

Dotazník číslo:

FT_8

K

Svetová zdravotnícka organizácia, Kodaň, Dánsko
Slovenská zdravotnícka univerzita - Fakulta verejného zdravotníctva,
Limbová 12, 833 03 Bratislava

riešia

výskumný projekt

EURÓPSKA LONGITUDINÁLNA ŠTÚDIA TEHOTENSTVA A DETSTVA
(ELSPAC)



Dotazník pre dospelých II. časť (Dotazník FT_8)

Milá respondentka / respondent

predkladáme Ti druhú časť dotazníku určenú pre Teba. Radi by sme sa dozvedeli, ako sa cítiš po zdravotnej stránke, ako vnímaš svoje dospievanie, aké máš názory a postoje, ako si predstavuješ svoju budúcnosť, svoje budúce povolanie a či máš vo svojom okolí osoby, ktoré Ťa dokážu povzbudiť a podporiť.

Uvedomujeme si, že vyplniť tento dotazník, tak ako aj ten predchádzajúci, môže byť trochu náročný. I napriek tomu Ťa znovu prosíme o jeho dôsledné vyplnenie.

Dotazníky projektu ELSPAC

- Koncom XX. storočia dospeli lekári k smutnému zisteniu: zdravotný stav detskej populácie v Európe sa všeobecne zhoršuje. Dochádza k nárastu chronických a alergických chorôb, zvyšuje sa náchylnosť k infekčným chorobám, vzrastá počet detí s nejakým druhom postihnutia. Príčiny tejto situácie nemôžu byť len biologické. Pravdepodobne spočívajú v životnom štýle európskej populácie, v pôsobení psychických stresov, v kvalite rodinného a životného prostredia súčasných detí a dospelých. Nepoznáme však **presne veľkosť rizika jednotlivých škodlivých faktorov**, ani **význam rôznych kombinácií týchto faktorov pre zdravotný stav detí a dospelých**. Základným cieľom Európskej dlhodobej štúdie rodičovstva a detstva je preto určiť, aký vplyv majú faktory biologické, sociálne, psychosociálne a faktory prostredia na zdravie detí a dospelých.
- ELSPAC je medzinárodná zdravotnícka štúdia, ktorá vznikla z podnetu Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) a prebieha v piatich krajinách Európy. Na Slovensku bolo do projektu zahrnutých viac ako 3000 detí narodených v rokoch 1993, 1994, 1995 a ich rodičov. Tieto rodiny sledujeme už od tehotenstva matky. Naším zámerom je pokračovať vo výskumnom sledovaní týchto detí do 18 rokov ich veku.

Snaha o veľmi podrobné a mnohostranné poznávanie rizikových faktorov detského zdravia vedie k nárastu veľkosti dotazníkov.

Nutnosť uvádzať väčšinu výskumných otázok súčasne vo všetkých zúčastnených krajinách spôsobuje, že niektoré otázky sa Vám môžu zdať neobvyklé.

Žiadne dáta či informácie, ktoré nám vyplnením tohto dotazníka odovzdáte, nie sú poskytované žiadnej tretej osobe.

SEKCIA A: NÁZORY A POSTOJE

A1. Ako je dôležité pre Teba vzdelanie?

Dôležité			Nedôležité		
1	2	3	4	5	6

A2. Prečo je pre Teba vzdelanie tak (ne)dôležité?

i)

ii)

iii)

A3. Ako je dôležité vzdelanie pre Tvojich rodičov?

Dôležité			Nedôležité		
1	2	3	4	5	6

A4. Si spokojný/á s tým, aké vzdelanie Ti poskytuje Tvoja škola?

Áno ☐ 1 Nie ☐ 2

A5. S čím si v škole spokojný/a?

i)

ii)

iii)

A6. S čím si v škole nespokojný/a?

i)

ii)

iii)

A7. Nasleduje niekoľko tvrdení o vzdelaní, škole, zamestnaní a peniazoch. Zamysli sa, prosím, nad každým z nich a vyjadrí svoj súhlas či nesúhlas.

	Rozhodne súhlasím	Skôr súhlasím	Skôr nesúhlasím	Rozhodne nesúhlasím
a) Vzdelanie je potrebné pre život.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
b) Vysokoškolské vzdelanie je zárukou získania dobrého zamestnania.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
c) Čím vyššie vzdelanie, tým viac peňazí.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
d) Kariéra je pre ľudí dôležitá.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
e) Škola dobre pripraví človeka na život.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
f) Peniaze sú najdôležitejšia vec na svete.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
g) V škole sa človek naučí myslieť.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
h) Bez zamestnania nie je človek ničím.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4

A8. Čím sa podľa Teba vyznačuje „dobrá práca“?

i)

ii)

iii)

A9. Čo to pre Teba znamená „byť zamestnaný“?

i)

ii)

iii)

A10. Čo to pre Teba znamená „byť nezamestnaný“?

i)

ii)

iii)

A11. Čo pre Teba znamenajú peniaze?

i)

ii)

iii)

A12. a) Chceš sa niekedy oženiť alebo vydat'?

Áno ☐

Nie ☐

→ Ak **NIE**, prejdí, prosím, k otázke A12 d).

Ak **ÁNO**,

b) V koľkých rokoch sa chceš oženiť či vydat'? ☐ rokoch

c) Prečo sa chceš oženiť či vydat'?

i)

ii)

iii)

Ak **NIE**,

d) Prečo sa nechceš oženiť či vydat'?

i)

ii)

iii)

A13. Nasleduje niekoľko tvrdení o vzťahu medzi mužom a ženou a o výchove detí. Zamysli sa, prosím, nad každým z nich a vyjadrí svoj súhlas či nesúhlas.

	Rozhodne súhlasím	Skôr súhlasím	Skôr nesúhlasím	Rozhodne nesúhlasím
a) Muž a žena môžu spolu žiť ako manželia, bez toho aby sa vzali.	☐	☐	☐	☐
b) Muž a žena môžu spolu mať pohlavný styk, bez toho aby boli manželia.	☐	☐	☐	☐
c) Žena je zodpovedná za výchovu dieťaťa.	☐	☐	☐	☐
d) Muž je zodpovedný za finančné zabezpečenie domácnosti.	☐	☐	☐	☐
e) Dieťa potrebuje oboch rodičov.	☐	☐	☐	☐
f) Žena by mala byť doma a starať sa o deti.	☐	☐	☐	☐
g) Dieťa nepotrebuje otca.	☐	☐	☐	☐
h) Žena by mala chodiť do práce.	☐	☐	☐	☐

A14. a) Koľko by si chcel/a mať detí? ☐ počet detí

Ak nechceš mať deti, napíš, prosím, 0.

b) V koľkých rokoch by si chcel/a mať prvé dieťa? ☐ V rokoch

A15. a) Keby si mohol/a ísť dnes voliť, išiel/išla by si voliť?

Áno ☐

Nie ☐

→ Prejdí, prosím, k otázke A15d).

Ak **ÁNO**,

b) Prečo by si šiel/šla voliť?

i)

ii)

iii)

c) Akú stranu by si volil/a? Vyber, prosím, iba jednu. (Odpoveď na túto otázku je dobrovoľná.)

SDKU

SNS

KDH

Smer-SD

HZDS

Inú

Áno ☐

Nie ☐

→ Prejdí, prosím, k A16.

