

Kurzfassung

Hintergrund und Fragestellung

Die HBSC (Health Behaviour in School-aged Children)-Studie ist die größte europäische Kinder- und Jugendgesundheitsstudie (HBSC study | Health Behaviour in School-aged Children study). Sie wird in enger Kooperation mit dem Europabüro der Weltgesundheitsorganisation (WHO-Europe) von einem interdisziplinären Forschungsnetzwerk aus mittlerweile 51 Ländern und Regionen im Vier-Jahres-Rhythmus durchgeführt und schafft so eine einzigartige Datengrundlage für die Kinder- und Jugendgesundheit. In Österreich wie in vielen anderen Ländern dienen die Ergebnisse als Grundlage für gesundheitspolitische Entscheidungen und finden Anwendung als Indikatoren für nationale Gesundheitsziele. Der vorliegende Bericht enthält die österreichischen Ergebnisse. Der internationale HBSC-Bericht, der einen Vergleich aller teilnehmenden Länder bietet, wird 2023 oder 2024 publiziert werden.

Methode

Auf Basis des HBSC-Studienprotokolls wurden Fragebögen produziert, die Schüler:innen online während einer Schulstunde ausfüllen sollten. Dafür stellten sich Schulen ab Schulstufe 5 freiwillig zur Verfügung. Pro Schule nahmen ein oder zwei Klassen der Schulstufen 5, 7, 9 oder 11 teil. Die Daten wurden zwischen November 2021 und Juli 2022 gesammelt. Nach dem Datenclearing umfasste die finale Stichprobe 7.099 Schüler:innen. Die Ergebnisse werden getrennt nach Mädchen, Burschen und Schulstufe dargestellt.

Ergebnisse

Gesundheit und Wohlbefinden

- Zwischen 74 % und 90 % der Schüler:innen, je nach Geschlecht und Schulstufe, bewerten ihren Gesundheitszustand als ausgezeichnet oder gut. Die Bewertungen sind bei Mädchen und bei älteren Schüler:innen negativer als bei Burschen und jüngeren Schüler:innen.
- Die Lebenszufriedenheit der Schüler:innen sinkt mit zunehmendem Alter. 31 % der Mädchen und 19 % der Burschen sind mit ihrem Leben gegenwärtig nicht sehr zufrieden.

- Wesentlich mehr Mädchen als Burschen leiden an häufigen psychischen oder physischen Beschwerden. Gereiztheit und schlechte Laune, Schwierigkeiten beim Einschlafen, Nervosität, Zukunftsorgen und Niedergeschlagenheit werden am öftesten genannt.
- Mädchen zeigen in allen Altersgruppen ein weniger gutes emotionales Wohlbefinden als Burschen. 22 % der Mädchen und 10 % der Burschen leiden gemäß WHO-5 Auswertungsmanual möglicherweise an einer depressiven Verstimmung oder Depression.
- Nur 34 % der älteren Mädchen (ab Schulstufe 9) fühlten sich in den letzten 12 Monaten selten bis nie einsam. Bei den gleichaltrigen Burschen waren es 57 %.
- Bei Mädchen häuft sich in den höheren Schulstufen die subjektive Stressbelastung, während dies bei Burschen nicht festzustellen ist.
- Zwischen 47 % und 69 % der Schüler:innen, je nach Geschlecht und Schulstufe, hatten sich innerhalb eines Jahres mindestens einmal derart verletzt, dass sie behandelt werden mussten.
- Ungefähr ein Fünftel der Schüler:innen gibt an, an einer lang andauernden bzw. chronischen Erkrankung oder Belastung zu leiden, mehr Mädchen als Burschen und mehr ältere als jüngere Schüler:innen.
- Ungefähr 16 % der Schüler:innen ab Schulstufe 9, geringfügig mehr Mädchen als Burschen, meinen, dass sie schlecht hören.
- Fast ein Viertel der Schülerinnen und ein Fünftel der Schüler tragen den ganzen Tag eine Brille oder Kontaktlinsen.
- Auf Basis der selbstberichteten Angaben zu Gewicht und Körpergröße sind bei den Mädchen 15 % als untergewichtig, 68 % als normalgewichtig und 17 % als übergewichtig oder adipös einzustufen. Bei den Burschen betragen diese Raten 10 % für Untergewicht, 65 % für Normalgewicht und 25 % für Übergewicht oder Adipositas.
- Unabhängig von Angaben zu Körpergröße und -gewicht, empfinden sich bei den Mädchen 15 % als zu dünn und 40 % als zu dick und bei den Burschen 24 % als zu dünn und 30 % als zu dick.

Gesundheits- und Risikoverhalten

- Die durchschnittliche Anzahl an Tagen, an denen die Schüler:innen für zumindest eine Stunde körperlich aktiv sind (WHO-Empfehlung), sinkt mit zunehmendem Alter.
- In ihrer Freizeit mindestens 4 Mal die Woche mit höherer Intensität körperlich aktiv sind 30 % der Mädchen und 52 % der Burschen. 17 % der Mädchen und 8 % der Burschen sind nie auf diese Weise körperlich aktiv.
- Von den abgefragten organisierten Freizeitaktivitäten sind Sport und künstlerische Aktivitäten am beliebtesten.

