 16,5% жителів села, ще 9,4% виїхали за межі області проживання, а 8,4% для власної безпеки виїжджали за кордон. За межі України виїхала значна частка 16–17-річних підлітків (13,3% та 14,6% відповідно).

Більше половини опитаних підлітків (55,6%) не змінювали своє місце проживання. Здебільшого це підлітки, які проживають у сільській місцевості (65,7%).

Рис. 6.2.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Чи виїжджав(ла) ти за межі свого населеного пункту для власної безпеки?», %



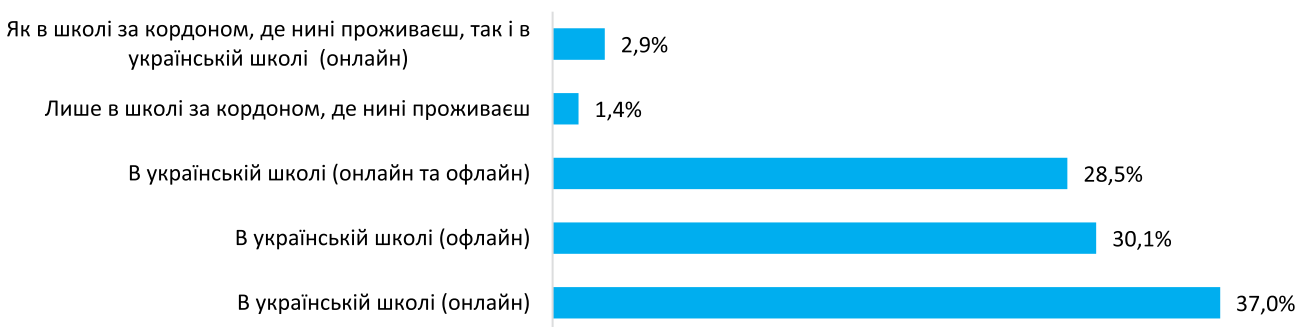
Переважає більшість опитаних (83,2%) проживають у місті або селі, в якому вони проживали до початку повномасштабного вторгнення росії в Україну (що є свідченням того, що частка підлітків, які виїхали з початком повномасштабного вторгнення за межі області та України, вже повернулися). Кожен десятий (10,3%) проживає в іншій області, ще 6,5% – за кордоном, серед яких 1,7% не планують повертатися в Україну.

Переважає більшість опитаних навчається в українських закладах освіти. Так, понад третину респондентів (37,0%) на момент опитування навчались онлайн, 30,1% – офлайн, 28,5% поєднували онлайн і офлайн-навчання (рис. 6.2.2).

Онлайн навчається більша частка, ніж в цілому за вибіркою, мешканців міст (39,6%), 17-річних підлітків (43,9%), підлітків, які з початку війни виїхали за межі свого населеного пункту (42,2%) та за межі області (49,7%), а також майже половина тих, які зараз проживають в іншій області (48,4%).

Офлайн – мешканці сільської місцевості (39,1%), 15–16-річні підлітки (по 36,5%), ті, які з початку війни не виїжджали (35,4%), та ті, які нині проживають у місті або селі, де народилися (32,4%). Поєднують онлайн- та офлайн-навчання здебільшого 11–13-річні підлітки (30,7% 11-річних, 32,9% 12-річних та 34,6% 13-річних), ті, які після 24.02.2022 р. не виїжджали з місця свого проживання (31,3%) та ті, які нині проживають у місті або селі, де народилися (30,3%).

Рис. 6.2.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Зараз ти навчаєшся...?», %



У школах за кордоном навчається лише 4,3% опитаних, з них 2,9% навчаються як в школі за кордоном, де нині проживають, так і в українській школі (онлайн). Поєднують навчання у школі за кордоном та в українській школі здебільшого 12-річні (3,2%) та 14-річні (3,5%) респонденти, майже половина (45,1%) тих, які проживають за кордоном і не планують повертатися, та понад третину тих (36,2%), які проживають за кордоном і планують повертатися.

Отже, війна спричинила масове тимчасове переселення майже половини опитаних в інші міста, області та за кордон. 16,8% підлітків проживали на момент опитування в інших областях країни та за кордоном. Бойові дії, вимушене переселення зумовили зміну форм навчання. Понад третину (37%) опитаних навчаються онлайн (переважно це підлітки, як проживають в інших регіонах країни), 30,1% – офлайн, і 28,5% – поєднують онлайн- та офлайн-навчання. Понад третину опитаних, які проживають за кордоном, навчаються і у навчальному закладі за кордоном і, водночас – в українській школі.

Опитування, проведене у 2023 р., дозволило з'ясувати, які саме обставини, пов'язані з війною, бойовими діями могли стати джерелом стресу та переживань у підлітків (рис. 6.2.3). Виявилось, що багатьом респондентам довелося пережити події, які мали безумовний негативний вплив на психоемоційний стан молодої людини. Значна частка опитаних вказали, що:

- їхня сім'я зазнала економічних труднощів (63%);
- їхній близький родич або друг брав участь у бойових діях (59%);
- вони особисто чули або бачили бої (55%);
- їхній близький родич або друг отримав травми (35%);
- вони особисто бачили людей, які були поранені або вбиті (31%);
- їхній близький родич або друг був убитий (21%).