Ak **ÁNO**,

napíš, prosím, akú:

Prejdí, prosím, k A16.

d) Prečo by si nešiel/nešla voliť?

i)

ii)

iii)

A16. V nasledujúcom zozname je uvedených 18 rôznych hodnôt. Tvojou úlohou je pri každej hodnote označiť, ako je dôležitá pre Teba táto hodnota.

	Veľmi dôležitá	Skôr dôležitá	Ani dôležitá, ani nedôležitá	Skôr nedôležitá	Celkom nedôležitá
a) Pohodlný život - život v dostatku	1	2	3	4	5
b) Vzrušujúci život - podnecujúci, aktívny život	1	2	3	4	5
c) Užitočný život - pocit trvalého prínosu	1	2	3	4	5
d) Mierový svet - bez vojen, sporov a politického napätia	1	2	3	4	5
e) Svet krásy - krása prírody a umenia	1	2	3	4	5
f) Rovnosť - rovnaká príležitosť pre všetkých	1	2	3	4	5
g) Zabezpečenie rodiny - starostlivosť o milované osoby	1	2	3	4	5
h) Sloboda - osobná nezávislosť, slobodná voľba	1	2	3	4	5
i) Šťastie - bezvýhradná životná spokojnosť	1	2	3	4	5
j) Vnútorná harmónia - súlad bez vnútorných rozporov	1	2	3	4	5
k) Zrelá láska - sexuálne a duševné zblíženie	1	2	3	4	5
l) Blaho národa - uspokojenie ekonomických, sociálnych a kultúrnych potrieb vlastného národa	1	2	3	4	5
m) Potešenie - život plný radosti a voľna	1	2	3	4	5
n) Pociť osobnej istoty	1	2	3	4	5
o) Sebaúcta - vážiť si sám seba	1	2	3	4	5
p) Spoločenské uznanie - úcta, obdiv, popularita, prestíž	1	2	3	4	5
q) Skutočné kamarátstvo - dôverné priateľstvo	1	2	3	4	5
r) Múdrosť - zrelé chápanie života	1	2	3	4	5

s) Zamysli sa ešte raz nad vyššie uvedenými hodnotami a pokús sa z týchto hodnôt (a-r) zostaviť poradie šiestich hodnôt, ktoré sú pre Teba najdôležitejšie, a tri hodnoty, ktoré sú naopak najmenej dôležité. (Použi písmená a-r, ktorými sú hodnoty označené.)

Najdôležitejšie:

- (1=najdôležitejšia zo všetkých)
-
-
-
-
-

Najmenej dôležité:

-
 -
 -
- (18 = Najmenej dôležitá hodnota)

A17. V nasledujúcom zozname je uvedených 18 rôznych vlastností-hodnôt. Tvojou úlohou je znovu pri každej hodnote označiť, ako je pre Teba dôležitá.

	Veľmi dôležitá	Skôr dôležitá	Ani dôležitá, ani nedôležitá	Skôr nedôležitá	Celkom nedôležitá
a) Ctižiadostivý - veľmi usilovný, snažiaci sa o úspech	1	2	3	4	5
b) Veľkorysý - oslobodený od predsudkov	1	2	3	4	5
c) Schopný - spôsobilý, výkonný	1	2	3	4	5
d) Veselý - bezstarostný, radostný	1	2	3	4	5
e) Čistotný - upravený, úhladný	1	2	3	4	5
f) Odvážny - hájaci si svoje presvedčenie	1	2	3	4	5
g) Zhovievavý - ochotný ospravedľovať druhých	1	2	3	4	5
h) Prospešný - pracujúci pre blaho druhých	1	2	3	4	5
i) Čestný - úprimný, pravdovravný	1	2	3	4	5
j) Tvorivý - smelý	1	2	3	4	5
k) Nezávislý - spoliehajúc sa na seba, sebestačný	1	2	3	4	5
l) Intelektuálny - inteligentný, s prehľadom	1	2	3	4	5
m) Rozumový - dôsledný, logický	1	2	3	4	5
n) Milujúci - láskyplný, nežný	1	2	3	4	5
o) Poslušný - so zmyslom pre povinnosť, úctivý	1	2	3	4	5
p) Zdvorilý - úslužný, dobre vychovaný	1	2	3	4	5
q) Zodpovedný - spoľahlivý, dôveryhodný	1	2	3	4	5
r) Schopný sebaovládania - zdržanlivý, disciplinovaný	1	2	3	4	5

s) Zamysli sa ešte raz nad týmito hodnotami a pokús sa z nich (a-r) zostaviť poradie šiestich hodnôt, ktoré sú pre Teba najdôležitejšie, a tri hodnoty, ktoré sú naopak najmenej dôležité. (Použi písmená a-r, ktorými sú hodnoty označené.)

Najdôležitejšie:

- (najdôležitejšia zo všetkých)
-
-
-
-
-

Najmenej dôležité:

-
 -
 -
- (18 = najmenej dôležitá hodnota)

A18. Máš pred sebou zoznam rôznych aktivít a povolání. Predstav si, že by si mal/a všetky potrebné zručnosti a znalosti, aby si sa mohol/a im venovať.

Teraz pri každej aktivite/ každého povolania označ, či Ti vyhovuje alebo Ťa zaujíma (variant 1), je Ti ľahostajné (variant 2) alebo je Ti nesympatické (variant 3).

	Sympatické, páčilo by sa	Je mi ľahostajné	Nesympatické, nepáčilo by sa mi
a) úradník	1	2	3
b) zdravotná sestra, ošetrovateľ	1	2	3
c) programátor	1	2	3
d) spisovateľ	1	2	3
e) kuchár	1	2	3
f) obchodní zástupca	1	2	3
g) recepčný	1	2	3
h) učiteľ	1	2	3
i) laboratórny technik	1	2	3
j) návrhár	1	2	3
k) tesár	1	2	3
l) pracovník cestovnej kancelárie	1	2	3
m) knihovník	1	2	3
n) poradca	1	2	3
o) prekladateľ	1	2	3
p) herec	1	2	3
q) optik	1	2	3
r) manažér, vedúci úradník	1	2	3
s) účtovník	1	2	3
t) duchovný (napr. kňaz, pastor)	1	2	3
u) lekár	1	2	3

A18. pokr.

	Sympatické, páčilo by sa	Je mi ľahostajné	Nesympatické, nepáčilo by sa mi
v) hudobník	1	2	3
w) inžinier	1	2	3
x) politik	1	2	3
y) stavebný inšpektor	1	2	3
z) práce v domácnosti	1	2	3
ab) univerzitný učiteľ, výskumník	1	2	3
bb) architekt	1	2	3
cb) farmár	1	2	3
db) právnik	1	2	3
eb) zbieranie (napr. známok, mincí)	1	2	3
fb) športy (napr. futbal, hokej)	1	2	3
gb) spoločenské hry (napr. šachy)	1	2	3
hb) fotografovanie	1	2	3
ib) domáce opravy a vylepšovanie	1	2	3
jb) hry s rizikom (napr. ruleta)	1	2	3
ky) kartové hry (napr. kanasta)	1	2	3
lb) členstvo v spolkoch	1	2	3
mb) čítanie odbornej literatúry	1	2	3
nb) tanec	1	2	3
ob) veslovanie, plachtenie	1	2	3
pb) cestovanie	1	2	3

A19. Opäť máš pred sebou zoznam, teraz rôznych tvrdení. Pri každom z nich označ, či s tvrdením súhlasíš alebo nie

