



Health Behaviour
in School-aged Children

WORLD HEALTH ORGANIZATION
COLLABORATIVE CROSS-NATIONAL STUDY



Fachhochschule Frankfurt am Main
University of Applied Sciences

FORSCHUNGSZENTRUM
DEMOGRAFISCHER WANDEL (FZDW)



Health Behaviour in School-aged Children – HBSC 2010

Ergebnisse der Kinder- und
Jugendgesundheitsstudie
in Hessen

Melanie Sittig
Carolin Becklas

Impressum

Herausgeber: Forschungszentrum Demografischer Wandel (FZDW) an
der Fachhochschule Frankfurt am Main
Kleiststraße 1, 60318 Frankfurt am Main

Autoren: Melanie Sittig (Studentische Mitarbeiterin),
Carolin Becklas (Wissenschaftliche Mitarbeiterin)

Fotos: Melanie Sittig

Die Broschüre kann auch online heruntergeladen werden.

www.fh-frankfurt.de/hbsc

www.hbsc-germany

www.hbsc.org.

Die HBSC-Studie 2010 in Hessen wurde ermöglicht durch die
freundliche Unterstützung folgender Kooperationspartner:



Vorwort

Das Forschungszentrum demografischer Wandel (FZDW) wurde 2007 an der Fachhochschule Frankfurt am Main als interdisziplinäres zentrales hochschulweites Forschungszentrum gegründet.

Das FZDW untersucht in einem interdisziplinären Zugang die Folgen des demografischen Wandels. Hintergrund ist die niedrige Geburtenrate und die gleichzeitige Steigerung der Lebenserwartung in Deutschland. Dies hat schon in naher Zukunft eine deutliche Alterung und später auch eine Schrumpfung der Bevölkerung zur Folge. Die Konsequenzen dieser Entwicklung sind vielfältig und zeigen sich zuvorderst auf der kommunalen Ebene.

Das FZDW möchte anwendungsbezogen wissenschaftliche Beiträge zur Gestaltung und Bewältigung der Herausforderungen des demografischen Wandels in Hessen und in Deutschland aufzeigen.

Das FZDW realisiert diese Aufgaben insbesondere durch:

- Angewandte Forschung und Grundlagenforschung zu den sozialen, ökonomischen sowie technischen Implikationen und Herausforderungen des demografischen Wandels.
- Erforschung der demografischen Entwicklung unter besonderer Berücksichtigung der Situation in Hessen.
- Beobachtung des Generationenverhältnisses.
- Initiierung, Durchführung, wissenschaftliche Begleitung und Evaluation von Modellprojekten, die geeignet sind, den demografischen Wandel zu gestalten.
- Politikberatung zu den Themenfeldern des demografischen Wandels.

Der hier vorgelegte vierte FZDW Bericht greift das wichtige Thema der Gesundheit der jungen Generation auf. Damit steht die Altersgruppe der Kinder und Jugendlichen im Zentrum der Betrachtung. Eine Schwerpunktsetzung, die nur selten im Zusammenhang mit dem Thema demografischer Wandel erfolgt, aber im Prozess der Schrumpfung der Bevölkerung umso bedeutender ist.

Frankfurt am Main im August 2011



Prof. Dr. Andreas Klocke, Geschäftsführender Direktor des FZDW

Inhaltsverzeichnis

1. Die HBSC-Studie in Hessen 2010	5
1.1 HBSC – Health Behaviour in School-aged Children.....	5
1.2 Stichprobe und Fragebogen	6
2. Ergebnisse der HBSC-Studie	8
2.1 Schulkultur	8
2.1.1 Bewertung der Schule.....	8
2.1.2 Schulische Belastung.....	9
2.1.2.1 Schulische Belastung 2006 – 2010	9
2.1.3 Schulumfeld	10
2.1.4 Klassenklima	11
2.1.5 Schulleistungen.....	11
2.2. Lebenszufriedenheit	12
2.2.1 Bewertung des eigenen Lebens	12
2.2.1.1 Bewertung des eigenen Lebens 2002 – 2010.....	13
2.2.2 Zufriedenheit mit der Familie	14
2.3 Gesundheit	15
2.3.1 Subjektive Gesundheit	15
2.3.1.1 Subjektive Gesundheit 2002 – 2010	16
2.3.2 Subjektive Wahrnehmung des Körpergewichts	17
2.3.3 Beschwerden	17
2.3.4 Mentale Gesundheit.....	18
2.3.5 Bewegungsverhalten	18
2.3.6 Zahnhygiene	19
2.4 Ernährung	20
2.4.1 Frühstücksverhalten.....	20
2.4.1.1 Frühstücksverhalten 2002 – 2010	21
2.4.2 Nahrungsmittel/Essensgewohnheiten.....	22
2.4.2.1 Gemüse.....	23
2.4.2.2 Obst.....	23
2.4.2.3 Süßigkeiten	24
2.4.2.4 Süßgetränke.....	24
2.4.3 Diät.....	25
2.4.4 Hungrig zur Schule	27
2.5 Risikoverhalten/Substanzmittelkonsum	28

2.5.1 Tabakkonsum	28
2.5.1.1 Tabakkonsum 2002 – 2010.....	29
2.5.2 Cannabiskonsum	29
2.5.3 Alkoholkonsum 2010.....	29
2.5.3.1 Alkoholkonsum 2002 – 2010.....	31
2.6 Freizeitverhalten/Medien	32
2.6.1 Körperliche Aktivität	32
2.6.2 Medien	33
2.6.3 Nutzung von Internetnetzwerken	34
2.6.4 Freizeitverhalten/Medien 2002 – 2010.....	36
2.6.4.1 Anzahl der Computer in der Familie.....	36
2.6.4.2 Nutzung des Computers bzw. der Spielkonsole 2002-2010	37
2.6.4.3 Nutzung des Computers bzw. des Internets 2006- 2010	38
2.7 Erfahrungen mit Gewalt/Verletzungen.....	40
2.7.1 Schikanieren von Mitschülern	40
2.7.2 Verwicklung in eine Schlägerei	40
2.7.3 Verletzungen	41
3. Zusammenfassung/Ausblick	42

1. Die HBSC-Studie in Hessen 2010

1.1 HBSC – Health Behaviour in School-aged Children

Die internationale Kinder- und Jugendgesundheitsstudie Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) analysiert unter der Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation (WHO) vordergründig das gesundheitliche Befinden sowie die gesundheitlichen Verhaltensweisen, Wahrnehmungen und Einstellungen von Schülerinnen und Schülern im Alter zwischen 11 und 15 Jahren. Dabei werden die gesundheitlichen Bedingungen kontrastiert, Unterschiede ermittelt und mit diesen Erkenntnissen z.B. Präventionsmaßnahmen entwickelt.

Organisiert im Rahmen des internationalen HBSC-Forschungsverbundes koordiniert die WHO seit 1982 in einer wachsenden Zahl an Ländern die Studie in einem 4-Jahres-Rhythmus. Mittlerweile beteiligen sich 43 Länder vorwiegend aus Europa und Nordamerika an dieser Untersuchung, mit der international vergleichbare Aussagen zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen möglich sind. Auf internationaler Ebene wurden in der Befragungswelle 2010 etwa 200.000 Kinder und Jugendliche befragt.

Seit 1994 wird die HBSC-Erhebung auch in Deutschland repräsentativ für einzelne Bundesländer realisiert. Im Jahr 2010 wurde die Studie in den Bundesländern Hessen, Nordrhein-Westfalen, Thüringen und Hamburg mit den Forscherteams der Fachhochschule Frankfurt am Main, der Universität Bielefeld, der Technischen Universität Dresden und dem Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf durchgeführt. Zusätzlich können erstmalig durch eine bundesweite Repräsentativerhebung mit rund 5000 befragten Schülerinnen und Schülern Aussagen über Gesamtdeutschland gemacht werden.

Das Forschungszentrum Demografischer Wandel (FZDW) an der Fachhochschule Frankfurt am Main führt 2010 zum dritten Mal die HBSC-Studie mit einer Befragung von Schülerinnen und Schülern durch. Bereits 2001/02 und 2005/06 wurde die

HBSC-Studie in Hessen durch die Fachhochschule Frankfurt am Main erhoben. Es hat sich seit den Anfängen der HBSC-Studie gezeigt, dass Gesundheitsförderung in der Schule für die Altersgruppe der 11- bis 16- Jährigen besonders effektiv ist. So sind im letzten Jahrzehnt die gesundheitsförderlichen Bemühungen für Kinder und Jugendliche an Schulen stetig gestiegen.

1.2 Stichprobe und Fragebogen

Die hessische HBSC-Studie, deren Ergebnisse hier vorgestellt werden, umfasst 3600 Schülerinnen und Schüler der 5., 7. und 9. Klassen von Hauptschulen, Realschulen, integrierten Gesamtschulen sowie Gymnasien. Damit erreicht man Schüler in einem Altersspektrum von 10 - 17 Jahren, mit drei Altersschwerpunkten von durchschnittlich 11,5, 13,5 und 15,5 Jahren.

Die Stichprobe wird aus einer Zufalls-Klumpen-Stichprobe ermittelt, welche proportional nach Alter und Schulformen angelegt ist. Die Erhebung erfolgt mittels standardisiertem schriftlichen Fragebögen. Die schriftliche Befragung findet anonym im Klassenverband statt und umfasst einen Bearbeitungszeitraum von ca. einer Stunde.

Um eine Vergleichbarkeit der ermittelten Ergebnisse zu gewährleisten, liegen hierfür allgemeine Richtlinien für alle Länder vor. Gleichzeitig müssen die einzelnen Länder einen gewissen Spielraum für Erhebungen spezieller nationaler Schwerpunkte haben. Dafür wurde für die teilnehmenden Länder im Forschungsverbund ein identischer Kernfragebogen (Mandatory Questionnaire) entwickelt. Dieser konnte um verschiedene Fragemodule (Optional Packages) erweitert werden, welche in international zusammengesetzten Fokusgruppen erarbeitet wurden.

Der HBSC-Fragenkatalog umfasst verschiedene Themenschwerpunkte wie

- die subjektive Gesundheit,
- das Risiko- und Gesundheitsverhalten (z.B. Substanzkonsum, Ernährungsverhalten),

- die Schulkultur (Klassenklima, Unterrichtsqualität),
- das soziale Umfeld (Familie, Freunde),
- Freizeitgestaltung (z.B. Nutzung von Medien) und
- Erfahrungen mit Gewalt bzw. Verletzungen.

Je nach Schwerpunktsetzung in den einzelnen Ländern können diese Themen durch die optionalen Fragen vertieft werden.

2. Ergebnisse der HBSC-Studie

Die Ergebnisse der Studie werden in diesem Bericht unter folgenden Gliederungspunkten präsentiert:

- 2.1 Schulkultur
- 2.2 Lebenszufriedenheit
- 2.3 Gesundheit
- 2.4 Ernährung
- 2.5 Risikoverhalten/Substanzmittelkonsum
- 2.6 Freizeitverhalten/Medien
- 2.7 Erfahrungen mit Gewalt Verletzungen

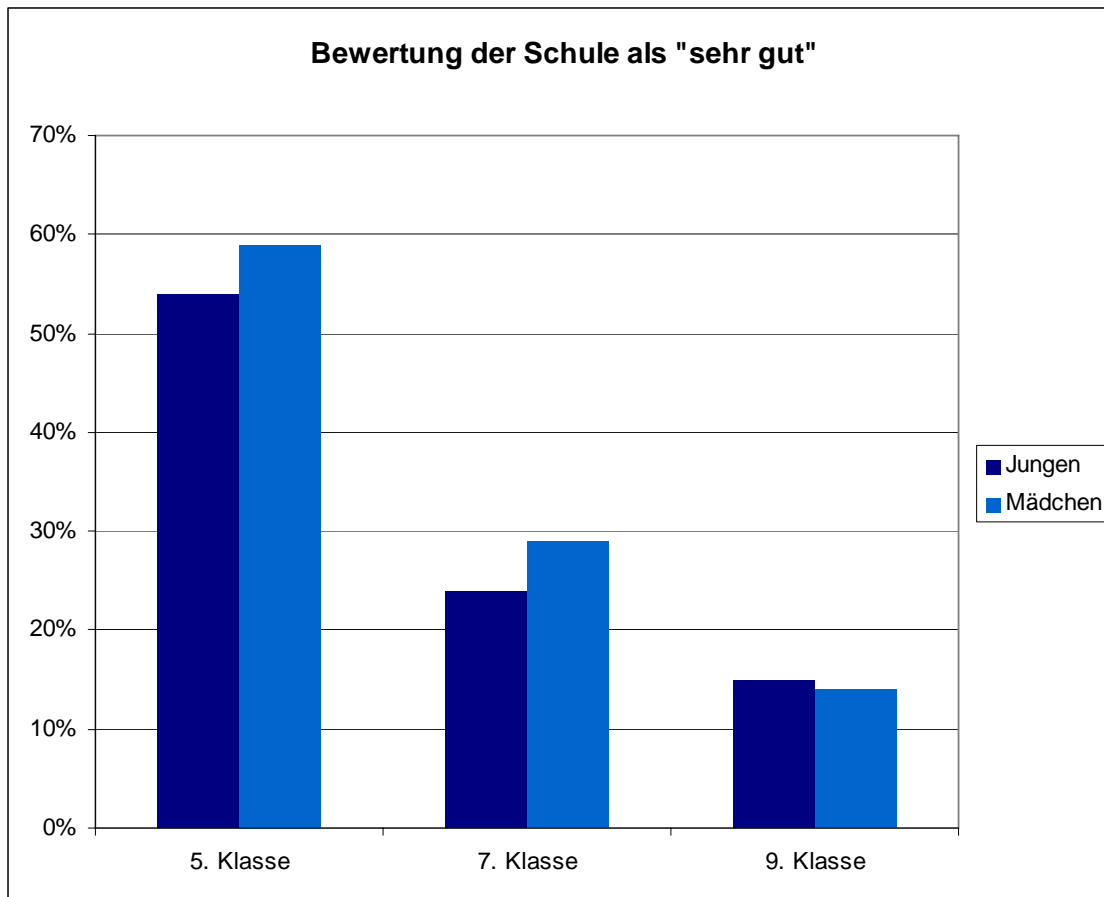
Bei einzelnen Themen wird die Entwicklung über die verschiedenen Erhebungszeiträume der HBSC-Studie betrachtet.

2.1 Schulkultur

Das Schulumfeld bzw. das Klassenklima wirkt sich stark auf die Leistungsmotivation der Schüler aus. Wird die Schule als positiv empfunden bzw. sind die Belastungen der Schule nicht zu stark, so wird die Leistungsbereitschaft gefördert.

2.1.1 Bewertung der Schule

In der Studie zeigt sich, dass etwa 85% der Schüler eine gute Bewertung ihrer Schule abgeben (Zusammenfassung der Bewertungen „sehr gut“ und „einigermaßen gut“). Dabei gibt es nur geringe Variationen zwischen dem Geschlecht und der Klassenstufe. Betrachtet man lediglich den Extremfall, die „sehr gute“ Bewertung der Schule, so zeigt sich ein starkes Gefälle von der fünften (57%) zur neunten Klasse (15%).



