

# **SEBAHODNOTENIE A RIZIKOVÉ SPRÁVANIE ŠKOLÁKOV**

**Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Spišskej Novej Vsi**

Oddelenie Podpory zdravia

**DAHE Mederiová Terézia, Ing. Rešovský Jozef**

# OSOBNOSŤ

celok duševného života  
človeka

neexistujú dvaja ľudia s  
totožnými papilárnymi líniami na  
prstoch, ani dve totožné  
osobnosti

„KAŽDÝ Z NÁS JE  
ORIGINÁL“



# sebahodnotenie

- hodnotí dojem o sebe samom

závisí od

- **sebaistoty** (*byť si istý sám sebou*),  
**sebaúcty** (*poznanie vlastnej hodnoty*),  
**sebadôvery** (*rešpektovanie vlastnej osobnosti*)  
**a sebavedomia** (*uvedomovanie si svojho myslenia a konania ako niečoho odlišného od okolitého sveta*)
- **charakterizuje rovnováhu tela a duše pôsobiacu na druhých**



# dospievanie

- **Stredná adolescencia** (*vek 14-16 rokov*)
- dochádza k premene dieťaťa na biologicky zrelého dospelého, schopného sexuálnej reprodukcie
- *podľa Eriksona* ide o obdobie hľadania vlastnej identity, boja s pocitmi neistoty a pochybnosťami o sebe samom, o svojom mieste v spoločnosti
- *Langmeier, Krejčířová*, uvádzajú, že : dospievajúci sa snažia nejakým spôsobom odlíšiť od svojho okolia, byť jedineční, hľadajú si svoj životný štýl



# rizikové správanie

- ohrozuje zdravie, alebo život
- sťažuje odlúčenie od rodičov normálnym spôsobom
- komplikuje ukončenie profesijnej kvalifikácie
- **negatívne ovplyvňuje identifikáciu so sexuálnou rolou**
- poškodzuje sebahodnotenie a sebaocenenie do budúcnosti  
*Kocourková a Koutek*



# Dotazníkový prieskum

školský rok 2011/12

- **Dotazník HBSC**  
(Sociálne determinanty zdravia školákov)

medzinárodný projekt

**ZŠ mesta Spišská Nová Ves**

- Počet chlapcov  
201
- Počet dievčat  
207

spolu 408

- reprezentatívna vzorka (81% všetkých deviatakov)
- deviataci mesta SNV 62%
- z okolitých obcí 37%

# SEBAHODNOTENIE

1.

**Miera spokojnosti  
so svojim životom**

vyjadrená v rebríčku :

0-najhorší možný život

10-najlepší možný život

**spokojnosť = pohoda**

2.

**Subjektívne  
zhodnotenie  
vzhľadom svojej  
postavy**

(najchudšia – najtučnejšia )

# RIZIKOVÉ SPRÁVANIE

1.

- FAJČENIE v súčasnosti

2.

KONZUMÁCIA ALKOHOLICKÝCH NÁPOJOV  
pivo, víno, miešané nápoje, likéry, destiláty  
OPITOSŤ

3.

- UŽÍVANIE MARIHUANY A INÝCH DROG  
posledných 12 mesiacov, posledných 30 dní

4.

- SEXUÁLNA SKÚSENOSŤ – pohlavný styk

5.