	Rozhodne súhlasím	Skôr súhlasím	Spíš nesúhlasím	Rozhodne nesúhlasím
a) Rád/a robím svoje úlohy starostlivo a metodicky.	1	2	3	4
b) Moje názory a správanie sú obyčajne niekde uprostred.	1	2	3	4
c) Môj domov a životný štýl sú také praktické a pohodlné, ako je to len možné.	1	2	3	4
d) Vážim si tradície tých skupín, v ktorých žijem (rodina, škola, okoli).	1	2	3	4
e) Zaujímam sa viac o skutočné denné udalosti, ako o umelecké alebo filozofické diskusie o nich.	1	2	3	4
f) Rád/a hovorím k väčšiemu okruhu ľudí.	1	2	3	4
g) Obyčajne kritiku alebo nesúhlas vyjadrujem s taktom.	1	2	3	4
h) Rád/a pomáhám ľuďom a delím sa o svoje skúsenosti.	1	2	3	4
i) Teším sa na situácie, kedy môžem spolupracovať a podieľať sa na niečom.	1	2	3	4
j) Niekedy zisťujem, že som niekomu vyjadril/a viac nehy, než skutočne cítim.	1	2	3	4
k) Snažím sa pochopiť presne, čo mi niekto hovorí.	1	2	3	4
l) Cením si inteligentné diskusie o problémoch.	1	2	3	4
m) Než urobím nejaké rozhodnutie, snažím sa zvážiť to čo najhlbšie.	1	2	3	4
n) Rád/a sledujem posledný vývoj v umení, vedách alebo inej oblasti môjho záujmu.	1	2	3	4
o) Ochotne zmením svoj názor, keď zistím nové skutočnosti.	1	2	3	4

A19. pokr.

	Rozhodne súhlasím	Skôr súhlasím	Skôr nesúhlasím	Rozhodne nesúhlasím
p) Často sa vyjadrujem impulzívne.	1	2	3	4
q) Ľudia si niekedy myslia, že som trochu kontroverzný alebo dokonca šokujúci.	1	2	3	4
r) Často sa zaujímam o nové myšlienky alebo nevyriešené prípady.	1	2	3	4
s) U ostatných obdivujem originalitu.	1	2	3	4
t) Zaujíma ma viac celkový dojem (krása, zmysel) než konkrétne detaily.	1	2	3	4
u) V spoločnosti som radšej s menším počtom ľudí, ktorých si vážim a ktorým dôverujem.	1	2	3	4
v) Mám sklon držať sa pevne svojich názorov a plánov, nech ostatní hovoria čokoľvek.	1	2	3	4
w) Mám rád/a manuálne alebo fyzické aktivity, tak individuálne ako v tíme.	1	2	3	4
x) Nič nesľubujem, pokiaľ som si nie istý/á, že to budem môcť splniť.	1	2	3	4
y) Druhí ľudia si niekedy myslia, že som chladný/á, ale ja iba nedávam svoje city najavo.	1	2	3	4
z) Keď idem von, snažím sa byť elegantne oblečený/á.	1	2	3	4
ab) V skupine som rád/a stredobodom pozomosti.	1	2	3	4
bb) V práci i voľnom čase rád/a trochu riskujem.	1	2	3	4
cb) Rád/a súťažím s inými.	1	2	3	4
db) Niekedy sa nechám zvest' k činnostiam a záväzkom, ktoré potom ľutujem.	1	2	3	4

A20. a) Máš pre niečo výrazné nadanie?

Áno ☐ 1 Nie ☐ 2

Ak ÁNO,

b) popíš, prosím, aké:

A21. a) Vieš, čím by si sa chcel/a byť, až skončíš školu?

Áno ☐ 1 Nie ☐ 2

Ak ÁNO,

b) popíš, prosím, čím:

A22. Prečítaj si, prosím, uvedené tvrdenia a označ svoj súhlas alebo nesúhlas na uvedenej škále:

Vôbec nesúhlasím	Skôr nesúhlasím	Nemôžem sa rozhodnúť	Skôr súhlasím	Celkom súhlasím
---------------------	--------------------	-------------------------	------------------	--------------------

- a) Skoro vo všetkých ohľadoch sa môj život blíži k môjmu ideálu. ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
- b) Podmienky môjho života sú uspokojivé. ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
- c) So svojím životom som spokojný/á. ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
- d) Až doteraz som v živote získal/a dôležité veci, ktoré som chcel/a. ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
- e) Keby som mohol/a žiť svoj život znovu, skoro nič by som nezmenil/a. ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

A23. Máš pred sebou zoznam dvadsiatich udalostí alebo životných situácií. Pokús sa odhadnúť, aká je šanca, že sa Ti daná udalosť prihodí, v porovnaní s Tvojimi vrstovníkmi. Ber do úvahy i vrstovníkov z iných typov škôl, nie len svojich spolužiakov a kamarátov. Potom ešte pri každej udalosti uved', do akej miery je v Tvojich silách ovplyvniť, či sa práve Tebe daná udalosť prihodí.

Moje šance, že:	Šanca, že sa mi táto udalosť stane je v porovnaní s mojimi vrstovníkmi:			Nakoľko môžem ovplyvniť výskyt tejto udalosti u mňa osobne				
	Väšia	Rovnaká	Menšia	Nemôžem vôbec ovplyvniť	Môžem ovplyvniť len v malej miere	Môžem ovplyvniť stredne	Môžem ovplyvniť v veľkej miere	Môžem ovplyvniť celkom
a) Budem pokračovať v štúdiu na VŠ, prípadne ak nechcem študovať – získam zamestnanie podľa svojho želania a výberu	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
b) Budem zastávať zamestnanie, ktoré ma bude uspokojovať	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
c) Stanem sa spoločensky významnou osobnosťou	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
d) Budem v dobrom zdravotnom stave do 45 r.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
e) Dožijem sa najmenej 80 rokov	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
f) Budem mať vlastný byt	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
g) Budem mať vlastný dom	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
h) Môj plat bude v porovnaní s celoštátnym priemerom nadpriemerný	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
i) Budem mať trvalý partnerský/manželský vzťah	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
j) Budem môcť cestovať do zahraničia	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
k) Profesionálne sa uplatním v zahraničí	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
l) Odsťahujem sa do zahraničia	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
m) Budem mať zdravé dieťa (deti)	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
n) Rozvediem sa	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
o) Ochorem vážnou chorobou s trvalými následkami	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
p) Budem mať v živote problémy s alkoholom či inými drogami	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5
q) Pokúsím sa spáchať samovraždu	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4	☐ 5

A23. pokr.

Moje šance, že:	Šanca, že sa mi táto udalosť stane je v porovnaní s mojimi vrstovníkmi:			Nakoľko môžem ovplyvniť výskyt tejto udalosti u mňa osobne				
	Väšia	Rovnaká	Menšia	Nemôžem vôbec nukať	Môžem ovplyvniť len v malej miere	Môžem ovplyvniť stredne	Môžem ovplyvniť v veľkej miere	Môžem ovplyvniť celkom
r) Budem dlhšiu dobu nezamestnaný	1	2	3	1	2	3	4	5
s) Moja životná úroveň bude pod hranicou chudoby	1	2	3	1	2	3	4	5
t) Priamo sa ma dotkne nejaká katastrofa (povodeň, letecké nešťastie, vojenský konflikt)	1	2	3	1	2	3	4	5

A24. V nasledujúcich otázkach označ VŽDY LEN JEDNU správnu odpoveď. Pracuj samostatne.

a) „Spraviť“ znamená to isté, čo:

opraviť ☐ 1
 vyliečiť ☐ 2
 zaplátať ☐ 3

b) „Pravda“ je protiklad slova:

výmysel ☐ 1
 lož ☐ 2
 zdanie ☐ 3

c) „Kúpiť“ je opakom:

dostať ☐ 1
 poskytnúť ☐ 2
 predať ☐ 3

d) Vzťah „bohatý“ k „peniaze“ ako „smutný“ k:

trápenie ☐ 1
 priatelia ☐ 2
 strach ☐ 3

e) Vzťah „ostrov“ k „more“ ako „jazero“ k:

les ☐ 1
 pevnina ☐ 2
 rieka ☐ 3

f) Zuzana je asi taká pekná ako Jana, ale je krajšia než Hana. Jana nie je taká pekná ako Zdena, ale je krajšia než Hana. Ktoré dievča je najkrajšie?