- 41 % bis 62 % der Mädchen, je nach Alter, essen täglich mindestens einmal Obst. Bei den Burschen sind es 29 % bis 55 %.
- 43 % bis 49 % der Mädchen und 29 % bis 42 % der Burschen konsumieren täglich mindestens einmal Gemüse.
- 36 % der Mädchen und 25 % der Burschen essen täglich Süßigkeiten.
- Softdrinks werden von 15 % der Mädchen und 18 % der Burschen täglich getrunken.
- 5 % der Mädchen und 6 % der Burschen nehmen täglich „Fastfood“-Speisen zu sich.
- Jeweils 8 % der Mädchen und Burschen konsumieren täglich mindestens einen Energy Drink.
- Salzige Knabberereien werden von 10 % der Mädchen und 9 % der Burschen täglich gegessen.
- 61 % bis 87 % der Mädchen, je nach Alter, und 71 % bis 88 % der Burschen nehmen (fast) täglich zumindest eine Mahlzeit gemeinsam mit ihrer Familie ein.
- 82 % der Mädchen und 71 % der Burschen putzen sich täglich mindestens 2 Mal die Zähne.
- Von den älteren Schüler:innen gehen 85 % der Mädchen und 79 % der Burschen jährlich mindestens 1 Mal zur zahnärztlichen Kontrolluntersuchung.
- Aktuell konsumiert ungefähr ein Drittel der Schüler:innen ab Schulstufe 9 mindestens eines der abgefragten Nikotinprodukte. Von diesen raucht ca. ein Fünftel Zigaretten und/oder nutzt E-Zigaretten, und etwas weniger Wasserpfeife und/oder andere Nikotinprodukte wie Kautabak, Snus oder Nikotinsäckchen.
- Ungefähr die Hälfte der Schüler:innen in Schulstufe 9 trinkt gar keinen Alkohol, während dies auf ca. ein Drittel der Schüler:innen in Schulstufe 11 zutrifft. Zwischen Mädchen und Burschen zeigt sich kein Unterschied in der Frequenz ihres Alkoholkonsums.
- Cannabis wird aktuell von 7 % der Mädchen und 9 % der Burschen ab Schulstufe 9 konsumiert.
- 25 % der Mädchen und 24 % der Burschen ab Schulstufe 9 hatten bereits Geschlechtsverkehr. Dabei war das Kondom das am häufigsten benutzte Verhütungsmittel.

Sonstige Gesundheitsdeterminanten

- In Bezug auf den Wohlstand der Familien, aus denen die teilnehmenden Schüler:innen stammen, wurden mit der HBSC-Messmethode 17 % einem niedrigen, 70 % einem mittleren und 13 % einem hohen Familienwohlstand zugeordnet.
- Jeweils 24 % der teilnehmenden Mädchen und Burschen haben beidseitigen Migrationshintergrund, d.h. sie selbst und/oder beide Eltern sind im Ausland geboren.
- Zwischen 74 % und 91 % der Mädchen, je nach Schulstufe, und 46 % bis 76 % der Burschen waren innerhalb eines Jahres nie in eine Rauferei verwickelt.

- Zwischen 3 % und 12 % der Mädchen, je nach Schulstufe, und zwischen 4 % und 13 % der Burschen wurden in den letzten Monaten in der Schule mehrmals gemobbt.
- Ungefähr 2 % aller Schülerinnen und 5 % aller Schüler mobben andere regelmäßig in der Schule.
- Opfer von Cybermobbing wurden in den letzten Monaten zumindest einmalig, je nach Schulstufe, zwischen 8 % und 13 % der Schüler:innen.
- Unter jenen, die andere zumindest 1 Mal digital gemobbt haben, sind Burschen stärker vertreten als Mädchen (ca. 6 % vs. 3 %).
- 15 % der Mädchen und 19 % der Burschen haben hohe und 31 % der Mädchen und 24 % der Burschen niedrige Selbstwirksamkeitserwartungen.
- Je länger die Schüler:innen die Schule besuchen, umso weniger gut gefällt es ihnen dort.
- Die schulische Belastung steigt, je älter die Schüler:innen werden: So fühlen sich z.B. in der 11. Schulstufe 64 % der Mädchen und 50 % der Burschen ziemlich oder sehr stark durch das belastet, was in der Schule von ihnen verlangt wird.
- 67 % bis 81 % der Mädchen, je nach Schulstufe, geben an, gute oder sehr gute Beziehungen zu ihren Mitschüler:innen zu haben. Bei den Burschen sind es 72 % bis 84 %.
- Ab Schulstufe 9 bewerten Mädchen die Beziehung zu ihren Lehrkräften deutlich schlechter als dies die Burschen tun.
- Nicht ganz drei Viertel der Schüler:innen bewerten die Qualität der Freundschaften, die sie pflegen, als gut oder sehr gut.
- Insgesamt genießen drei Viertel der Schüler:innen einen hohen Rückhalt in ihren Familien.
- Burschen scheinen mit beiden Elternteilen häufiger eine gute Gesprächsbasis zu haben als Mädchen.
- 10 % der Mädchen und 7 % der Burschen zeigen eine problematische Nutzung von sozialen Medien.
- Ab Schulstufe 7 steigt die durchschnittliche Zeit, die am Handy verbracht wird, rapide an und ist ab dann bei Mädchen immer etwas höher als bei Burschen.
- 19 % der Mädchen und 23 % der Burschen ab Schulstufe 9 haben eine hohe Gesundheitskompetenz.
- Über 80 % der Schüler:innen ab Schulstufe 9, etwas mehr Burschen als Mädchen, sind eher oder sicher bereit, sich entsprechend den Empfehlungen der Gesundheitsbehörden impfen zu lassen.
- Ungefähr 70 %, mehr Burschen als Mädchen, fühlen sich über die empfohlenen Impfungen eher oder sicher ausreichend informiert.