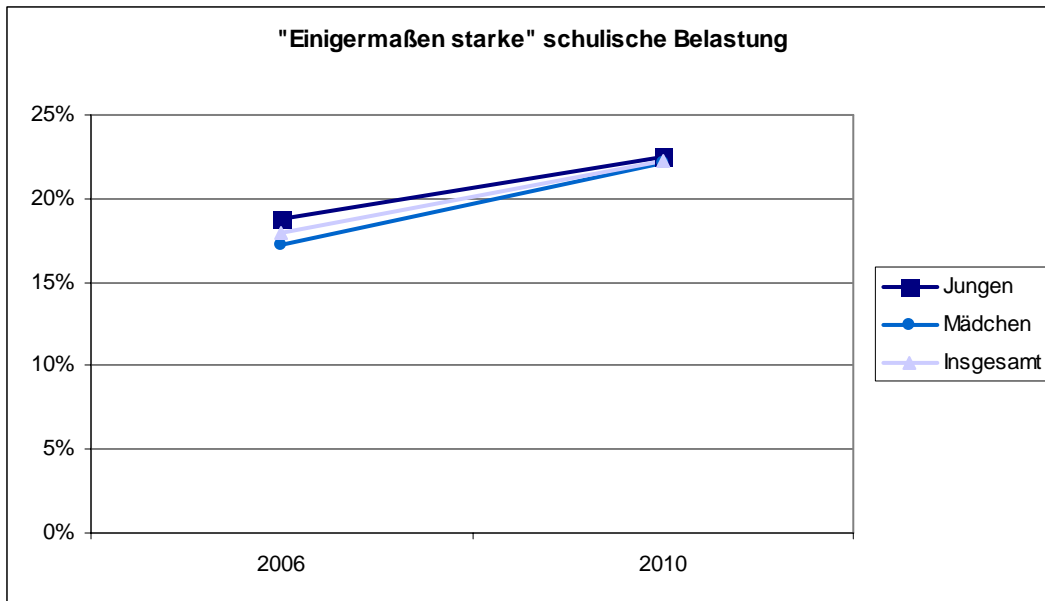
Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.1.2 Schulische Belastung

In Bezug auf die schulische Belastung lässt sich sagen, dass diese von insgesamt 6% der Schüler als sehr stark wahrgenommen wird. Überhaupt keine schulische Belastung bemerken die Jungen mit einem Anteil von durchschnittlich 15%, bei den Mädchen lässt sich ein Absinken von 24% (5. Klasse) auf 13% (9. Klasse) feststellen. Man erkennt, dass die Mädchen mit zunehmendem Alter zu einem immer geringeren Anteil unbeschwert in die Schule gehen. Daraus lässt sich schließen, dass die Wahrnehmung der schulischen Belastung immer stärker zunimmt.

2.1.2.1 Schulische Belastung 2006 – 2010

In der Jahresübersicht von 2006 bis 2010 kann man in Bezug auf die schulische Belastung einen leichten Anstieg bei der Einschätzung erkennen, dass einen die Schule „sehr stark“ belaste (2006: 4%, 2010: 6%).

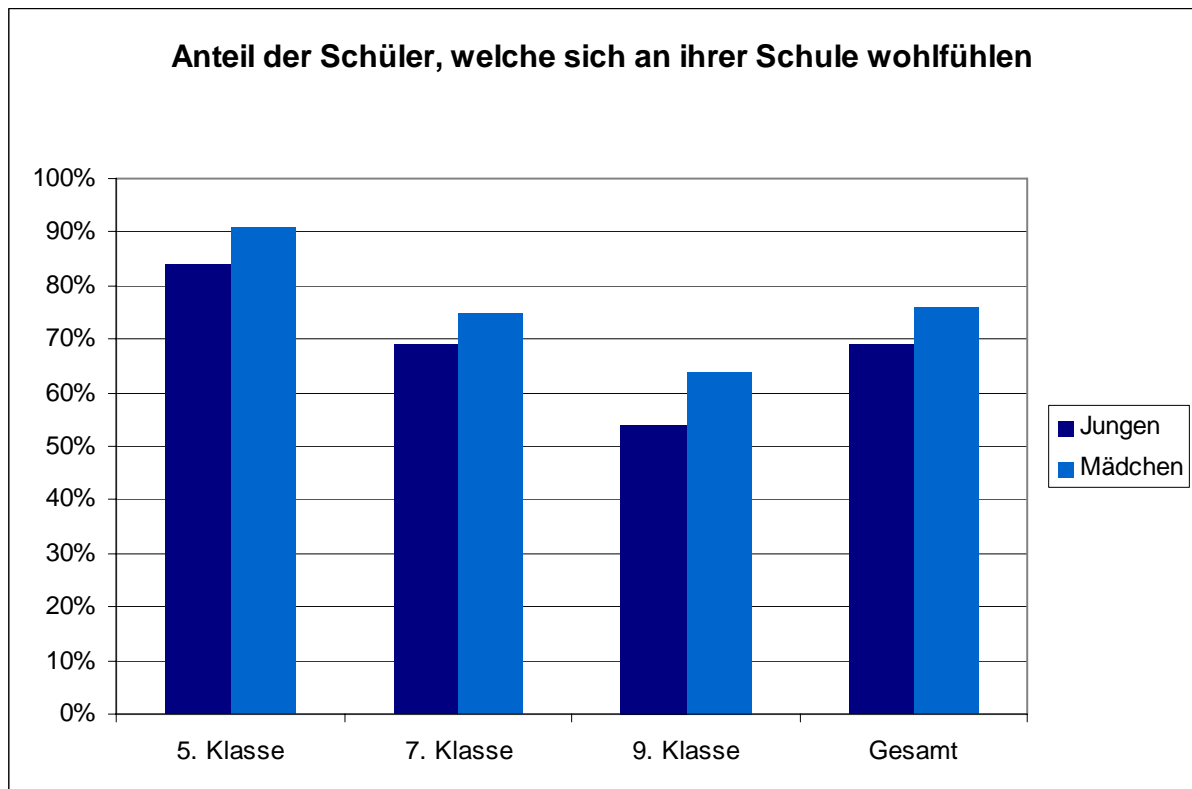


Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2002 wurde die Frage nach der schulischen Belastung auf andere Weise formuliert, weshalb diese Ergebnisse leider nicht in den Vergleich einfließen können.

2.1.3 Schulumfeld

Betrachtet man das Schulumfeld genauer, so erkennt man, dass das Wohlfühlempfinden in der eigenen Schule innerhalb der Klassenstufen stark variiert. Während 84% der männlichen und 91% der weiblichen Fünftklässler sich an ihrer Schule wohlfühlen (Zusammenfassung von „stimmt genau“ und „stimmt ziemlich“), so sind es nur noch 54% der Neuntklässler und 64% der Neuntklässlerinnen. Dabei zeigt sich mit zunehmender Klassenstufe ein Absinken des Wohlbefindens von 30 Prozentpunkten bei den Jungen und 27 Prozentpunkten bei den Mädchen.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.1.4 Klassenklima

In der HBSC-Studie zeigt sich, dass das Klassenklima insgesamt sehr positiv bewertet wird. Nur mit geringen Variationen stimmen durchschnittlich 85% der Schüler der Aussage zu, dass die meisten in ihrer Klasse gerne zusammen sind (Zusammenfassung der Bewertungen „stimmt genau“ und „stimmt ziemlich“).

2.1.5 Schulleistungen

Eine positive Schulumgebung kann eine bestärkende Wirkung auf das Engagement für die Schule haben. In der Studie lässt sich erkennen, dass durchschnittlich die Hälfte der Kinder und Jugendlichen ihre eigenen Leistungen in der Schule als „sehr gut“ bzw. „gut“ einschätzen. Dabei erkennt man eine Verringerung dieser positiven Bewertung von den fünften zu den neunten Klassenstufen um rund 24 Prozentpunkten bei den Jungen und 20 Prozentpunkten bei den Mädchen.

Positive Bewertung der Schulleistungen (Antwortkategorien "Sehr gut" und "gut")

	5. Klasse	7. Klasse	9. Klasse	Gesamt
Jungen	63%	45%	39%	49%
Mädchen	68%	49%	48%	54%

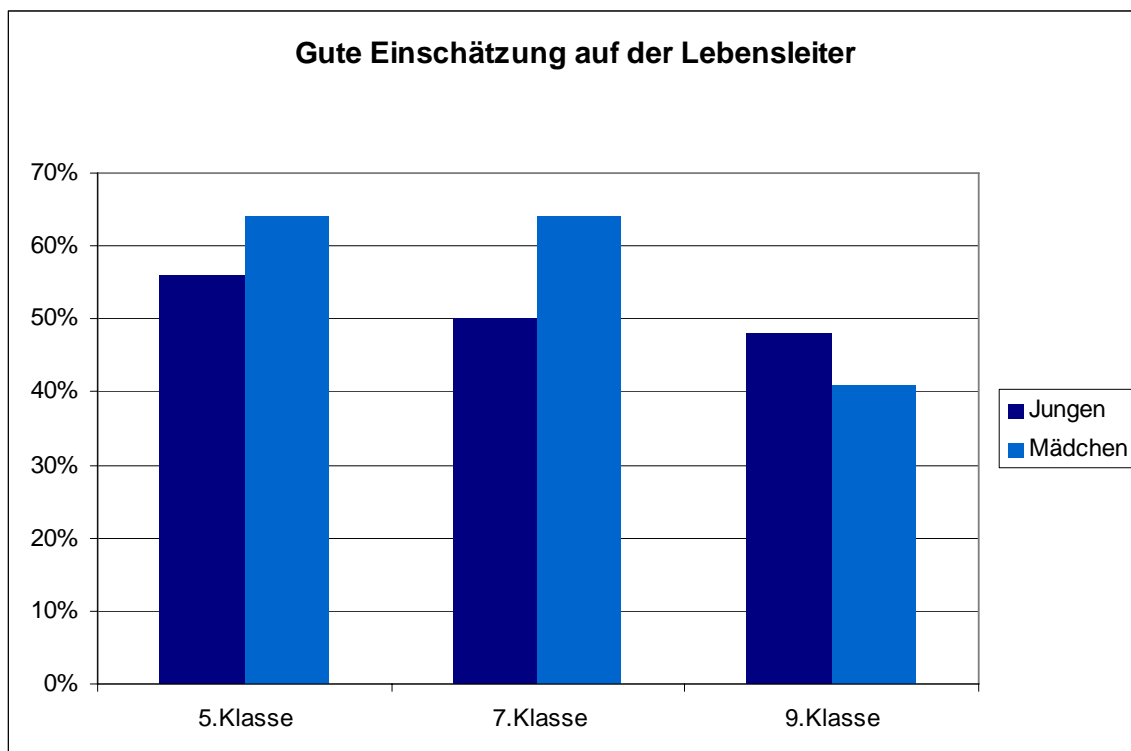
Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.2. Lebenszufriedenheit

2.2.1 Bewertung des eigenen Lebens

Fragt man die Schüler wie sie ihr eigenes Leben einschätzen, so ergibt sich ein breit gefächertes Bild. Mit der Frage nach der Einschätzung auf einer Lebensleiter mit Sprossen von Stufe 0 bis Stufe 10, kann man eine sehr differenzierte Bewertung der eigenen Lebenszufriedenheit der Jugendlichen erhalten.

Die Einschätzung, dass man sich auf dem besten Drittel der Leiter (Bewertung von Stufe 8 bis Stufe 10) befindet, nennen noch 56% der Jungen und 64% der Mädchen der fünften Klasse. Der Anteil der Neuntklässler mit dieser Bewertung ist weitaus geringer. Bei Jungen sinkt er auf 48% (8 Prozentpunkte weniger), bei Mädchen sogar um 23 Prozentpunkte auf 41%.



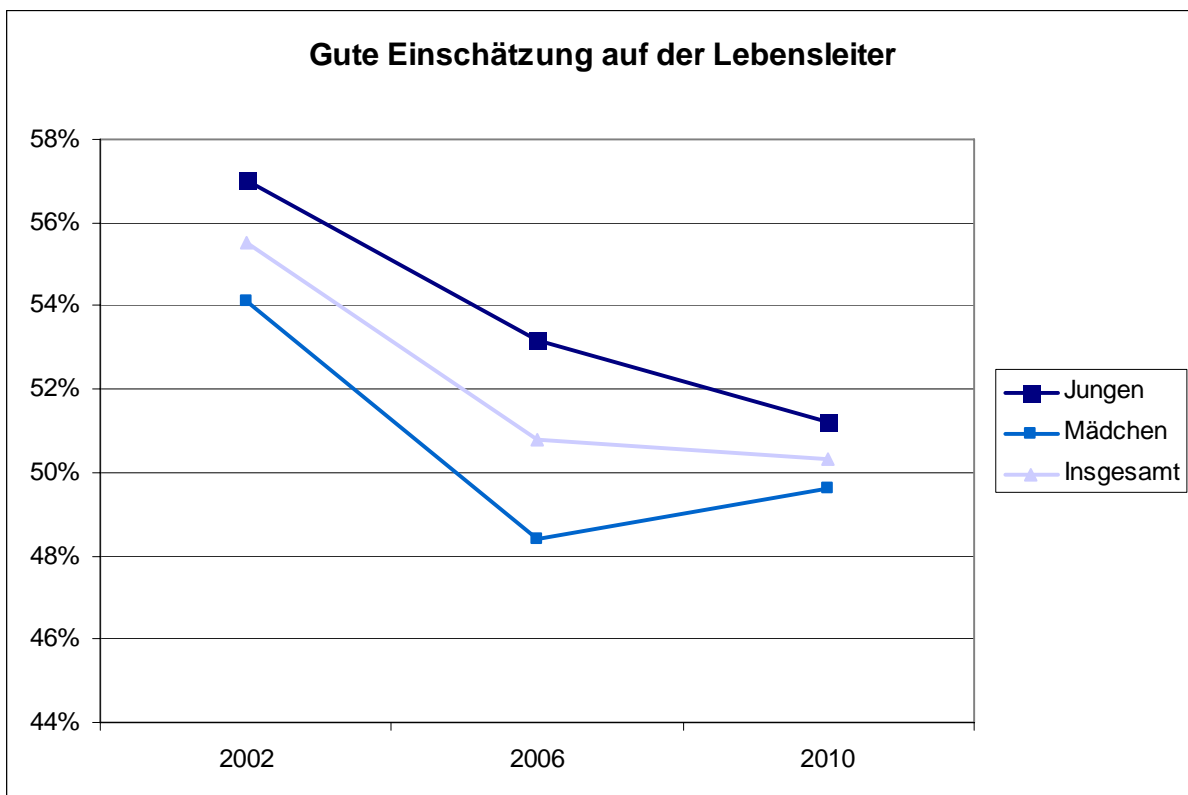
Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Betrachtet man den Anteil der Einordnung auf dem niedrigsten Drittel der Lebensleiter (Zusammenfassung der Stufen 0-3), so beträgt der Anteil über die Geschlechter und Klassenstufen hinweg nicht mehr als 6%.

2.2.1.1 Bewertung des eigenen Lebens 2002 – 2010

Im Jahresrückblick 2002 – 2010 erkennt man einen Abstieg der positiven Bewertung auf der Lebensleiter. Konnten sich 2002 noch 56% der Schüler auf den obersten Stufen (Stufe 8-10) einordnen, so sind es 2010 nur noch 50%.

Auch bei diesem Aspekt zeigt sich die unterschiedliche Einschätzung von Jungen und Mädchen, wobei sich die männlichen Jugendlichen stets zu einem höheren Anteil im positiven Bereich der Lebensleiter einordnen.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

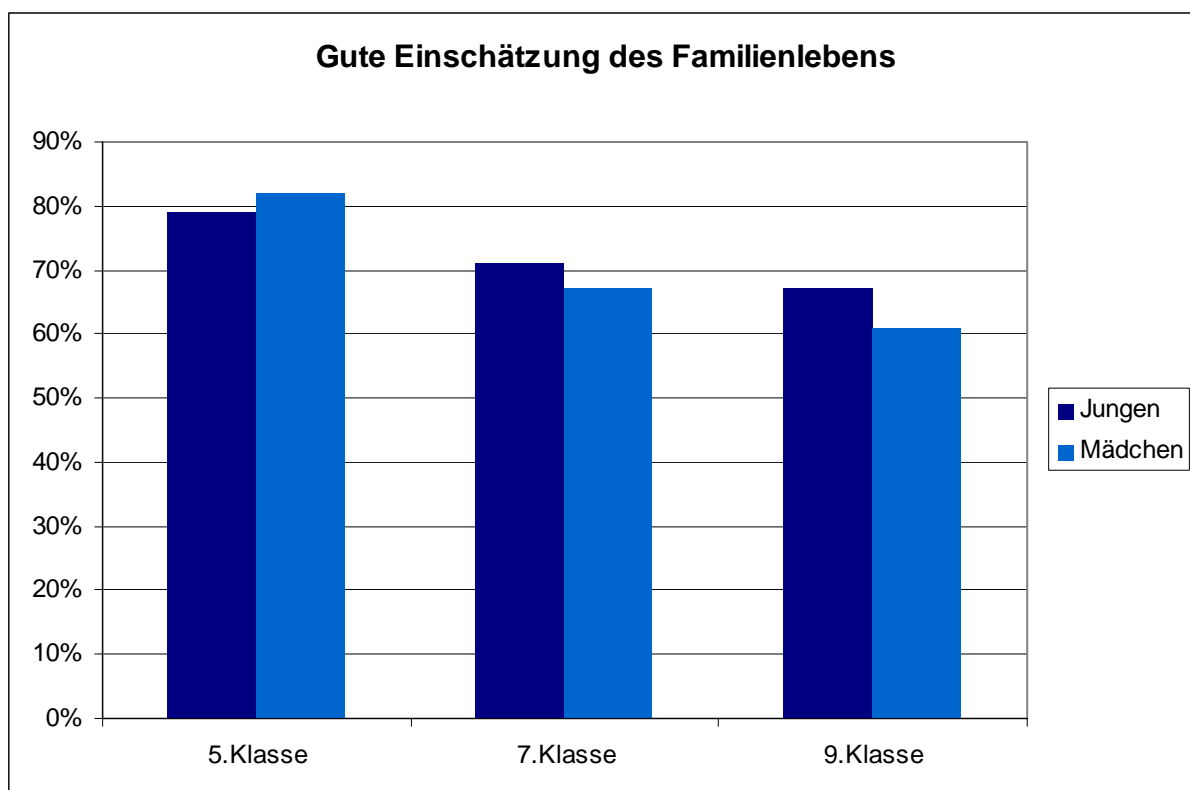
Der Anteil der Schüler, welche sich auf einer niedrigen Ebene auf der Lebensleiter einordnen (Stufe 0-3), liegt 2002 noch bei 3%, steigt bis 2010 jedoch geringfügig auf 6% an.