Рис. 6.2.3. Кількість респондентів, які з початку війни в Україні особисто стикалися із зазначеними обставинами, %



6.3. Безпека життєдіяльності: інформованість молодих людей з мінної безпеки

Більшість опитаних все ще недостатньо обізнані щодо того, яким чином можна визначити небезпечні території (рис. 6.3.1). Переважна більшість респондентів зазначили, що вони можуть визначити небезпечність території завдяки офіційним попереджувальним знакам (86,6%). Понад половину опитаних до ознак визначення небезпечності території віднесли наявність міток на деревах (58,2%), наявність боєприпасів, які не вибухнули (56,4%), розбиту та покинуту цивільну та військову техніку (51,8%) та саморобні попереджувальні знаки (каміння, стрічки на гілках) (49,4%). Понад третину підлітків вважають ознакою, за якою можна визначити небезпечну територію, покинуті легкові автомобілі (37,3%) та поранених чи мертвих тварин (36,6%).

Менший рівень обізнаності демонструють підлітки, які проживають у сільській місцевості. Наприклад, тільки 82,8% респондентів, які проживають у сільській місцевості, вважають, що завдяки офіційним попереджувальним знакам можна визначити, що територія є небезпечною, 52,7% – завдяки міткам на деревах, 47,5% – боєприпасам, які не вибухнули, 45% – розбитій покинутій військовій та цивільній техніці, 43,4% – завдяки саморобним попереджувальним знакам, 31,5% – завдяки покинутим легковим автомобілям, 31,0% – завдяки наявності поранених або мертвих тварин.

Менший рівень обізнаності щодо визначення небезпечності території притаманний і підліткам віком 15–17 років. Так, офіційні попереджувальні знаки віднесли до ознак визначення небезпечності території 84,0% 15-річних, 83,8% – 17-річних опитаних, мітки на деревах – 56,7% 17-річних, покинуті та розбиті цивільні та військові машини – 48,5% 17-річних.

Рис. 6.3.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Завдяки чому ти можеш визначити, що територія є небезпечною?», % (Респондент міг обрати декілька варіантів відповідей)



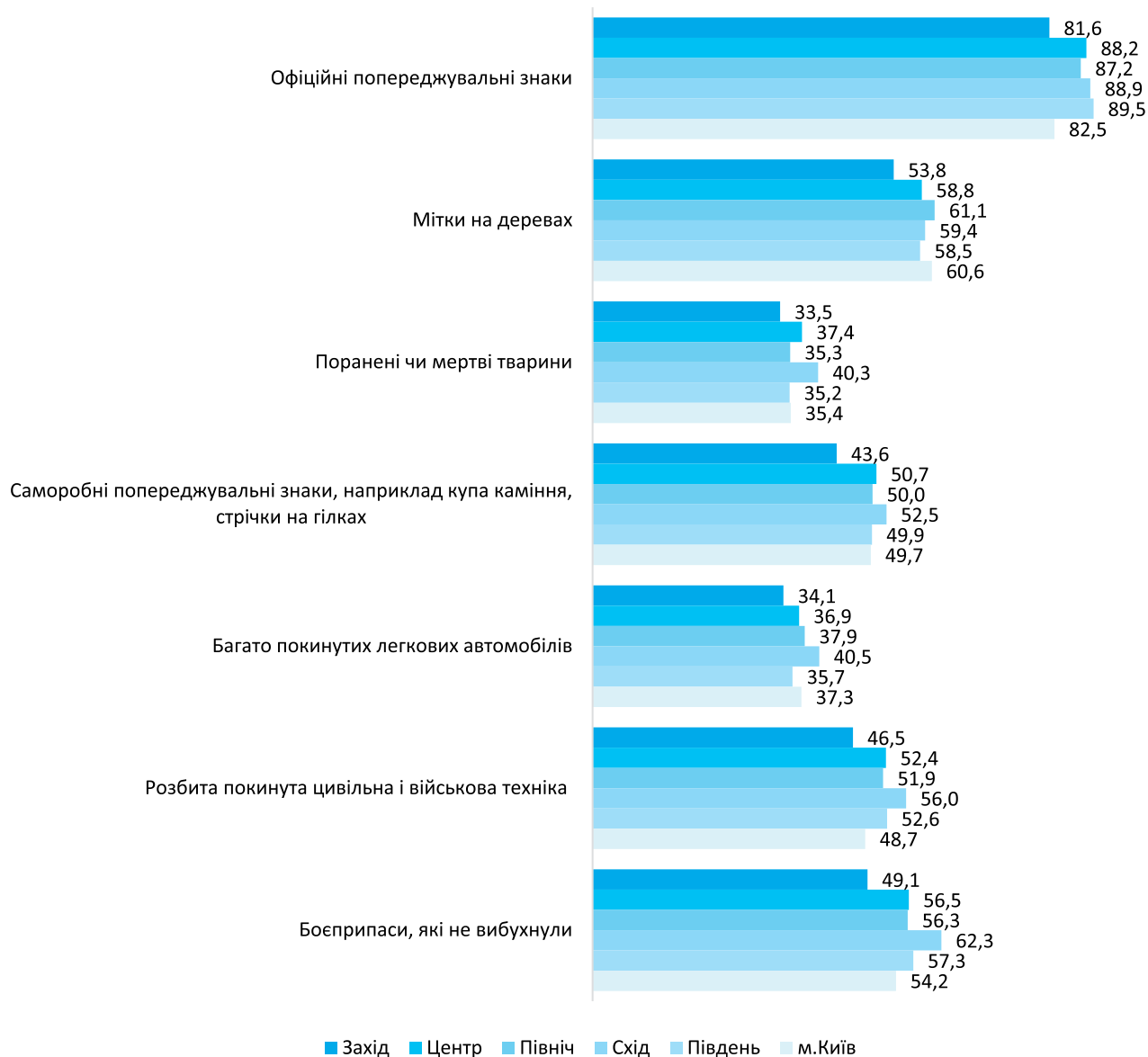
Менший рівень поінформованості з ознак, завдяки яким можна визначити, чи є небезпечною територія, демонструють і підлітки, які на момент опитування проживали за кордоном. Менша кількість респондентів, ніж в цілому за вибіркою, які проживають за кордоном, відносить певні запропоновані ознаки до таких, які дозволять визначити небезпечність території. Наприклад, серед опитаних, які проживають за кордоном і планують повернення в Україну, 65,8% вважають, що завдяки офіційним попереджувальним знакам можна визначити, чи є територія небезпечною, 45,9% думають, що це можна зробити завдяки міткам на деревах. Серед тих, які повернення не планують, – 65,2% відповіли про офіційні знаки попередження, а 42,9% – про мітки на деревах.

