

## 2024 METŲ MOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ GYVENSENOS TYRIMO REZULTATAI MAŽEIKIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖ

2024 metais visose Lietuvos savivaldybėse buvo atliktas antras mokyklinio amžiaus 5, 7 ir 9 (pirmų gimnazijos) klasių mokinių gyvenamosios tyrimas.

Tyrimas buvo vykdomas pagal Sveikatos apsaugos ministro įsakymą<sup>1</sup>, nurodantį periodiškai savivaldybėse atlikti gyvenamosios tyrimus. Tyrimas atliktas pagal Higienos instituto (HI) parengtą metodiką<sup>2</sup>, naudojant Sveikatos apsaugos ministerijos suderintą standartizuotą klausimyną<sup>3</sup>.

Tyrimo ataskaitoje pateikiami bendri duomenys apie respondentų skaičių savivaldybėje, jų sociodemografinės charakteristikos ir 32 gyvenamosios rodiklius, kurie yra įtraukti į vaikų gyvenamosios stebėsenos rodiklių sąrašą pagal Sveikatos apsaugos ministerijos įsakymą. Rodikliai buvo suskirstyti į tris pagrindines grupes:

1. Laimingumas, sveikatos ir išvaizdos vertinimas.
2. Sveikatos elgsena (fizinis aktyvumas, pasyvus laisvalaikio praleidimas, mitybos įpročiai, burnos higiena).
3. Rizikingas elgesys (tabako, elektroninių cigarečių rūkymas, alkoholio ir narkotinių medžiagų vartojimas, patyčios ir saugumas kelyje, namuose bei mokykloje).

2024 metų gyvenamosios tyrimo duomenų bazę sudarė 34 873 respondentų anketos. Mažeikių rajono savivaldybėje buvo užpildytos 784 anketos: 273 – 5 kl. mokinių, 253 – 7 kl. mokinių ir 258 – 9 (pirmos gimnazijos) klasės mokinių.

### TYRIMO REZULTATŲ ANALIZĖ

#### 1. Laimingumas, sveikatos ir išvaizdos vertinimas.

Lyginant su 2020 m., Mažeikių rajone sumažėjo vaikų, kurie vertina savo gyvenimą kaip pakankamai laimingą ar labai laimingą. Taip pat mažėjo vaikų, kurie vertina savo sveikatą kaip gerą ar labai gerą.

#### 2. Sveikatos elgsena (fizinis aktyvumas ir mityba).

Padaugėjo vaikų, kurie 5 ir daugiau dienų per savaitę mankština ar sportuoja bent 60 min., tačiau taip pat padaugėjo vaikų, kurie vidutiniškai 4 ir daugiau valandų per dieną praleidžia prie ekranų (televizoriaus, kompiuterio, planšetės, išmaniojo telefono).

Sumažėjo vaikų, kurie kasdien pusryčiauja, valgo vaisius ir daržoves. Taip pat sumažėjo vaikų, kurie dažnai vartoja saldumynus ir energetinius gėrimus, tačiau padaugėjo vaikų, kurie kasdien geria gazuotus saldžiuosius gėrimus.

Daugiau nei pusė mokinių valosi dantis šepetėliu ir pasta dažniau nei kartą per dieną.

#### 3. Rizikingas elgesys.

Sumažėjo vaikų, kurie per paskutines 30 dienų vartojo tabako gaminius arba elektronines cigaretes, tačiau padaugėjo vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus. Taip pat padidėjo vaikų, kurie bent kartą per savo gyvenimą vartojo kanapes ar kitus narkotikus.

Sumažėjo vaikų, kurie visada nešioja atšvaitus tamsiu paros metu ir visada segi saugos diržą važiuodami automobiliu. Tačiau padidėjo vaikų, kurie visada dėvi šalną važiuodami dviračiu.

---

<sup>1</sup> 2003m. rugpjūčio 11 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymas Nr. V-488 „Dėl Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“. Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.216610/asr>.

<sup>2</sup> Metodinės rekomendacijos „Gyvenamosios tyrimų organizavimas ir vykdymas savivaldybėse“. Higienos institutas, 2016.