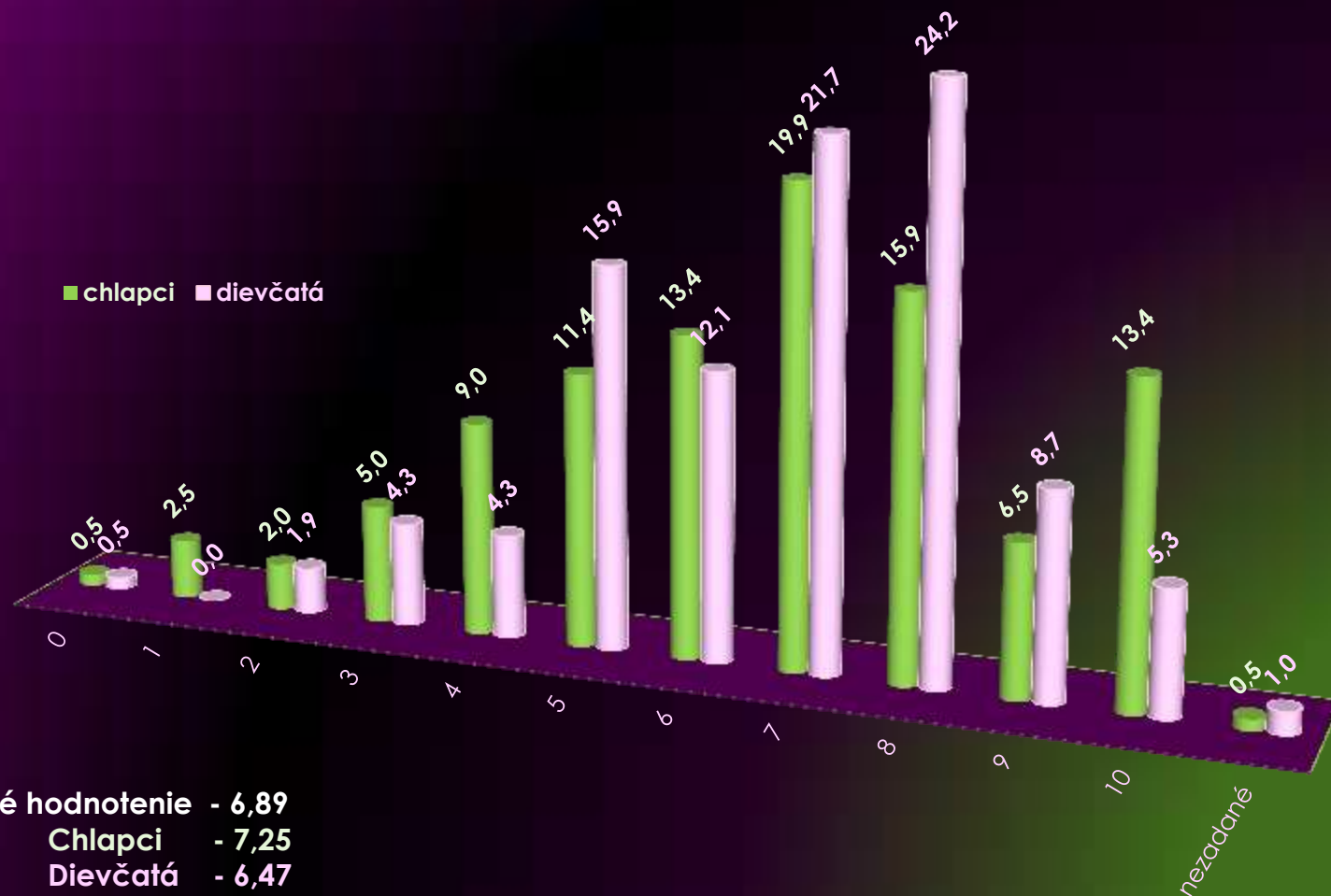
- ŠIKANOVANIE  
(obeť šikanovania, účasť na šikanovaní)