Якщо розглядати результати відповідей респондентів в розрізі макрорегіонів (Захід – Волинська, Закарпатська, Івано-Франківська, Львівська, Рівненська, Тернопільська, Чернівецька області; Центр – Вінницька, Кіровоградська, Полтавська, Хмельницька, Черкаська області; Північ – Житомирська, Київська, Сумська, Чернігівська області; Схід – Дніпропетровська, Донецька, Запорізька, Луганська, Харківська області; Південь – Миколаївська, Одеська, Херсонська області та м.Київ), то підлітки, які проживають на заході країни, найменш обізнані щодо способів визначення небезпечності території.

Так, лише 81,6% опитаних, які проживають на заході вважають, що завдяки офіційним попереджувальним знакам можливо визначити небезпечність території, тоді як на півдні та сході країни з цим згодні відповідно 89,5% та 88,9%. Мітки на деревах вважають ознакою небезпечної території лише 53,8% респондентів з західних регіонів України тоді, як на півночі (61,1%) та у м.Києві (60,6%) так вважає більша частка опитаних, ніж в цілому по вибірці.

Поранених або мертвих тварин співвідносять із небезпечністю території лише 33,5% опитаних на заході та 40,3% респондентів на сході України. Саморобні попереджувальні знаки вважають власне попереджувальними 43,6% опитаних на заході та 52,5% - на сході країни. Частка тих, хто вважає покинуті автомобілі попереджувальним маркером, лише на сході України становить максимальних 40,5%, а в решті регіонів є значно меншою. Розбита покинута військова та цивільна техніка є попередженням про небезпеку для 56% жителів сходу і лише для 46,5% опитаних із заходу країни. Боєприпаси, які не вибухнули також вважає попередженням більшість тих, хто проживає на сході (62,3%). Детальний розподіл відповідей щодо способів визначення небезпечності території надано на рисунку 6.3.2.

Рис. 6.3.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Завдяки чому ти можеш визначити, що територія є небезпечною?», за макрорегіонами проживання, % (Респондент міг обрати декілька варіантів відповідей)



В умовах війни актуалізувалося питання безпеки життєдіяльності, а дотримання мінної безпеки стало важливою складовою способу життя. У межах дослідження 2023 р. в анкеті були використані питання, що мали за мету з'ясувати, наскільки підлітки інформовані про мінну безпеку.

Більшість опитаних підлітків (70%) повідомили, що безпосередньо в їхньому закладі освіти вчитель/викладач проводив окремий урок/заняття, присвячений(е) мінній безпеці. Більшість респондентів, які мали такий урок проживає в північних регіонах (77,7%), найменша частка (62,3%) – на сході України.

Крім того, чимало респондентів (31%) зазначили, що їхній вчитель (класний керівник) / викладач проводив онлайн-урок на цю тему. Більше тих, хто мав такий онлайн урок, проживає на сході (42,8%) та півдні (34,7%) країни. Менш всього (22,2%) онлайн-уроків проводилось на заході.

Значна частка молодих людей (17%) самостійно вивчали матеріали про поводження з вибухонебезпечними предметами, а потім обговорювали це питання в закладі освіти. Серед тих, хто самостійно вивчав такий матеріал, значна частка (17,9%) опитаних проживає в східних областях країни, в м.Київ таких найменше – 13,7%.

Лише 6% опитаних вказали, що нічого не чули з цього питання (рис. 6.3.3). Найбільше (10,9%) таких респондентів проживає в західних областях. В цілому, рівень інформованості підлітків щодо проблеми мінної безпеки можна вважати доволі високим.

Рис. 6.3.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Чи чув(ла) ти коли-небудь щодо мінної безпеки», % (*Відповідаючи на запитання, респонденти могли зазначити декілька варіантів відповідей).



Окремо варто зазначити, в якому форматі переважно подається інформація про мінну безпеку учням і студентам у закладах освіти. Найчастіше інформування відбувається у вигляді розповіді вчителем/викладачем без використання наочних матеріалів. Про такий формат повідомили 79% опитаних (рис. 6.3.4), у тому числі серед тих, хто проживає в південних областях - 81,6% та м.Київ (80%). Менша питома вага таких відповідей (77,1%) отримана при опитуванні респондентів на заході країни. Також близько половини респондентів були присутніми на тематичному уроці/лекції, де демонструвалися вибухонебезпечні предмети (54% опитаних) або анімаційне відео, де показували, як себе поводити і що робити у випадку виявлення вибухонебезпечних предметів (43%). В уроках з демонстрацією вибухонебезпечних предметів найчастіше брали участь (57,8%) жителі півдня, найменше (46%) – підлітки із західних областей України. Анімаційне відео з правилами поводження з вибухонебезпечними предметами частіше демонструвалось підліткам, які проживають на півдні та сході України (відповідно 46,4% та 46%), рідше – на заході України (36,9%). Таким чином, можна говорити про те, що інформування учнівської молоді та студентів про мінну безпеку досить часто відбувається з використанням наочних матеріалів.

