Zkušenosti žáků ZŠ s alkoholem a návykovými látkami

Jana Pavlacká

Bakalářská práce
2017

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií
Ústav pedagogických věd
akademický rok: 2016/2017

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení:	**Jana Pavlacká**
Osobní číslo:	**H140516**
Studijní program:	**B7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor:	**Sociální pedagogika**
Forma studia:	**prezenční**
Téma práce:	**Zkušenosti žáků ZŠ s alkoholem a návykovými látkami**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.
Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti dospívání, alkoholismu a závislosti na návykových látkách.
Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.
Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

ŠEDIVÝ, Václav a Helena VÁLKOVÁ. Lidé, alkohol, drogy. Praha: Naše vojsko, 1988.
LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. Vývojová psychologie. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.
VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie: dětství a dospívání. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.
SKÁLA, Jaroslav. Závislost na alkoholu a jiných drogách. Praha: Avicenum, 1987.
CHRÁSKA, Miroslav. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5326-3.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Eva Šalenová**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **29. listopadu 2016**

Termín odevzdání bakalářské práce: **26. dubna 2017**

Ve Zlíně dne 29. listopadu 2016

doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.
děkanka

Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby [1)];
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 [2)];
- podle § 60 [3)] odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 [3)] odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 10.4.2017 .....

.....

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevýdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.
(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:
(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:
(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst. 3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.
(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.
(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Bakalářská práce se zabývá zkušenostmi žáků základní školy s alkoholem a návykovými látkami. Teoretická část je rozdělena do 4 kapitol. Věnuje se základním pojmům, týkajících se problematiky alkoholu a návykových látek, uvádí specifika užívání těchto látek u dětí a mladistvých a charakterizuje některé vybrané návykové látky, typy a možnosti prevence. Závěr teoretické části bakalářské práce se věnuje období dopívání jedince. Praktická část bakalářské práce má za cíl zjistit, jaké zkušenosti mají žáci 8. a 9. tříd základních škol s alkoholem a návykovými látkami. Pro získání informací bude použit kvantitativní výzkum, který bude následně vyhodnocen, a na jeho základě budou navržena doporučení pro praxi.

Klíčová slova: alkohol, návykové látky, závislost, žáci ZŠ, dospívání, prevence

ABSTRACT

This thesis deals with the experience of primary school pupils with alcohol addictive substances. The theoretical part is divided into 4 chapters do. It deals with basic concepts related to alcohol problems, substance abuse, says the specifics of the use of these substances in children and adolescents characterizes some selected addictive substances Types of prevention. Conclusion The theoretical part is devoted to adulthood in the individual periods. The practical part of the thesis aims to find out what experience they have pupils 8th and 9th classes of primary schools with al-alcohol substance abuse. To obtain the information will be used quantitative research, which will then be evaluated, on the basis of the recommendations will be proposed for practice.

Keywords: alcohol, addictive substances, addiction, primary school pupils, adolescence, prevention

Mé poděkování patří paní Mgr. Evě Šalenové za odborné vedení, cenné rady, připomínky a pomoc při zpracování bakalářské práce.

Dále děkuji mé rodině a blízkým za podporu a trpělivost, kterou mi poskytovali v průběhu celého studia.

Motto:

„Lidská mysl je tak neskonale obsáhlá, že je v poznávání skoro bezednou hlubinou.“

Jan Amos Komenský

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD **9**
I TEORETICKÁ ČÁST **11**
1 ALKOHOL A NÁVYKOVÉ LÁTKY **12**
1.1 Úzus, abúzus, misúzus 12
1.2 Drogová závislost 13
1.3 Specifika užívání návykových látek u dětí a mladistvých 14
2 CHARAKTERISTIKA ALKOHOLU A JINÝCH NÁVYKOVÝCH LÁTEK **16**
2.1 Nikotin 17
2.2 Nelegální drogy 18
2.2.1 Halucinogeny 18
2.2.2 Opiáty 19
2.2.3 Stimulační drogy 20
2.2.4 Těkavé látky 21
2.2.5 Tlumivé látky 22
3 PREVENCE **23**
3.1 Primární prevence 23
3.2 Sekundární prevence 24
3.3 Terciální prevence 24
3.4 Prevence ve školách 25
3.5 Prevence v období dospívání 27
4 OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ **28**
4.1 Starší školní věk z hlediska vývojové psychologie 28
4.2 Socializace v období staršího školního věku 30
II PRAKTICKÁ ČÁST **32**
5 DESIGN VÝZKUMU **33**
5.1 Cíle výzkumu 33
5.2 Výzkumné otázky 34
5.3 Výzkumná metoda 34
5.4 Výzkumný soubor 36
6 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT **37**
7 SHRNUTÍ VÝZKUMU **55**
8 DISKUZE **61**
9 DOPORUČENÍ PRO PRAXI **62**
ZÁVĚR **63**
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY **64**
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK **66**
SEZNAM PŘÍLOH **68**

ÚVOD

Problematika alkoholu a návykových látek je v dnešní společnosti již několik let aktuálním tématem. Podle údajů poskytovaných Českým statistickým úřadem roste každým rokem spotřeba alkoholu a Česká republika zaujímá v žebříčcích konzumace přední pozice. Již tento údaj svědčí o tom, že naše společnost je, co se týče alkoholu, poměrně tolerantní, a to zcela jistě ovlivňuje pohled dospívajících jedinců na užívání alkoholu. Více než znepokojující je údaj, že v Evropě je příčinou každého desátého onemocnění či úmrtí právě alkohol.

Podle Světové zdravotnické organizace, která v minulých letech prováděla výzkum ve více než dvou stech českých školách, mělo zkušenost s alkoholem nebo cigaretou více než polovina žáků druhého stupně základní školy. Velký počet z nich začínal s těmito látkami již v páté třídě. Bezmála třetina žáků pátých až devátých tříd již měla zkušenost i s konopnými látkami.

Podle studií, které byly prováděny v minulých letech, je zřejmé, že čím dříve se člověk dostane do kontaktu s alkoholem, tím více roste pravděpodobnost, že se v budoucnu setká i s nelegálními drogami. Faktem je, že kromě alkoholu se stále častěji objevují problémy s užíváním nelegálních návykových látek a v souvislosti s tím roste počet osob, které vyhledávají odbornou pomoc.

Starší školní věk je z hlediska vývoje jedince velmi náročným obdobím života. V tomto stádiu života dochází k celé řadě změn, nejen tělesných, ale i změn v chování a sebepojetí jedince. Právě tyto změny mohou vést dospívajícího k tomu, aby zkoušel nové, dosud nepoznané věci, jako například experimentování s návykovými látkami. I přes širokou škálu preventivních programů pro děti a mládež každým rokem klesá hranice, kdy se děti nebo mladiství poprvé dostávají do kontaktu s návykovou látkou. Velmi důležité je, aby si společnost začala uvědomovat následky, které může přinést konzumace alkoholu a drog především již v období dospívání. Často se zapomíná na skutečnost, že mezi látky, na kterých se člověk může stát závislý, jsou nejen tvrdé drogy, jako například pervitin nebo heroin, ale i látky, jejichž užívání společnost toleruje a jsou pro ni obvyklé. Faktem je, že právě skupina dětí a mladistvých je nejvíce ohrožená, protože právě u nich hrozí největší riziko závislosti na návykových látkách.

Cílem praktické části bakalářské práce je popsat, jaké zkušenosti mají žáci osmých a devátých tříd ZŠ T. G. Masaryka v Bojkovicích s alkoholem a jinými návykovými látkami a zjistit, jaká je informovanost žáků o těchto látkách.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 ALKOHOL A NÁVYKOVÉ LÁTKY

Návyková látka, nebo také droga je látka syntetické nebo přírodní povahy, která vyvolává při pravidelném požívání závislost organismu. V roce 1969 byla Světovou zdravotnickou organizací (WHO) přijata definice: „Droga je jakákoliv substance, která když je vpravena do živého organismu, může změnit jednu nebo více jeho funkcí“. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 74)

Skála (1987, s. 140) definuje drogu jako každou látku, která má tzv. psychotropní účinek a způsobuje v lidském organismu dočasnou změnu pocitu prožívání života. Tento pocit bývá pocitem přítomnosti, okamžitého rozpoložení, ale současně je ovlivněn i relikty z minulosti a anticipací budoucího. Důležité je také zmínit, že tato látka je schopna způsobit chorobnou závislost.