Jana ☐ 1
 Zuzana ☐ 2
 Zdena ☐ 3

A24. pokr.

g) „Obvykle“ znamená to isté, ako:

niekedy ☐ 1
 často ☐ 2
 občasne ☐ 3

h) Babička dcéry sestry môjho brata je moja:

matka ☐ 1
 švagriná ☐ 2
 neter ☐ 3

i) Pozri sa na týchto päť slov: obvykle, rád, hlavne, prevažne, veľmi. Slovo, ktoré k ostatným nepatrí, je:

obvykle ☐ 1
 rád ☐ 2
 veľmi ☐ 3

j) Pozri sa na týchto päť slov: pri, vedľa, nad, za, medzi; slovo, ktoré k ostatným nepatrí, je:

pri ☐ 1
 medzi ☐ 2
 vedľa ☐ 3

SEKCIA B: TY A TVOJE ZDRAVIE

B1. Ako sa v poslednej dobe cítiš po zdravotnej stránke? Označ najpriliehavejší variant.

Výborne
1 2 3 4 5 6
Mizerne

B2. Ako často si mal od Tvojich 11 rokov nasledujúce zdravotné ťažkosti?

	Často	Niekedy	Zriedka	Nikdy
a) neurčitá úzkosť, pocity napätia, paniky				
b) neodôvodnený strach, viazaný na určitú situáciu (z uzatvorených priestorov, v dave ľudí at.)				
c) pesimizmus, sklúčenosť				
d) prchkosť, podráždená nálada				
e) ťažkosti so spánkom				
f) žalúdočná nevoľnosť, zvracanie				
g) črevné ťažkosti (napr. hnačka, zápcha)				
h) bolesti hlavy, migréna				
i) bolesti v šiji a ramenách				
j) dlhotrvajúca únava a vyčerpanie				
k) nechut' do jedla				
l) nadmerná chuť na sladké				
m) stavy malátnosti, závraty, mdloby				
n) neprijemné pocity ako vo sne				
o) vtieravé myšlienky alebo nutkanie k určitému konaniu				
p) iné ťažkosti				

Ak **ÁNO**, uveď, prosím, aké a ako často Ťa trápili:

Často	Niekedy	Zriedka

i).....
B3. Máš pred sebou tvrdenia, ktoré sa týkajú všeobecných pocitov o Tebe samom/samej. Označ, prosím, ako si sa cítil/a v poslednej dobe. Uveď prvú odpoveď, ktorá Ťa napadne.

	Rozhodne súhlasím	Súhlasím	Nesúhlasím	Rozhodne nesúhlasím
a) Som so sebou celkovo spokojný/á.				
b) Občas si pomyslím, že som na nič.				
c) Viem, že mám niekoľko dobrých vlastností.				
d) Som schopný/á urobiť veci rovnako dobre ako druhí ľudia.				
e) Zdá sa mi, že nemám byť na čo hrdý/á.				
f) Občas sa cítim zbytočný/á.				
g) Mám pocit, že som človek rovnako hodnotný ako ostatní.				
h) Pri/a by som si mať k sebe viac úcty.				
i) Mám pocit, že som svoj život prehral/a.				
j) Mám k sebe pozitívny postoj.				

B4. Koľko času bežne stráviš v miestnosti alebo uzatvorenom priestore, kde ľudia fajčia?

	Väčšinu dňa	Viac než 2h denne	1 – 2h denne	Menej než 1h	Vôbec
a) V dňoch, kedy je škola					
b) V dňoch, kedy nie je škola					

B5. Koľkokrát si vyskúšal/a nasledujúce drogy? A koľko si mal rokov, keď si ich skúsil/a prvýkrát? Ak si nemôžeš spomenúť, napíš, prosím, 99, ak si nikdy nevyskúšal/a, napíš 88.

Prosíme Ťa o pravdivú odpoveď, Tvoje informácie podliehajú zákonu o ochrane osobných údajov, a v žiadnom prípade sa o nich nikto nedozvie.

	Užívam často	Viac ako raz v živote	Len raz v živote	Nikdy	Ak užívaš, koľko si mal rokov, keď si skúsil/a prvýkrát:
a) cigarety					 rokov
b) alkohol					 rokov
c) marihuanu, hašiš					 rokov
d) lieky bez predpisu (napr. sedatíva)					 rokov
e) pervitin					 rokov
f) extázu					 rokov
g) halucinogény (napr. lysohlávkú)					 rokov
h) prchavé látky (napr. riedidlá, lepidlá)					 rokov
i) anabolické steroidy					 rokov
j) kofeín					 rokov
k) iné					

Prejdi k B5.

Ak ÁNO, uveď, akú, ako často a od koľkých rokov ich užívaš:

	Užívam často	Viac než raz v živote	Len raz v živote	Keď som skúsil/a prvýkrát, mal som:
i).....				 rokov

Priestor pre Tvoj komentár k otázke B5:

B6. V akom prostredí si drogu prvýkrát užíval/a? Zatrhol/a všetko, čo platí, v riadku i v stĺpci.

	(i) Legálnu drogu (alkohol, cigarety)		(ii) Nelegálnu drogu	
	Áno	Nie	Áno	Nie
a) na „žúre“, večierku				
b) na diskotéke				
c) na turistike, vandri, chate				
d) v krčme, vinárni, reštaurácii				
e) cestou do školy, zo školy				
f) doma				
g) na návšteve, u kamarátov doma				
h) v rockovom klube, na koncerte				
i) na house-party, techno-party				
j) v škole, na školskom výlete, exkurzii				
k) vonku s partiou				
l) inde (uveď, prosím, kde):				

Ak si zatrhol/a ÁNO

aspoň v jednom zo stĺpcov, uveď, kde si užíval/a:

ii) legálnu drogu:.....

ii) nelegálnu drogu:.....

B7. Ako dôležité sú, podľa Tvojho názoru, uvedené dôvody pre užívanie **nelegálnych** drog?

	Veľmi dôležité	Dôležité	Málo dôležité	Nedôležité
a) únik pred starosťami a problémami				
b) nová skúsenosť, nové zážitky				
c) zvedavosť				
d) prispôbenie sa partii, zapadnúť, „byť in“, „machrovať“				
e) zbavenie sa zábran, ľahké nadviazanie kontaktov				
f) nuda				
g) protest proti okolitému svetu				
h) umocnenie zážitkov, vrátane sexuálnych				
i) zvýšenie koncentrácie, pozornosti, výkonnosti				
j) iný dôvod				

Ak **ÁNO**, uveď, prosím, aký a ako je dôležitý:

	Veľmi dôležité	Dôležité	Málo dôležité
i)			
ii)			
iii)			

B8. Užil/a si nejakú **nelegálnu** drogu v poslednom mesiaci?