Рис. 6.3.4. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Вкажи, в якому вигляді подавалась інформація», % (Відповідаючи на запитання, респонденти могли зазначити декілька варіантів відповідей)



6.4. Інформованість молодих людей щодо вибухонебезпечних предметів

Дослідження виявило, що чверть опитаних при виявленні вибухонебезпечних предметів потенційно готові здійснити небезпечні дії – торкатися їх, підняти, фотографувати тощо (рис. 6.4.1).

Тільки 84,7% респондентів готові повідомити оперативну службу ДСНС та понад половина (56,1%) повернутися своїми слідами і відійти на безпечну відстань.

Найменшу обізнаність щодо правильного поводження з вибухонебезпечними предметами продемонстрували підлітки, які проживають у сільській місцевості, учні віком 15–17 років та ті, які проживають в іншій області або за кордоном.

Найнижчий рівень поінформованості щодо поводження з вибухонебезпечними предметами визначено серед респондентів, які проживають на заході країни та в м.Києві. Так, при виявленні небезпечного предмету продовжать свій рух більше опитаних із західних областей (7,1%) та м.Києва (6,9%), ніж в цілому за вибіркою. Піднімуть такий предмет та віднесуть його компетентній особі 5,5% підлітків із західних областей та 4,8% жителів столиці; піднімуть та віднесуть додому – 3,8% підлітків із західного регіону та 3,4% – з м.Києва. Більша частка, ніж в цілому за вибіркою жителів центральних областей та м.Києва (відповідно 28,2% та 27,6%), самостійно почнуть позначати місцезнаходження небезпечного предмету. Також, заливатимуть водою або засипатимуть ґрунтом потенційно вибухонебезпечний предмет, більше, ніж в цілому за вибіркою, підлітки, які мешкають в столиці та на заході країни (відповідно 3,7% та 3%). Почнуть фотографувати небезпечний предмет 15% жителів сходу країни та кияни (14,8%) – це більша частка, ніж в цілому за вибіркою.

Рис. 6.4.1. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Що ти робитимеш при виявленні вибухонебезпечних предметів?», % (Респондент міг обрати декілька варіантів відповідей)

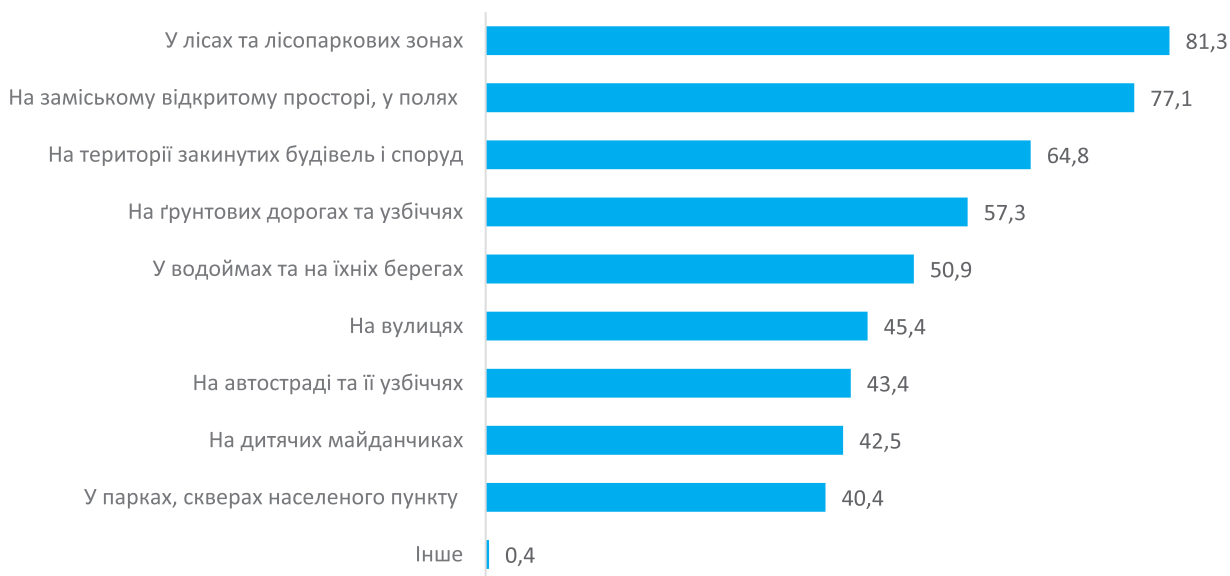


Найбільш обізнаними у питаннях поводження з вибухонебезпечними предметами виявилися 11–12-річні підлітки. Так, більша частка 11–12-річних підлітків, при знаходженні такого предмета готові повідомити оперативну службу ДСНС (88,6% 12-річних) та повернутися своїми слідами і відійти на безпечну відстань (59,6% 12-річних) і менша частка серед них, які піднімуть його і віднесуть компетентній особі (2,1% 11-річних, 3% 12-річних), принесе додому (1,1% 11-річних, 1,6% 12-річних) тощо.