# SEBAHODNOTENIE

## rebríček spokojnosti so sebou samým

0 = najhorší možný život

10 = nejlepší možný život



Priemerné hodnotenie - 6,89  
Chlapci - 7,25  
Dievčatá - 6,47

# SEBAHODNOTENIE

## spokojnosť so svojou postavou



Priemerné hodnotenie - 2,96  
Chlapci - 2,80  
Dievčatá - 3,13

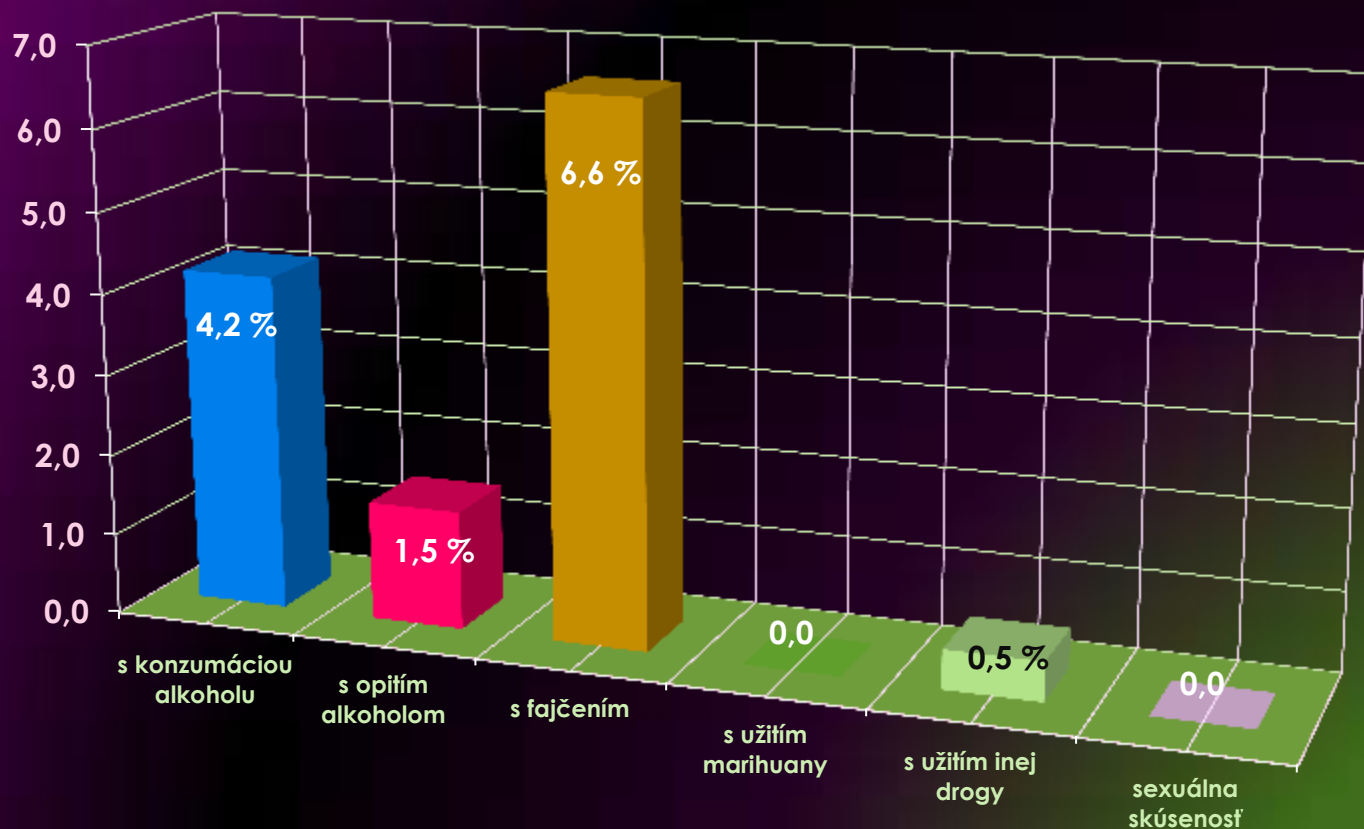


# RIZIKOVÉ SPRÁVANIE

deviatakov základných škôl mesta Spišská Nová Ves  
chlapci – obrázok a dievčatá



# PRVÁ SKÚSEŇ RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA PRED 11 ROKOM ŽIVOTA



S vekom stúpa počet respondentov v rizikovom správaní

# SEBAHODNOTENIE

významne vplýva na

MYSLENIE

SPRÁVANIE

CÍTENIE

V  
KONKRETNÝCH  
SITUÁCIÁCH

V  
EXTRÉMNYCH  
SITUÁCIÁCH

JE VIAC  
SO STÁLymi ČRTAMI  
OSOBNOSTI

AKO SO SITUÁCIAMI

EFEKT  
ZREJMÝ, JEDNOZNAČNÝ

VELKÝ STRES

DEPRESIE

MENTÁLNE PREŤAŽENIE

EFEKT  
NEROZHODNÝ  
NEKONKRÉTNÝ

# ODRAZ SEBAHODNOTENIA NA RIZIKOVÉHO SPRÁVANIE

**porovnávaní boli (Chí – kvadrát test) :**

**deviataci s horším sebahodnotením**

**oproti**

**deviatakom s lepším sebahodnotením**

**Výsledky testovania preukázali  
podstatne vyšší podiel deviatakov s  
horším sebahodnotením,  
ktorí**

- **v súčasnosti častejšie fajčia cigarety**
- **pijú väčšie množstvo a častejšie : pivo, liehoviny**
- **v partii kamarátov sa častejšie opíjajú a fajčia cigarety**
- **najčastejší dôvod konzumácie alkoholických nápojov je zapadnutie do partie kamarátov, oblúbenosť**
  - **užívajú marihuanu**
  - **mali pohlavný styk**
- **zúčastňujú sa na šikanovaní**

**A v š a k štatistický súvislosť v týchto prípadoch nebola potvrdená  
štatisticky významne viac  
bolo deviatakov s horším sebahodnotením medzi obeťami šikanovania**

# ODRAZ SUBJEKTÍVNEHO HODNOTENIA VZHLĀDU SVOJEJ POSTAVY NA RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA

porovnávaní boli ( Chí – kvadrát test)

deviataci s postavou chudou, resp. s postavou tučnou  
oproti

deviatakom s postavou tak akurát

Preukázalo sa častejšie rizikové  
správanie u deviatakov, ktorí  
negatívne (*chudá, resp. tučná*) hodnotia  
vzhľad svojej postavy

podobne  
ako bolo zistené pri  
negatívnom  
SEBAHODNOTENÍ

Štatisticky významná súvislosť  
ani v jednom z prípadov nebola potvrdená

# Záver :

Z výsledkov dotazníkového prieskumu adolescentov vyplynulo, že s ich kladným sebahodnotením úzko súvisí aj kvalita ich zdravého štýlu života.

Spokojnosť, či nespokojnosť so sebou samým ovplyvňuje ich vlastný prístup k správaniu.

Efektívnosť prevencie je ťažko merateľná, neprejaví sa ihneď, ale často krát sa odzrkadlí až u ďalšej generácie.

Otázka : Čo ponúka dnešná spoločnosť mladým ľuďom, aby si udržali (z nášho pohľadu) zdravý životný štýl ?



**Ďakujem za pozornosť !**