<sup>3</sup> 2024 m. mokyklinio amžiaus vaikų tyrimo klausimynas. Prieiga per internetą: [Mokinių\\_gyvenamosios\\_tyrimo\\_klausimynas\\_2024.pdf\(hi.lt\)](#)

Daugiau nei du kartus padidėjo vaikų, kurie per paskutinius 2 mėnesius nukentėjo nuo patyčių. Taip pat padidėjo vaikų, kurie patys tyčiojosi iš kitų mokinių ir patyrė patyčias per socialinius tinklus, elektroniniu paštu ar telefonu.

Padidėjo vaikų, kuriuos per paskutinius 2 mėnesius mušė ar kitaip fiziškai baudė tėvai, dalis. Tai lėmė sumažėjusią vaikų, kurie jaučiasi saugūs savo namų ir mokyklos aplinkoje, dalį.

Mažeikių rajono vaikų rodikliai, apibūdinantys laimingumą ir sveikatos vertinimą, buvo artimi Lietuvos vidurkiui. Tai rodo, kad Mažeikių rajone gyvenimo kokybė ir sveikatos vertinimas vaikų požiūriu atitinka šalies vidurkį.

Rodikliai, apibūdinantys mitybos įpročius, buvo blogesni už Lietuvos vidurkį. Tai rodo, kad vaikų mitybos įpročiai, kaip pusryčių valgymas, vaisių ir daržovių vartojimas, gali būti tobulinami. Atvirkščiai, burnos higienos rodikliai Mažeikių rajone buvo geresni už Lietuvos vidurkį, tai rodo, kad vaikai gerai laikosi burnos higienos praktikos.

Rodikliai, apibūdinantys tabako gaminių, elektroninių cigarečių ir alkoholio vartojimą, buvo mažesni už Lietuvos vidurkį, tai rodo, kad Mažeikių rajone mažiau vaikų vartoja šiuos produktus. Tačiau narkotinių medžiagų vartojimo rodikliai rajone buvo didesni už Lietuvos vidurkį, todėl šioje srityje reikėtų skirti daugiau dėmesio prevencinėms programoms.

Rodikliai, apibūdinantys vaikų saugumą kelyje, nesiskyrė nuo Lietuvos vidurkio, tai rodo, kad Mažeikių rajone vyksta panašios saugumo priemonės kaip ir visoje Lietuvoje.

Rodikliai, apibūdinantys mokinius, kurie nukentėjo nuo patyčių, ir tuos, kurie patys tyčiojosi, buvo mažesni už Lietuvos vidurkį. Tai rodo, kad Mažeikių rajone patyčių problema yra šiek tiek mažesnė, tačiau ją vis tiek reikia aktyviai spręsti.

Rodikliai, apibūdinantys vaikų saugumą namuose ir mokykloje, buvo geresni už Lietuvos vidurkį, tai rodo, kad Mažeikių rajone vaikai jaučiasi saugesni. Vaikų, kurie per paskutinius 2 mėnesius patyrė tėvų fizinį smurtą, rodikliai buvo mažesni už Lietuvos vidurkį. Tai rodo, kad smurto šeimose problema yra mažesnė, tačiau tai nereiškia, kad situacija yra visiškai patenkinama.

Mažeikių r. sav. ir Lietuvos vaikų gyvensenos tyrimo rodiklių profilyje (1 pav.) spalvinis žymėjimas: žalia spalva rodo situacijos gerėjimą, raudona spalva – blogėjimą, mėlyna spalva – pokyčio nėra.