Užívání některých návykových látek, především legálních, je ve společnosti obvyklé a přijatelné, pokud nepřekročí určitou mez (alkohol, nikotin), ale i tyto látky mají svá rizika. Látky, které legální nejsou, obecně nejsou považovány za společensky přijatelné a riziko je zde výrazně vyšší. (SANANIM, 2007, s. 15)

1.1 Úzus, abúzus, misúzus

V souvislosti s konzumací alkoholu a návykových látek uvádí Skála (1987, s. 17) pojmy úzus, abúzus, a misúzus. Slovem úzus se rozumí „mírné“ užívání alkoholických nápojů. Jedná se o něj v případech, kdy je alkohol požíván v přijatelném množství, v přijatelném věku a zdravotním stavu, a ve vhodné době. Alkohol je požíván jako nápoj doplňující jídlo i jako pochutina. V tomto případě se alkohol jako droga prakticky neuplatňuje.

Misúzus znamená zneužívání alkoholu nebo návykových látek. O misúzu můžeme mluvit například v případě požití alkoholu před nebo při řízení motorových vozidel, nebo v případě, kdy alkoholické nápoje v malých dávkách konzumují mladiství, u kterých zákon vyžaduje abstinenci. Podobně je tomu i ženy, která konzumuje alkohol během těhotenství a může tak ohrozit zdraví svého dítěte, i v případě, že konzumuje alkohol v nepříliš velkých dávkách.

Abúzus představuje nadužívání alkoholických nápojů. Může být buď občasný, periodický nebo pravidelný, systematický. I jednorázový abúzus ve formě velkých dávek alkoholu představuje značné riziko, stejně jako abúzus periodický či systematický. Úzus i abúzus mohou vést k závislosti.

1.2 Drogová závislost

„Závislost lze definovat jako chronickou a progredující poruchu, která se rozvíjí na pozadí přirozené touhy člověka po změně prožívání. Člověk od nepaměti hledá způsoby, jak zintenzivnit prožitek radosti, euforie a slasti, jak uniknout před bolestí a pocity samoty a izolace. Za určitých okolností tato přirozená touha může přejít v nutkavost a zavdat tak příčinu k rozvoji chorobných znaků. Ty se projevují, vedle nutkavého dychtění po změně prožívání, také narušením až ztrátou kontroly nad nutkavým chování, pokračováním v dosavadním vzorci chování i přes narůstající důsledky a prohloubením stavu nelibosti při přerušení tohoto vzorce.“ (Kalina a kol., 2003, s. 107)

Za drogovou závislost, nebo také toxikomanii, můžeme označit psychický a někdy také fyzický stav, vyplývající ze vzájemného působení mezi živým organismem a drogou, který můžeme charakterizovat změnami chování a jinými reakcemi. Tyto reakce vždy zahrnují nutkání užívat návykovou látku stále nebo pravidelně pro její psychické účinky, ale někdy také proto, aby bylo zabráněno nepříjemnostem z její nepřítomnosti. Mezi hlavní znaky závislosti můžeme řadit pocit silného nutkání užívat návykovou látku, problémy uživatele se sebeovládáním, somatický odvykací stav, zanedbávání volnočasových aktivit a zájmů, a pokračování v užívání drogy i přesto, že má na organismus negativní dopad. Psychická závislost na návykové látce se zpravidla vyznačuje touhou látku opakovaně užívat. Fyzická závislost je způsobena okamžikem, kdy se návyková látka stane součástí metabolismu jedince a jeho organismus na tuto skutečnost reaguje převážně negativními příznaky, v případě, když drogu nedostává. (Kraus, Hroncová, 2007, s. 75)

Skála (1987, s. 14) označuje závislost na alkoholu za směs choroby a nedisciplinovanosti. Podle něj jde o chorobu deformující a zkracující život. I přes abstinenci tato nedisciplinovanost přetrvává a ohrožuje dlouhodobý efekt léčby, proto je uzdravení pacienta podmíněno trvalou a důslednou abstinencí. Samotná léčba musí pro pacienta představovat mnohé – jak návod a nácvik zdravého způsobu života, tak i úpravu jeho dosavadních hodnot.

V publikaci kolektivu autorů SANANIM (2007, s. 19) jsou uvedeny příznaky, které jsou charakteristické pro drogovou závislost:

- silná touha a nutkání užívat látku – touha a potřeba pociťovat účinky návykové látky, se kterou měla osoba již dřívější zkušenost,
- potíže v kontrole užívání látky – souvisí s předešlým bodem, problémy se sebeovládáním mají i lidé, kteří si plně uvědomují potřebu návykovou látku užít,

- užívání látky k odstranění tělesných odvykacích příznaků – mezi příznaky může patřit nevolnost nebo zvracení, bolesti hlavy, zrychlený tep či vyšší krevní tlak, pocení, pocit slabosti, nespavost, třes jazyka či víček. Odvykací stav se u člověka projevuje, pokud vysadil návykovou látku po pravidelném nebo dlouhodobém užívání.
- průkaz tolerance - potřeba vyšších dávek drogy k dosažení očekávaného stavu,
- zanedbávání jiných zájmů a potěšení než užívání drogy – ve prospěch užívané návykové látky, věnování více času užívání návykové látky nebo zotavování se z účinků,
- pokračování v užívání i přes jasný důkaz škodlivých následků užívání - depresivní stavy, nákaza virovou žloutenkou při injekční aplikaci, cirhóza jater při užívání alkoholu apod.

Závislost je diagnostikována v případě, že jsou v průběhu 12 měsíců přítomny alespoň tři příznaky drogové závislosti. Dělíme ji na fyzickou a psychickou. Fyzická složka závislosti nabádá uživatele dodržovat mezi jednotlivými užitími látky určité časové rozmezí, aby nedošlo k rozvoji odvykacího stavu. Tento stav je pro uživatele nepříjemný, v některých případech může i ohrozit jeho život, ale odeznívá během několika dní. Nejvážnější odvykací stav způsobují paradoxně legální látky – některé z léků a alkohol. U těchto látek dochází ke komplikacích nejčastěji a zvládnutí odvykacího stavu vyžaduje hospitalizaci uživatele. Psychická složka závislosti je důvodem, proč jsou zřizována léčebná zařízení, zvládnutí této složky vyžaduje více než jen pevnou vůli a je příčinou recidiv i po několikaleté abstinenci.