При розгляді результатів опитування за макрорегіонами проживання, найбільш обізнаними щодо правильного поводження з вибухонебезпечними предметами виявились жителі центральних та південних областей України – 86,7% та 86% відповідно повідомлять про небезпечну знахідку оперативну службу ДСНС. Серед жителів заходу країни це зроблять лише 80,8% опитаних. Повернуться своїми слідами на безпечну відстань 59,2% жителів центру України та 59% підлітків зі сходу і лише 47,9% опитаних із західних областей.

Переважна частка опитаних підлітків вважає, що вибухонебезпечні предмети можуть знаходитися за межами або на окраїнах населеного пункту, в місцях, де їх важко побачити та знайти: у лісах чи лісопосадках (81,3%), у полях (77,1%), на території закинутих будівель і споруд (64,8%), на узбіччях чи ґрунтових дорогах (57,3%), у водоймах та їхніх берегах (50,9%) (рис. 6.4.2). Менше ніж половина респондентів вважають, що вибухонебезпечні предмети можуть знаходитися в межах населених пунктів, в місцях, де знаходиться багато людей: на вулицях (45,4%), автостраді та її узбіччі (43,4%), дитячих майданчиках (42,5%) та у парках або скверах (40,4%).

Рис. 6.4.2. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як ти гадаєш, де можуть знаходитися вибухонебезпечні предмети?», % (Респондент міг обрати декілька варіантів відповідей)



Менший рівень обізнаності з можливим місцем розташування вибухонебезпечних предметів демонструють і підлітки, які на момент опитування проживали за кордоном та в іншій області. Наприклад, менша частка опитаних, ніж в цілому за вибіркою, зазначили, що ці предмети можуть знаходитися у лісах (59,1% серед тих, які проживають за кордоном і не планують повертатися, 64,8% серед тих, які проживають за кордоном і планують повертатися, 74,6% серед тих, які проживають в іншій області), на території закинутих будинків і споруд (50,3% серед тих, які проживають за кордоном і не планують повертатися, 55,5% серед тих, які проживають за кордоном і планують повертатися, 62,8% серед тих, які проживають в іншій області), у полі (62,0% серед тих, які проживають за кордоном і не планують повертатися, 62,2% серед тих, які проживають за кордоном і планують повертатися, 71,3% серед тих, які проживають в іншій області) тощо.

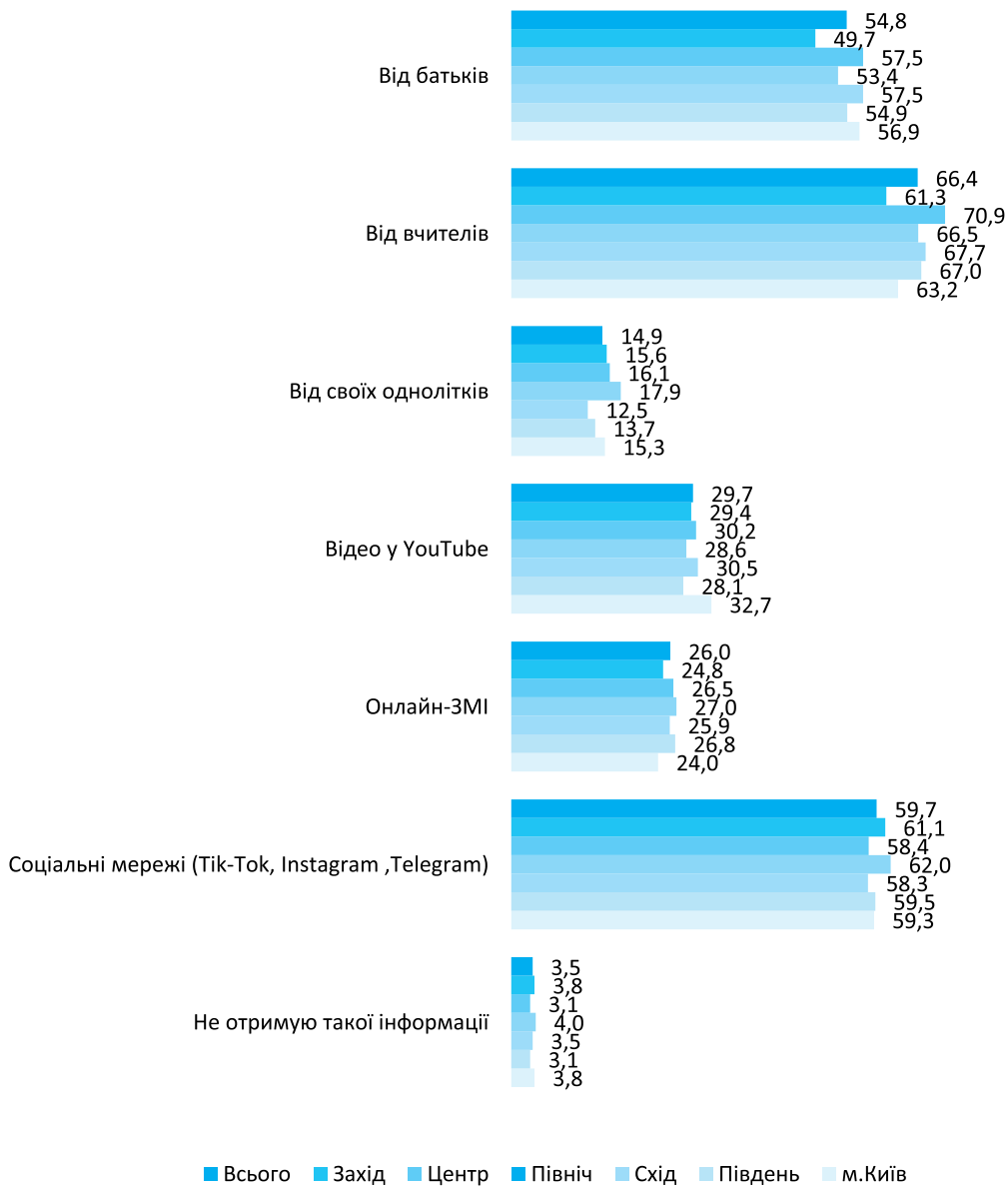
По всіх варіантах відповідей щодо можливого місця знаходження небезпечних предметів, найменший відсоток правильних відповідей, ніж в цілому за вибіркою, надавали підлітки, які проживають в західних областях України та значною мірою ті, хто мешкає в столиці. Так, 71% опитаних з західних областей України та 74% киян вважає, що вибухонебезпечні предмети можна зустріти на замиському відкритому просторі та у полях. Про ліси та лісопаркові зони як можливе місце знаходження небезпечних предметів також меншою мірою, ніж в цілому за вибіркою, говорять підлітки із заходу країни (73,2%) та м.Києва (80,4%). Автостраду та ґрунтові дороги ідентифікують в якості місця, де можна натрапити на вибухонебезпечний предмет лише 37,8% та 50,9% опитаних з західних областей України відповідно. Крім цього, підлітки з західних областей називають територію закинутих будівель і споруд (57,9%), водойми та їхні берега (41,7%), парки та сквери населеного пункту (37,3%), вулиці – 41,7% та дитячі майданчики – 38,3%. Частка їхніх відповідей є меншою, ніж в цілому за вибіркою.

