

The study underlying the results published in this paper was conducted as part of research financed under the Research and Technology Innovation Fund (KTIA_AIK_12-1-2013-0043) called Adaptation and ICT-supported development opportunities of regional wellbeing and wellness concepts to the Balkans.

Kratak izveštaj o kvalitetu zdravlja i života na Balkanu

Uvod

Ovo istraživanje je usmereno na jedanaest zemalja u regionu Balkana, tj. Albaniju, Bosnu i Hercegovinu, Bugarsku, Hrvatsku, Grčku, Makedoniju, Crnu Goru, Rumuniju, Srbiju, Sloveniju i Tursku. Glavni cilj ovog projekta je bio da se istraži nivo kvaliteta zdravlja i života stanovnika ovih zemalja i glavni faktori koji utiču na kvalitet njihovog zdravlja i života. Drugi cilj je bio da se utvrdi u kojim aktivnostima oni najviše uživaju kako bi se razvili budući domaći i regionalni proizvodi koji se odnose na rekreaciju i turizam. U ovoj studiji su korišćene brojne metode istraživanja, uključujući sekundarno prikupljanje podataka iz akademskih izvora i izveštaja o kvalitetu života, zadovoljstva životom, izveštaja o stepenu sreće i kvaliteta života, kao i primarni podaci u obliku upitnika za 11.000 anketiranih lica iz jedanaest balkanskih zemalja. Takođe je napravljena Delfi studija u saradnji sa lekarima opšte prakse i istraživačima iz sedamnaest zemalja.

Glavni nalazi

U drugim podacima, većina studija koja se odnose na kvalitet život, zadovoljstva životom, i studije kvaliteta života rangiraju balkanske države ispod proseka u državama EU ili OECD. U indeksu društvenog razvoja (2014) balkanske države su zauzele 25. mesto (Slovenija) do 95. (Albanija) i Izveštaju o sreći u svetu (2015) one se kreću u opsegu od 55. (Slovenija) do 134. (Bugarska). Slovenija je takođe najbolja u većini aspekata Galupove studije o kvalitetu života (2013) i u Izveštaju o sreći u svetu (2015). Međutim, ima nekih blago različitih rezultata kada se upoređuje cilj (npr. Ekonomski i politički indikatori) i subjektivni (npr. osećanja, percepcije). Na primer, OECD Indeks boljeg života (2013) nagoveštava da je Slovenački rezultat niži od prosečnog subjektivnog kvaliteta života, ali Eurofound (2013) je napomenuo

da iako se Bugarska našla na dnu u EU u pogledu zadovoljstva životom, zauzela je 16. od 27 mesta u smislu hedonističkog kvaliteta života (osećaja i raspoloženja na dnevnoj bazi). Neke države su ostvarile veoma nizak rezultat u svim domenima kvaliteta života u Galupovoj studiji o kvalitetu života za 2013. (npr. Hrvatska). Grčka trenutno pokazuje najniže rezultate u velikom broju studija o kvalitetu života i sreći.

U našoj studiji, izgleda da zdravstveno stanje opada lagano sa godinama (što nije iznenađujuće) ali ljudi takođe ulažu napor da ostanu zdravi sa godinama. Albanci i Grci se smatraju najzdravijim u balkanskim državama. Ovo možda ne iznenađuje jer oni imaju najduži očekivani vek života u regionu zajedno sa Slovenijom (HDI, 2014). Smatra da na to utiče mediteranski način ishrane (Ginter i Simko, 2011). Međutim, u ovoj Studiji, Slovenija je ispod proseka u odnosu na to koliko se zdravim *osećaju* (pri čemu je zauzela tek 8. mesto u balkanskim državama) a u smislu pridržavanja zdravog načina života (nalazi se na poslednjem mestu). Bugari se smatraju najmanje zdravim i oni takođe imaju najniži očekivani životni vek. Posle Makedonije, Albanci tvrde da ulažu najviše napora da se održe zdravim. Hrvati ulažu najmanje napora da se održe zdravim od svih država u ovoj studiji. Ovo možda i ne predstavlja iznenađenje imajući u vidu niske nivoe fizičkog kvaliteta života prikazanog u Galupove studije (2013).