Rodiklis	Savivaldybės rodiklis	Lietuvos rodiklis	Santykis: savivaldybė/Lietuva
1	2	3	6
<b>1. Laimingumas, sveikatos ir išvaizdos vertinimas</b>			
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie jaučiasi pakankamai laimingi ar labai laimingi vertindami savo dabartinį gyvenimą, dalis (proc.)	64,3 (70,9) ↓	65,4	1,02
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie savo sveikatą vertina kaip gerą ar labai gerai, dalis (proc.)	72,6 (79,2) ↓	71,7	0,99
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie yra patenkinti savo išvaizda, dalis (proc.)	34,7 (38,9) ↓	32	0,92
<b>2. Sveikatos elgsena (fizinis aktyvumas ir mityba)</b>			
<b>2.1. Fizinis aktyvumas ir pasyvus laisvalaikis</b>			
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie 5 ir daugiau dienų mankštinasi ar sportuoja bent 60 minučių (skaičiuojant kartu su fizinio ugdymo pamokomis), dalis (proc.)	39 (37) ↑	39,6	1,02
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie kasdien, ne pamokų metu, mankštinasi ar sportuoja bent 60 minučių, dalis (proc.)	11,7 (12,2) ↓	14	1,20
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie vidutiniškai 4 ir daugiau valandų per dieną praleidžia prie ekranų (televizoriaus, kompiuterio, planšetės, išmaniojo telefono), dalis (proc.)	28,6 (25,2) ↑	28,2	1,01
<b>2.2. Mitybos įpročiai bei burnos higiena</b>			
Mokyklinio amžiaus vaikų, kasdien valgančių pusryčius, dalis (proc.)	37,8 (41,5) ↓	39,3	1,04
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo vaisius (neskaitant sulčių), dalis (proc.)	30,6 (33,3) ↓	33,9	1,11
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo daržoves (neskaitant bulvių), dalis (proc.)	29,1 (30,2)	32,6	1,12

	↓		
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo saldumynus, dalis (proc.)	13,3 (16,6) ↓	18,4	1,38
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną geria gazuotus saldžiuosius gėrimus, dalis (proc.)	8,2 (7,9) ↑	9,3	1,13
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per savaitę geria energetinius gėrimus, dalis (proc.)	17 (17,6) ↓	15,4	0,91
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie papildomai nededa druskos į paruoštą maistą, dalis (proc.)	30,2 (37,3) ↓	30,8	1,02
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie valosi dantis šepetėliu ir pasta dažniau nei kartą per dieną, dalis (proc.)	62,9 (58,8) ↑	60,6	0,96
<b>3. Rizikingas elgesys</b>			
<b>3.1. Tabako gaminių bei elektroninių cigarečių vartojimas</b>			
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą rūkė tabako gaminius, dalis (proc.)	6,6 (7,8) ↓	7,5	1,14
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bent kartą rūkė tabako gaminius, dalis (proc.)	11,6 (14,8) ↓	13,6	1,17
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą rūkė elektronines cigaretes ar naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis (proc.)	9,2 (14,4) ↓	9,9	1,08
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bent kartą rūkė elektronines cigaretes ar naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis (proc.)	17,3 (22,4) ↓	19,5	1,13
<b>3.2. Alkoholio vartojimas</b>			
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.)	10,1 (11,1) ↓	11,6	1,15
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.)	23,7 (23) ↑	26,9	1,14
<b>3.3. Narkotinių medžiagų vartojimas</b>			
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per savo gyvenimą vartojo kanapes („žolę“, marihuaną, hašišą), dalis (proc.)	5,6 (4,3) ↑	4,3	0,77
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per savo gyvenimą vartojo kitus narkotikus nei kanapes, dalis (proc.)	3,7 (2) ↑	3,1	0,84
<b>3.4. Saugumas kelyje</b>			
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešioja atšvaitus, dalis (proc.)	17 (25,8) ↓	17	1
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada segi saugos diržą važiuodami automobiliu, dalis (proc.)	78,3 (79,9) ↓	76,8	0,98
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie visada dėvi šalną važiuodami dviračiu, dalis (proc.)	10,6 (6,1) ↑	11,4	1,08
<b>3.5. Patyčios</b>			
Mokyklinio amžiaus vaikų, iš kurių tyčiojosi kiti mokiniai per paskutinius 2 mėnesius, dalis (proc.)	40,9 (29,5) ↑	45,1	1,10
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie patys tyčiojosi iš kitų mokinių per paskutinius 2 mėnesius, dalis (proc.)	28,7 (20,3) ↑	32,6	1,14
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų patyrė patyčias per socialinius tinklus, elektroniniu paštu ar telefonu, dalis (proc.)	11,6 (10,7) ↑	13,4	1,16
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutinius 12 mėnesių patyrė patyčias per socialinius tinklus, elektroniniu paštu ar telefonu, dalis (proc.)	20,3 (17) ↑	24,2	1,19
<b>3.6. Saugumas namų ir mokyklų aplinkoje</b>			
Mokyklinio amžiaus vaikų, kuriuos per paskutinius 2 mėnesius mušė ar kitaip fiziškai baudė tėvai, dalis (proc.)	8,2 (8,3) ↑	10	1,22
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie jaučiasi saugūs namų aplinkoje, dalis (proc.)	94,5 (97,2) ↓	93,9	0,99
Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie jaučiasi saugūs mokyklos aplinkoje, dalis (proc.)	75,8 (86,7) ↓	73,5	0,97