2.2.2 Zufriedenheit mit der Familie

Die Zufriedenheit mit der Familie kann man ebenfalls sehr anschaulich mit einer Leiter darstellen. Dabei repräsentiert die Stufe 0 eine sehr schlechte Beziehung und die Stufe 10 eine sehr gute Beziehung zwischen den Familienmitgliedern.

Es zeigt sich erneut das Muster, dass Jungen für 2010 die Situation eher gleich bleibend über alle Klassenstufen hinweg ähnlich bewerten, während der Anteil der Mädchen, welche mit dem Familienleben zufrieden sind, mit steigendem Alter sinkt.

Der Anteil der Jungen, welche ihr Familienleben als positiv einschätzen, beträgt in der fünften Klasse 79%, in der neunten Klasse nur noch 67%. Die Fünftklässlerinnen teilen diese gute Bewertung mit 82%, in der neunten Klasse nur noch mit 61%. Während bei den Jungen der Anteil der positiven Bewertung um 12 Prozentpunkte absinkt, so verringert er sich bei den Mädchen sogar um 21 Prozentpunkte.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Betrachtet man den Anteil der Einordnung auf dem niedrigsten Drittel der Zufriedenheit mit dem Familienleben (Zusammenfassung der Stufen 0-3), so beträgt der Anteil über die Geschlechter und Klassenstufen hinweg nicht mehr als 6%.

In Bezug auf das Familienleben lässt sich in den Ergebnissen der Studie erkennen, dass die Häufigkeit der Aktivitäten mit den Eltern mit steigender Klassenstufe stark abnimmt. So geben noch 48% aller Fünftklässler an, mindestens 2-3 Mal in der Woche bzw. täglich mit ihren Eltern Spaß zu haben. Der Anteil sinkt bei den Schülern der neunten Klasse auf geringe 14%.

2.3 Gesundheit

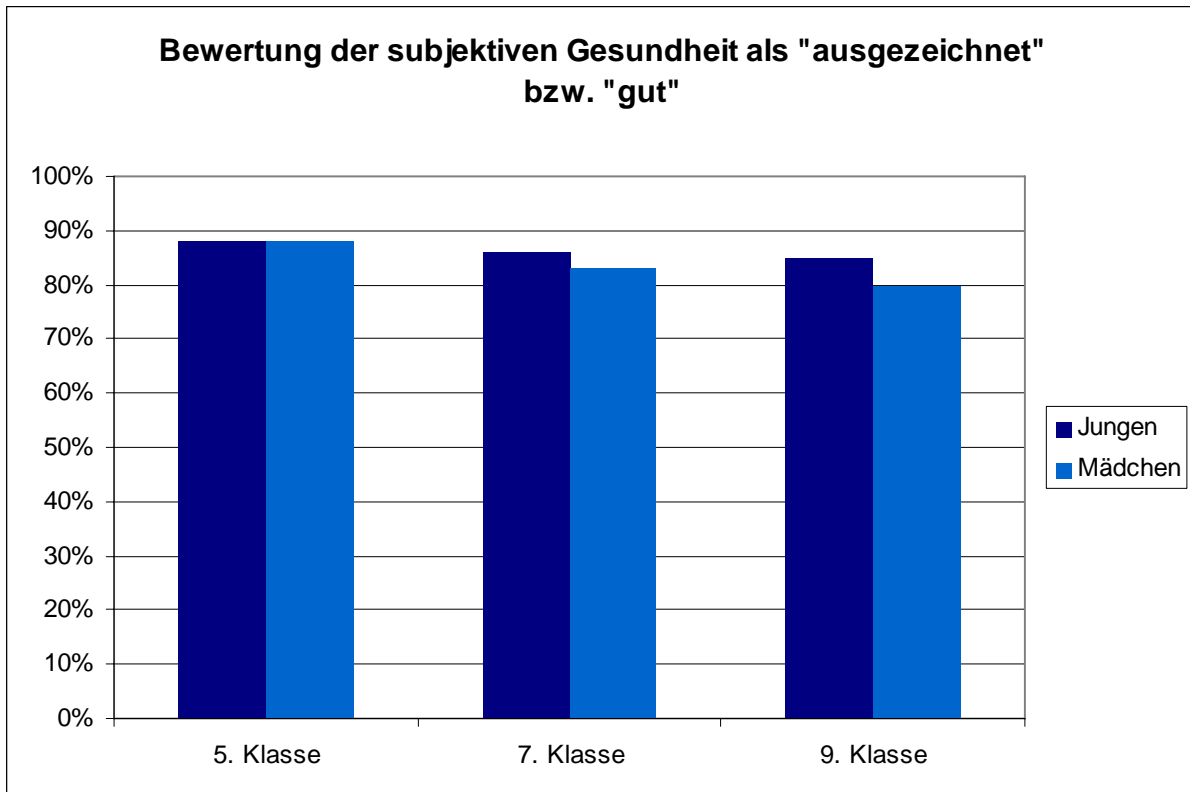
Der Gesundheitszustand des Kinder- und Jugendalters ist ausschlaggebend für die weitere gesundheitliche Entwicklung. Aus diesem Grund wurden die Kinder und Jugendlichen in der HBSC-Studie ausführlich zu Themengebieten wie der subjektiven Einschätzung ihres Gesundheitszustands, ihrem Körpergewicht, ihren gesundheitlichen Beschwerden und ihrer mentalen Gesundheit befragt.

2.3.1 Subjektive Gesundheit

Die subjektive Bewertung des eigenen gesundheitlichen Zustands fällt bei den Schülern insgesamt sehr positiv aus, wobei die Mädchen ihren Gesundheitszustand jedoch stets schlechter bewerten als die Jungen. So beschreiben beispielsweise 39% der männlichen Neuntklässler ihren Gesundheitszustand als „ausgezeichnet“, während dies bei den Mädchen der neunten Klasse nur mit 29% zutrifft.

Insgesamt lässt sich sagen, dass etwa die Hälfte aller Schüler ihren Gesundheitszustand als „gut“ bezeichnet. Etwa ein Zehntel der Jungen beschreiben ihn als „einigermaßen“ und ein geringfügiger Prozentsatz (2%) als „schlecht“.

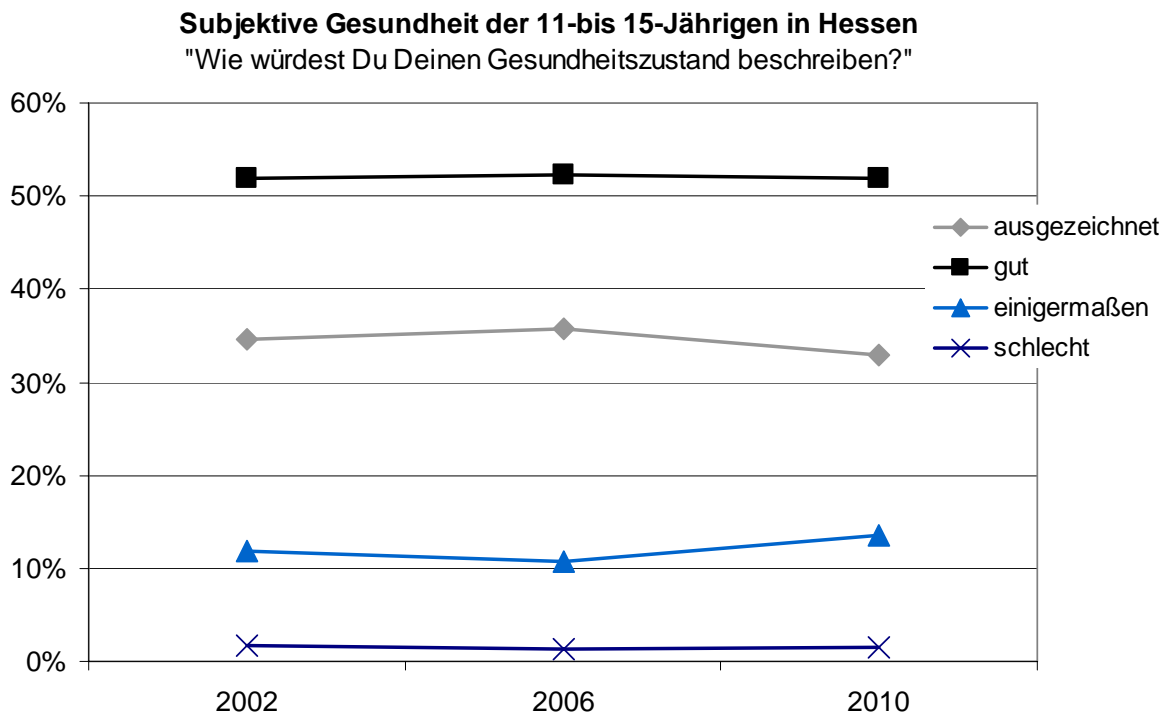
Bei den Mädchen fallen die Bewertungen schlechter aus, vor allem mit steigendem Alter. Etwa ein Zehntel der Fünftklässlerinnen beurteilen ihren Gesundheitszustand als „einigermaßen“, bei den Neuntklässlerinnen steigt der Anteil auf 18%. Nur ein geringfügiger Anteil (1%) schätzt ihren Gesundheitszustand als schlecht ein.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.3.1.1 Subjektive Gesundheit 2002 – 2010

Betrachtet man die Bewertung der subjektiven Gesundheit über die verschiedenen Erhebungen hinweg, so zeigen sich kaum Variationen zwischen den Jahren.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.3.2 Subjektive Wahrnehmung des Körpergewichts

In der Studie zeigt sich, dass rund die Hälfte der Schüler und etwa 40% der Schülerinnen ihr Körpergewicht als „genau richtig“ wahrnehmen. Mit zunehmendem Alter erkennt man eine Abnahme dieser Einschätzung. Während noch 51% der Fünftklässler diese Bewertung abgeben, so sind es bei den Neuntklässlern nur noch 42%. Auch bei den Mädchen sinkt der Anteil derer, welche ihr Körpergewicht als „genau richtig“ einschätzen, von 43% (5. Klasse) auf 39% (9. Klasse).

Insgesamt glauben rund 5% der Jungen und 8% der Mädchen, dass sie „viel zu dick“ seien. Andererseits wähnen sich etwa 3% der Kinder und Jugendlichen als „viel zu dünn“.

2.3.3 Beschwerden

Die Schüler wurden ebenfalls nach gesundheitlichen Beschwerden wie Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Rückenschmerzen oder schlechtem Einschlafverhalten gefragt.

Insgesamt werden etwa ein Zehntel der Jungen fast täglich bzw. mehrmals pro Woche von Kopfschmerzen geplagt. Bei den Mädchen sind es etwa 20%, wobei der Anteil der Neuntklässlerinnen mit 24% am höchsten ist. Ebenso kommen Rückenschmerzen als körperliche Beschwerde unter den Heranwachsenden vor. Beträgt der Anteil bei den Jungen etwa 10%, so ist der Anteil der Mädchen mit 15% ebenfalls höher.

Betrachtet man den Anteil der Schüler, welche täglich bzw. mehrmals pro Woche unter Bauchschmerzen leiden, so beträgt er bei den Jungen rund 6%. Bei den Mädchen zeigen sich diese gesundheitlichen Beschwerden doppelt so häufig, nämlich mit einem Anteil von 12%.

Ebenso berichten einige Kinder und Jugendliche, dass sie abends schlecht einschlafen können. Erneut zeigt sich, dass die Mädchen mit 20% häufiger schlecht einschlafen können als Jungen (15%). Dabei ist der Anteil der Neuntklässlerinnen im Gegensatz zu den Mädchen in den anderen Altersgruppen mit rund 24% am höchsten.

2.3.4 Mentale Gesundheit

Die Jugendlichen wurden in der HBSC-Studie zu ihrem Gemütszustand befragt. Als Referenzrahmen diente die Gefühlslage der vorigen Woche. Dabei beklagen 17% der Jungen und 20% der Mädchen sich „überhaupt nicht“ bzw. „nur ein wenig“ fit gefühlt zu haben. Zwei Drittel der Jungen, aber nur rund die Hälfte der Mädchen (55%) haben sich „ziemlich“ bzw. „sehr“ fit und wohl gefühlt.

Etwa ein Zehntel der Jungen haben sich in der Woche vor der Befragung („oft“ bzw. „immer“) traurig gefühlt, bei den Mädchen waren es sogar 15%. Ebenso fühlten sich 7% der Jungen bzw. 9 % der Mädchen („oft“ bzw. „immer“) einsam. Verdeutlicht wird dies durch die Angabe, dass etwa ein Zehntel der Jugendlichen in der vorigen Woche nie bzw. selten Spaß mit Freunden hatten.

Innerhalb der Alters- bzw. Klassenstufen gibt es bei der Bewertung der mentalen Gesundheit wenige Variationen. Unterschiede finden sich, wie aufgeführt, jedoch in hohem Maße zwischen den Geschlechtern.

2.3.5 Bewegungsverhalten

Die Schüler wurden speziell danach gefragt, wie oft sie sich in der letzten Woche mindestens 60 Minuten durchgängig körperlich angestrengt haben. Dabei ergab sich ein durchschnittlicher Umfang von 4 Tagen in der Woche. Jeden Tag Sport treiben die Jungen mit einem Anteil von rund 20% und die Mädchen mit 13%.

Entsprechend ergab sich, dass sie außerhalb des Sportunterrichts an durchschnittlich 2-3 Tagen in der Woche sportlich aktiv sind. Es zeigt sich eine Abnahme der täglichen sportlichen Aktivität in Bezug auf die Klassenstufen. Ist z.B. ein Fünftklässler mit einem Anteil von 29% jeden Tag körperlich aktiv, so sind es bei den Neuntklässlern nur noch 16%. Auch bei den Mädchen zeigt sich eine Abnahme von 11 Prozentpunkten (5. Klasse: 19%, 9.Klasse: 8%).

Bei der Frage nach der Zeit der sportlichen Betätigung außerhalb des Schulunterrichts nennen die Schüler

durchschnittlich 2-3 Stunden pro Woche. Im Vergleich zu den Jahren 2002 und 2006 hat es keine nennenswerten Veränderungen gegeben.

2.3.6 Zahnhygiene

Ein wichtiger Indikator des Gesundheitszustandes ist die Zahnpflege. Bei der Studie zeigt sich ein großer Unterschied zwischen dem Zahnputzverhalten der Mädchen und Jungen. Zwischen den Klassenstufen gibt es nur geringfügige Variationen. Nur rund 74% der männlichen, jedoch 86% der weiblichen Befragten putzen sich mehr als einmal pro Tag die Zähne. Die Anteile derer, welche sich seltener als einmal die Woche bzw. nie die Zähne putzen sind mit durchschnittlich 3% eher gering.