Stanovnici Bosne i Hercegovine (možda predstavlja iznenađenje) se smatraju najsrećnijim ljudima na Balkanu u ovoj studiji. Ovo je u suprotnosti sa Svetskim izveštajem o sreći (2015) gde su se rangirali sasvim nisko. Sa druge strane, stanovnici Bosne i Hercegovine su se visoko rangirali u pogledu 'ciljanog kvaliteta života' u Galupovoj studiji (2013). U skladu s drugim studijama (npr. Gallup, 2013; Eurofound, 2013; Izveštaj o sreći u svetu, 2015), Grci tvrde da su oni najmanje srećni u balkanskom regionu. Uprkos relativno visokom rangu Turske u Izveštaju o sreći u svetu (2015), anketirani u ovoj studiji ne smatraju sebe posebno srećnim (dele 10. mesto sa Rumunima).

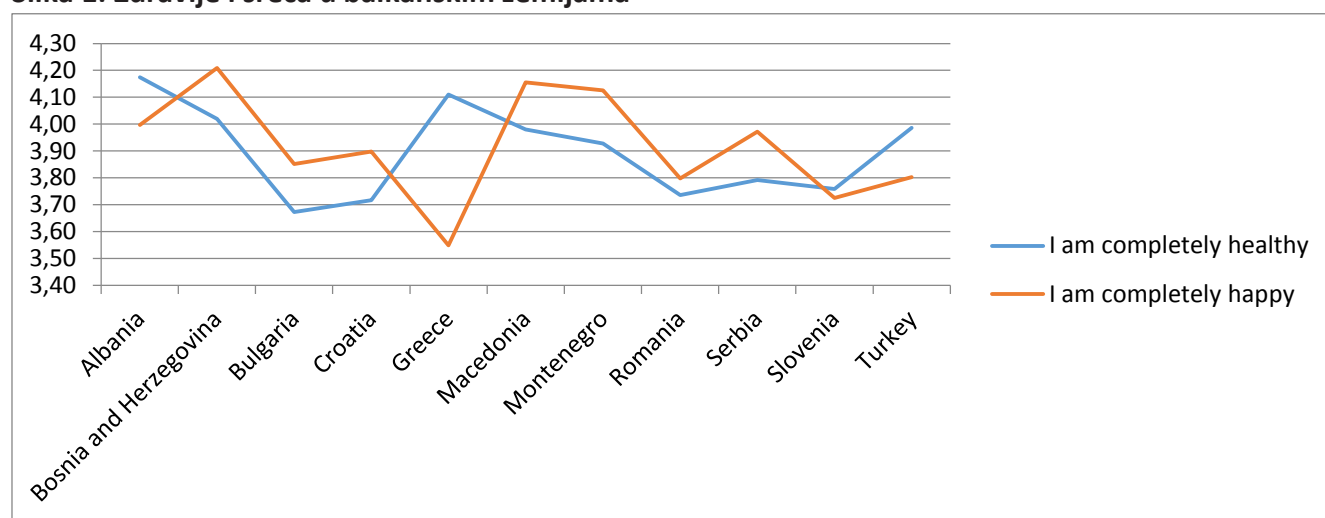
Sve u svemu, nije bilo statistički značajnih razlika između muškaraca i žena ili onih koji žive na selu ili u gradovima. Međutim, izgleda da su mladi ljudi (starosti 15-39) srećniji od starijih, ali oni koji su srednje životne dobi (40-49 i 50-59) su najnesrećniji. Neke druge studije nagoveštavaju takođe da ljudi srednjih godina imaju niže nivoe sreće u pogledu takozvanog 'U-zaokreta' života uz dostizanje najniže tačke u starosnoj dobi od 46 (The Economist, 2010). Ljudi viših obrazovnih nivoa su često nesrećniji od onih sa nižim nivoima. Pretpostavlja se da visoki nivoi nezaposlenosti, niske plate ili nedostatak mogućnosti visokog nivoa u mnogim balkanskim državama mogu biti razlozi za ovo. Najniže obrazovani ljudi mogu takođe da imaju manja očekivanja ili aspiracije.

Kao i brojnim drugim studijama, porodica, zdravlje i ljubav su najvažniji činioci sreće. U većini država, upotreba banja, hamama i sauna se značajno smanjena (npr. čak 49% u Makedoniji). Slovenija je jedina država gde je upotreba ovog smanjena za oko 10%. Sa druge strane,

upotreban prirodnog izvora lečenja izgleda da se povećava (npr. za čak 41% u Bosni). Odlazak na more je povećan, ali vreme provedeno na planini, u šumama i velikim šumama ili pored jezera i reka izgleda da je jednako popularno jer nije bilo značajnih povećanja ili smanjenja izuzev u slučaju jednog ili dva očekivanja. Religijske aktivnosti su povećane svuda ali praktikovanje nereligijskih duhovnih aktivnosti je drastično smanjeno čak za 90% (npr. Albanija). Kuvanje i konzumacija tradicionalnih jela je povećano u svim zemljama i ponekad je toliko značajno da dostiže 54% (npr. Crna Gora). Upotreba biljnih lekova raste u Albaniji, Bugarskoj i Sloveniji ali se smanjuje na svim drugim mestima. Ples i pevanje su takođe smanjeni u većini država, iako je ples i dalje jednako ako ne i popularniji u Albaniji i Turskoj.