Áno Nie

B9. Kto Ti ponúkol niektoré z týchto drog, či už si ich vyskúšal/a alebo nie? (*zatrhni, prosím, všetko, čo platí*)

	Áno	Nie	(i) Cudzía osoba	(ii) Kamarát/ka	(iii) Niektorí zo školy	(iv) Mama alebo otec	(v) Niektorí iní z rodiny	(vi) Obstaral som si ich sám/sama	(vii) Niektorí mi ich neponúkol
a) cigarety									
b) alkohol									
c) marihuanu, hašiš									
d) lieky bez predpisu (napr. sedatíva)									
e) pervitin									
f) extázu									
g) halucinogény (napr. lysohlávku)									
h) prchavé látky (napr. riedidlá, lepidlá)									
i) kofeín									
j) anabolické steroidy									
k) inú									

Ak **NIE**, prejdí k B10.

B9. pokr.

Ak **ÁNO**, uveď akú a kto Ti ich ponúkol:

	(i)	(ii)	(iii)	(iv)	(v)	(vi)
	Cudzia osoba	Kamarát/ka	Niekoľko zo školy	Mama alebo otec	Niekoľko iný z rodiny	Obstaral som si ich sám/sama
i).....						
ii).....						

B10. Ktoré drogy je možné, z Tvojej skúsenosti, zadovážiť v škole?

	Áno	Nie
a) cigarety		
b) alkohol		
c) marihuana, hašiš		
d) iné		

Ak **ÁNO**, uveď, prosím, ktoré: i).....

ii).....

B11. Akých máš kamarátov? *Zatrhni všetko, čo platí.*

	Áno	Nie
a) abstinentov		
b) fajčiarov		
c) často sa opijajúcich		
d) užívajúcich iné drogy než alkohol a cigarety		

Ak **ÁNO**, uveď, prosím, ktoré: i)

SEKCIA C: TY A TVOJE TELO

C1. Uveď, prosím, svoju výšku a váhu:

a) Vážim:kg

b) Meriam:cm

C2. Prečítaj si, prosím, každú položku a označ, aké pocity máš vo vzťahu ku znakom alebo funkciám svojho tela.

	Mám veľmi pozitívne pocity	Mám mierne pozitívne pocity	Nemám ani pozitívne, ani negatívne pocity	Mám mierne negatívne pocity	Mám veľmi negatívne pocity
a) výška					
b) váha					
c) postava					
d) tvár					
e) šírka ramien					
f) bicepsy					
g) ramená					
h) hrud'/prsia					
i) pás					
j) vzhľad brucha					
k) boky					
l) slabiny/zadok					
m) stehná					
n) fyzická kondícia					

C3. a) Myslíš, že Tvoja postava je:

veľmi štíhla	štíhla	tak akurát	trochu silnejšia	silná

b) Chcel/a by som, aby moja postava bola:

veľmi štíhla	štíhla	tak akurát	trochu silnejšia	silná

C4. Kritizoval niekto v poslednej dobe Tvoj vzhľad? *Zatrhni všetko, čo platí. Než začneš vyplňovať, prečítaj si, prosím, **VŠETKY** ponúkané možnosti!*

	Áno	Nie	(i) Tvár	(ii) Postavu	(iii) Výšku	(iv) Váhu
a) matka						
b) otec						
c) súrodenci						
d) iní príbuzní						
e) vyučujúci						
f) iní dospelí						
g) spolužiaci						
h) spolužiačky						
i) kamaráti						
j) kamarátky						
k) priateľ/priateľka						

Ak si zatrhol/a všade (a – k) **NIE**, prejdí k C6.

Ak si zatrhol/a **ÁNO** aspoň jedenkrát, pokračuj k C5.

C5. Ako veľmi Ti kritika Tvojho vzhľadu prekážala? *Zatrhni znovu, kto Ťa kritizoval a ako veľmi Ti od neho kritika prekážala.*

	Áno	Nie	Veľmi mi prekážala	Trochu mi prekážala	Niekedy prekážala, niekedy nie	Skôr ne-prekážala	Vôbec neprekážala
a) matka							
b) otec							
c) príbuzní							
d) vyučujúci							
e) iní dospelí							
f) súrodenci							
g) spolužiaci							
h) spolužiačky							
i) kamaráti							
j) kamarátky							
k) priateľ/priateľka							

C6. Myslíš, že by si mal/a vážiť menej, než vážiš v súčasnej dobe?

Áno Nie → Ak **NIE**, prejdí k C8.

Ak **ÁNO**,

C7. Uved', prosím, či **konkrétne** robíš niečo z nasledujúceho preto, aby si vážil/a menej. *Odpovedz, prosím, na každú otázku.*

	Áno	Nie
a) Veľa cvičím a športujem		
b) Obmedzím načas sladkosti		
c) Vynechám jedno jedlo denne		

Ak **ÁNO**, uved', prosím, ktoré:.....

C7. pokr.

d) Snažím sa jesť vyvážene

Áno	Nie
☐	☐

e) Nejem, prípadne i dlhšie než celý deň

☐	☐
--------------------------	--------------------------

f) Držím diétu/diétu

☐	☐
--------------------------	--------------------------

C8. Myslíš si, že potrebuješ naopak pribrať?

Áno ☐

Nie ☐

→ Ak **NIE**, prejdí k C10.

Ak **ÁNO**,

C9. Čo pre to robíš?

a) Celkom nič, nepovažujem to za problém

Áno	Nie
☐	☐

b) Veľa jem

☐	☐
--------------------------	--------------------------

c) Zámerne jem kalorická jedlá (mastné, sladké)

☐	☐
--------------------------	--------------------------

d) Snažím sa jesť vyvážene

☐	☐
--------------------------	--------------------------

e) Športujem, aby som posilnil/a telo

☐	☐
--------------------------	--------------------------

f) Robím niečo iné

☐	☐
--------------------------	--------------------------

Ak **ÁNO**, uveď, prosím, čo robíš:

i)

Nasledujúce otázky sú zamerané na Tvoje skúsenosti a postoje týkajúce sa chodenia s niekým a sexuálneho života. Odpovedz na všetky otázky. Informácie, ktoré nám tu dáš, nie sú poskytované žiadnej tretej osobe (teda ani rodičom).

C10. Chodil/a si alebo chodíš s niekým?

Áno ☐

Nie ☐

Ak **ÁNO**, prejdí k C12.

Ak **NIE**,

C11. Chcel/a by si s niekým chodiť? *Zatrčni LEN JEDNU odpoveď.*

Veľmi by som chcel/a s niekým chodiť ☐

Teraz ani nie, ale neskôr áno ☐

Až tak ma to teraz nezaujíma ☐

C12. a) Bozkával/a si sa s niekým?

Áno ☐

Nie ☐

b) Objímal/a alebo mazlil/a si sa s niekým?

Áno ☐

Nie ☐

c) Mal/a si niekedy pohlavný styk?

Áno ☐

Nie ☐

→ Prejdí k otázke C16.

Ak **ÁNO**, prejdí k nasledujúcej otázke.

C13. Koľko si mal rokov, keď si mal/a pohlavný styk po prvýkrát? *Zatrčni LEN JEDNU odpoveď.*

12 rokov a menej ☐

13 rokov ☐

14 rokov a viac ☐

C14. S koľkými partnermi/partnerkami si mal/a pohlavný styk?

C15. Použil/a si Ty alebo Tvoj partner/Tvoja partnerka niektorú z metód ochrany proti počatiu (napr. hormonálnu antikoncepciu, kondóm atď.)?