2.4 Ernährung

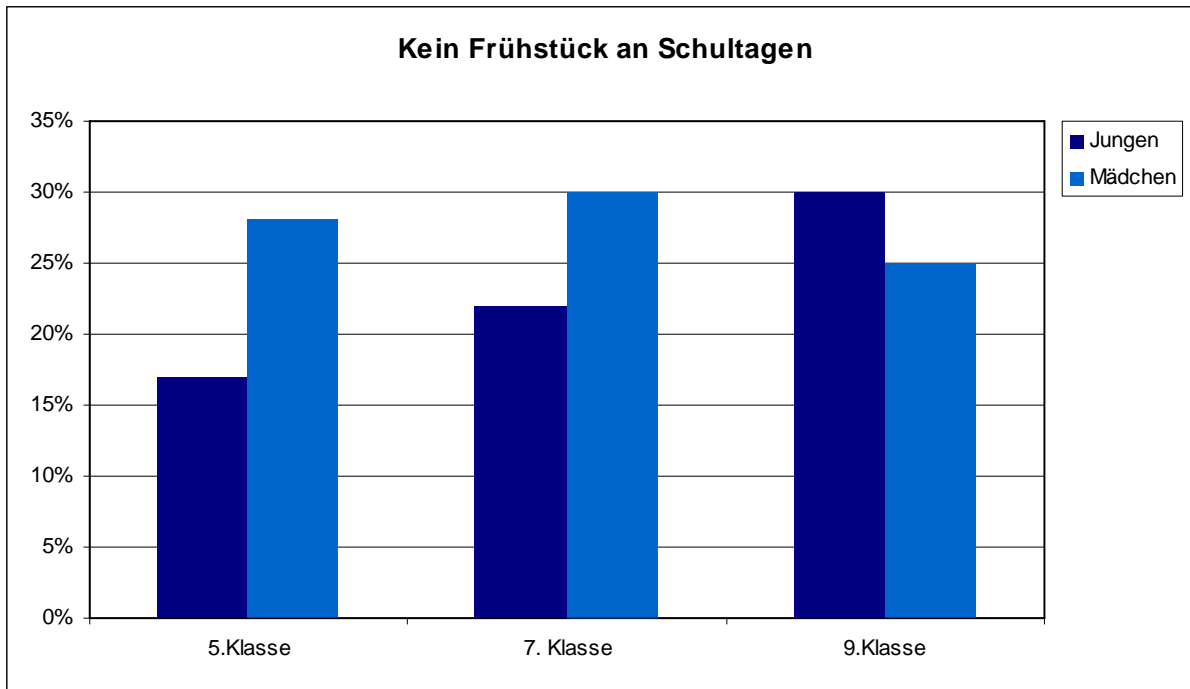
Für eine optimale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist eine gesunde Ernährung von größter Bedeutung. Dabei ist zu beachten, dass für eine gesunde körperliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen eine gute Versorgung mit wichtigen Nährstoffen wie Vitaminen und Mineralstoffe von Nöten ist.

Um den aktuellen Gesundheitszustand der Kinder- und Jugendlichen umfassend zu erheben, wurden die Schüler nach Aspekten wie ihrem Konsum von Obst, Gemüse, Süßigkeiten oder zuckerhaltigen Getränken befragt. Ebenso wurden sie gefragt, wann und wie oft sie frühstücken sowie ob sie derzeit eine Diät machen.

2.4.1 Frühstücksverhalten

Ein wichtiger Indikator für das Ernährungsverhalten ist das Frühstück, denn es ist ausschlaggebend für einen leistungsfähigen Start in den Tag.

In der Studie wurde ermittelt, dass ein großer Anteil von Schülerinnen und Schülern an Wochentagen ohne Frühstück zur Schule geht. Dabei zeigt sich mit steigendem Alter ein Anstieg derer, welche nicht frühstücken. In der Fünften Klasse beträgt der Anteil der Jungen noch 17%, bei den Mädchen 14%. Der Anteil steigt in den neunten Klassen auf 30% bei den Jungen und auf 25% bei den Mädchen an. Bei diesen Prozentangaben muss man sich bewusst werden, dass dies immerhin fast ein Drittel der Neuntklässler und ein Viertel der Neuntklässlerinnen ist.

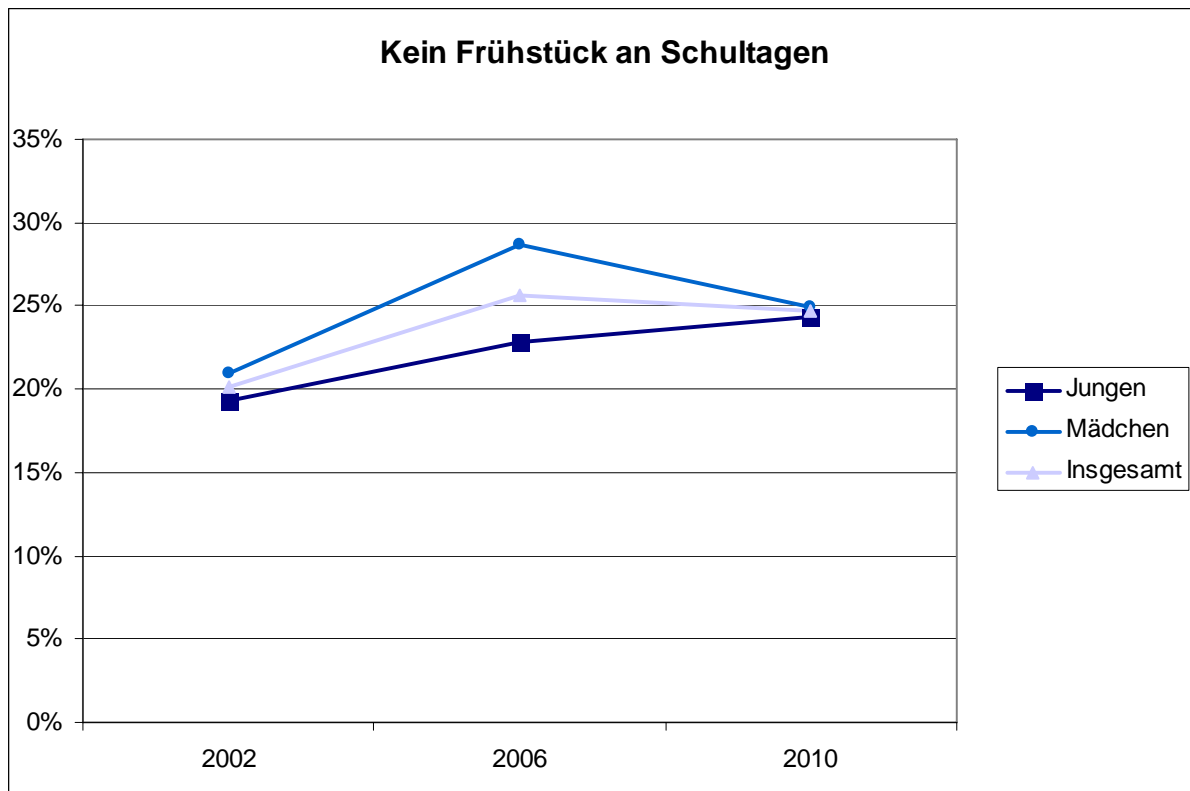


Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.4.1.1 Frühstücksverhalten 2002 – 2010

Betrachtet man das Frühstücksverhalten der Heranwachsenden über die Jahre hinweg, so zeigen sich Schwankungen im Verlaufe der drei Erhebungen.

Von 2002 auf 2006 verschlechterte sich das Frühstücksverhalten, da immer weniger Kinder und Jugendliche an Schultagen morgens etwas zu sich nahmen. Waren es 2002 noch 20%, also ein Fünftel der Schüler welche an Schultagen nicht frühstücken, so stieg der Anteil 2006 auf etwa ein Viertel (26%). Eine geringfügige Verringerung ergibt sich 2010 mit 25%.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 – Hessen

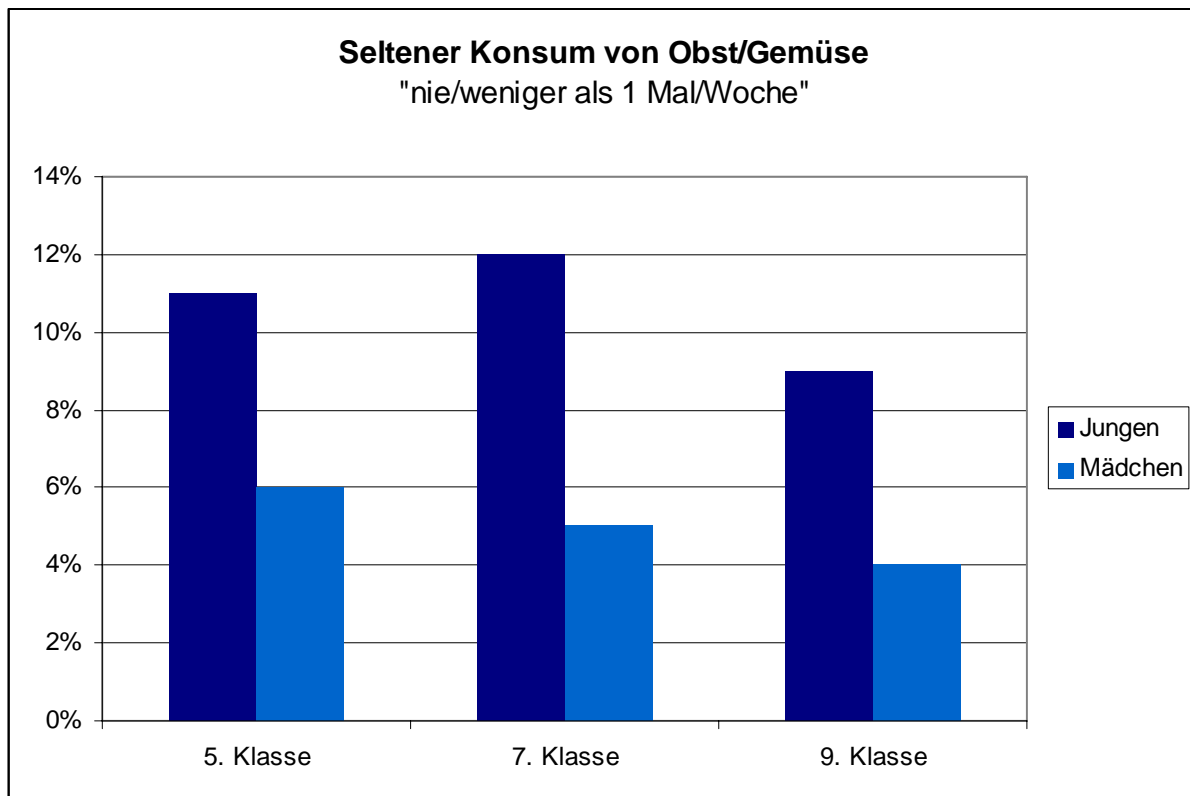
Der Anteil derer, welche in der Schulwoche täglich frühstücken, sinkt von 2002 (62%) bis 2010 (60%) nur leicht ab. Es zeigen sich jedoch starke Unterschiede zwischen dem Essverhalten von Jungen und Mädchen. 2002 frühstücken nur 58% der Mädchen, aber 65% der Jungen an jedem Schultag. Es ergibt sich eine Differenz von 7 Prozentpunkten. Auch 2006 erkennt man, dass die Jungen häufiger regelmäßig frühstücken als die Mädchen. 2010 sind die Anteile der Jungen und Mädchen fast gleich.

2.4.2 Nahrungsmittel/Essensgewohnheiten

Um die Essensgewohnheiten der Schüler zu erfassen, wurde nach dem Verzehr von Obst, Gemüse, Süßigkeiten und zuckerhaltigen Getränken gefragt.

In Bezug auf den Verzehr gesunder Lebensmittel lassen die Ergebnisse erkennen, dass sie bei Mädchen häufiger auf dem Speiseplan stehen als bei Jungen. Durchschnittlich ein Zehntel der Jungen ernährt sich nie bzw. weniger als einmal die Woche von Obst und Gemüse. Der Anteil der Fünftklässler, welche so selten wichtige Vitamine zu sich nehmen, beträgt 15%. Mit

steigendem Alter (9. Klasse) halbiert er sich auf etwa 8%. Bei den Mädchen liegt der Prozentsatz des geringfügigen Obst- und Gemüseverzehrs lediglich bei durchschnittlich 5%, wobei bei den unterschiedlichen Klassenstufen kaum Unterschiede erkennbar sind.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Im Folgenden wird der Konsum von Nahrungsmitteln wie Gemüse, Obst, Süßigkeiten sowie zuckerhaltigen Getränken differenziert betrachtet.

2.4.2.1 Gemüse

Vom Bundesministerium für Gesundheit wird eine Tagesmenge von 5 Einheiten Obst bzw. Gemüse am Tag empfohlen, um eine optimale Vitamin- und Nährstoffversorgung zu erreichen. Diesen Ratschlag beherzigen jedoch nur wenige Jugendliche. Durchschnittlich 6% der Jungen und 8% der Mädchen essen mehrmals am Tag Gemüse.

2.4.2.2 Obst

Obst hat einen höheren Beliebtheitsgrad. Mädchen essen gleich bleibend über alle Klassenstufen hinweg mit einem Anteil von 23% mehrmals am Tag Obst. Das ist fast ein Viertel aller

Schülerinnen, welche sich um ein gesundes Ernährungsverhalten bemühen. Ein starker Kontrast ist bei den Jungen zu erkennen. Bei den Fünftklässlern beträgt der Anteil noch 20%, also ein Fünftel, sinkt jedoch bei den älteren Neuntklässlern auf einen extrem niedrigen Anteil von 13%.

2.4.2.3 Süßigkeiten

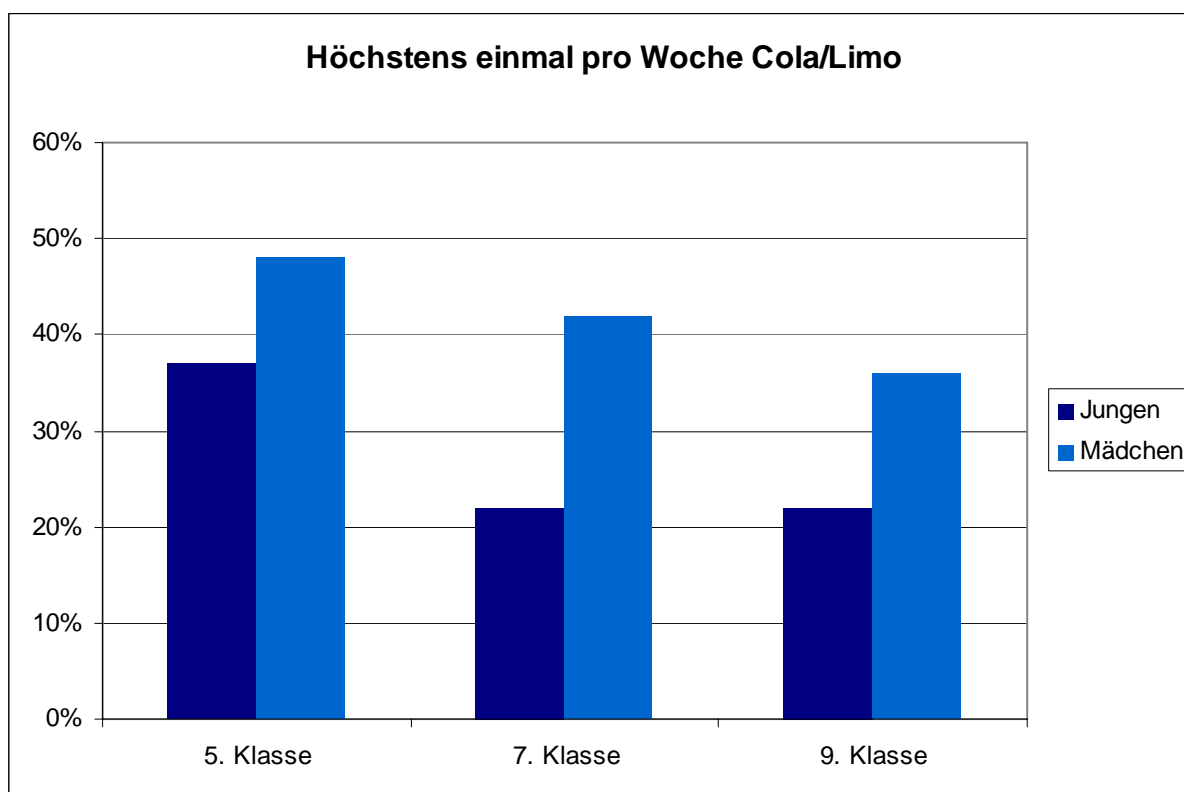
In Bezug auf den Verzehr von Süßigkeiten wie Schokolade ergeben sich nur geringfügige Unterschiede. Durchschnittlich 13% der Jungen und 10% der Mädchen verzichten auf Süßigkeiten bzw. verzehren diese weniger als einmal in der Woche.