1.3 Specifika užívání návykových látek u dětí a mladistvých

Období, kdy dochází k tělesnému i duševnímu dozrávání, je velmi náročné. Samotná závislost na návykových látkách se u dětí a dospívající vytváří podstatně rychleji, pro představu to, k čemu potřebuje dospělý člověk několik let, stihne dospívající i za pár měsíců. V tomto období hrozí také vyšší riziko těžkých otrav z alkoholu a návykových látek s ohledem na menší zkušenosti a touhu riskovat, což je v dospívání časté. Varovným signálem je zjištění, že mezi nejčastější příčiny smrti u dětí a mladistvých patří úrazy, otravy a další násilné příčiny, což úzce souvisí právě s požíváním návykových látek. Pokud se dítě nebo dospívající stane závislým na alkoholu či návykových látkách, nepochybně se to projeví zaostáváním psychosociálního vývoje – zejména v oblasti vzdělávání, citového vyzrávání, sebekontroly, a podobně. Ne však jenom závislost, ale i experimentování s drogami je u této skupiny spjato

se značnými problémy v různých oblastech života. V období dospívání se objevují také tendence zneužívat více návykových látek současně, či přecházet od jedné látky k druhé. I takové experimentování vede k většímu riziku otrav a také k narušení vytváření sítí mozkových buněk, které probíhá v dospívání. (Nešpor, 2007, s. 52)

Jak zmiňuje Nešpor (2001, s. 11) ve své publikaci, už i výzkumy z konce minulého století potvrdily, že u třetiny šestnáctiletých se objevil stav opilosti více než dvakrát a kromě problémů s alkoholem se u dospívajících vyskytují i problémy s jinými drogami. Zahraniční studie také odhalily, že ještě předtím, než dospívající přechází k nelegálním, nebo tvrdým návykovým látkám, narůstá u něj spotřeba alkoholu. Není také vyloučeno, že pokud se jedinec už ve věku dospívání stane závislým na alkoholu, může se stát snadno závislým i na jiných drogách. Podle Nešpora je hlavním důvodem rostoucí míry konzumace u dospívajících zvýšená dostupnost alkoholu a návykových látek. Důležitou roli zde hrají také rodiče, kteří v dnešní době věnují více času svému povolání a pracovním povinnostem a na svému dítěti tak nevěnují dostatek času. Dalším aspektem vyšší míry konzumace u dospívajících je bezpochyby i aktivní nabízení alkoholu a jiných látek formou přímé i nepřímé reklamy.

Mezi nejrozšířenější návykové látky u mladistvých patří alkohol a tabák. Již v roce 1998 byl prováděn výzkum, kde bylo zjištěno, že už v jedenácti letech mělo zkušenost s alkoholem 85,5 % chlapců a 80,2 % dívek. Další studie ESPAD, prováděná v roce 1999 ukázala, že bezmála 35% šestnáctiletých adolescentů užilo některou z nelegálních drog, v roce 2011 už to bylo více než 43 %. Již tyto čísla poukazují na to, že situace v České republice je poměrně vážná. (Kabíček, 2014, s. 61)

Nešpor (1992, s. 24) dále uvádí, že velmi důležitou roli v období dospívání hraje skupina vrstevníků, která může jedinci pomoci se alkoholu nebo návykovým látkám vyhnout, ale i naopak, může pro ně představovat hrozbu.

První kapitola bakalářské práce se věnovala pojmům, které se váží k problematice alkoholu a návykových látek a vymezila drogou závislost a příznaky, které jsou pro ni charakteristické. Důležitou částí této kapitoly je třetí podkapitola, která se zabývá specifiky užívání návykových látek u dětí a mladistvých. Faktem zde je, že právě u této věkové skupiny je riziko vytvoření závislosti podstatně vyšší, nežli u dospělých jedinců. Proto by u této rizikové skupiny neměla být podceňována prevence, kterou bude dále bakalářská práce zabývat.

2 CHARAKTERISTIKA ALKOHOLU A JINÝCH NÁVYKOVÝCH LÁTEK

Alkohol je drogou, ale široká veřejnost má stále tendenci alkohol s ostatními drogami, jinak řečeno návykovými látkami, nespojovat. Alkohol je jednou z nejrozšířenějších návykových látek a obyvatelé ČR se řadí mezi největší spotřebitele alkoholu, nejen v evropských žebříčcích, ale i těch celosvětových. (Illes, 2002, s. 9)

V jednotlivých společnostech se objevuje značně odlišná míra tolerance k alkoholu a charakter jeho konzumace. Můžeme rozlišit 3 typy. První je typ románský, který se vyznačuje pravidelným pitím, avšak v menších dávkách a referuje víno. Druhý, anglosaský typ je charakteristický nepravidelným konzumováním destilátů, často do stádia opilosti. Poslední, středoevropský typ, se vyznačuje pravidelným pitím, zejména piva. Je evidentní, že v mnoha případech dochází ke kombinaci. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 83)

Právě alkohol se často stává spouštěcí návykovou látkou, což znamená první návykovou látkou v řadě konzumovaných, později již nelegálních návykových látek. Obsah látky v alkoholických nápojích se pohybuje v rozmezí od 2-3% (například u piva) až do zhruba 40% (destiláty). Podstatná však není jen koncentrace alkoholu v nápoji, ale i požité množství. Například v jednom 12% pivu je přibližně stejné množství alkoholu jako ve 2 „deci“ vína nebo půl deci destilátu. (Nešpor a Csémy, 1992, s. 49)

Pojem „alkoholismus“ bývá charakterizován jako nadměrná konzumace alkoholických nápojů. Tento termín byl poprvé použit v roce 1849, nicméně až v roce 1951 byl díky WHO alkoholismus oficiálně považován za medicínský problém. Česká republika se v porovnáním s ostatními státy světa dlouhodobě řadí mezi státy s nevyšší spotřebou alkoholu. (Kalina a kol., 2003, s. 151)

Alkohol můžeme podle nejčastějšího, nicméně poměrně zavádějícího dělení návykových látek, zařadit spolu s nikotinem mezi tzv. měkké (lehké) drogy, nicméně hranice mezi drogami měkkými a tvrdými (těžkými) drogami je velmi tenká. Další dělení rozlišuje návykové látky podle legálnosti, za legální můžeme považovat takové návykové látky, které jsou zákonem povolené a běžnou společností tolerované a konzumované, avšak riziko vzniku závislosti na těchto látkách je stejně vysoké, jako u látek nelegálních, které zákon zakazuje, a jsou společensky neakceptovatelné. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 78)

Co se týče užívání alkoholických nápojů mezi mladými lidmi, je výrazně rozšířeno a provázeno vysokou spotřebou již od 90. let minulého století. Dvě třetiny českých dětí požily alkoholické nápoje ještě před dosažením třináctého věku života, přičemž nejčastěji to bývá na rodinných oslavách, na pivních slavnostech, vinobraní, nebo jim alkohol často nabízí sami rodiče. (Pešek a Nečesaná, 2009)

2.1 Nikotin

Nikotin se dá charakterizovat jako bezbarvá a silně toxická látka, závislost na této látce patří k nejsilnějším a nejhůře léčitelným. „Užívání nikotinu jako psychotropní látky je vázáno na tabák, resp. na jeho kouření. Jiné aplikační formy (speciální žvýkací tabák, šňupání) nejsou příliš rozšířené. Pokusy o užití jinou aplikační formou (např. odvar z cigaret) mohou končit i smrtí, nikotin je poměrně toxický. Smrtelná dávka se pohybuje kolem 80 mg.“ (SANANIM, 2007, s. 142)

Účinky tabáku se neprojevují příliš rychle a dramaticky, jak je tomu u ostatních návykových látek. Proto se může zdát, že je zařazení nikotinu mezi návykové látky přehnané, ale vzhledem k rozšířenosti kouření je toto zařazení zcela oprávněné. Spekuluje se, že téměř třetina rakovin je způsobena kouřením. Kromě zhoubných nádorů a srdečních onemocnění hrozí uživatelům nikotinu také nemoci dýchacího systému, nemoci cév, poškození žaludku atd. Riziko podstupují také lidé, kteří se zdržují v zakouřených prostorách, i když sami nekouří. Zvláště u dětí, jejichž odolnost je menší, hrozí záněty dýchacích cest a astma. (Nešpor a Csémy, 1992, s. 59)

Ze statistik bylo zjištěno, že kouření je záležitost velkého počtu lidí na celém světě. Počet kuřáků na Zemi se odhaduje zhruba na 1,3 miliardy obyvatel, počet úmrtí v důsledku kouření je 4,8 milionů lidí za rok. Statistické prognózy říkají, že pokud se počty kuřáků budou i nadále zvyšovat současným tempem, v roce 2020 zemře na následky kouření 10 milionů lidí. Tyto statistické údaje jsou více než varovné. (Kuřákova plíce, 2012)