Частка респондентів, які після 24.02.2022р. переїхали в іншу область, навпаки продемонстрували вищий рівень обізнаності щодо можливого розташування вибухонебезпечних предметів на автостраді та її узбіччях (47,6%), ґрунтових дорогах та узбіччях (61,4%), території закинутих споруд і будівель (69,3%), у водоймах та на їхніх берегах (56,9%). Ймовірно, вищий рівень обізнаності пов'язаний з власним досвідом вимушеного переселення.

Крім вчителів і викладачів закладу освіти, де навчаються респонденти, важливим джерелом інформації про вибухонебезпечні предмети для підлітків є соціальні мережі та батьки (рис. 6.4.3). Соціальні мережі згадувалися частіше, ніж батьки (відповідно 59,7% і 54,8%). Досить затребуваним є відео з цієї тематики на відеохостингу YouTube (29,7% опитаних). Отже, завдяки своїй популярності у підлітковому середовищі соціальні мережі є перспективним каналом інформування молодих людей з питань мінної безпеки.

Основним джерелом отримання інформації про вибухонебезпечні предмети для підлітків всіх регіонів є вчителі. Це відзначили 61,3% опитаних із західних, 70,9% - центральних, 66,5% - північних, 67,7% східних, 67% - південних областей України та 63,2% жителів м.Київ. На другому місці також для всіх регіонів є соціальні мережі і лише на третьому місці – батьки. Детальний розподіл відповідей надано на (рис. 6.4.3).

Рис. 6.4.3. Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Звідки ти отримуєш інформацію з питань поводження з вибухонебезпечними предметами», за макрорегіонами проживання, % (Відповідаючи на запитання, респонденти могли зазначити декілька варіантів відповідей)



ВИСНОВКИ до Розділу 6

Вплив пандемії COVID-19 на якість життя

- 21,3% респондентів зазначили, що мали позитивний результат тесту на COVID-19, а ще 49,1% – що позитивний результат мали члени їхніх сімей.
- За результатами дослідження, найбільш позитивний вплив пандемія мала на стосунки з родиною (50,4%), друзями (48,4%) та харчування (46,9%). Можна припустити, що під час карантину члени родини, закриті в одному приміщенні, мали більше часу для спілкування та налагодження режиму дня (зокрема харчування), а спілкування з друзями дистанційно допомогло уникнути конфліктів.

Вплив війни як стресогенного чинника

- Майже половина (44,4%) респондентів зазначила, що вони виїхали з місця свого проживання.
- За межі України виїхав кожен восьмий опитаний (12,2%), у межах України переїхав майже кожен третій (32,2%). За межі області виїхало 14,1% респондентів, за межі свого міста або села, проте залишилися в межах області (18,1%).
- Переважна більшість опитаних (83,2%) проживають у місті або селі, в якому вони проживали до початку повномасштабного вторгнення росії в Україну (частка підлітків, які виїхали з початком повномасштабного вторгнення за межі області та України, вже повернулися). Кожен десятий (10,3%) проживає в іншій області, ще 6,5% – за кордоном, серед яких 1,7% не планують повертатися в Україну.
- Переважна більшість опитаних навчається в українських закладах освіти. Так, понад третину респондентів (37,0%) на момент опитування навчались онлайн, 30,1% – офлайн, 28,5% поєднували онлайн- і офлайн-навчання.
- За кордоном навчається лише 4,3% опитаних, з них 2,9% навчаються як в школі за кордоном, де нині проживають, так і в українській школі (онлайн).
- Опитування, проведене у 2023 р., виявило, що багатьом респондентам довелося пережити події, які мали безумовний негативний вплив на психоемоційний стан молоді людини. Значна частка опитаних вказала, що: їхня сім'я зазнала економічних труднощів (63%); їхній близький родич або друг брав участь у бойових діях (59%); вони особисто чули або бачили бої (55%); їхній близький родич або друг отримав травми (35%); вони особисто бачили людей, які були поранені або вбиті (31%); їхній близький родич або друг був убитий (21%).