Insgesamt lässt sich sagen, dass etwa ein Zehntel der Schüler sich gesundheitsbewusst zeigen und nur geringe Mengen dieser zuckerhaltigen Nahrungsmittel zu sich nehmen. Ein bedenkliches Verhalten zeigt sich bei Jungen und Mädchen aller Klassenstufen, welche mit durchschnittlich 44% an 2-6 Tagen in der Woche Süßigkeiten naschen.

2.4.2.4 Süßgetränke

Betrachtet man den Konsum von zuckerhaltigen Getränken wie Limonade, so zeigen sich mehrere Unterschiede in Bezug auf das Alter sowie beim Geschlecht. Sehr gesundheitsbewusst zeigen sich dabei vor allem die Fünftklässler/innen. Dabei beträgt der Anteil der Jungen, welche höchstens einmal in der Woche Limo/Cola trinken 37% und bei den Mädchen sogar 48%. Fast die Hälfte aller Fünftklässlerinnen achten also auf ein gesundes Trinkverhalten. Diese positive Eigenschaft nimmt jedoch mit steigendem Alter ab.

Etwa ein Fünftel der Neuntklässler (22%) und ein Drittel (36%) der Neuntklässlerinnen trinken höchstens einmal in der Woche zuckerhaltige Getränke.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die jüngeren und vor allem die weiblichen Schüler/innen auf eine gesunde Ernährung achten. Dieses Bild zeigt sich in Bezug auf die unterschiedlichsten Aspekte wie dem Verzehr von Obst, Gemüse, Süßigkeiten oder dem Konsum von zuckerhaltigen Getränken.

Schüler mit ernährungsbewusstem Verhalten

	Jungen			Mädchen		
	5. Klasse	7. Klasse	9. Klasse	5. Klasse	7. Klasse	9. Klasse
Jeden Tag mehrmals Obst	20%	12%	13%	26%	21%	23%
Jeden Tag mehrmals Gemüse	7%	5%	6%	9%	7%	9%
Selten Süßigkeiten	13%	12%	13%	15%	9%	8%
Selten zuckerhaltige Getränke	37%	22%	22%	48%	42%	36%

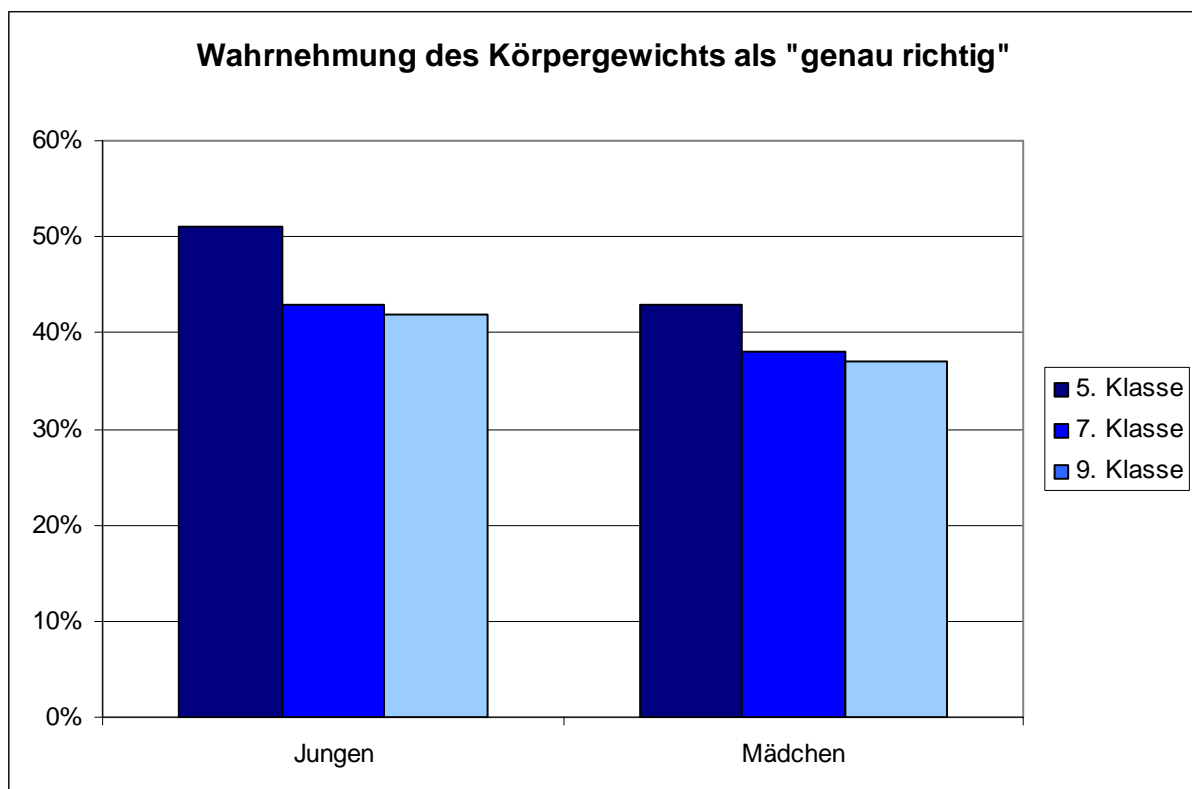
Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.4.3 Diät

Ein sehr wichtiger Aspekt hinsichtlich der Ernährung ist der Wunsch Jugendlicher, abzunehmen. Eine Diät hat große

Auswirkungen auf das Essverhalten und sagt aus, ob ein Jugendlicher sich als zu dick oder gar zu dünn empfindet. Eine Diät kann unter Umständen auch gesundheitsschädlich sein. Bei einer lang anhaltenden, radikalen Diät droht in manchen Fällen Nährstoffmangel, was sich negativ auf die Gesundheit auswirkt.

Aus den Ergebnissen der Studie ergibt sich, dass gleich bleibend über alle Klassenstufen hinweg etwa 60% aller Schüler mit ihrem Gewicht zufrieden sind. Bei den Mädchen zeigt sich dabei ein differenzierteres Bild. Die Fünftklässlerinnen sagen mit einem Anteil von 64%, dass ihr Gewicht OK ist. Dieser Anteil verringert sich stark bei den Neuntklässlerinnen auf 49%.

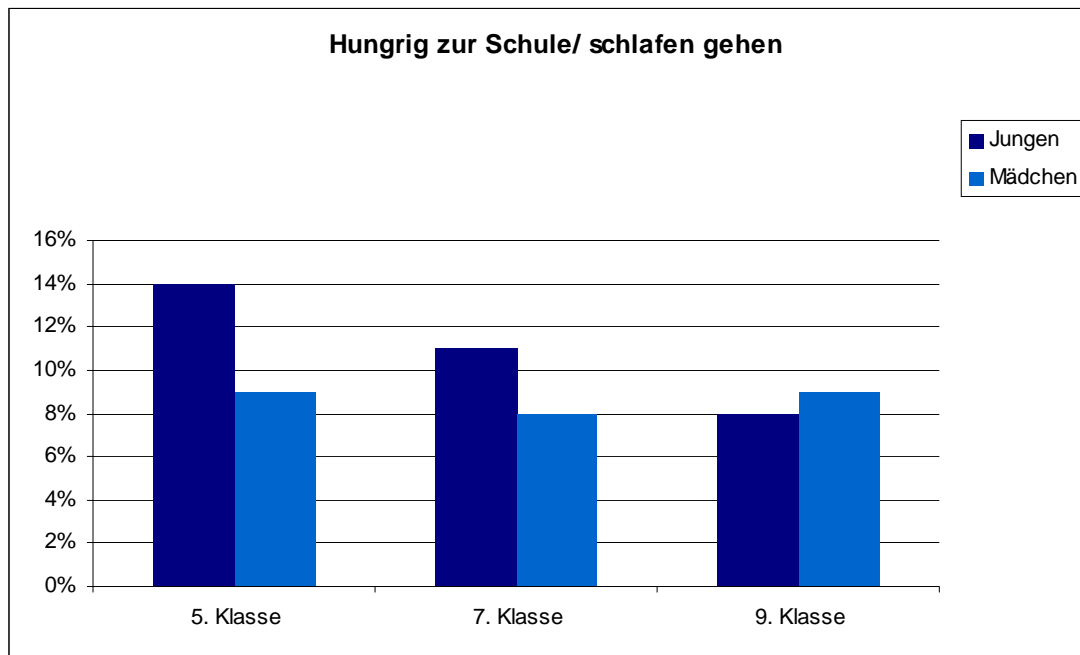


Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Eine Diät machten zur Zeit der Erhebung durchschnittlich 12% der Jungen aller Klassenstufen. Bei den Mädchen steigt der Anteil von 14% (5. Klasse) auf 25% (9. Klasse) stark an. Das bedeutet, etwa ein Viertel der Neuntklässlerinnen machten im Frühjahr 2010 eine Diät. Das sind 11 Prozentpunkte mehr als bei den Fünftklässlerinnen.

2.4.4 Hungrig zur Schule

In der Studie zeigt sich, dass einige Schüler nicht ausreichend mit Nahrungsmitteln versorgt sind. So geht durchschnittlich ein Zehntel der Heranwachsenden zur Schule bzw. abends ins Bett, ohne eine Mahlzeit zu sich genommen zu haben, weil zu Hause nicht genügend zu Essen vorhanden ist.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

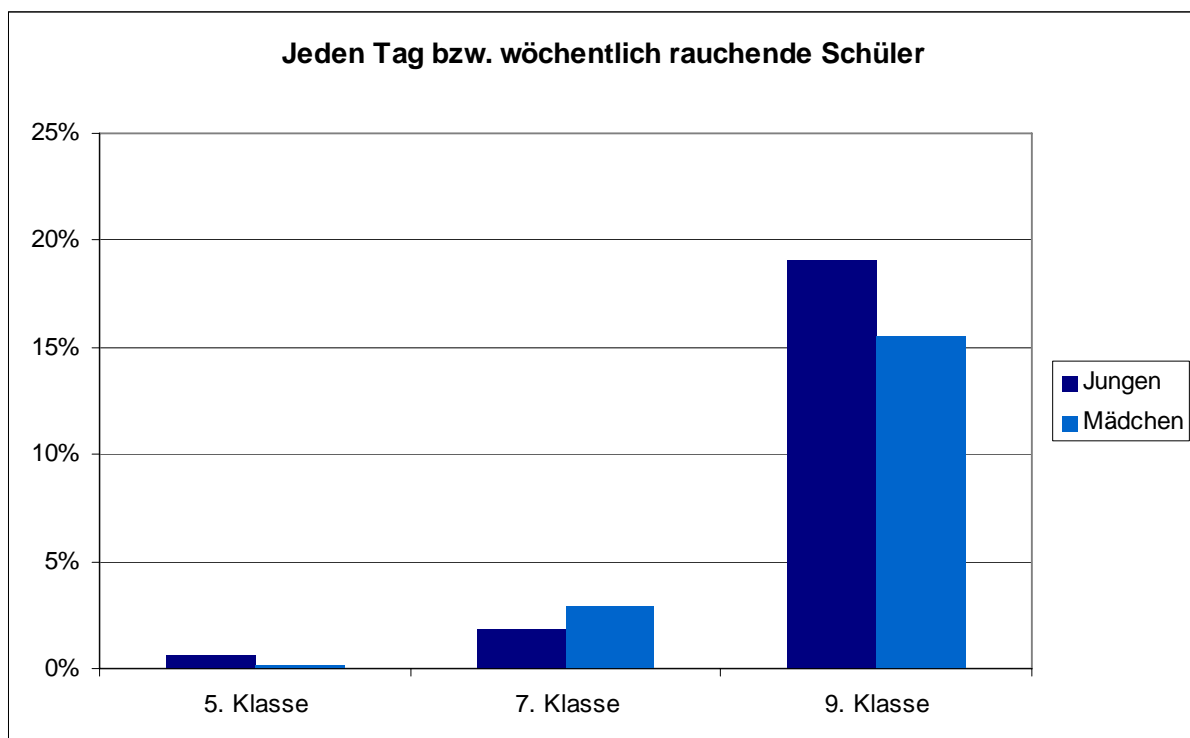
2.5 Risikoverhalten/Substanzmittelkonsum

2.5.1 Tabakkonsum

Die Studie 2010 zeigt, dass 92% der Jungen und 97% der Mädchen der fünften Klassenstufe noch nie geraucht haben. In der neunten Klasse halbiert sich dieser Anteil dann auf 46% bei den Jungen und 53% bei den Mädchen.

Befragt wurden die Neuntklässler, wann sie zum ersten Mal eine Zigarette vollständig geraucht haben. Dabei erkennt man, dass die meisten mit 14 Jahren erste Erfahrungen mit dem Tabakkonsum hatten. Etwa ein Zehntel der Jungen und 6% der Mädchen haben zum ersten Mal mit 11 Jahren, also zu einem sehr frühen Zeitpunkt, eine Zigarette geraucht.

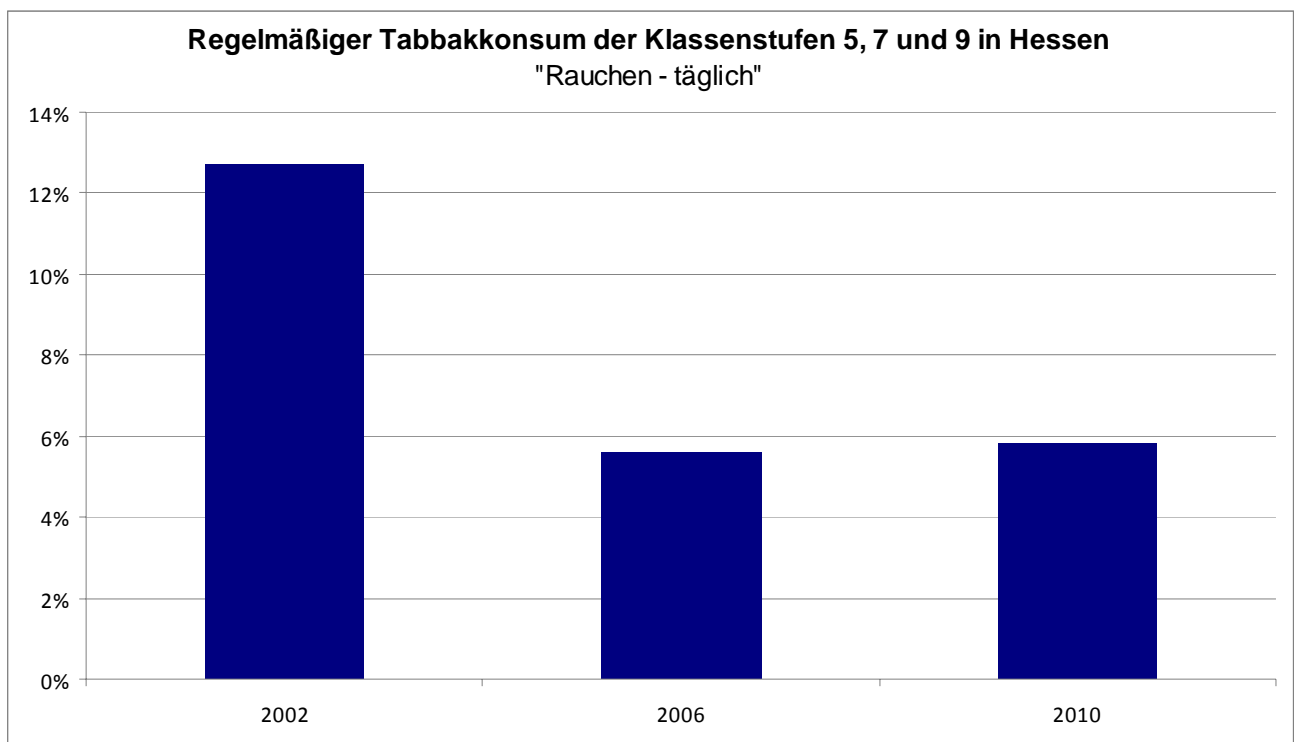
Regelmäßiger Tabakkonsum zeigt sich vorwiegend bei den älteren Jugendlichen und ist bei den Jungen stärker verbreitet. 19%, d. h. fast ein Fünftel der Neuntklässler, rauchen jeden Tag bzw. wöchentlich, bei den Neuntklässlerinnen beträgt der Anteil 16%.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.5.1.1 Tabakkonsum 2002 – 2010