Z výzkumu je dále patrné, že naprostá většina (89%) dospívajících má první zkušenosti s kouřením již ze základní školy. Zajímavostí je, že první kontakt s cigaretou měli respondenti ve značné míře ještě dříve, než s alkoholem. Období, kdy se začíná běžně s kouřením, se pohybuje kolem intervalu 12-15 let. Mezi hlavní důvody, proč dospívající děti kouří, se řadí pocit dospělosti a zisk sebevědomí. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 87)

2.2 Nelegální drogy

Nelegální, společností netolerovatelné drogy tvoří v dnešní době relativně širokou škálu látek s psychotropními účinky. Nejznámější a nejčastěji diskutovanou drogou je marihuana, z rostliny konopí. Účinky marihuany jsou mimo jiné spojovány i s léčbou epilepsie, Parkinsonovy choroby nebo zhoubných nádorů. Pravdou také je, že u marihuany, na rozdíl od ostatních drog, nehrozí tak velké nebezpečí závislosti. Marihuana je stále nelegální drogou i přesto, že se často diskutuje o její legalizaci. Problém ale je, že účinky této drogy jsou velmi individuální, tak jako účinky ostatních drog. V porovnání s tabákem má marihuana až o 50% více rakovinotvorných látek. Faktem také je, že marihuana bývá často pomyslnou „vstupní hranicí" k ostatním drogám. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 87)

2.2.1 Halucinogeny

Halucinogeny můžeme definovat jako poměrně rozsáhlou skupinu přírodních a syntetických látek, které můžou vyvolat změny vnímání, ať už pouhé zostření, či až halucinace. Užití této skupiny drog může vést i k trvalému duševnímu poškození. (SANANIM, 2007, s. 157)

Vedle již zmiňované marihuany, se na bázi konopí vyrábí i hašiš. Účinky této drogy mohou vést až k halucinacím, proto je její zařazení mezi halucinogeny oprávněné. Mezi nejznámější syntetické halucinogeny řadíme drogu LSD. Užívání této drogy často vede velmi rychle k závislosti a i malé množství drogy se uchovává v organismu na dlouhou dobu. Účinek LSD je velmi nevyzpytatelný. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 88)

Podle kolektivu autorů sdružení SANANIM (2007, s. 158) se nástup intoxikace projeví pocity závratě, nevolnosti, někdy i zvracením. Psychické projevy uživatele jsou různé. Vědomí bývá zachováno, bývá však porušena kontinuita prožívání. Vlastnosti jako kontrola vůle, kritičnost a časová orientace bývají oslabeny. Intoxikace se dále vyznačuje změnami prožívání emocí, poruchou pohybového aparátu a vyskytují se již zmiňované halucinace.

Kalina a kol. (2003, s. 176) ve své publikaci uvádí, že nebyl zjištěn žádný případ předávkování s následkem smrti. Většina odborníků zastává názor, že tyto drogy nevyvolávají somatickou závislost. Při velmi častém a nadměrném užívání halucinogenů se projevují jemné poruchy některých kognitivních funkcí. Projevují se zejména zhoršením krátkodobé paměti a schopnosti soustředění. Uživatelé marihuany nebo hašiše obvykle sami nevyhledávají odbornou pomoc. Nejčastěji přicházejí do poradenských zařízení pod nátlakem rodiny, nebo partnera. V těchto případech postačí většinou poradenská intervence. Závažnější případy

představují uživatelé, u kterých se projevují závažné psychické komplikace. V tomto případě je vhodná psychiatrická léčba. Ústavní léčba v zařízeních pro drogově závislé je pro uživatele marihuany a hašiše považována za nevhodnou.

2.2.2 Opiáty

Opiáty patří do skupiny látek opioidů, které se používají v lékařství jako nejsilnější léky proti bolesti, nebo jako léky proti kašli. Při intoxikaci látek, patřící do této skupiny drog, jedinec zažívá pocity příjemné euforie a zklidnění. Při akutní intoxikaci patří mezi hlavní příznaky nevolnost, hučení v uších, pocit tepla v obličeji a svědění. Při chronickém abusu je u závislého nejvíce postižena oblast charakterových vlastností, stává se líným, postrádá vůli a projevují se u něj deprese. (Kalina a kol., 2003, s. 161)

Do této skupiny drog řádíme látky jako například opium, morfin a po domácku vyráběná droga nazývaná „braun“, která se vyrábí z kodeinu. Užívá se injekčně a vzbuzuje silnou závislost.

Mezi nejznámější zástupce opiátů řadíme heroin. Tato droga patřila v osmdesátých a devadesátých letech k vůbec nejrozšířenějším. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 88)

Heroin byl dlouho dobu považován za lék s nulovým rizikem vzniku závislosti a používal se pro léčení závislosti na morfinu. V České republice se v minulosti příliš nevyskytoval, až od roku 1994 jeho užívání několikanásobně vzrostlo. Nejčastěji se heroin aplikuje nitrožilně, vzácně se pak objevuje užívání šňupáním a kouření, které je méně rizikové. Závislost na heroinu vzniká poměrně rychle, nejčastěji již po několika týdnech užívání. (Kalina a kol. 2003, s. 162)

Drogy, které do skupiny opiátů patří, mají silné protibolestivé účinky – proto se používají v lékařství při léčbě pooperační a nádorové bolesti. Zapříčiňují, že uživatel zvrací, a to bez nevolnosti. Při požití dochází k útlumu celé CNS, nejvíce však dechového centra, což může být příčinou smrti. Při opakovaném užívání těchto drog dochází k toleranci – při opakovaném užívání těchto látek si organismus zvyká na vysoké dávky a pro dosažení účinku nebo běžného fungování potřebuje vyšší dávku drogy. Látky ze skupiny opiátů jsou vysoce návykové, vzniká na ně jak fyzická, tak psychická závislost. (SANANIM, 2007, s. 170)

2.2.3 Stimulační drogy

„Stimulancia, budivé látky nebo také psychomotorické stimulanty jsou chemicky různorodou skupinou látek, které vyvolávají tělesné a duševní povzbuzení. Jejich užití vyvolá různou míru stimulace organismu od pocitu svěžesti až po nekontrolovatelné vzrušení.“ (SANANIM, 2007, s. 164)

Tyto látky se vyznačují nefyziologickým budivým efektem na CNS. Zvyšují psychomotorické tempo, urychlují myšlení, zkracují spánek a zahánějí u jedince únavu. Můžou také vyvolávat úzkost a někdy vedou až k agresivitě. Po odeznění těchto účinků nastává tzv. dojezd, stav, který lze přirovnat ke „kocovině“. Projevuje se vyčerpáním, únavou a bolestí kloubů. Po několikadenním užíváním dokáže jedince spát až několik dní. (Kalina a kol. 2003, s. 164)

Mezi nejznámější a nejvíce užívanou drogou, patřící do této skupiny, ale i vůbec, patří bezpochyby pervitin. Tato droga bývá velmi často vyráběná „podomácku“ a má u nás již takovou tradici, že bývá vyvážena i do zahraničí. Tak jako ostatní stimulanty, i účinky pervitinu pomáhají odstraňovat únavu a dodávají pocit vyšší výkonnosti a tím tak dochází k uvolnění zábran. Vede také ke vzniku paranoidní vztahovačnosti, úzkostem a depresím. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 89)

Aplikace pervitinu bývá nejčastěji prováděna ústy, šňupáním nebo nitrožilně, což je v České republice nejvíc používaný způsob aplikace. Účinek této látek nastupuje téměř ihned po užití, hlavní příznaky intoxikace zmizí za přibližně 8-24 hodin. Pervitin značným způsobem ovlivňuje motoriku a psychické funkce, přichází pocit euforie a uvolňuje v těle zásoby energie, čímž zvyšuje výkonnost celého organismu. (Kalina a kol., 2003, s. 166)