Entwicklungen seit 2010

- Bei den Mädchen ist die relative Anzahl jener, die ihren Gesundheitszustand als „ausgezeichnet“ bezeichnen, rückläufig, bei den Burschen nicht.
- Die Beschwerdelast ist bei den Schüler:innen kontinuierlich gestiegen, bei Mädchen als auch Burschen und in allen Altersgruppen.
- Eine kontinuierliche Verschlechterung der Lebenszufriedenheit ist bei älteren Schüler:innen seit 2014 zu sehen.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen mit Übergewicht oder Adipositas ist seit 2014 kontinuierlich gestiegen, bei Mädchen und Burschen und in allen Altersgruppen.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die mit ihrem Gewicht zufrieden sind, ist bei Burschen gesunken und bei Mädchen auf ähnlichem Niveau wie 2010.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die sich täglich mindestens 2 Mal die Zähne putzen, ist relativ konstant geblieben.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die täglich mindestens 1 Mal Obst essen, ist bei Burschen gestiegen und bei Mädchen auf dem Niveau von 2010.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die täglich mindestens 1 Mal Gemüse essen, ist kontinuierlich gestiegen.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die täglich mindestens 1 Mal Süßigkeiten konsumieren, ist bei Mädchen gestiegen und bei Burschen unverändert.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die täglich mindestens 1 Mal „Softdrinks“ wie Cola, Fanta oder Eistee zu sich nehmen, ist seit 2018 bei Mädchen wieder gestiegen und bei Burschen weiter leicht gesunken.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die unter der Woche täglich ein Frühstück zu sich nehmen, ist seit 2014 kontinuierlich gesunken.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die an 4 bis 7 Tagen in der Woche für täglich mindestens eine Stunde körperlich aktiv sind, ist seit 2018 bei beiden Geschlechtern wieder gestiegen. Die Steigerung ist vor allem auf ältere Schüler:innen zurückzuführen.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die *keine* Zigaretten rauchen, ist bei den Burschen seit 2010 kontinuierlich gestiegen. Bei den Mädchen war das nur zwischen 2010 und 2014 der Fall.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die mindestens 1 Mal pro Woche Alkohol konsumieren, ist bei den Burschen seit 2014 leicht rückläufig. Die Mädchen befinden sich nun auf dem Niveau von 2014.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die Cannabis konsumieren, ist bei den Burschen zwischen 2014 und 2018 gestiegen und seitdem konstant. Bei den Mädchen ist 2022 erstmals ein Anstieg zu vermerken.

- Die relative Anzahl der Mobbing-Opfer in der Schule ist zwischen 2010 und 2018 stark gesunken und seitdem relativ konstant geblieben.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die in der Schule als Mobbing-Täter:innen in Erscheinung getreten sind, ist insgesamt zwischen 2010 und 2018 stark und seitdem leicht gesunken.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, denen es sehr gut in der Schule gefällt, ist bei Mädchen und Burschen seit 2014 gesunken und bei den Burschen nach 2018 wieder leicht gestiegen.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die sich durch die schulischen Anforderungen ziemlich oder sehr stark belastet fühlen, ist in allen Schulstufen gestiegen.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die angeben, gute oder sehr gute Beziehungen zu ihren Mitschüler:innen zu haben, ist seit 2014 gesunken.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die (sehr) positive Urteile über die Beziehung zu ihren Lehrkräften abgeben, ist seit 2014 bei beiden Geschlechtern kontinuierlich gesunken.
- Die relative Anzahl der Schüler:innen, die eine sehr gute Gesprächsbasis zu mindestens einem Elternteil haben, ist seit 2014 gesunken.

Fazit

Die Ergebnisse der HBSC-Studie 2021/22 haben die erwartete Verschlechterung in vielen Aspekten der Gesundheit und des Gesundheitsverhaltens von Schüler:innen bestätigt. Deshalb sollen Bemühungen, die jungen Menschen besonders zu unterstützen, weiter fortgeführt bzw. dort, wo nötig, ausgebaut werden.

Schlüsselwörter

HBSC-Studie, Gesundheit, Gesundheitsverhalten, Gesundheitsdeterminanten, Schülerinnen, Schüler, Sekundarstufe