Betrachtet man den Tabakkonsum über die verschiedenen Erhebungszeitpunkte der HBSC-Studie hinweg, so erkennt man vom Jahr 2002 bis 2006 eine Verringerung des Anteils der Jugendlichen, welche täglich rauchen. Der Anteil der täglich Rauchenden halbiert sich von 12% (2002) auf 6% (2006). Zwischen den Jahren 2006 und 2010 sind kaum Unterschiede zu verzeichnen.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.5.2 Cannabiskonsum

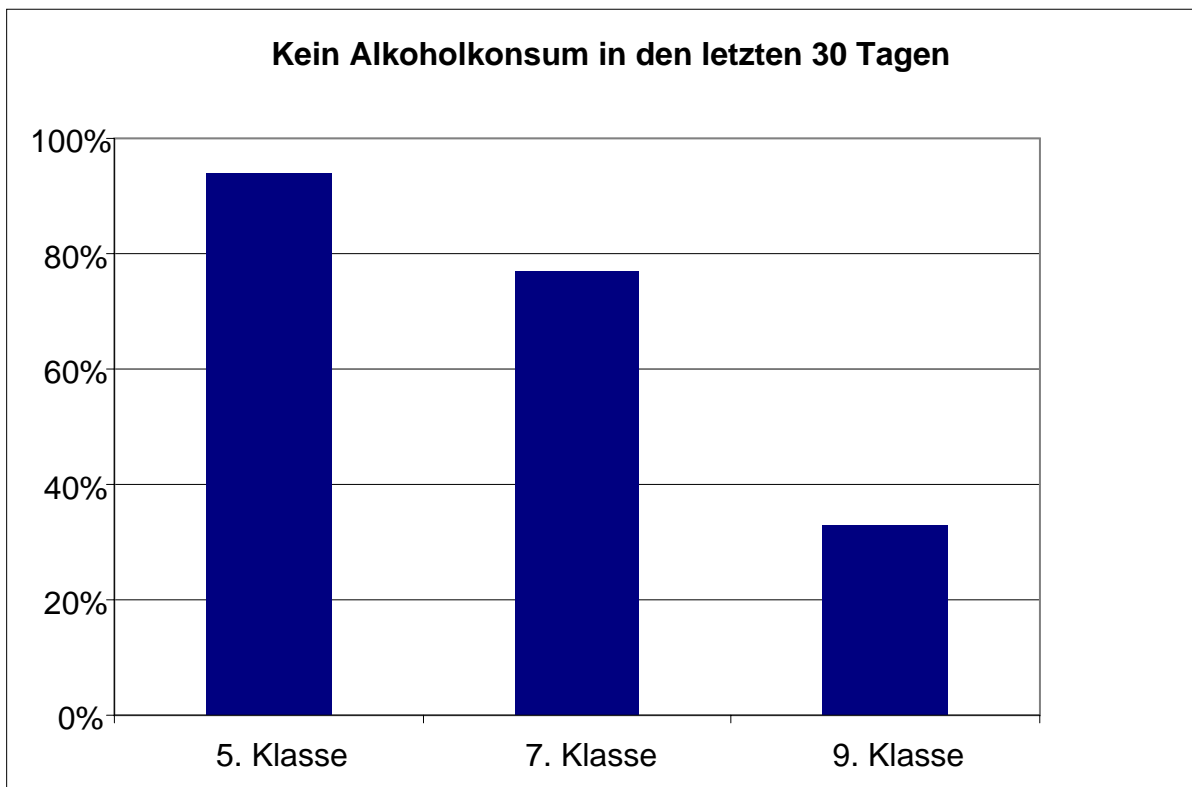
Das Rauchen von Haschisch ist bei den Jugendlichen erwartungsgemäß weitaus weniger verbreitet als das Rauchen von Tabak. So haben 89% der Mädchen und 82% der Jungen noch nie Erfahrungen mit Cannabis gemacht. 8% der Jungen und 5% der Mädchen haben es 1-2 Mal probiert. In der Vergangenheit konsumierte nur ein geringer Anteil von Jungen (4%) und Mädchen (2%) häufig (40 Mal und mehr) das als Einsteigerdroge bekannte Cannabis.

2.5.3 Alkoholkonsum 2010

Alkohol ist die am weitesten verbreitete legale Droge im Jugendalter. Zum ersten Kontakt mit Alkohol wurden nur die

Neuntklässler befragt. Dabei stellte sich heraus, dass nur 13% der Jungen und 14% der Mädchen noch nie ein alkoholisches Getränk zu sich genommen haben.

Bei der Frage, wer im vorigen Monat keinen Alkohol getrunken habe, bejahte dies ein hoher Anteil von Fünftklässlern (94%), jedoch nur ein Drittel der Neuntklässler. Dabei gibt es kaum Unterschiede zwischen den Geschlechtern.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Analysiert man, welche Arten von alkoholischen Getränken bei den Neuntklässlern beliebt sind, so zeigt sich ein deutlicher Unterschied zwischen Mädchen und Jungen.

Etwa ein Drittel der Jungen trinkt regelmäßig („einmal in der Woche“) vor allem Bier oder Biermixgetränke. Der Anteil der Mädchen ist mit 8% (Bier) bzw. 13% (Biermixgetränk) deutlich geringer. Ebenfalls ist „harter Alkohol“ wie Schnaps und Likör mit 11% bei den Jungen der neunten Klasse deutlich beliebter als bei den Mädchen (6%). Beliebter sind weiterhin die oft benannten Alcopops, welche 16% der Jungen und 10% der Mädchen wöchentlich trinken.

Wöchentlicher Alkoholkonsum der Neuntklässler

	Bier	Biermixgetränke	Schnaps/Likör	Alcopops
Jungen	30%	31%	11%	16%
Mädchen	8%	13%	6%	10%

Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Insgesamt zeigt sich die Tendenz, dass Jungen häufiger regelmäßig Alkohol konsumieren als Mädchen. Dabei präferieren sie vor allem Bier und Biermixgetränke.

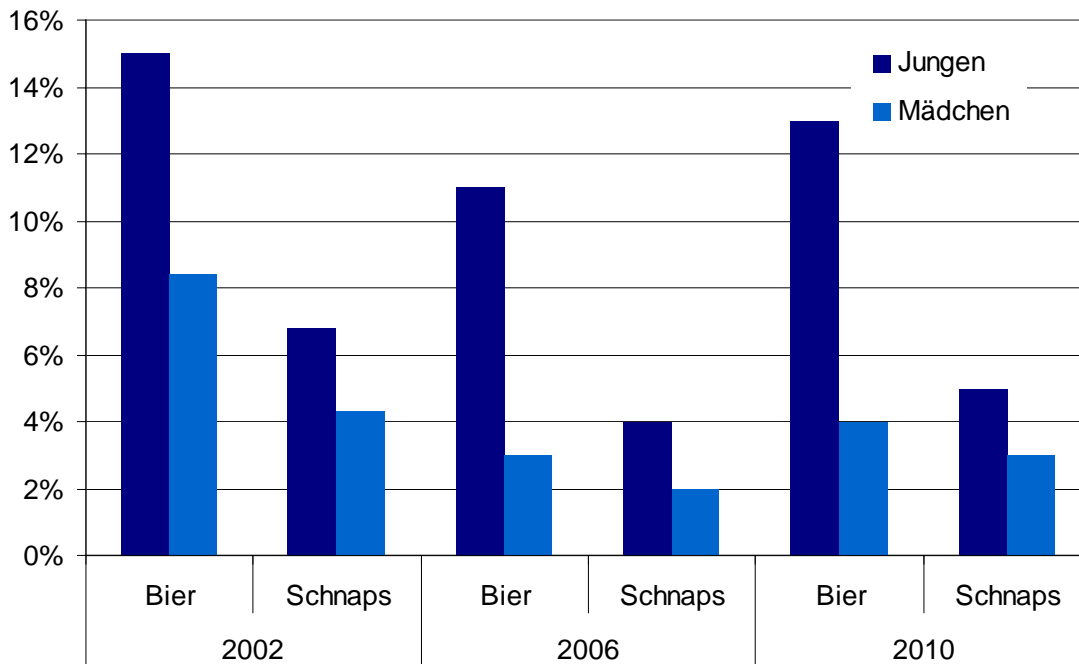
2.5.3.1 Alkoholkonsum 2002 – 2010

Betrachtet man den Alkoholkonsum der Jugendlichen über die Jahre hinweg, so wiederholt sich das Muster, welches sich auch im Jahr 2010 zeigt. Bier ist bei den Jugendlichen wesentlich beliebter als der hochprozentige Schnaps. Ebenso erkennt man, dass Alkohol zu einem höheren Anteil von Jungen getrunken wird als von Mädchen.

Bei den Mädchen zeigt sich über die Jahre hinweg eine geringfügige Abnahme des Bierkonsums von 8% (2002) auf 3% (2006) bzw. 4% (2010). Der Schnapskonsum der Mädchen beläuft sich durchgehend auf einer niedrigen Ebene von 2-4%.

Bei den Jungen lässt sich eine leichte Verringerung des Schnapskonsums von 7% (2002) auf 4% (2006) erkennen. Der Bierkonsum beträgt gleich bleibend etwa 11-15%.

Regelmäßiger Bier- und Schnapskonsum der 11- bis 15-Jährigen in Hessen nach Geschlecht
"täglich/jede Woche"



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.6 Freizeitverhalten/Medien

Betrachtet man, welche Aktivitäten die Jugendlichen im Allgemeinen ausführen, so erkennt man einen starken Schwerpunkt auf sportlichen Aktivitäten, Nutzung von Spielkonsolen und des Computers zum Surfen im Internet sowie zum Spielen, das Treffen mit Freunden, Musik hören, mit Freunden kommunizieren (Telefon, SMS) und dem Lesen von Büchern.

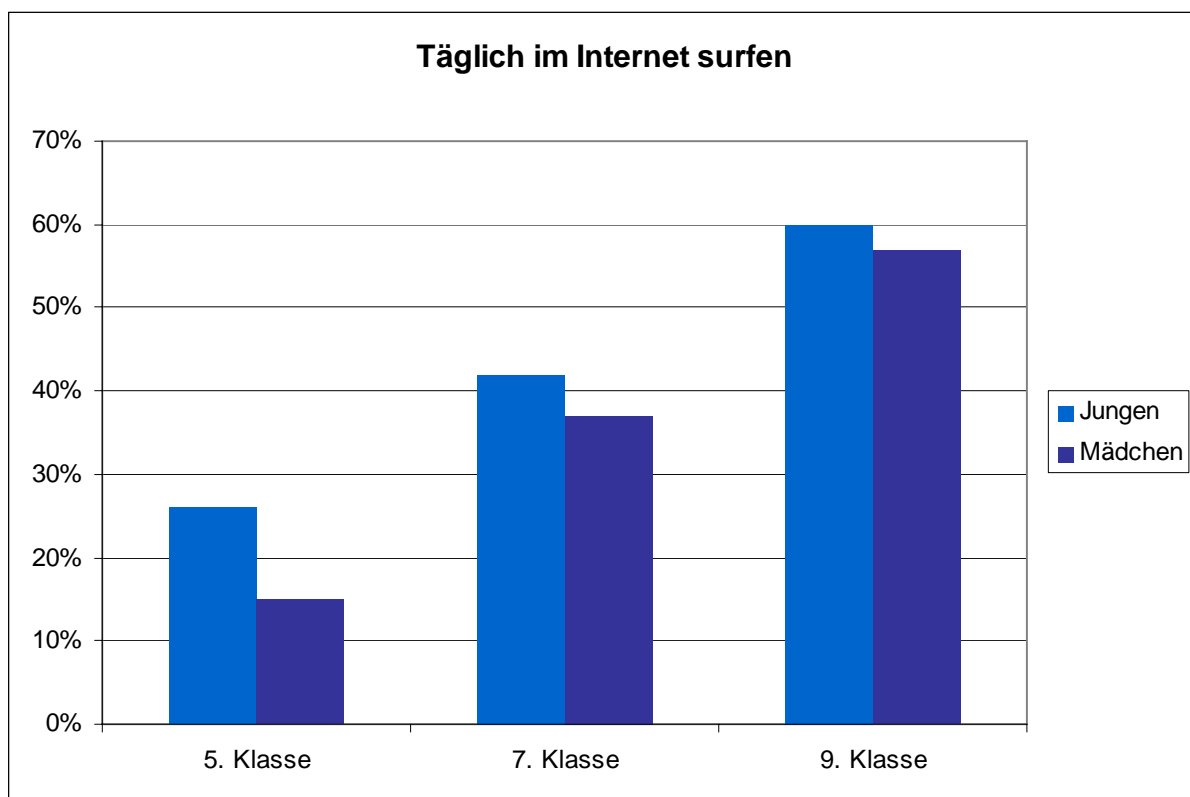
2.6.1 Körperliche Aktivität

Ein großer Anteil der Fünftklässler (42%) treibt täglich Sport, wobei sich nur noch ein Viertel der älteren Schüler (9. Klasse: 25%) so sportlich zeigt. Fast ein Drittel der Fünftklässlerinnen (32%) ist täglich sportlich aktiv, bei den älteren Schülerinnen (9. Klasse) sinkt dieser Anteil auf ein Fünftel (10%). Immerhin treiben die Schülerinnen aller Klassenstufen übereinstimmend mit durchschnittlich 43% „mehrmals pro Woche“ Sport. Bei den Schülern zeigt sich eine stärkere Variation, durchschnittlich sind es jedoch ebenso 43%.

Der Anteil derer, welche „nie“ sportlich aktiv sind, beträgt bei den Mädchen insgesamt 3% und bei den Jungen 4%.

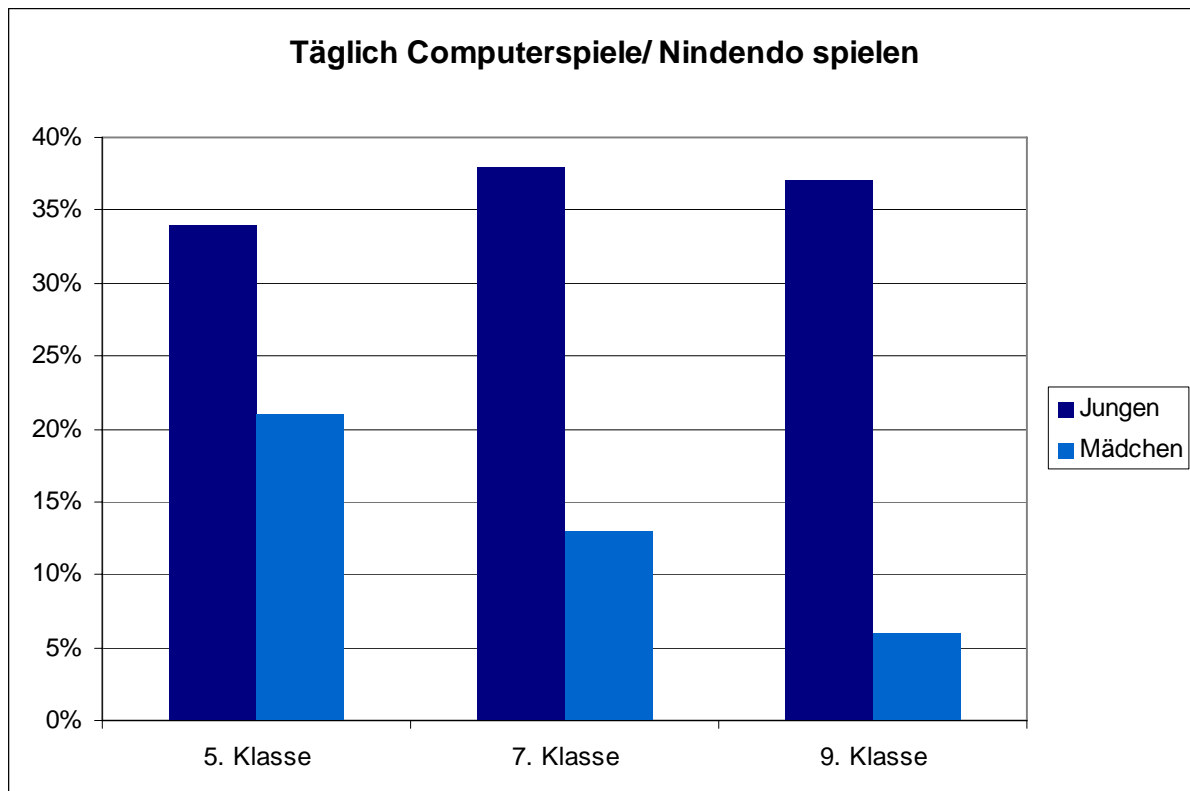
2.6.2 Medien

Ein wichtiger Tagesbestandteil der Jugendlichen ist das Surfen im Internet, wobei die Bedeutsamkeit des Internet mit steigendem Alter ebenfalls größer wird. Bei den Jungen, welche täglich im Internet surfen, steigt der Anteil von 26% (5. Klasse) auf 60% (9. Klasse), also um 34 Prozentpunkte. Bei den Mädchen steigt der Anteil noch stärker (42 Prozentpunkte) von 15% auf 57%.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Vor allem bei den Jungen ist das Spielen mit dem Computer bzw. einer Spielkonsole sehr beliebt. Durchschnittlich 36% aller Klassenstufen spielen jeden Tag. Bei den Mädchen ist der Anteil geringer, er sinkt von 21% (5. Klasse) auf 6% bei den Neuntklässlerinnen.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Des Weiteren haben die Jugendlichen heute Freizeitaktivitäten wie Video bzw. DVD schauen. Diese Art des Zeitvertreibs nutzen Jungen zu durchschnittlich 18% täglich, dieser Anteil halbiert sich bei den Mädchen fast auf etwa 11%.