Další, velmi známá stimulační droga je kokain, přírodní droga, jejíž listy žvýkali již staří Inkové. Čistý kokain se objevil poprvé v 19. století v Německu a byl využíván pro lékařské účel. Stejně jako pervitin se tato droga užívá šňupáním, ale bývá aplikována i nitrožilně. V České republice se tato droga začala vyskytovat na začátku 20. století a dodnes je charakterizována jako droga pro „lepší společnost“, nebo také jako „droga umělců“, čemuž odpovídá i vyšší cena drogy. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 89)

Nástup účinku této drogy se projevuje vzestupem krevního tlaku, zrychlením pulsu, rozšířením zornic, pocením a bdělostí. Při prvním požití bývají pocity převážně nepříjemné, euforie nastává až při opakovaném užívání. Člověk, který užívá kokain, bývá převážně veselý a družný. Na první pohled se u něho dá zpozorovat až příliš energie, ztráta zábran a zvýšený

sexuální pud. Kokain je také silné anorektikum, snižuje chuť k jídlu. (Kalina a kol., 2003, s. 165)

Extáze je poměrně nově objevená droga (známou se stala ke konci osmdesátých let v USA). Postupem času se tato droga rozšířila i do Evropy a bývá hojně dostupná především v klubech, nočních podnicích či mezi příznivci elektronické hudby. Je označována jako „party droga" nebo také „droga lásky". Vyskytuje se nejčastěji v podobě různobarevných tablet nebo kapslí. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 89)

Látky, které řadíme do této skupiny, vyvolávají především psychickou závislost, která vzniká poměrně rychle a rychle se také zvyšuje tolerance. Když uživatel drogu vysadí, nejprve dochází ke stavu nezvladatelné únavy, kdy člověk dokáže spát s krátkými pauzami mnoho hodin, až několik dní. Poté propadá neklidu až agresi, můžou ho provázet také pocity skleslosti a deprese, které můžou trvat až několik dní. V případě injekčního užití stimulačních drog dochází k riziku nákazy virovou žloutenkou nebo HIV. Bylo zjištěno, že minimálně třetina uživatelů drog takovýmto způsobem je nakažena žloutenkou typu C, výrazně menší procento uživatelů je HIV pozitivních. Při užití drogy šňupáním zase dochází k poškození nosní sliznice, které může vést až ke ztrátě čichu, avšak tato aplikace drogy je v porovnáním s injekční aplikací méně rizikové. (SANANIM, 2007, s. 168)

2.2.4 Těkavé látky

Těkavé látky jsou skupinou drog, které řadíme mezi velmi nebezpečné, a to i s porovnáním s výše zmiňovanými „tvrdými drogami". Vyznačují se narkotickým účinkem, přičemž intoxikace drogou nastává hned po užití. Uživatel se může velmi snadno předávkovat, užíváním dochází k poškození mozku, z čímž souvisí úbytek rozumových schopností a často hrozí i smrt. V České republice byly rozpouštědla v 80. letech jedny z nejrozšířenějších drog, především díky jejich dostupnosti. Mezi nejznámější představitele této skupiny drog patří toluen a aceton, látky používané k ředění barev, které jsou běžně k dostání v drogeriích. (SANANIM, 2007, s. 150)

K rozšíření těchto látek došlo zejména V Anglii od roku 1980. V České republice jsou známy případy zneužívání těchto látek u žáků vyšších ročníků základních škol nebo středních odborných učilištích. Příčinou je snadná dostupnost těchto látek, touha po zážitku a zvědavost. (Kalina a kol. 2003, s. 194)

2.2.5 Tlumivé látky

Látky, které řadíme do této skupiny, byly původně vyprodukovány farmaceutickým průmyslem jako léky, které mají tlumivé a uklidňující účinky. Jsou to léky, které by měly být podávány pod odborným lékařským dohledem, ve stanovených dávkách a pouze po nezbytně nutnou dobu, ale některé z nich jsou k dostání i bez lékařského předpisu. Jako i u ostatních látek, i zde je riziko vzniku závislosti. V dnešní době se však s aplikací těchto drog setkáváme méně, příčinou je zvýšená dostupnost ostatních drog. Mezi zástupce tlumivých látek patří analgetika – látky proti bolestem, hypnotika a léky sloužící k dosažení lepšího spánku, sedativa, látky na uklidnění, a antidepresiva – léky na zmírnění úzkostí a depresí. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 90).

Z naší populaci patří mezi nejrozšířenější tlumivé látky především analgetika. V roce 2001 bylo v České republice spotřebováno asi 38,99 milionů balení analgetik a 18,75 milionů balení protizánětlivých a antirevmatických přípravků. (Kalina a kol., 2003, s. 181)

Druhá kapitola bakalářské práce měla za úkol vymezit a charakterizovat některé vybrané návykové látky. Nejprve se zabývá alkoholem, poté s zaměřuje na nikotin, zejména v podobě tabákových výrobků a další podkapitola se zaměřuje na nelegální návykové látky, které jsou společností neakceptovatelné. Tyto látky jsou členěny do skupin podle účinků, které působí na lidské organismus. U každé z podkapitol jsou definováni nejznámější zástupci skupin nelegálních návykových látek

3 PREVENCE

Pojem prevence můžeme obecně chápat jako předcházení nežádoucím jevům, různým formám rizikového chování a problémům, v našem případě o předcházení drogových závislostí. „Ve vztahu k sociálně patologickým jevům můžeme prevenci vymezit jako komplexní, koordinované a kontinuální uplatňování psychologických, psychoterapeutických, resocializačních a výchovných metod.“ (Kraus a Hroncová, 2007, s. 99)

Prevence je chápána jako velmi pestrá škála aktivit, zásahů a opatření, které mají za cíl nedopustit, aby se alkohol nebo droga staly nejdůležitějšími, nebo jedněmi z významných životních hodnot člověka. Ve věku dospívání se dítě postupně odděluje od své rodiny a vytváří předpoklady pro samostatný budoucí život. Především v časném dospívání se objevuje vzpoura. Pro dospívajícího je v tomto období důležitá skupina vrstevníků a kamarádů. Naopak v pozdním období dospívání se objevují úkoly jako rozhodování o budoucím povolání, navazování dlouhodobějších citových vztahů, nebo vytváření základu budoucího samostatného života. Dospělý člověk by v tomto období měl být schopen poskytnout dostatek informací, ale také dokázat povzbudit k samostatnosti a sebedůvěře. (Nešpor, 1992, s. 24)

Prevence v této skupině dospívajících jedinců je velmi důležitá i proto, že zde hrozí vysoké riziko ohrožení. Zneužívání alkoholu a návykových látek zde může vést k rychlému vytvoření závislosti.

Prevence drogových závislostí se v odborného literatuře nejčastěji člení na primární, sekundární a terciální.