Áno ☐

Áno, ale nie vždy ☐

Nie ☐

Ak **ÁNO** alebo **ÁNO, ALE NIE VŽDY**, uveď, prosím, akú:

C16. V koľkých rokoch je podľa Teba v poriadku mať prvý pohlavný styk?

- a) U dievčat v.....rokoch
b) U chlapcov v.....rokoch

C17. Ako by si hodnotil/a kvalitu informácií o sexuálnom živote, ktorú si získal/a od nasledujúcich osôb alebo z informačných zdrojov?
Každú položku priradiť známku ako v škole (1-5). Pokiaľ si z uvedeného zdroja alebo od uvedenej osoby nezískal/a žiadne informácie, zakrúžkuj 7.

	Známka (1-5)	Z tohto zdroja/od tejto osoby som žiadne informácie nezískal/a
a) matka		
b) otec		
c) vyučujúci v škole		
d) kamaráti/kamarátky		
e) odinakiaľ/od niekoho iného (uved', prosím, o koho ide:)		
.....		
f) odborné informácie (knihy, www ai.)		
g) časopisy pre tíneerov (Bravo ai.)		
h) erotické www, relácie v TV ai.		

Priestor pre Tvoj komentár k sekcii:

.....

.....

.....

SEKCIA D: TVOJE STRAVOVANIE

Zaujíma nás, čo ješ. Máme na mysli všetko jedlo, ktoré zješ v priebehu dňa (čo zješ v škole, doma, ale tiež kdekoľvek inde). Ako často teraz ješ nasledujúce potraviny? Odpovedz na každú otázku, a to i v prípade, že uvedenú potravinu nejíš (v tom prípade zatrhni „nikdy alebo len zriedka“, teda variant 5).

D1. Obilniny

D1. Obilniny		Ako často?				
	Viac než raz denne	4-7x krát za týždeň	1 – 3x za týždeň	Raz za 14 dní	Nikdy alebo len zriedka	
a) Cereálne výrobky (músi, cornflakes, ovsená kaša apod.)						
b) Chlieb						
c) Rožky, žemle apod. – biele pečivo nesladké						
d) Ryžu (ako príloha, rizoto či inak)						
e) Cestoviny – ako príloha i ako samostatné jedlo (špagety, fusilli apod.)						
f) Knedle (nesladké ako príloha)						
g) Knedle ovocné a iné múčne jedlá						
h) Tzv. jemné, sladké pečivo (buchty, koláče, šišky, vianočka, linecké, croissant, mafiny apod.)						

D2. Zelenina

D2. Zelenina		Ako často?				
		Viac než raz denne	4-7x krát za týždeň	1 – 3x za týždeň	Raz za 14 dní	Nikdy alebo len zriedka
a)	Surová zelenina – ako šalát alebo celú (paradajka, paprika, uhorka, mrkva, kaleráb, reďkvičky apod.)					
b)	Zelenina tepelne upravená (varená, sterilizovaná) – karfiol, špenát, brokolica, kapusta, cuketa apod.					
c)	Zeleninová šťava (100 %)					
d)	Zemiaky varené (ako príloha i samostatné jedlo)					

D3. Ovocie

	Ako často?				
	Viac než raz denne	4-7x krát za týždeň	1 – 3x za týždeň	Raz za 14 dní	Nikdy alebo len zriedka
a) Čerstvé ovocie (jablká, hrušky, slivky, hrozno, melóny, marhule, broskyne, banány, pomaranče, jahody atď.)					
b) Ovocné džúsy 100 %					
c) Ovocné kompóty, ovocie v konzervách					

D4. Mlieko a mliečne výrobky

	Ako často?				
	Viac než raz denne	4-7x krát za týždeň	1 – 3x za týždeň	Raz za 14 dní	Nikdy alebo len zriedka
a) Mlieko alebo mliečny nápoj (ochutené mlieko, kakao)					
b) Jogurt (alebo jogurtový nápoj)					
c) Tvaroh alebo tvarohový dezert					
d) Smotanový krém, dezert, pribináčik, Termix					
e) Puding, pudingové krémy, mliečnu ryžu alebo iné mliečne dezerty					
f) Syr					

D5. Mäso, hydina, ryby, vajcia, strukoviny a orechy

	Ako často?				
	Viac než raz denne	4-7x krát za týždeň	1 – 3x za týždeň	Raz za 14 dní	Nikdy alebo len zriedka
a) Mäso „červené“ (hovädzie, bravčové, baranie, zverina)					
b) Údeniny (salámy, párky, klobásy apod.)					
c) Vnútornosti (pečeň, ľadviny apod.)					
d) Mäsové výrobky – paštéty, konzervy					
e) Hydina (kurča, morčacie mäso), králik					
f) Ryby alebo rybie produkty					
g) Vajčička a jedlá z nich (varené „natvrdo“, smažené „volské oko“, miešané, vajcová omeleta apod.)					
h) Strukoviny (šošovica, fazuľa, hrach, sója a sójové mäso, tofú)					
i) Orechy (arašidy, vlašské, lieskové ai.)					

D6. Sladkosti

	Ako často?				
	Viac než raz denne	4-7x krát za týždeň	1 – 3x za týždeň	Raz za 14 dní	Nikdy alebo len zriedka
a) Zákusky, torty					
b) Čokoláda					
c) Čokoládové tyčinky, napr. Kit Kat, 3Bit, Snickers apod.					
d) Bonbóny (čokoládové, karamely), mentolové (Mentos, Polo), želatinové					
e) Zmrzlina, nanuk					

D7. Tuky

	Ako často?				
	Viac než raz denne	4-7x krát za týždeň	1 – 3x za týždeň	Raz za 14 dní	Nikdy alebo len zriedka
a) Maslo (pravé)					
b) Masť					
c) Natierkové maslo					
d) Maslo „zdravé“ z rastlinných tukov (margaríny Rama, Flóra apod.)					

D8. Iné potraviny

	Ako často?				
	Viac než raz denne	4-7x krát za týždeň	1 – 3x za týždeň	Raz za 14 dní	Nikdy alebo len zriedka
a) Párok v rožku					
b) Hamburger					
c) Pečivo z listkového cesta – plnené					
d) Keksy a oplátky (Tatranky, oplátky Opavia apod.), vrátane čajového pečiva a piškót					
e) Pizza					
f) Hranolky (ako príloha i samotné)					
g) Chipsy					
h) Iné vyprážané jedlá					

D9. Nápoje

	Jak často?				
	Viac než raz denne	4-7x krát za týždeň	1-3x za týždeň	Raz za 14 dní	Nikdy alebo len zriedka
a) Voda („Dobrá voda“ z fľaše či voda z vodovodu)					
b) Minerálka neochutená					
c) Minerálka ochutená					
d) Kolový nápoj (Coca-cola, Pesi-cola, Kofola apod.)					
e) Iné sýtené malinovsky (Fanta, Sprite, Lift apod.)					
f) Ovocný džús 100 % (z fľašiek alebo čerstvo vytlačený)					
g) Nektár – menej než 100 %					
h) Mlieko					
i) Ochutené mlieko (napr. i mliečne koktaily, Granko)					
j) Káva (čierna)					
k) Čaj pravý čierny alebo zelený					
l) Čaj bylinkový					

POTRAVINOVÉ PREFERENCIE

Ako máš rád/a rôzne jedlá a potraviny? Vyjadri u každej položky zatrnutím jedného čísla od 1 do 10.