Ein rasanter Abstieg zeichnet sich mit dem Alter beim Lesen von Büchern ab. Während etwa ein Drittel (32%) der Fünftklässler jeden Tag ein Buch liest, so sind es bei den Neuntklässlern nur noch 15%. Bei den Mädchen beträgt der Anteil in der fünften Klassenstufe noch 45%, in der neunten Klasse nur noch 25%.

2.6.3 Nutzung von Internetnetzwerken

Eine beliebte Aktivität beim Surfen im Internet ist die Nutzung von Internetnetzwerken wie SchülerVZ oder facebook. Die Schüler wurden differenziert danach befragt, mit welcher Intention sie diese Medien nutzen.

Es zeigt sich, dass ein hoher Anteil der Schüler an dem Profil anderer interessiert ist und gerne in deren persönlichen Daten stöbert. Dieses Anliegen benennen 44% der Jungen und 36% der Mädchen in der fünften Klasse. Ein weitaus höherer Anteil

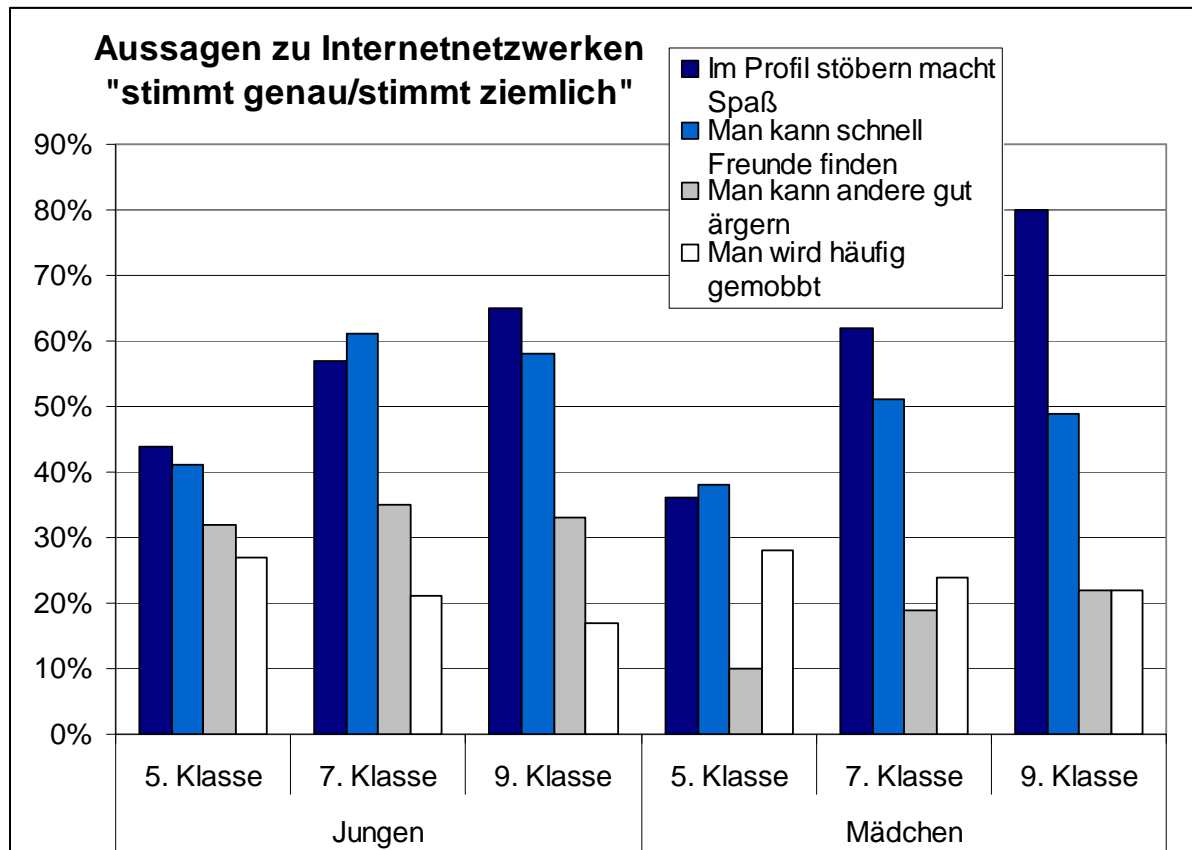
ist bei den älteren Schülern zu beobachten. 60% der Jungen und 80% der Mädchen in der neunten Klasse stöbern gerne in den Profilen der Internetnetzwerke von Freunden und Bekannten.

Mit zunehmendem Alter werden Internetnetzwerke häufiger genutzt, um Freunde zu finden. Während dies noch 41% der Fünftklässler und 38% der Fünftklässlerinnen als wichtige Funktion von facebook, SchülerVZ und Co. benennen, sind es in der siebten Klasse schon 61% der Jungen und 51% der Mädchen. In der neunten Klasse sinkt der Anteil bei beiden Geschlechtern nur geringfügig.

Die am häufigsten genannten Vorteile von sozialen Netzwerken sind das Stöbern im Profil von Freunden bzw. Bekannten sowie das Finden von Freunden. Internetnetzwerke bieten jedoch auch Raum für weniger sozial orientierte Aktivitäten wie das Ärgern und Mobben von anderen Nutzern.

Etwa ein Drittel der Jungen aller Klassenstufen geben zu, dass man in Internetnetzwerken andere gut ärgern kann. Bei den Mädchen ist der Anteil geringer. Bei den Fünftklässlerinnen beträgt er noch ein Zehntel (10%), bei den Neuntklässlerinnen verdoppelt sich dieser Anteil auf 22%.

Ein weiterer Nachteil von sozialen Netzwerken im Internet ist das Schikanieren von anderen Nutzern. Die Erfahrung gemobbt zu werden, machen die jüngeren zu einem höheren Anteil als die älteren Schüler. 27% der Jungen und 28% der Mädchen in der fünften Klasse bestätigen die Aussage, dass man im Internet häufig gemobbt wird. Dieser Anteil sinkt in der neunten Klasse auf 17% bei den Jungen und 22% bei den Mädchen.



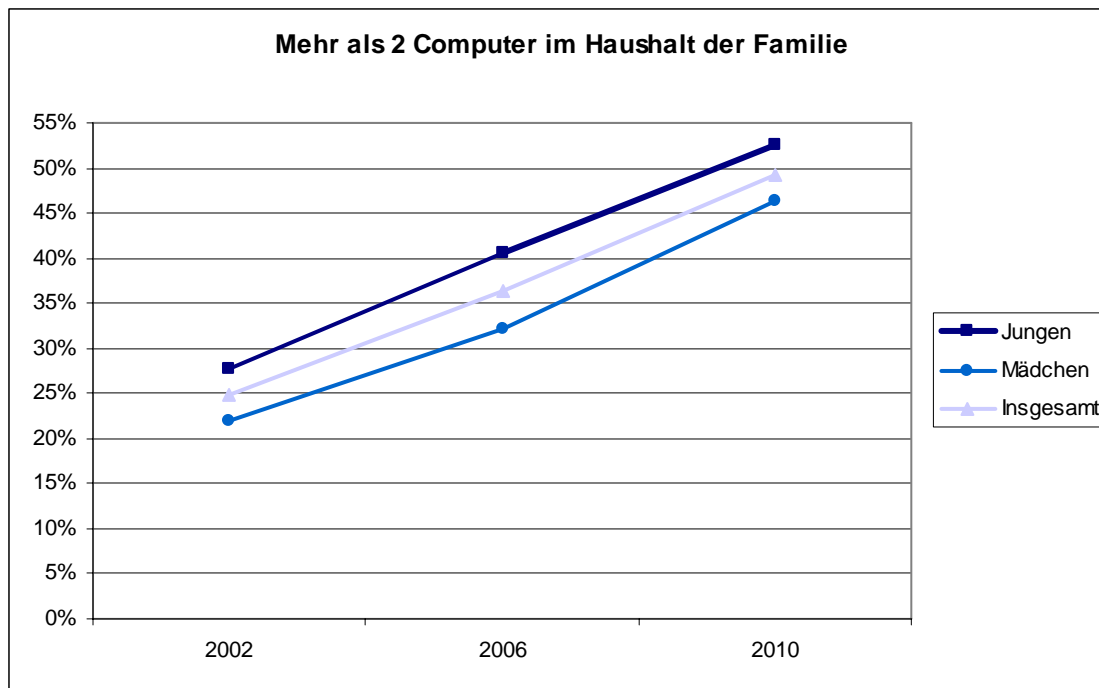
Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.6.4 Freizeitverhalten/Medien 2002 – 2010

Im Rückblick über die verschiedenen Erhebungen von 2002-2010 fällt eine starke Zunahme der Nutzung von Medien wie dem Computer, des Internets oder Spielkonsolen auf.

2.6.4.1 Anzahl der Computer in der Familie

Allein die Anzahl der Computer in einem Haushalt ist stark gestiegen. 2002 gab es noch mit einem Anteil von 6% gar keinen Computer im Haushalt und etwa einem geringen Anteil von 25% mehr als zwei PCs in einem Haushalt. Bereits 2010 ergibt sich ein stark verändertes Bild. Nur noch 0,7% der Jugendlichen haben keinen Computer in ihrem familiären Haushalt zur Verfügung, dafür kann jedoch etwa die Hälfte (49%) mehr als zwei PCs nutzen. Der Anteil der Jugendlichen, die in ihrem familiären Haushalt über mehr als zwei Computer verfügen, hat sich verdoppelt.

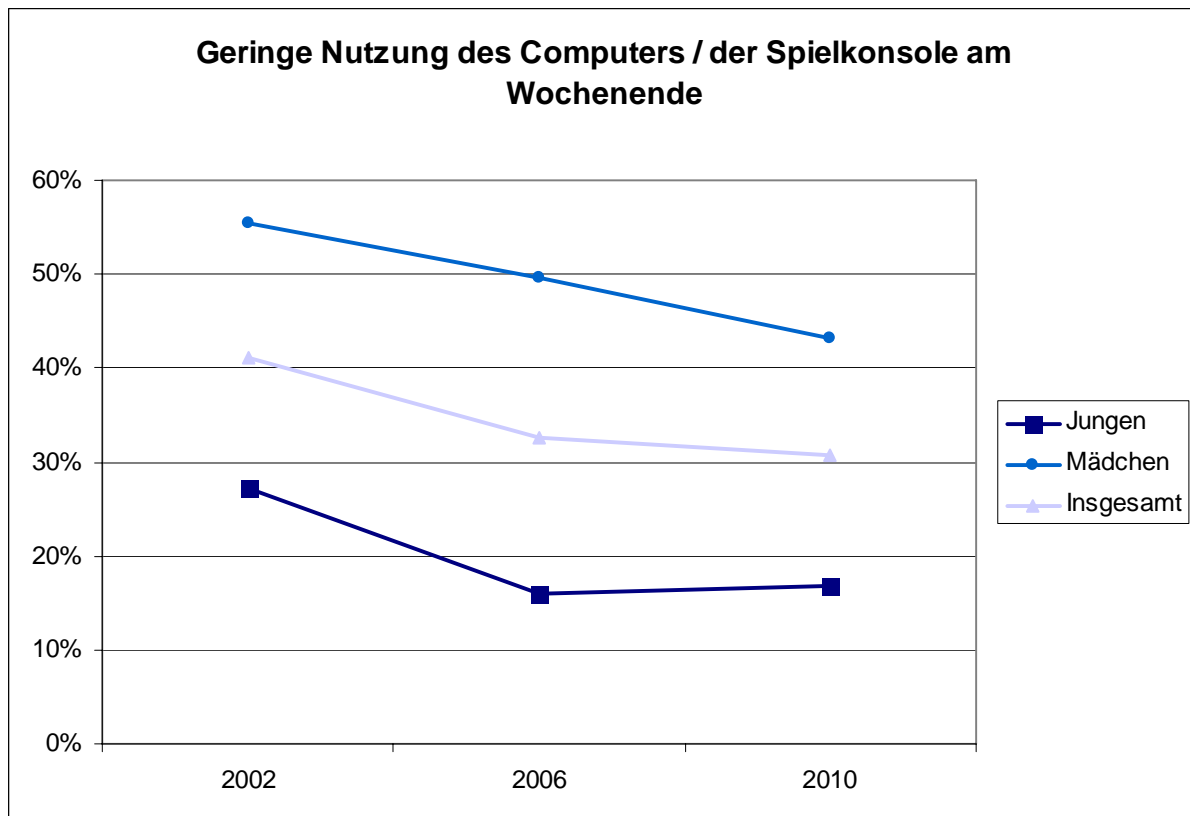


Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.6.4.2 Nutzung des Computers bzw. der Spielkonsole 2002-2010

In der HBSC-Studie wurden die Schüler speziell nach ihrem Medienverhalten an den Schultagen und am Wochenende befragt. Bei der Nutzung des Computers bzw. der Spielkonsole zeigt sich beim Spielverhalten an Schultagen eine Verringerung derer, welche gar nicht bzw. nur eine halbe Stunde täglich spielen. Deren Anteil betrug 2002 noch insgesamt 52% und verringert sich 2010 auf insgesamt 44%.

Extremere Werte ergeben sich, wenn man die Nutzung des Computers bzw. der Spielkonsole am Wochenende betrachtet. Der Anteil der geringfügigen Nutzer sinkt von 41% (2002) auf 31% (2010), also um insgesamt 10 Prozentpunkte in 8 Jahren. Außerdem zeigen sich extreme Unterschiede zwischen Jungen und Mädchen. 2006 beispielsweise beträgt der Unterschied 24 Prozentpunkte zwischen Jungen und Mädchen, wobei die Mädchen den Computer/die Spielkonsole zu einem höheren Anteil selten zum Spielen nutzen.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

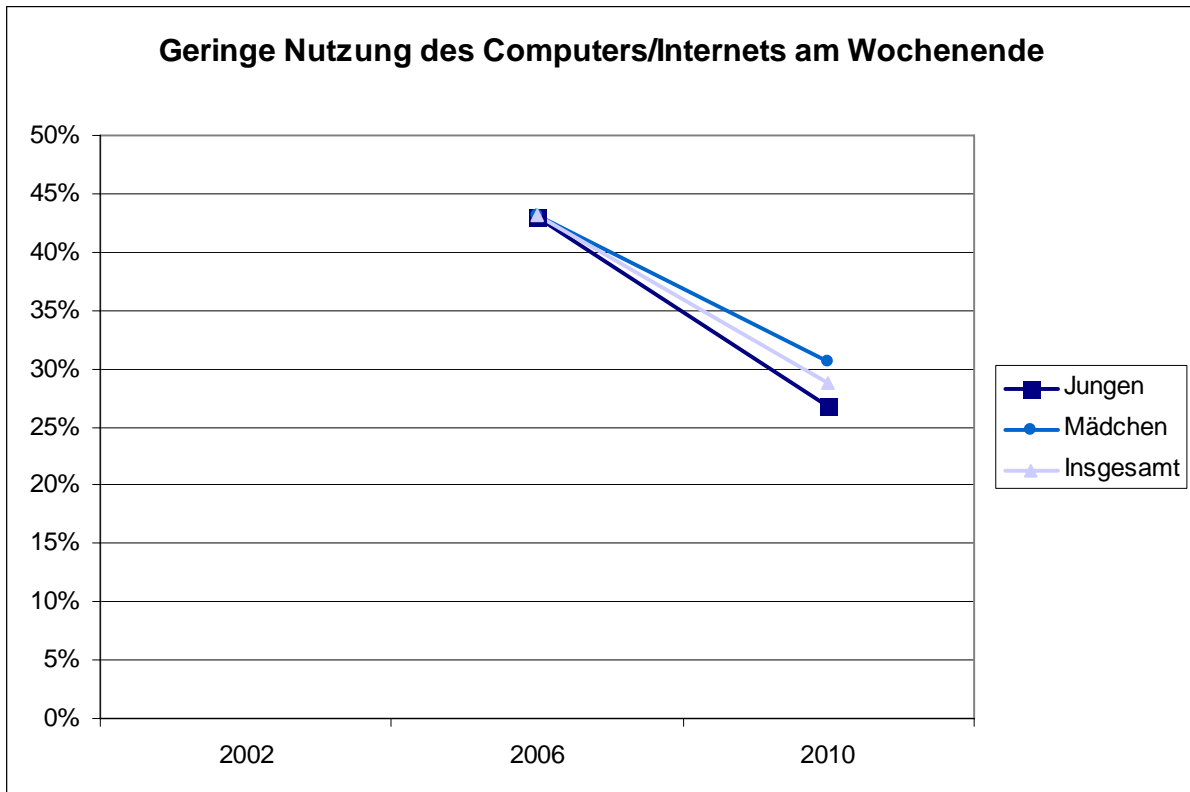
Der Anteil derer, welche den Computer bzw. die Spielkonsole am Wochenende in extremer Weise zum Spielen nutzen (7 Std. oder länger), steigt bei den Jungen von 8% auf 13%. Bei den Mädchen zeigt sich ein Anstieg von 1% auf 4%. Insgesamt erkennt man, dass Jungen den Computer bzw. die Spielkonsole aktiver und häufiger nutzen als Mädchen.