3.1 Primární prevence

Primární prevence v nejobecnějším slova smyslu znamená předcházení vzniku závislostí. V rámci této prevence je důležité zaměřit se na skupiny, které doposud nepřišli do kontaktu s návykovou látkou. Hlavním úkolem je zabezpečit jedinci přímý kontakt s drogou a poskytnout mu dostatek informací o možných důsledcích a dopadech drogové závislosti. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 100)

Hlavním cílem primární prevence, ale i prevence jako takové, je předcházení užívání alkoholu a návykových látek, nebo oddálení jeho užívání do pozdějšího věku z toho důvodu, že dospívající nebo dospělý člověk je poměrně odolnější. Mezi další cíle, o které primární prevence usiluje, je zmírnění experimentování s návykovými látkami. (Nešpor 2007, s. 154)

Primární prevence má za úkol podporovat vývoj jedince, aby co nejbezpečněji zvládl proces hledání vlastní identity. (Kalina a kol., 2008, s. 19)

Dalším cílem, který se již pohybuje na hranici primární a sekundární prevence je omezit, nebo odstranit experimentování a drogami. V případě, že již k experimentování dochází, je důležité předcházet různým zdravotním poškozením, které hrozí, včetně závislosti. (Kalina a kol., 2003, s. 276)

3.2 Sekundární prevence

Sekundární prevence už na rozdíl od primární prevence nezaměřuje na všechny, ale týká se pouze ohrožených skupin. Cílem sekundární prevence je navrátit jedince do původního stavu a zabránit opakovanému selhání, to znamená, že pracujeme s jedinci, kteří jež drogu zkusili. Tento pruh prevence má za úkol zabránit rozvoji drogové kariéry a vzniku drogové závislosti u těch, kteří s návykovými látkami experimentují. Dalším úkolem sekundární prevence je zabránit vzniku poruch sociálního a psychického vývinu, nebo je zachytit v počátečním stádiu. (Kraus a Hroncová, 2007, s. 100)

Sekundární prevenci můžeme chápat jako předcházení vzniku, rozvoji a přetrvávání závislosti u osob, které již drogy užívají a jsou jimi zasaženi a postiženi, případně jsou na nich závislí. Pojem sekundární prevence bývá používán jako souhrnný název pro včasnou intervenci, poradenství a léčení. (Kalina a kol., 2003, s. 17)

Léčbu v sekundární prevenci můžeme rozlišit na léčbu, která vede k abstinenci, ve výjimečných případech na léčbu, která vede ke kontrolovanému užívání a na léčbu, která má charakter udržovací substituce, kdy je substituční látka podávána v terapeutickém záměru. U takového typu léčby zpravidla nebývá cílem pacientova abstinence. Léčba se běžně nevztahuje pouze na jedince, ale dotýká se také jeho rodiny a blízkých. Využívají se zde nejen medicínské přístupy, ale i například resocializace, reedukace, právní poradenství a podobně. (Kalina a kol., 2008, s. 20)

3.3 Terciální prevence

Kalina a kol. (2003, s. 17) charakterizuje terciální prevenci jako předcházení vážnému či trvalému zdravotnímu a sociálnímu poškození z užívání drog. Do této prevence zařazuje sociální rehabilitaci, doléčování, podporu v abstinenci, ale patří sem i prevence zdravotních rizik u neabstinujících klientů.

Podle Krause a Hroncové (2007, s. 100) můžeme terciální prevenci chápat jako činnost zaměřenou na předcházení relapsu, neboli drogových závislostí u závislých, kteří prošli léčbou. Terciální prevence je součástí dlouhodobého resocializačního procesu a realizuje se na profesionální úrovni.

Kalina a kol. (2003, s. 221) ve své publikace uvádí, že jednou z klíčových metod léčby drogových závislostí, zejména závislostí na látkách tlumivého typu, je substituční léčba. Tato léčba je charakterizována jako terapeutický postup, při kterém je původně užívaná návyková látka nahrazena jinou látkou, lékem, který má výhodnější bezpečnostní profil, to znamená, že u látky známe koncentraci a neobsahuje toxické příměsi. Substituční léčba může být krátkodobá, střednědobá nebo dlouhodobá. Krátkodobá, rychlá detoxifikační substituce trvá přibližně 1 – 2 týdny, střednědobá bývá prováděna během ústavní léčby a může trvat několik týdnů i měsíců. Substituční léčba dlouhodobého charakteru je převážně prováděna ambulantní formou. Provádí se u klientů, jejichž závislost na opioidech trvá řadu měsíců i let. Nejvíce používanou látkou u této formy substituční léčby je metadon.

3.4 Prevence ve školách

„Školy a školská zařízení zaujímají bezesporu prioritní postavení v systému primární prevence zneužívání návykových nátek u dětí a mládeže. Základním nástrojem prevence v resortu školství je Minimální preventivní program, který je komplexním a systémovým v realizaci preventivních aktivit. Minimální preventivní program vypracování školní metodik prevence ve spolupráce se všemi pedagogy, vedením školy a ostatními nepedagogickými pracovníky. Respektuje specifika školského zařízení a regionu, míru problémů ve vztahu k drogám mezi dětmi a mládeží. Součástí Minimálního preventivního programu je i řád školy, ve kterém je jasně vyjádřen postoj zařízení k drogám legálním i nelegálním a následné kroky a opatření při jeho porušení.“ (Kalina a kol., 2003, s. 291)

Cílem činnosti Minimálního preventivního programu je zejména:

- poskytování ověřených a pravdivých informací z oblasti užívání návykových látek,
- osvojení si základní návyků a dovedností v situacích, kdy se žáci dostanou do kontaktu s osobami nabízejícími jim drogy,
- budování pozitivních hodnot a motivací pro zdravý životní styl,
- minimalizace dopadů rizikových faktorů,

- oddálení prvních zkušeností s návykovými látkami.

Za důležité lze považovat, že prevence ve školách není orientována pouze na prevenci v oblasti užívání návykových látek, ale je poskytována komplexně, přes celou šíři rizikového chování. Efektivní primární prevenci by měli primárně poskytovat rodiče a rodina obecně, která má nejzásadnější vliv na výchovu a budování hodnot dětí. Neméně důležité postavení má však v této oblasti škola, a to zejména základní. Čím dříve a efektivněji je na dítě preventivně působeno, tím méně hrozí nebezpečí osvojení si rizikových návyků do budoucna.

Ve školách bývá realizována především primární prevence všeobecná, která se zaměřuje na všechny děti a mladistvé, bez ohledu na to, zda patří do méně či více rizikových skupin. Do tohoto typu prevence patří programy pro větší počet osob (třída, nebo menší sociální skupina). Pro tento druh prevence je dostačující vzdělání školního metodika prevence a za hlavní cíl je považováno zamezit nebo oddálit užívání návykových látek.

Klíčovou roli při preventivním působení na děti i pedagogy ve školách, sehrávají subjekty jako pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče a nestátní neziskové organizace. Tyto zařízení realizují zejména prevenci selektivní a indikovanou.

Selektivní primární prevence bývá zaměřena na skupiny osob, u kterých jsou ve zvýšené míře přítomny rizikové faktory a jsou více ohrožené, než jiné skupiny populace. Tyto skupiny můžeme posuzovat na základě biologických, psychologický, sociálních nebo environmentálních rizikových faktorů nebo podle věku, pohlaví, rodinné historie, místa bydliště nebo úrovně sociálního znevýhodnění. Můžou to být například děti rodičů, které mají problém s konzumací alkoholu, nebo žáci, kteří mají problém s prospěchem. U tohoto typu prevence se pracuje zejména s méně početnými skupinami či jednotlivci. Zde se však už více dbá na vzdělání preventisty, vhodné je například vzdělání v oboru speciální pedagogika, psychologie nebo adiktologie.

Indikovaná primární prevence je zaměřena přímo na jedince, u kterých se již vyskytly projevy rizikového chování. Tento druh prevence především usiluje o to, zaznamenat problém co nejdříve a zahájit intervenci. Cílem této prevence je nejen oddálení užívání návykových látek, ale také snížení frekvence užívání drog a zmírnění následků. (Kabíček, Csémy, Hamanová a kol., 2014, s. 120)

3.5 Prevence v období dospívání

Podle Nešpora (2001, s. 40) nastává v období dospívání mimo jiného velký rozvoj v okruhu sociálních dovedností. Dospívající by si měl sám sebe dobře uvědomovat a měl by být schopen dobře zvládat stres a předvídat následky svého jednání. Neméně důležitou schopností by měla být schopnost vzdorovat tlaku reklamy v souvislosti s návykovými látkami. Klíčovou roli zde sehrává zejména výchova rodičů, kteří by měli ve výchově svého dítěte zajistit patřičný dohled a vychovávat své dítě střední cestou, přiměřenou věku dítěte. Rodiče by měli být schopni poskytnout svému dítěti ve věku pubescence dostatek informací a diskutovat o citlivých tématech, ke kterým můžeme zařadit i problematiku návykových látek.