Безпека життєдіяльності: інформованість молодих людей з мінної безпеки

- Більшість опитаних все ще не достатньо обізнані щодо того, яким чином можна визначити небезпечні території.
- Переважна більшість респондентів зазначила, що вони можуть визначити небезпечність території завдяки офіційним попереджувальним знакам (86,6%).
- Підлітки, які проживають на заході країни найменш обізнані щодо способів визначення небезпечності території.
- Менший рівень обізнаності демонструють підлітки, які проживають у сільській місцевості.
- Більшість опитаних підлітків (70%) повідомила, що безпосередньо в їхньому закладі освіти вчитель/викладач проводив окремий урок/заняття, присвячений(е) мінній безпеці.
- Найчастіше інформування відбувається у вигляді розповіді вчителем/викладачем без використання наочних матеріалів. Про такий формат повідомили 79% опитаних.
- Більшість тих, хто мав онлайн урок, проживає на сході (42,8%) та півдні (34,7%) країни. Менш всього (22,2%) онлайн-уроків проводилось на заході країни.

Інформованість молодих людей щодо вибухонебезпечних предметів

- Тільки 84,7% респондентів готові повідомити оперативну службу ДСНС та трохи більше половини (56,1%) повернутися своїми слідами і відійти на безпечну відстань.
- Найбільш обізнаними щодо правильного поводження з вибухонебезпечними предметами виявились жителі центральних та південних областей України - 86,7% та 86% відповідно повідомлять про небезпечну знахідку оперативну службу ДСНС. Серед жителів заходу країни це зроблять лише 80,8% опитаних. Повернуться своїми слідами на безпечну відстань 59,2% жителів центру України та 59% підлітків зі сходу і лише 47,9% опитаних із західних областей.
- Найбільш обізнаними у питаннях поводження з вибухонебезпечними предметами виявились 11–12-річні підлітки.
- Найнижчий рівень поінформованості щодо поводження з вибухонебезпечними предметами визначено серед респондентів, які проживають на заході країни та в м.Києві.
- Частка респондентів, які після 24.02.2022 р. переїхали в іншу область, продемонструвала вищий рівень обізнаності щодо можливого розташування вибухонебезпечних предметів на автостраді та її узбіччях (47,6%), ґрунтових дорогах та узбіччях (61,4%), території закинутих споруд і будівель (69,3%), у водоймах та на їхніх берегах (56,9%).
- Основним джерелом отримання інформації про вибухонебезпечні предмети для підлітків всіх регіонів є вчителі. На другому місці також для всіх регіонів є соціальні мережі і лише на третьому місці – батьки.
- Крім вчителів і викладачів закладу освіти, де навчаються респонденти, важливим джерелом інформації про вибухонебезпечні предмети для підлітків є соціальні мережі та батьки. Соціальні мережі вказувалися частіше, ніж батьки (відповідно 60% і 55%). Досить затребуваним є відео з цієї тематики на відеохостингу YouTube (30% опитаних).