**1 pav. Mažeikių r. sav. ir Lietuvos vaikų gyvensenos tyrimo rodiklių profilis, 2024 m.**

## REKOMENDACIJOS

### **1. Laimingumo ir sveikatos gerinimas:**

Siekiant padidinti vaikų laimingumo jausmą ir sveikatos vertinimą, svarbu stiprinti psichologinės pagalbos paslaugas ir sveikatos švietimo programas, kurios skatintų teigiamą gyvenimo vertinimą ir emocinę gerovę.

### **2. Fizinio aktyvumo ir ekranų laiko valdymas:**

Rekomenduojama skatinti vaikų fizinį aktyvumą, ypač sporto užsiėmimus, ir riboti ekranų laiką. Mokyklos galėtų pasiūlyti daugiau fizinio aktyvumo užsiėmimų, o tėvai – kontroliuoti laiką, praleidžiamą prie ekranų.

### **3. Mitybos įpročių gerinimas:**

Būtina toliau skatinti sveikos mitybos principus, įskaitant vaisių ir daržovių vartojimą bei riboti gazuotų saldžiųjų gėrimų vartojimą. Programos, kuriomis siekiama šviesti apie sveiką mitybą, turėtų būti sustiprintos tiek mokyklose, tiek bendruomenėse.

### **4. Burnos higienos stiprinimas:**

Kadangi dauguma vaikų valosi dantis dažniau nei kartą per dieną, galima toliau skatinti teisingus burnos higienos įpročius ir informuoti apie reikšmę sveikai burnos higienai.

### **5. Alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija:**

Nors tabako gaminių ir alkoholio vartojimas yra mažesnis nei šalies vidurkis, narkotinių medžiagų vartojimas yra didesnis. Siekiant sumažinti narkotikų ir alkoholio vartojimą, stiprinti narkotikų ir alkoholio vartojimo prevencijos programas, kurios informuotų apie narkotinių medžiagų vartojimo žalą ir priklausomybės prevenciją.

### **6. Saugumo stiprinimas kelyje:**

Nepaisant to, kad Mažeikių rajono vaikų saugumo kelyje rodikliai atitinka šalies vidurkį, būtina toliau skatinti vaikų atsakingumą ir saugumą kelyje per papildomas ugdymo programas.

### **7. Patyčių prevencija:**

Patyčių rodikliai Mažeikių rajone yra mažesni už Lietuvos vidurkį, tačiau tai nereiškia, kad ši problema nėra svarbi. Rekomenduojama sustiprinti mokyklų programas, skirtas patyčių prevencijai, ir didinti vaikų sąmoningumą apie pagarbą ir empatiją. Būtina užtikrinti, kad vaikai turėtų galimybę pasitikėti suaugusiaisiais ir gauti pagalbą.

### **8. Smurto šeimose prevencija:**

Nors smurtas šeimose Mažeikių rajone yra mažesnis nei Lietuvos vidurkis, būtina toliau dirbti su šeimomis, skatinti teisinę pagalbą ir paramą, taip pat vykdyti smurto prevencijos programas.

## IŠVADOS

2024 metų tyrimo duomenys rodo tiek teigiamų, tiek neigiamų pokyčių Mažeikių rajono mokinių gyvenimo srityse. Ypač reikšmingos yra sritys, kuriose rodikliai rodo didesnę narkotinių medžiagų vartojimą ir iššūkius mitybos srityje. Tai rodo, kad būtina toliau dirbti prevencijos ir švietimo srityse, siekiant pagerinti vaikų gyvenimo kokybę ir užtikrinti jų sveikatą ir saugumą.

Svarbu toliau stiprinti sveikatos švietimą, skatinti fizinį aktyvumą, sveiką mitybą ir saugumą, bei kovoti su patyčiomis ir smurtu. Tuo pačiu metu būtina didinti psichologinės pagalbos prieinamumą ir spręsti vaikų saugumo problemas tiek namuose, tiek mokykloje.