Mezi základní cíle prevence v období dospívání můžeme zařadit zajištění dospívajícímu pokud možno vhodnou vrstevnickou společnost a projevit snahu povzbuzovat ho k hodnotným zájmům a zálibám. Rodiče by měli umožnit svému dítěti rozvíjet jeho dovednosti a nadání, velké nároky. V souvislosti s emočními potřebami by měl dospívající mít možnost přiměřeně projevovat své emoce nejlépe ve stabilním rodinném prostředí.

V oblasti poznávání by měl jedinec disponovat dobrou znalostí pozitivních alternativ k návykovým látkám. Rodiče by měli být schopni svému dítěti, u kterého probíhá všestranný rozvoj osobnosti, poskytnout dostatek informací o návykových látkách a na toto téma s ním hovořit. Dospívajícímu by měla být poskytnuta také pomoc při navazování vztahů mimo rodinu, mělo by docházet k prohlubování sociálních dovedností ve smyslu komunikace, sebeprosazení, rozhodování, mediální gramotnosti a schopnosti čelit sociálnímu tlaku. Adolescent by měl disponovat dobrými znalostmi o tom, kde hledat pomoc pro řešení různých problémů. Neméně důležitou schopností je v tomto věku také předvídavost následků za své jednání. (Nešpor, 2001, s. 43)

Předcházení nežádoucím jevům, různým formám rizikového chování a problémů je velmi důležité, zejména v období staršího školního. V tomto věku, kdy dochází u dospívajícího jedince k celé řadě změn, hrozí vysoké riziko návyku na návykovou látku, a proto by se právě prevence závislosti na návykových látkách neměla v žádném případě podceňovat.

4 OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ

Období dospívání, nebo také adolescence je vývojové období, ve kterém nastávají relativně rychlé vývojové změny, jak biologické, tak i psychické a společenské.

Kabíček (2014, s. 17) vymezuje toto období 10. a 19. rokem života. V psychické oblasti vývoje hledá adolescent svou identitu a nastává postupné osamostatňování se od rodiny. První fázi adolescence, kdy převažují zejména biologické změny, nazýváme pubertou. Toto období vrcholí a končí dosažením základní pohlavní zralosti, kterou můžeme chápat jako schopnost reprodukovat se. V dalších fázích dospívání, střední a pozdní adolescenci probíhá zejména psychosociální vývoj.

Podle Langmeiera a Krejčířové (2006, s. 142) probíhá v období dospívání kromě biologického uzrávání jedince také řada psychických změn, které jsou velmi významné a zřetelné. Za takovéto změny můžeme pokládat například pudové tendence a nalézání jejich kontroly a uspokojování, celkovou emoční labilitu a také nástup vyspělého způsobu myšlení a jeho rozvoje.

V průběhu procesu dospívání dochází ke změně způsobu myšlení jedince, který začíná být schopen uvažovat abstraktně a přijímat různé alternativy. Dospívající se začíná osamostatňovat od rodiny a významnou roli pro něj hraje skupina vrstevníků. S tímto obdobím souvisí i ukončení povinné školní docházky a následná příprava na budoucí povolání, které bude do jisté míry určovat sociální postavení jedince. Důležitou částí tohoto období jsou také první zkušenosti s partnerskými vztahy, objevují se první lásky.

4.1 Starší školní věk z hlediska vývojové psychologie

Vágnerová (2000, s. 209) vymezuje období dospívání, které je přechodnou dobou mezi dětstvím a dospělostí, mezi 11. a 20. rokem života, kdy dochází k dosažení dospělosti. První fázi dospívání označuje jako období rané adolescence, staršího školního věku nebo pubescence. Časově je charakterizováno jako období mezi 11. a 15. rokem.

Langmeier a Krejčířová (2006, s. 143) člení období pubescence na dvě fáze:

- fáze prepuberty (první pubertální fáze) - objevují se první známky pohlavního dospívání, urychluje se celkový růst. Tato fáze končí u většiny dívek přibližně do v 11 až 13 letech, u chlapců probíhá fyzický vývoj zhruba o 1-2 roky déle.

- fáze vlastní puberty (druhá prepubertální fáze) – tato fáze nastává po ukončení prepuberty a trvá zpravidla do dosažení reprodukční schopnosti. Také zde bývá reprodukční schopnost dosažena u chlapců později, než u dívek, po dokončení vývoje hlavních sekundárních znaků. Fáze vlastní puberty probíhá zhruba mezi 13. – 15. rokem života.

Ve fázi staršího školního věku dochází k celkové proměně všech složek osobnosti dospívajícího jedince. Nejvíce nápadné je v tomto období dospívání tělesné, dochází k pohlavnímu dozrávání a mění se zevnějšek dospívajícího, s čímž souvisí i změna jeho sebepojetí. Období pubescence můžeme také označit jako období staršího školního věku, začíná přibližně v době, kdy dítě přechází na 2. stupeň základní školy a trvá zhruba do ukončení základní školy, přibližně to 15 let.

V tomto období dochází k nejnápadnějším změnám zejména z hlediska tělesného dospívání v souvislosti s pohlavním dozráváním. Ve spojení s tímto dozráváním dochází ke změně zevnějšku dospívajícího a to bývá podnětem pro změnu sebepojetí i chování okolí. Co se týče celkového vývoje osobnosti, nastávají důležité změny ve způsobu myšlení, dospívající jedinec začíná být schopen uvažovat abstraktně. Další důležité změny se odehrávají v emočním prožívání dospívající, kde se objevují výkyvy, které mohou mít subjektivní i objektivní dopad a mohou ovlivňovat aktuální hodnocení dospívajícího. Dospívající se začíná osamostatňovat od rodičů, velký význam pro něj představují vrstevníci, s nimiž se ztotožňuje. Ukončení povinné školní docházky bývá pro jedince velmi důležitým sociálním mezníkem, je to doba, kdy rozhodují o tom, kam budou profesně směřovat, což může určovat budoucí sociální postavení dospívajícího.

Všechny tyto změny spojené s obdobím časného dospívání můžou vést ke ztrátě starých jistot a posilují potřebu orientovat se v nové situaci a získat stabilitu. Je zřejmé, že změny znamenají určitou zátěž, kterou lze chápat jako výzvu k osobnímu rozvoji, v případě ji dospívající uspokojivě zvládne. V dřívějším období poskytovala tyto potřeby jistoty rodina a závislost na ní, ale nyní, když tato vazba splnila svůj úkol, nastává v těchto potřebách změna. Je důležité, aby jedinec získal větší svobodu a rozhodování, tím ale nastává ztráta pocitu jistoty, kterou mu poskytovala právě rodina. Vyproštění se ze závislosti podporuje a umožňuje rozvoj kompetencí, díky kterým pubescent postupně dokazuje sobě i ostatním, že už jeho míra závislosti klesá. Potřeba citové akceptace, která s potřebou jistoty souvisí velmi úzce, má v období dospívání zcela jiný charakter, než dříve. V tomto případě lze hovořit o potřebě přijatelné pozice ve světě. Dospívající si musí svou pozici zasloužit, musí si

ji vydobýt, v období ve kterém se nachází, se stává velmi zřídka, aby byl někdo pozitivně akceptován bez ohledu na své chování. Proto jedním z hlavním úkolů této doby je získání nové přijatelné pozice, a tím i potvrzení určité jistoty. (Vágnerová, 2012, s. 376)

4.2 Socializace v období staršího školního věku

Ve fázi pubescence dochází k důležité změně sociální postavení dospívajícího jedince. Tuto změnu. S touto změnou souvisí 2 sociální události v životě dospívajícího: ukončení povinné školní docházky a volba profesního směřování a získání občanského průkazu v 15 letech. Dospívající má možnost se alespoň částečně rozhodnout o své budoucí profesi. Tato volba závisí jak na dosavadním prospěchu na základní škole, tak i na individuálních a rodinných preferencích. Volba budoucí profese je velmi zásadní, protože do jisté míry určuje další život jedince a zejména jeho sociální postavení. V tomto období dochází také ve vztahu k dospělým i s vrstevníky ke značným změnám. Dochází k různým formám experimentování, dospívající odmítá podřízené postavení, přijímá nadřazenou pozici rodičů či učitelů jen v tom případě, pokud si ji zaslouží. V dřívějším období jedinec neakceptoval názory a rozhodnutí těchto autorit zcela bezvýhradně, nyní však o jejich názorech přemýšlí, diskutuje a hledá nové možnosti. Často dochází i k dohadování se s autoritou, což bývá typickým znakem pro období dospívání. Jestliže dokáže dospělé osobě úspěšně oponovat a argumentovat, dosahuje tak pocitu jistoty, který je pro pubescenta potřebný. Nicméně, v dnešní době roste počet dospívajících, kteří takovéto chování neprojevují a naopak svůj postoj k autoritě ignorují. Nepředstavuje pro něj žádoucí model, proto se vůči ní nevymezují. Takovéto chování je projevem nezralosti, nezvládnutí volnosti a nejistoty v souvislosti s dalším vzděláváním.