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

- До 2022 р. переважна більшість підлітків відчували себе щасливими. Війна спричинила погіршення психологічного самопочуття українців, зокрема дітей. Серед опитаних молодих людей істотно зменшилась частка тих, які почуваються щасливими в цілому. Визнати себе щасливою людиною перешкоджають, по-перше, стрес і власні переживання, пов'язані з війною, по-друге, несприятлива соціальна атмосфера, переживання оточуючих.
- Багатьом підліткам довелося стикнутися з обставинами, які негативно вплинули на їхній психоемоційний стан. Більшість респондентів повідомила, що з початку війни їхня сім'я зазнала економічних труднощів, що їхній близький родич або друг брав участь у бойових діях, що вони особисто чули або бачили бойові дії та поранених чи вбитих людей.
- Дослідження показало, що українські підлітки демонструють доволі високу життєстійкість і спроможність успішно протистояти негараздам військового часу. Переважна більшість опитаних відчуває себе впевненою у своїй здатності впоратися з особистими проблемами. Показники, що характеризують тривожність і відчуття самотності, у 2023 р. не перевищували аналогічні показники опитування 2018 р. Феномен життєстійкості підлітків в умовах війни заслуговує на окреме вивчення.
- В усі роки, коли проводилися моніторингові опитування, переважна більшість опитаних підлітків повідомляла, що в їхній сім'ї їм намагаються допомагати, вони отримують необхідну моральну (емоційну) допомогу, вони можуть обговорити свої проблеми. Проте через економічні негаразди та емоційне вигорання, зумовлені війною, окремі батьки починають приділяти дітям менше уваги, стриманіше реагувати на їхні запити.
- З 2010 р. переважна більшість опитаних підлітків стабільно повідомляла про задоволеність своїм закладом освіти. За даними моніторингу, підлітки переважно позитивно характеризують ставлення своїх вчителів і викладачів до себе особисто.
- Моніторингові опитування виявили позитивну тенденцію – зменшення кількості підлітків, які ставали жертвами цькування (ображення, знущання, приниження), перебуваючи в закладі освіти, а також тих, хто особисто брав участь у психологічному насильстві. Тим не менше, булінг у закладах освіти залишається досить поширеним явищем.
- В усі роки, коли проводились опитування, більшість респондентів зазначали, що вони жодного разу не брали участі у бійках протягом поточного року. У 2023 р. показник участі у бійках різко скоротився. Цей феномен можна пояснити зниженням інтенсивності міжособистісної взаємодії молодих людей офлайн.
- У 2023 р. відбулося різке зниження самооцінки стану здоров'я підлітків порівняно з 2018 р. За даними опитування, виявлено поширеність проявів нездужання та психологічного дискомфорту. Є підстави вважати, що головним чинником, який негативно вплинув на самооцінку стану здоров'я, стала повномасштабна війна та її наслідки. Стреси та несприятливі соціально-економічні умови життя зумовили погіршення самопочуття молодих людей.
- Дослідження 2023 р. свідчить про високу обізнаність підлітків щодо проблеми мінної безпеки. У закладах освіти активно проводиться інформування учнівської та студентської молоді з питань мінної безпеки. У межах цього процесу досить часто використовуються наочні матеріали та мультимедійні презентації. Важливим джерелом інформації про мінну безпеку для підлітків є соціальні мережі.
- До 2022 р. показники, що характеризують фізичну активність підлітків, були доволі стабільними. У 2023 р. відбулося істотне зменшення кількості опитаних підлітків, які тренуються щодня. Така негативна тенденція може бути пов'язана з погіршенням соціально-економічних умов життя родин респондентів, зокрема внаслідок вимушеного переселення.
- Порівняно з 2002–2010 рр. значно скоротилася кількість підлітків, які дивляться телевизор (телепередачі). Молодь віддає перевагу перегляду відео в соціальних мережах, використовуючи для цього, насамперед, смартфон і ноутбук. Інструментарій для моніторингу уподобань молоді, які стосуються пасивного дозвілля, зокрема перегляду відео, потребує модернізації та доповнення – з урахуванням наявних практик.
- Соціальні мережі здійснили революцію у дозвіллевих і комунікаційних практиках. Якщо у 2002 р. близько третини опитаних підлітків відправляли повідомлення електронною поштою, спілкувалися в чатах, досліджували інтернет тощо, то нині соціальними мережами користуються понад 90% респондентів. Кардинально зросла інтенсивність використання соціальних мереж: у 2023 р. на споживання контенту в соціальних мережах і віртуальне спілкування три чверті молодих людей витрачали щоденно дві години або більше.
- Показники самооцінки підлітками стану свого здоров'я є радше неблагополучними і свідчать про поширеність проблем із самопочуттям. Це припущення підтверджують дані про відчуття респондентами проявів нездужання та психологічного дискомфорту упродовж останніх шести місяців. Порівняно з 2018 р., у 2023 р. особливо зросли показники, що характеризують прояви таких нездужань:
 - «Відчував(ла) запаморочення» (збільшення показника в 1,7 раза);
 - «Були проблеми із засинанням» (збільшення показника в 1,6 раза);
 - «Боліла спина» (збільшення показника в 1,4 раза).
- Кожен п'ятий з респондентів зазначив, що мав позитивний результат тесту на COVID-19, половина повідомили, що позитивний результат мали члени їхніх сімей.

- Дослідження виявило низку проблем, пов'язаних із харчуванням підлітків: з розподілом їхнього добового раціону та збалансованістю його складу. Чимало опитаних підлітків не снідають як у будні, так і у вихідні, що може мати негативні наслідки для здоров'я у майбутньому. Діти, чий організм ще тільки формується, недостатньо їдять фрукти і овочі, рибу, яйця, молочні продукти, несолоні горіхи та насіння. Водночас надмірно споживають м'ясні страви та ковбасні вироби, солодощі, газовані (зокрема енергетичні) напої, снеки (чіпси, солоні горішки, сухарики тощо).
- Результати опитування свідчать про надмірне споживання підлітками цукру.
- Чим старше респондент, тим гірше його раціон харчування з огляду на скорочення частоти споживання корисних продуктів і зростання споживання небажаних.
- Понад чверть опитаних підлітків мають досвід вживання алкогольних напоїв; значна кількість респондентів визнала, що вони вживали алкогольні напої упродовж останніх 30 днів.
- Досвід тютюнопаління мають 17% опитаних підлітків, а кожний десятий респондент хоча б один раз куриє упродовж останніх 30 днів.
- На момент проведення опитування 9% респондентів вказали, що вони курять сигарети з певною регулярністю, при цьому 4% опитаних – щодня.
- Куріння електронних сигарет (вейпів) серед підлітків поширене дещо більше, ніж паління традиційних сигарет.
- Кожен десятий з опитаних підлітків має досвід сексуальних відносин. З віком частка підлітків із сексуальним досвідом стрімко зростає: серед 17-річних їх вже більше ніж чверть. Середній вік сексуальної ініціації українських підлітків залишається доволі стабільним. Для дівчат він становить близько 15 років, а для хлопців – 14 років
- Для багатьох підлітків перший сексуальний контакт був незахищеним, і відтак міг мати негативні наслідки. Особливо ризикованою була сексуальна ініціація для 13-річних респондентів: серед них лише третина використовували презерватив, серед 14-річних – половина
- Три чверті опитаних підлітків повідомили, що вони дещо чули про ВІЛ або хворобу СНІД. Стосовно інформованості про алгоритми дій у випадку, коли потрібно з'ясувати факт зараження показники обізнаності є помітно нижчими.
- Фізично активні (не менше ніж 60 хвилин на день) 3–4 дні на тиждень третина опитаних підлітків