1 = vôbec nemám rád/a, ani trochu mi nechutí

10 = mám veľmi rád/a, veľmi mi chutí

D10. Obilniny

a) Cereálne výrobky (múšli, cornflakes, ovsená kaša apod.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
b) Chlieb	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
c) Rožky, žemle apod. – biele pečivo nesladké	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
d) Ryža (ako príloha, rizoto či inak)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
e) Cestoviny – ako príloha i ako samostatné jedlo (špagety, fusilli apod.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
f) Knedle (nesladké ako príloha)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
g) Knedle ovocné a iné múčne jedlá	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
h) Tzv. jemné, sladké pečivo (buchty, koláče, šišky, vianočka, linecké, croissant, mafiny apod.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

D11. Zelenina

a) Surová zelenina – ako šalát alebo celá (paradajka, paprika, uhorka, mrkva, kaleráb, red'kvičky apod.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
b) Zelenina tepelne upravená (varená, sterilizovaná) – karfiol, špenát, brokolica, kel, cuketa apod.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
c) Zeleninová šťava (100 %)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
d) Zemiaky varené (ako príloha i samostatné jedlo)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

D12. Ovocie

- | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| a) Čerstvé ovocie (jablká, hrušky, slivky, hrozno, melóny, marhule, broskyne, banány, pomaranče, jahody atď.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| b) Ovocné džúsy 100 % | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| c) Ovocné kompóty, ovocie v konzervách | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

D13. Mlieko a mliečne výrobky

- | | | | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| a) Mlieko alebo mliečny nápoj (ochutené mlieko, kakao) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| b) Jogurt (alebo jogurtový nápoj) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| c) Tvaroh alebo tvarohový dezert | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| d) Smotanový krém, dezert, príbinačik, Termix | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| e) Puding, pudingové krémy, mliečnu ryžu alebo iné mliečne dezerty | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| f) Syr | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

D14. Mäso, hydina, ryby, vajcia, strukoviny a orechy

- | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| a) Mäso „červené“ (hovädzie, bravčové, baranie, zverina) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| b) Údeniny (salámy, párky, klobásy apod.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| c) Vnútomosti (pečeň, ľadviny apod.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| d) Mäsové výrobky – paštéty, konzervy | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| e) Hydina (kurča, morčacie mäso), králik | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| f) Ryby alebo rybie produkty | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| g) Vajcia a jedlá z nich (varené „natvrdo“, smažené „volské oko“, miešané, vajíčková omeleta apod.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| h) Strukoviny (šošovica, fazuľa, hrach, sója a sójové mäso, tofu) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| i) Orechy (arašidy, vlašské, lieskové ai.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

D15. Sladkosti

- | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| a) Zákusky, torty | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| b) Čokoláda | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| c) Čokoládové tyčinky, napr. Kit Kat, 3Bit, Snickers apod. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| d) Bonbóny (čokoládové, karamely), mentolové (Mentos, Polo), želatínové | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| e) Zmrzlina, nanuk | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

D16. Tuky

- | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| a) Maslo (pravé) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| b) Masť | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| c) Natierkové maslo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| d) Maslo „zdravé“ z rastlinných tukov (margaríny Rama, Flóra apod.) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

D17. Iné potraviny

- | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| a) Párok v rožku | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| b) Hamburger | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| c) Pečivo z listového cesta - plnené | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| d) Keksy a oplátky (Tatranky, oplátky Opavia apod.), vrátane čajového pečiva a piškót | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| e) Pizza | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| f) Hranolky (ako príloha i samotné) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| g) Chipsy | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| h) Iné smažené jedlá | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

D18. Nápoje

a) Voda („Dobrá voda“ z fľaše či voda z vodovodu)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
b) Minerálka neochutená	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
c) Minerálka ochutená	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
d) Kolový nápoj (Coca-cola, Pesi-cola, Kofola apod.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
e) Iné sýtené limonády (Fanta, Sprite, Lift apod.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
f) Ovocný džús 100 % (z fliaš alebo čerstvo vytlačené)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
g) Nektár – menej než 100 %	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
h) Mlieko	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
i) Ochutené mlieko (napr. i mliečne koktaily, Granko)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
j) Káva (čierna)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
k) Čaj pravý čierny alebo zelený	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
l) Čaj bylinkový	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

D19. Dodržiavaš nejakú diétu?

Áno ☐ 1 Nie ☐ 2

Ak ÁNO, uveď, prosím, akú:

D20. Ješ pravidelne nejaké vitamínové prípravky?

Áno, pravidelne

Občas, nepravidelne

Ne

1	→
2	
3	

Ak ÁNO, uveď, prosím, aké:

i).....

ii).....

D21. Ako často máš nejaké jedlo v škole:

a) Teplé jedlo v škole (obed) – v školskej jedálni

b) Teplé jedlo mimo školy

c) Desiatu, ktorú si nosíš z domu

d) Desiatu, ktorú si kúpiš sám/sama

5x za týždeň	2-4x za týždeň	Raz za týždeň	Raz za dva týždne	Nikdy
1	2	3	4	5
1	2	3	4	5
1	2	3	4	5

SEKCIA E: ĽUDIA V TVOJOM OKOLÍ

V tejto časti dotazníka nás zaujíma, akú **pomoc a podporu** dostávaš od rodičov, učiteľov alebo ďalších ľudí v Tvojej škole.

Prečítaj si, prosím, pozorne každé tvrdenie a odpovedaj pravdivo. Neexistujú tu dobré alebo zlé odpovede. Tvoja situácia sa môže líšiť od situácie Tvojich spolužiakov alebo kamarátov.

Nás zaujíma práve tá Tvoja.

U každej činnosti nás zaujíma, **ako často** sa odohráva a súčasne, **ako je pre Teba osobne dôležitá**.

E1. Moji rodičia

	Ako často?						Ako dôležité?		
	Vždy	Skoro vždy	Často	Občas	Skoro nikdy	Nikdy	Veľmi dôležité	Dôležité	Nedôležité
Moji rodičia:									
a) mi dávajú najavo, že sú na mňa hrdí	1	2	3	4	5	6	1	2	3
b) mi rozumejú	1	2	3	4	5	6	1	2	3
c) ma počúvajú, keď im potrebujem niečo povedať	1	2	3	4	5	6	1	2	3
d) mi pomôžu, keď neviem, čo robiť	1	2	3	4	5	6	1	2	3
e) mi dávajú dobré rady	1	2	3	4	5	6	1	2	3
f) mi pomáhajú riešiť problémy tým, že mi poskytnú informácie	1	2	3	4	5	6	1	2	3
g) ma pochvália, keď sa mi niečo podarí	1	2	3	4	5	6	1	2	3
h) ma citlivo upozomia, keď robím chyby	1	2	3	4	5	6	1	2	3
i) ma odmenia, keď niečo urobím dobre	1	2	3	4	5	6	1	2	3
j) mi pomáhajú, aby som mohol/a robiť to, čo ma baví	1	2	3	4	5	6	1	2	3
k) si nájdu čas, aby mi pomohli v rozhodovaní	1	2	3	4	5	6	1	2	3
l) mi dávajú veľa vecí, ktoré potrebujem	1	2	3	4	5	6	1	2	3

Pri každej činnosti nás zaujíma, **ako často** sa odohráva a súčasne, **ako je pre Teba osobne dôležitá**.