2.6.4.3 Nutzung des Computers bzw. des Internets 2006-2010

Ab dem Jahr 2006 wurden die Schüler auch speziell nach der Häufigkeit der Nutzung des Internets an den Schultagen und den Wochenenden befragt.

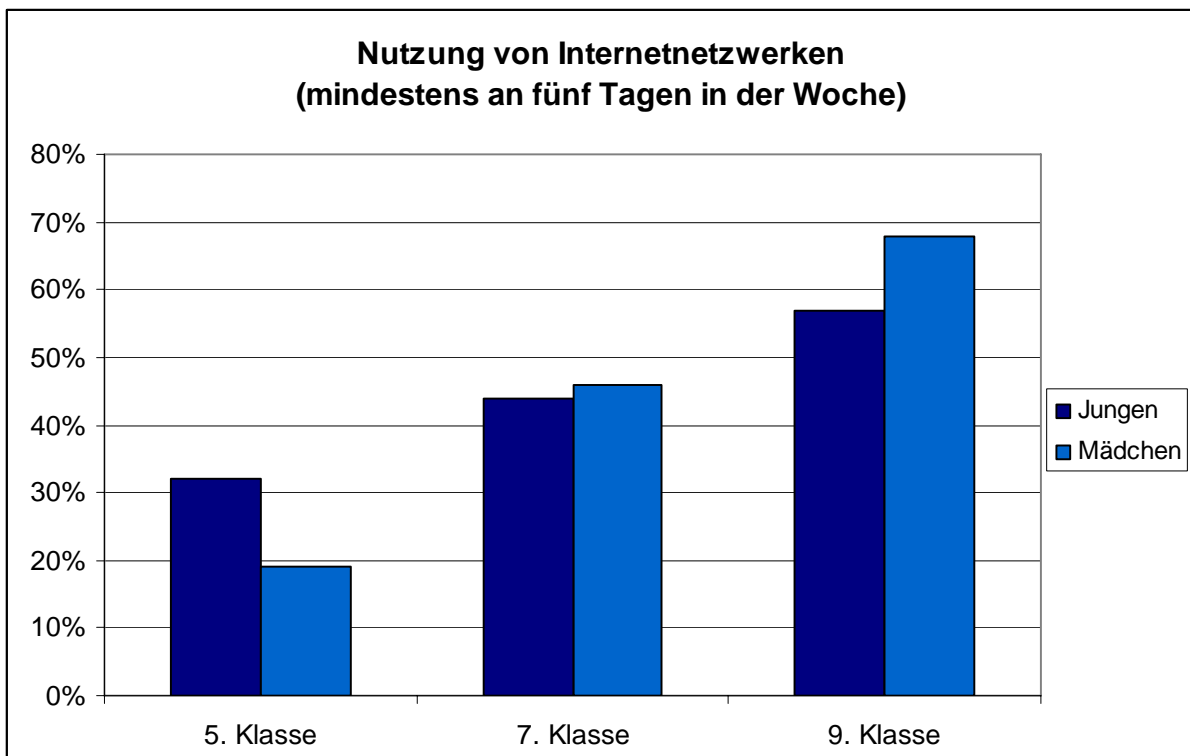
Dabei zeigt sich insgesamt ein Anstieg der Nutzung, wobei der Unterschied zwischen Jungen und Mädchen nicht mehr so extrem ausfällt. Beträgt der Anteil der Jugendlichen, welche das Internet an Schultagen nur geringfügig nutzen 2006 noch insgesamt 48%, so sinkt er 2010 auf 35%.

Etwas größere Veränderungen zeigen sich, wenn man die Internetnutzung am Wochenende betrachtet. Von 2006 (43%) bis 2010 (29%) sinkt der Anteil um 14 Prozentpunkte innerhalb von 4 Jahren.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

Der Anteil derer, welche das Internet in extremer Weise nutzen („7 Std. und länger“), steigt ebenfalls geringfügig von sechs (2006) auf acht (2010) Prozent an.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.7 Erfahrungen mit Gewalt/Verletzungen

2.7.1 Schikanieren von Mitschülern

Im sozialen Umfeld des Klassenverbandes kann es auch zu negativen Erfahrungen mit Mitschülern kommen. Dazu gehören z.B. Beleidigungen, Gemeinheiten gegen den Willen des Schülers oder der Ausschluss aus der Gruppe.

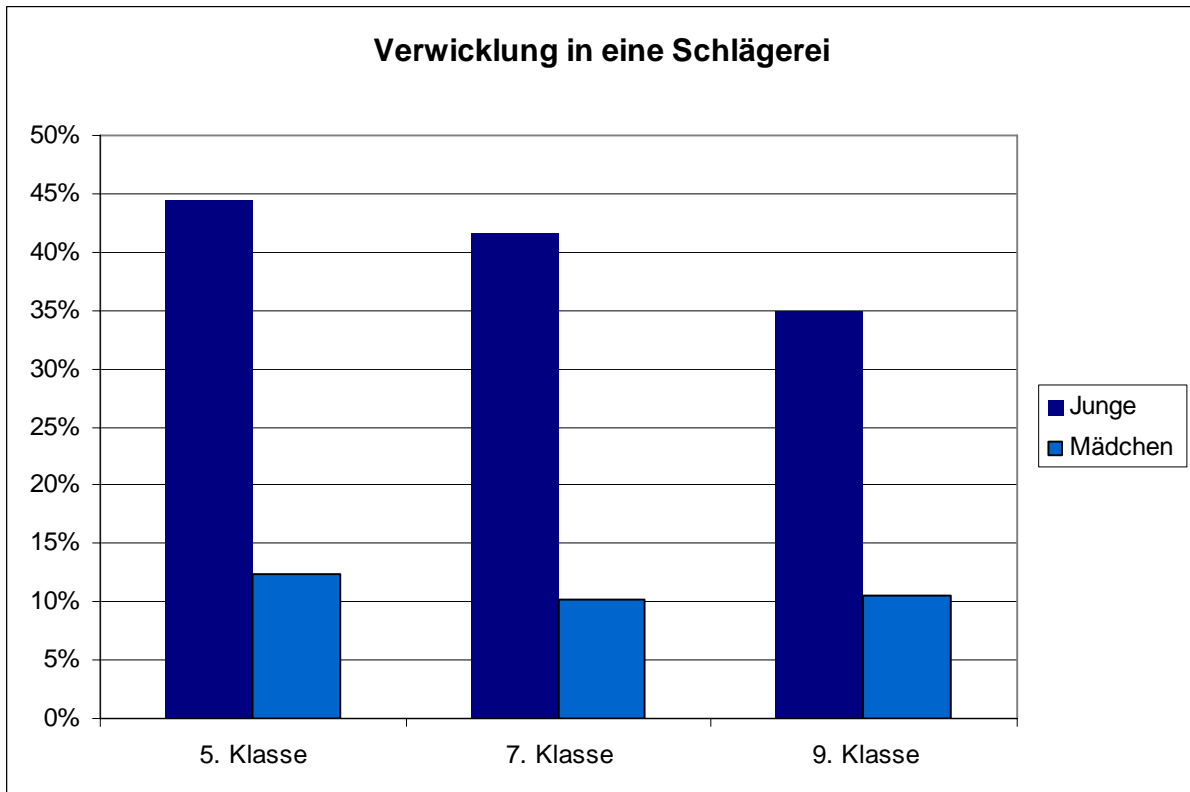
Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass Fünftklässler am häufigsten von ihren Mitschülern schikaniert werden. 37% der Jungen und 27% der Mädchen der fünften Klassen wurden bereits von Klassenkameraden schikaniert, wobei der Anteil der Jungen fast ein Drittel höher ist als der Anteil der Mädchen.

Im Verlauf der Klassenstufen nimmt dieses negative Verhalten ab. In der neunten Klasse sinkt der Anteil bei den Mädchen auf 24% und bei den Jungen auf 33%.

2.7.2 Verwicklung in eine Schlägerei

Auf dem Schulhof oder in der Freizeit kann der Kontakt mit anderen Jugendlichen auch in aggressives Verhalten übergehen. Die Schüler wurden befragt, wie oft sie in Schlägereien verwickelt waren. Dabei zeigt sich bei den Jungen eine eindeutige Prävalenz in Bezug auf Gewalterfahrungen. Fünftklässler geben mit einem Anteil von 45% an, in den letzten 12 Monaten mindestens ein Mal und häufiger in eine Schlägerei verwickelt gewesen zu sein. Dieser Anteil verringert sich bei den älteren Schülern auf 35% (9. Klasse).

Bei den Mädchen beträgt der Anteil von Gewalterfahrungen über alle Klassenstufen hinweg 12-13%. Der Unterschied zwischen den Geschlechtern schwankt zwischen 33 (5. Klasse) und 24 Prozentpunkten (9. Klasse). Dabei sind die Jungen stets häufiger in eine Schlägerei verwickelt als die Mädchen.



Quelle: Health Behaviour in School-aged Children - A WHO Cross National Survey (HBSC) 2010 - Hessen

2.7.3 Verletzungen

Bei sportlichen Aktivitäten bzw. im Alltagsgeschehen kann es zu Verletzungen kommen, welche ärztlich behandelt werden müssen. Dazu gehören u. a. auch Verbrennungen und Vergiftungen.

Bei der Frage nach Verletzungen dienen als Referenzrahmen die letzten 12 Monate vor der Befragung. Dabei ergibt sich, dass die Verletzungsrate von der fünften Klasse bis zur neunten Klasse leicht absinkt. Während sich noch 14% der Fünftklässler und 10% der Fünftklässlerinnen mindestens ein Mal in den vorigen 12 Monaten verletzt haben, so sind es in der neunten Klasse nur noch 10% der Jungen und 7% der Mädchen.

3. Zusammenfassung/Ausblick

Mit dem FZDW Bericht werden diesmal zentrale Ergebnisse der Kinder- und Jugendgesundheitsstudie „Health Behaviour in School-aged Children – HBSC 2010“ in Hessen vorgeschult.

Zentraler Anspruch des FZDW ist es in erster Linie den demografischen Wandel unter besonderer Berücksichtigung der Situation in Hessen zu erforschen und in einem interdisziplinären Zugang die Folgen dieser Entwicklung zu untersuchen. Doch bleibt das FZDW in seiner Arbeit nicht bei der Analyse der Folgen des demografischen Wandels stehen, sondern zeigt ebenfalls mit der Analyse der Kinder- und Jugendgesundheit Möglichkeiten auf, mit den Herausforderungen des demografischen Wandels umzugehen.

Demzufolge gilt es bereits in frühen Jahren die Gesundheit zu fördern und die Entwicklung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils zu ermöglichen. Hierfür werden im Rahmen der HBSC-Studie neben dem gesundheitlichen Befinden, dem Gesundheits- und Risikoverhalten der Schülerinnen und Schüler ebenso negative wie positive Einflüsse ihres sozialen Lebensumfeldes auf ihre Gesundheit untersucht. Der Bericht gibt daher ein breites Themenspektrum zur Kinder- und Jugendgesundheit wieder.

Die Ergebnisse lassen in der Zusammenfassung einen allgemein positiven Rückschluss auf die subjektive Gesundheit und Lebenszufriedenheit der hessischen Schülerinnen und Schüler zu. Lebensbereiche, die eine wichtige Rolle in der Entwicklung der Heranwachsenden spielen wie die Schule und die Familie werden ebenfalls weitgehend positiv im Rahmen der Befragung beurteilt. Jedoch zeigt sich auch, dass bereits zwischen den Altersgruppen bemerkenswerte Unterschiede z.B. in der Einschätzung der Schulkultur zu beobachten sind. So nimmt die schulische Belastung mit dem Alter zu, die positive Einschätzung über das Familienleben ab. Doch auch im Risikoverhalten werden die Altersunterschiede deutlich. Indem diese Verhaltensweisen bei den Fünftklässlern stets weniger zu beobachten sind als bei den Neuntklässlern macht

die Notwendigkeit von Prävention für Jugendliche immer noch mehr als deutlich.

Doch nicht nur zwischen den Altersgruppen sind Unterschiede zu sehen. Auch zwischen Jungen und Mädchen werden z.B. die Unterschiede im Alkohol- und Tabakkonsum sichtbar. Jungen konsumieren demnach, wie bereits in anderen Studien beobachtet, mehr Alkohol und Zigaretten als Mädchen. Ein Vorteil der HBSC-Studie in Hessen ist jedoch, dass bereits Datensätze zu drei Befragungszeitpunkten (2002, 2006, 2010) vorliegen, mit denen Veränderungen bei den betreffenden Altersgruppen beispielsweise hinsichtlich ihres Risikoverhaltens aufgezeigt werden können. Der Unterschied zwischen den Schülerinnen und Schülern hat sich demnach im letzten Jahrzehnt verändert. Zum einen haben sich die Mädchen mit ihrem Trinkverhalten den Jungen angenähert, zum anderen weisen die Jungen aber auch einen deutlichen Rückgang in ihrem Alkoholkonsum auf.

In ihrem Gesundheitsverhalten sind die Kinder und Jugendlichen ebenfalls nicht gleich zu betrachten. So essen Mädchen häufiger Obst und Gemüse, gehen aber im Gegensatz zu den Jungen eher ohne Frühstück in die Schule.

Hat sich das Freizeitverhalten hinsichtlich sportlicher Betätigung außerhalb der Schule nicht wesentlich im Zeitverlauf verändert, lässt sich dies für die Computernutzung deutlich feststellen. So beträgt der Rückgang einer geringen Internetnutzung am Wochenende 20%, so dass sich mehr Kinder und Jugendliche in ihrer Freizeit mit dem Internet beschäftigen. Beliebter ist in dem Zusammenhang mit steigendem Alter die Nutzung von Internetnetzwerken, um Freunde zu kontaktieren und kennenzulernen. Doch bergen diese Netzwerke gerade für die Fünftklässer Gefahren für die psychische Gesundheit, da sie eher von Mobbing in Internetnetzwerken betroffen sind.

Seit den Anfängen der HBSC-Studie hat es sich gezeigt, dass Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche effektiv ist. Im Tabak- und Alkoholkonsum weisen die Schülerinnen und Schüler beispielsweise einen stetigen Rückgang auf. Jedoch ist gleichzeitig unübersehbar, dass sich die Kinder- und

Jugendkultur in der modernen Gesellschaft stets verändert. Ein Beispiel ist hier die Computernutzung, die ebenfalls einen Einfluss auf die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen haben kann. Daher nimmt der Bedarf an repräsentativen, vergleichenden Studien zu jugendlichen Lebenswelten und der Bestimmung von Gesundheit und Gesundheitsverhalten weiterhin zu.