



Всемирная организация
здравоохранения

Европейское региональное бюро

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ,
15 марта 2016

ПСИХИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ПОДРОСТКОВ

ОСНОВНЫЕ ФАКТЫ И ЦИФРЫ

Этот информационный бюллетень отражает основные положения международного доклада по итогам исследования

Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья (HBSC) за 2013/2014 гг. В рамках HBSC, совместного международного исследования ВОЗ, раз в четыре года собираются данные о здоровье и благополучии, социальных условиях и поведении 11-, 13- и 15-летних мальчиков и девочек. Исследование 2013/2014 гг. проводилось в 42 странах и регионах Европейского региона ВОЗ и Северной Америки.

ИСХОДНЫЕ СВЕДЕНИЯ

Психическое нездоровье предопределяет почти 20% бремени болезней в Европейском регионе ВОЗ. Оно воздействует не только на лиц, испытывающих проблемы в области психического здоровья, но и на тех, кто осуществляет уход за такими людьми, и на продуктивность общества в целом. Психические расстройства являются основной причиной инвалидности во многих западных странах, становясь основанием 30–40% длительных отпусков по болезни и раннего выхода на пенсию по состоянию здоровья, что в совокупности составляет порядка 3% валового внутреннего продукта.

Эмоциональное и физическое здоровье помогает подросткам легче справиться с проблемами переходного возраста и облегчает вступление во взрослую жизнь. Психическое благополучие в детстве связано с навыками социализации и способностью адаптироваться к условиям среды, что в свою очередь ведет к более позитивным результатам во взрослом периоде жизни. Порядка половины всех проблем в области психического здоровья взрослых берет свое начало в подростковом возрасте или ранее.

Психическое здоровье и благополучие подростков в значительной степени зависит от жизненных обстоятельств и взаимоотношений. В числе основных защитных факторов может быть названо чувство связанности с родителями и семьей, включая социальную поддержку, по крайней мере, одного проявляющего заботу взрослого. Гармоничное общение в семье и благожелательные сверстники помогают молодым людям приспособиться к новым ситуациям и противостоять жизненным стрессам. Значимую роль также играет структура семьи: дети и подростки, живущие с обоими родителями, выражают большую удовлетворенность жизнью в сравнении с теми, кто живет с другими родственниками, с людьми, не состоящими с ними в родственных отношениях или с опекунами.

Возрастные различия

В целом, наблюдается ухудшение психического благополучия подростков с возрастом, причем с возрастом у подростков чаще возникают жалобы на здоровье, снижается уровень удовлетворенности жизнью, а собственное здоровье чаще оценивается как удовлетворительное или плохое.

Межнациональные и гендерные различия

Прослеживаются также четкие гендерные различия, причем девочки чаще дают более низкую оценку своему здоровью, менее удовлетворены жизнью и чаще жалуются на состояние здоровья. Это гендерное различие проявляется среди 13-летних подростков и усиливается с возрастом.

Достаток семьи

Подростки из семей с низким достатком чаще выражают неудовлетворенность жизнью, высказывают множественные жалобы на здоровье и оценивают свое здоровье как удовлетворительное или плохое.

Отличия от предыдущего опроса HBSC

Уровень удовлетворенности подростков жизнью и собственным здоровьем остался примерно тем же со времени предыдущего исследования HBSC, проводившегося в 2009/2010 гг.

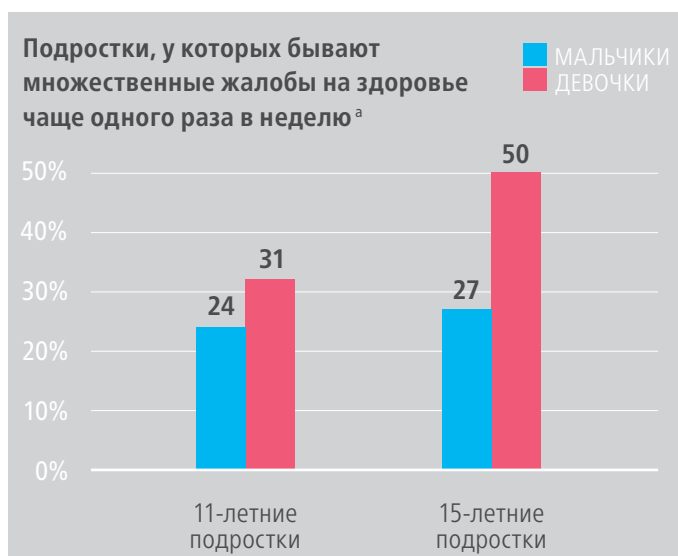


Факторы, связанные с нарушениями психического здоровья и благополучия включают причинение обид, недостаточное принятие со стороны сверстников, а также недостаточную поддержку со стороны родителей и учителей. Часто повторяющиеся и длительные стрессовые ситуации приводят к эмоциональному и психологическому напряжению, что в свою очередь провоцирует возникновение частых жалоб на головную боль, боль в животе и спине. Напротив, позитивное восприятие школьной жизни выступает защитным фактором, предотвращающим возникновение жалоб на здоровье.