E2. Moji učitelia

	Ako často?						Ako dôležité?		
	Vždy	Skoro vždy	Často	Občas	Skoro nikdy	Nikdy	Veľmi dôležité	Dôležité	Nedôležité
Moji učitelia:									
a) sa o mňa zauímajú	1	2	3	4	5	6	1	2	3
b) sa ku mne správajú férovo	1	2	3	4	5	6	1	2	3
c) nevadí im, keď sa ich pýtam	1	2	3	4	5	6	1	2	3
d) mi vysvetlia veci, ktorým nerozumiem	1	2	3	4	5	6	1	2	3
e) mi ukážu, ako sa veci majú robiť	1	2	3	4	5	6	1	2	3
f) mi pomáhajú riešiť problémy tým, že mi poskytnú informácie	1	2	3	4	5	6	1	2	3
g) ma pochvália, keď sa mi niečo podarí	1	2	3	4	5	6	1	2	3
h) ma citlivo upozomia, keď robím chyby	1	2	3	4	5	6	1	2	3
i) mi povedia, ako žijem	1	2	3	4	5	6	1	2	3
j) sa ubezpečujú, že mám všetky potrebné pomôcky	1	2	3	4	5	6	1	2	3
k) si nájdu čas a pomôžu mi naučiť sa veci robiť dobre	1	2	3	4	5	6	1	2	3
l) mi venujú čas, keď potrebujem pomoc	1	2	3	4	5	6	1	2	3

Pri každej činnosti nás zaujíma, ako často sa odohráva a súčasne, ako je pre Teba osobne dôležitá.

E3. Moji spolužiaci

	Ako často?						Ako dôležité?		
	Vždy	Skoro vždy	Často	Občas	Skoro nikdy	Nikdy	Veľmi dôležité	Dôležité	Nedôležité
Moji spolužiaci:									
a) sa správajú ku mne pekne	1	2	3	4	5	6	1	2	3
b) páči sa im väčšina mojich nápadov a názorov	1	2	3	4	5	6	1	2	3
c) počítajú so mnou	1	2	3	4	5	6	1	2	3
d) ma nasmerujú, keď neviem, čo robiť	1	2	3	4	5	6	1	2	3
e) mi dajú informácie, aby som sa naučil/a nové veci	1	2	3	4	5	6	1	2	3
f) mi poradia	1	2	3	4	5	6	1	2	3
g) ma pochvália, keď sa mi niečo podarí	1	2	3	4	5	6	1	2	3
h) ma citlivo upozornia, keď robím chyby	1	2	3	4	5	6	1	2	3
i) si všimnú, že som usilovne pracoval/a	1	2	3	4	5	6	1	2	3
j) ma pozvú, aby som sa zapojil/a do spoločných aktivít	1	2	3	4	5	6	1	2	3
k) trávim čas pri spoločných aktivitách	1	2	3	4	5	6	1	2	3
l) mi pomáhajú so spoločnými úlohami	1	2	3	4	5	6	1	2	3

Pri každej činnosti nás zaujíma, ako často sa odohráva a súčasne, ako je pre Teba osobne dôležitá.

E4. Môj kamarát/kamarátka.

	Ako často?						Ako dôležité?		
	Vždy	Skoro vždy	Často	Občas	Skoro nikdy	Nikdy	Veľmi dôležité	Dôležité	Nedôležité
Môj kamarát/moja kamarátka:									
a) chápe moje pocity	1	2	3	4	5	6	1	2	3
b) sa ma zastane, keď sa iní ku mne správajú zle	1	2	3	4	5	6	1	2	3
c) mi pomôže, keď sa cítim osamelý/á	1	2	3	4	5	6	1	2	3
d) mi pomôže svojimi nápadmi, keď neviem, čo robiť	1	2	3	4	5	6	1	2	3
e) mi dáva dobré rady	1	2	3	4	5	6	1	2	3
f) mi vysvetlí veci, ktorým nerozumiem	1	2	3	4	5	6	1	2	3
g) mi povie, keď sa mu/jej páči to, čo robím	1	2	3	4	5	6	1	2	3
h) ma citlivo upozorní, keď robím chyby	1	2	3	4	5	6	1	2	3
i) mi citlivo povie pravdu o tom, ako sa mi darí robiť veci, ako na tom som	1	2	3	4	5	6	1	2	3
j) mi pomôže, keď to potrebujem	1	2	3	4	5	6	1	2	3
k) sa podelí so mnou o svoje veci	1	2	3	4	5	6	1	2	3
l) si urobí čas, aby mi pomohol/a riešiť moje problémy	1	2	3	4	5	6	1	2	3

Pri každej činnosti nás zaujíma, ako často sa odohráva a súčasne, ako je pre Teba osobne dôležité.

E5. Ľudia v škole (napr. výchovný poradca, školní psychológ, školník aj.)

	Ako často?						Ako dôležité?		
	Vždy	Skoro vždy	Často	Občas	Skoro nikdy	Nikdy	Veľmi dôležité	Dôležité	Nedôležité
a) sa o mňa zaujímajú	1	2	3	4	5	6	1	2	3
b) mi rozumejú	1	2	3	4	5	6	1	2	3
c) ma počúvajú, keď to potrebujem	1	2	3	4	5	6	1	2	3
d) mi dobre radia	1	2	3	4	5	6	1	2	3
e) mi pomáhajú riešiť problém tým, že mi poskytnú informácie	1	2	3	4	5	6	1	2	3
f) mi vysvetlia veci, ktorým nerozumiem	1	2	3	4	5	6	1	2	3
g) mi povedia, ako žijem	1	2	3	4	5	6	1	2	3
h) ma pochvália, keď sa mi niečo podarí	1	2	3	4	5	6	1	2	3
i) ma jemne upozornia, keď robím chyby	1	2	3	4	5	6	1	2	3
j) si nájdu čas, aby mi pomohli pri rozhodovaní	1	2	3	4	5	6	1	2	3
k) mi venujú čas, keď potrebujem pomoc	1	2	3	4	5	6	1	2	3
l) sa zaujímajú, či mám všetky pomôcky, ktoré potrebujem	1	2	3	4	5	6	1	2	3

Je nutné, aby si žiadnu otázku nevynechal/a. Prejdi si, prosím, ešte raz celú túto časť (sekcii E) a pozri sa, či si niekde nezabudol/a zatrhnúť svoju odpoveď.

SEKCIA F: ZÁVER

F1. Skúšal Ťa niekto presvedčiť, aby si zmenil/a niektorú odpoveď?

Áno ☐ Nie ☐

F2. Kedy si sa narodil?

Deň Mesiace Rok

F3. Kedy si skončil/a vyplnenie dotazníka?

Deň Mesiace Rok

VEĽMI TI ĎAKUJEME ZA TVOJU POMOC

Garancia výskumu

*Všetky informácie, ktoré ste nám poskytli, sú **dôverné** a budú spracované len **hromadne**. Nikto nebude mať možnosť žiadnym spôsobom spojiť informácie uvedené v tomto dotazníku s Vaším menom.*

*MUDr. Lubomír Kukla, CSc. – hlavný koordinátor projektu a člen medzinárodného koordináčného výboru projektu ELSPAC
Oddělení preventivní a sociální pediatrie, Lékařská fakulta Masarykovy univerzity, Brno*



SLOVENSKÁ ZDRAVOTNÍCKA UNIVERZITA
Limbová 12, 833 03 Bratislava

Pracovisko:
Fakulta verejného zdravotníctva
Limbová 12, 833 03 Bratislava

Tel: +421 2 59 370 551

Fax: +421 2 59 370 552

E-mail: ida.valkyova@szu.sk