Stanovnici velikog broja država se smatraju siromašnim, skupim i često nestabilnim ali prijateljskim, gostoljubivim i prilično ekološkim.

Slika 1: Zdravlje i sreća u balkanskim zemljama

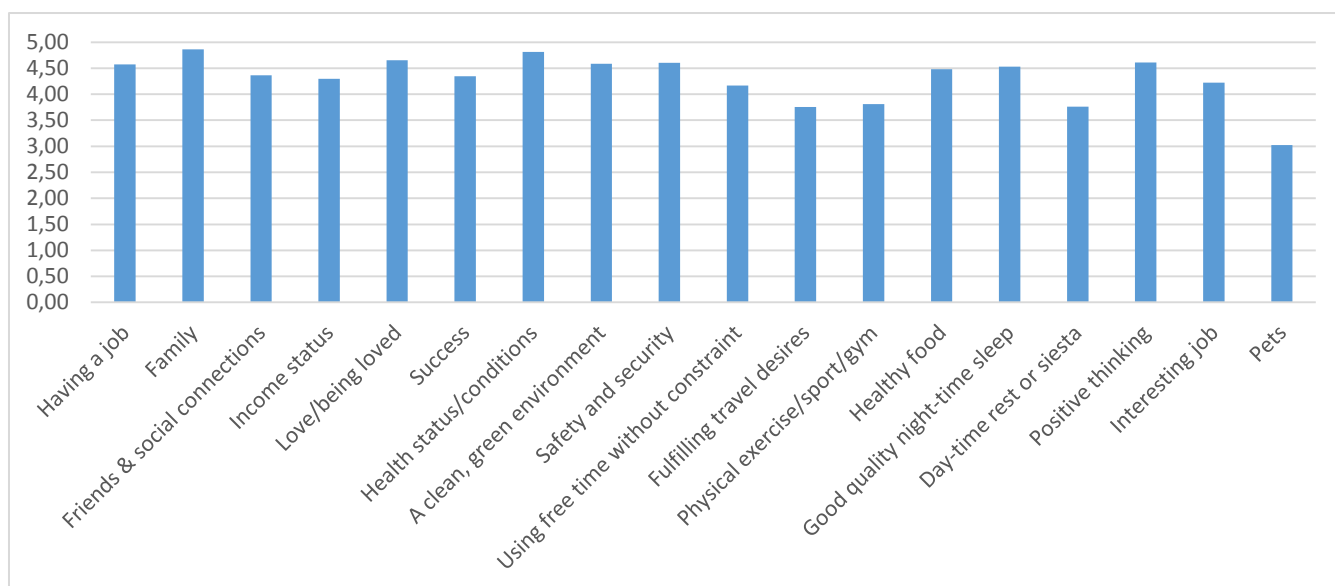


Albanija, Bosna i Hercegovina, Bugarska, Hrvatska, Grčka, Makedonija, Crna Gora, Rumunija, Srbija, Slovenija, Turska