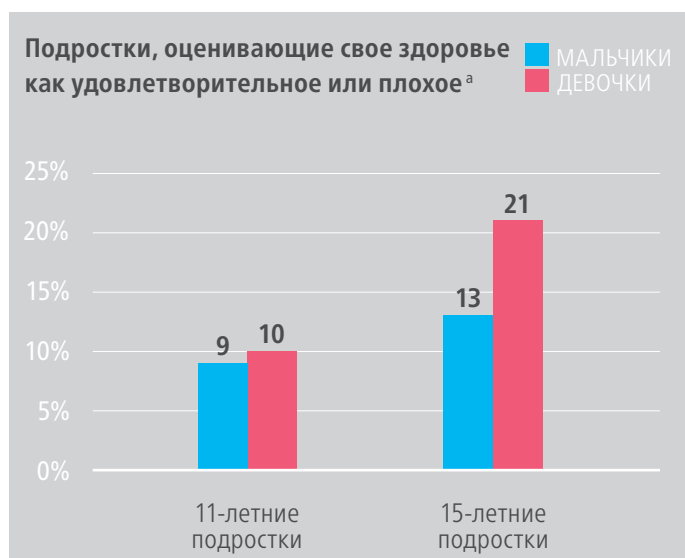
Проблемы психического здоровья могут оказывать разрушительное воздействие на социальное, интеллектуальное и эмоциональное развитие подростков и, соответственно, на их будущее. Подростковый возраст является критическим этапом для принятия мер по защите и укреплению психического здоровья и благополучия на долгие годы.

Возрастные различия

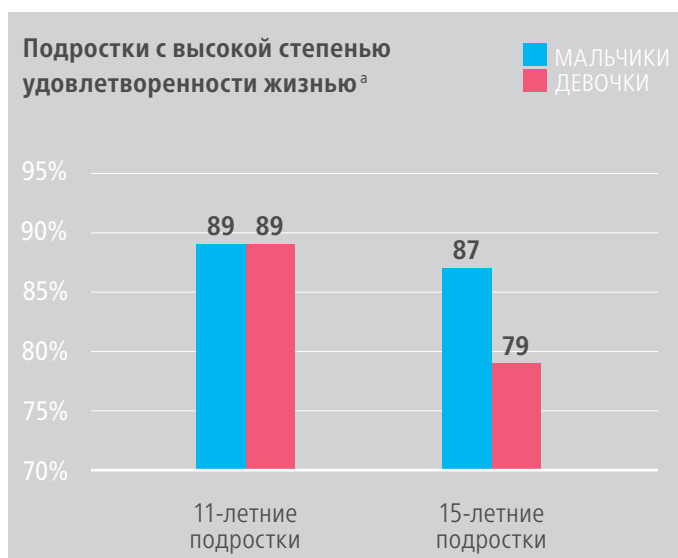
В целом, наблюдается ухудшение психического благополучия подростков с возрастом. Налицо значительные различия в ответах 11- и 15-летних подростков, причем с возрастом у подростков чаще возникают жалобы на здоровье, снижается уровень удовлетворенности жизнью, а собственное здоровье чаще оценивается как удовлетворительное или плохое. Подобные результаты подтверждают тезис о том, что психосоциальные аспекты здоровья приобретают особую важность во второй декаде жизни, когда подростки сталкиваются с многочисленными физическими, социальными, психологическими и когнитивными изменениями, вступая во взрослую жизнь.



^a среднее значение по всем странам, представленным в отчете HBSC



^a среднее значение по всем странам, представленным в отчете HBSC



^a среднее значение по всем странам, представленным в отчете HBSC

Межнациональные и гендерные различия

Наблюдаются значительные межнациональные различия в отношении субъективной оценки здоровья. Прослеживаются также четкие гендерные различия, причем девочки чаще дают более низкую оценку своему здоровью, менее удовлетворены жизнью и чаще жалуются на состояние здоровья. Это гендерное различие проявляется среди 13-летних подростков и усиливается с возрастом. К 15 годам каждая пятая девочка оценивает

свое здоровье как удовлетворительное или плохое, и каждая вторая высказывает многочисленные жалобы на здоровье чаще одного раза в неделю.



^а 3 самых высоких, 3 самых низких показателя и среднее значение по всем странам, представленным в отчете HBSC



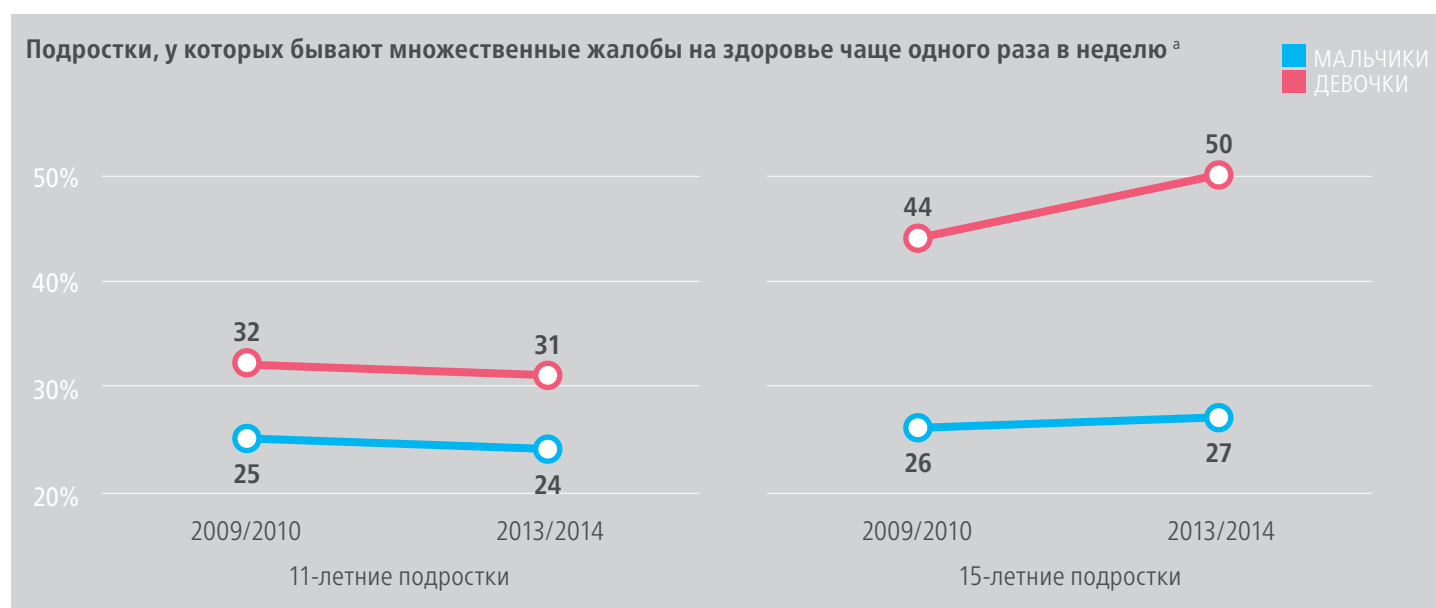
^а 3 самых высоких, 3 самых низких показателя и среднее значение по всем странам, представленным в отчете HBSC

Достаток семьи

Подростки из семей с низким достатком чаще выражают неудовлетворенность жизнью, высказывают множественные жалобы на здоровье и оценивают свое здоровье как удовлетворительное или плохое.

Отличия от предыдущего опроса HBSC

Уровень удовлетворенности подростков жизнью и собственным здоровьем остался примерно тем же со времени предыдущего исследования HBSC, проводившегося в 2009/2010 гг. Наблюдается увеличение многочисленных жалоб на здоровье среди девочек старшего возраста, причем, если среди 11-летних девочек имело место сокращение в среднем на 1%, то среди 15-летних девочек произошло увеличение показателя на 6%.



^а средние значения по всем странам, представленным в отчете HBSC, в зависимости от года проведения исследования

КАКОЕ ВЛИЯНИЕ МОЖЕТ ОКАЗАТЬ ПОЛИТИКА?

Европейский план действий по охране психического здоровья, принятый 53 государствами-членами Европейского региона ВОЗ, признает важность настойчивых усилий по обеспечению психического благополучия подростков.

В нем определяется как одна из основных детерминант психического здоровья в дальнейшем, и правительствам предлагается повышать благополучие на всех этапах жизни посредством унифицированных и целенаправленных вмешательств, доказавших свою эффективность. В качестве примеров могут быть названы программы по укреплению психического здоровья на базе школ, создающие возможность для раннего выявления эмоциональных проблем среди детей и принятия своевременных мер для противодействия травле и издевательствам (буллинг) в школах, а также реализующие в рамках принципа участия всего общества подходы к обучению, применяемые в неблагополучных во всех отношениях районах, с тем чтобы разорвать порочный круг бедности, лишений и низкой успеваемости.

Стратегия *“Инвестируя в будущее детей: Европейская стратегия охраны здоровья детей и подростков на 2015–2020 гг.”* также рассматривает решение вопросов депрессии и других проблем психического здоровья в подростковом возрасте, подчеркивая необходимость укрепления защитных факторов в школе, дома и в местных сообществах, а также улучшения качества работы служб по охране психического здоровья детей и подростков.

Дополнительную информацию можно получить по следующим адресам:

Здоровье детей и подростков
Европейское региональное бюро ВОЗ
Email: lifecourse@euro.who.int
Website: www.euro.who.int/cah

Поведение детей школьного возраста
в отношении здоровья
Email: info@hbsc.org
Website: www.hbsc.org