Potpuno sam zdrav(a),

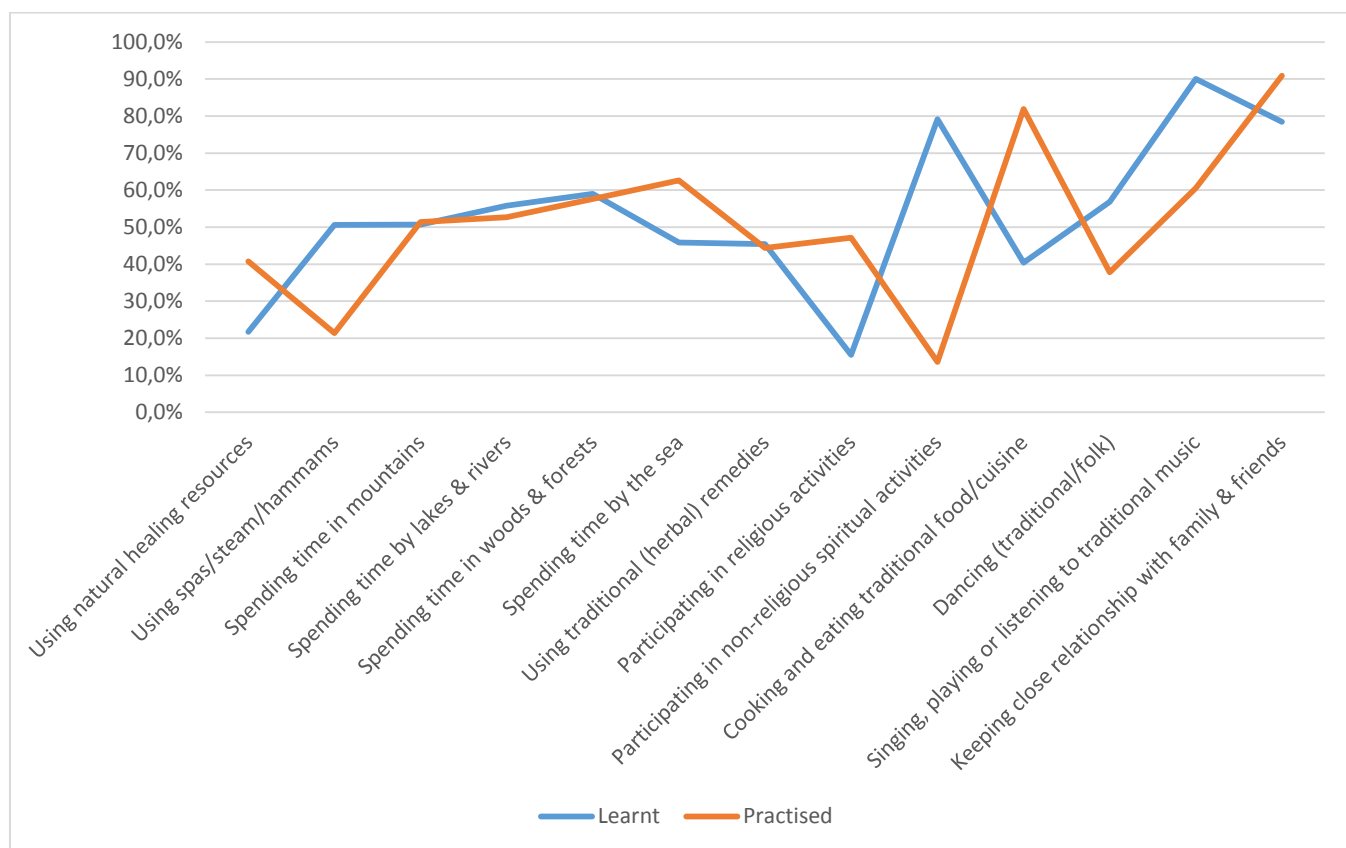
Potpuno sam sreć(an/na)

Slika 2: Faktori sreće u balakanskim zemljama



Zaposlenost, Porodica, Prijatelji i društvene veze, Nivo prihoda, Ljubav/voljenost, Uspeh, Zdravstveno stanje/bolesti, Čista, zelena sredina, Zaštita i bezbednost, Korišćenje slobodnog vremena bez ograničenja, Ispunavanje želje za putovanjem, Fizička aktivnost/sport/teretana, Zdrava hrana, Dobro spavanje noću, Odmaranje u toku dana ili sijesta, Pozitivno razmišljanje, Interesantan posao, Kućni ljubimci

Slika 3: Naučene i praktikovane aktivnosti



Korišćenje prirodnih izvora lečenja, Korišćenje banja/sauna/hamama, Vreme provedeno na planini, Vreme provedeno na jezeru ili reci, Vreme provedeno u šumi, Vreme provedeno na moru, Korišćenje tradicionalnih (biljnih) lekova, Učestvovanje u verskim aktivnostima, Učestvovanje u duhovnim aktivnostima koje nisu verske, Kuvanje i konzumacija tradicionalnih jela/kuhinje, Ples (tradicionalni/narodni), Pevanje, sviranje ili slušanje tradicionalne muzike, Održavanje bliskih veza sa porodicom i prijateljima

Naučeno, Praktikovano

Zaključci

U smislu budućeg razvoja rekreacije i turizma, izgleda da su aktivnosti koje bi najviše pojačale kvalitet života stanovništva Balkana su povezane sa tradicionalnom hranom, religijom, pejzažom (posebno primorje) i prirodnim izvorima lečenja.