Dospívání je pro jedince období, kdy kromě rozvíjení své dosavadní role získává i role pro něj nové:

- role dospívajícího – role, která je dána biologicky, viditelná v důsledku sekundárních pohlavních znaků,
- role člena party – dospívající jedince patří do určité skupiny, se kterou se ztotožňuje a je mu tak dána určitá sociální identita,
- role blízkého kamaráda – role blízkého přítele, na kterého se lze výhradně spolehnout z hlediska sdílení důvěrných informací. (Vágnerová, 2012, s. 396)

V období staršího školního věku se mění i vnímání role žáka. Dospívající začíná uvažovat o smyslu této role a tato role je z větší části vnímána jako nevýznamná nutnost, z toho důvodu ztrácí mnohdy i školní prospěch svůj dosavadní význam. Žák v tomto období považuje za důležitost součást jeho role tendenci se příliš nenamáhat, úsilí projevuje jen, pokud je to nezbytně nutné. Hlavním cílem je pro něj především to, aby se nedostal do potíží a vyhnul se nepříjemnostem, to, že vzděláváním obohacuje svoje znalosti a dovednosti, je pro něj zcela nepodstatné. (Vágnerová, 2000, s. 234)

Období dospívání je z hlediska vývojové psychologie velmi náročným období lidského života, především proto, že musí dospívající absolvovat celou řadu změn, včetně změn v myšlení jedince a jeho sebepojetí, mění se všechny složky osobnosti. U dospívajícího dochází k odklonu a osamostatnění se od rodičů a naopak, skupina vrstevníků začíná hrát v životě adolescenta velmi důležitou roli. Právě takové množství změn může způsobit a navést dospívajícího k tomu, aby zkoušel nové, dosud nepoznané věci, jako například experimentování s návykovými látkami. I zde je kladen důraz na důležitost vrstevnické skupiny, která může jedinci pomoci se alkoholu nebo návykovým látkám vyhnout, ale i naopak, může představovat určitou hrozbu. Z těchto důvodů by se neměla prevence užívání návykových látek rozhodně podceňovat a měla by být dospívajícím projevena alespoň snaha o to, zajistit jim vhodnou vrstevnickou společnost a projevit snahu povzbuzovat ho k hodnotným zájmům a zálibám.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 DESIGN VÝZKUMU

Praktická část bakalářské práce se zabývá zkušenostmi žáků ZŠ s alkoholem a návykovými látkami. Realizovaný empirický výzkum je konkrétně zaměřen na žáky 8. a 9. tříd na Základní škole TGM v Bojkovicích. Výzkumným problémem je rozsah zkušeností žáků ZŠ s alkoholem a návykovými látkami. Nejprve se výzkum věnuje zkušenostem žáků s alkoholickými nápoji, poté se ptá i na ostatní návykové látky. Předpokládá se, že v tomto období již žáci nějaké zkušenosti mají, cílem výzkumu je zjistit, kdy a za jakých okolností k prvním zkušenostem došlo, jaké jsou příčiny konzumace alkoholu a návykových látek, a jak často ke konzumaci dochází. V neposlední řadě se výzkum zabývá prevencí a informovaností o alkoholu a návykových látkách ze strany školy a rodičů.

Z důvodu množství a specifikace skupiny respondentů byl pro šetření vybrán kvantitativně orientovaný pedagogický výzkum. Gavora (2010, s. 31) uvádí, že kvantitativní výzkum se vyznačuje tím, že pracuje s číselnými údaji, které se dají matematicky zpracovat, je možné je tedy sčítat, vyjádřit v procentech, nebo použít další metody matematické statistiky.

5.1 Cíle výzkumu

Hlavním cílem výzkumu je popsat zkušenosti žáků 8. a 9. tříd ZŠ TGM v Bojkovicích s alkoholem a návykovými látkami. Na základě hlavního výzkumného cíle byly stanoveny dílčí výzkumné cíle:

- Zjistit, kdy a z jakého důvodu se rozhodnou žáci základní školy ochutnat alkohol a návykové látky
- Zjistit četnost užívání alkoholu a návykových látek u žáků základní školy
- Identifikovat okolnosti a příčiny užívání alkoholu a návykových látek u žáků základní školy
- Zjistit informovanost žáků základní školy o alkoholu a návykových látkách ze strany rodiny
- Zjistit míru prevence a informovanosti žáků základní školy o alkoholu a návykových látkách ze strany školy

5.2 Výzkumné otázky

V souvislosti s dílčími výzkumnými cíli byly stanoveny dílčí výzkumné otázky empirického výzkumu:

1. Kdy a z jakého důvodu se žáci základní školy rozhodnou poprvé ochutnat alkohol a návykové látky?
2. Jak často užívají alkohol a návykové látky žáci základní školy?
3. Jaké jsou okolnosti a příčiny užívání alkoholu a návykových látek u žáků základní školy?
4. Jaká je informovanost žáků základní školy o alkoholu a návykových látkách ze strany rodiny?
5. Jaká je prevence a informovanost žáků základní školy o alkoholu a návykových látkách ze strany školy?

5.3 Výzkumná metoda

Pro zjištění dat a dosažení cílů, které byly stanoveny, byl zvolen jako nástroj pro sběr dat nestandardizovaný dotazník. Chráska (2016, s. 158) ve své publikaci charakterizuje dotazník jako soustavu předem připravených a vhodně formulovaných otázek, které jsou smysluplně seřazeny, a respondent na ně písemně odpovídá. Dotazník, jako nástroj pro sběr dat byl zvolen z důvodu většího počtu respondentů. Dotazníkové šetření je zaměřeno na zkušenosti žáků 8. a 9. tříd základní školy s alkoholem a návykovými látkami.

Nestandardizovaný dotazník obsahuje celkem 21 otázek a obsahuje převážně položky uzavřené. Uzavřené položky jsou charakteristické tím, že je u nich respondentovi připraveno vždy několik odpovědí. Výhodou těchto položek je, že když jsou odpovědi předem připravené, respondent na ně ochotně odpovídá. Součástí dotazníku jsou i polouzavřené položky, kdy má respondent kromě připravených odpovědí prostor na to, napsat svou vlastní. Tuto možnost může zvolit respondent v případě, že mu nevyhovuje žádná z uvedených odpovědí. (Chráska, 2016, s. 160)

U některých otázek má respondent možnost zvolit i více odpovědí. Všechny otázky v dotazníku jsou položeny adekvátně k věku respondentů tak, aby byly jasné a srozumitelné.

Dotazník je rozdělen celkem na 4 části. V první části dotazníku (otázky č. 1 - 3) jsou respondenti tázáni na demografické údaje, tzn., že je zjišťováno jejich pohlaví, věk a třída, kterou na základní škole aktuálně navštěvují. Další část dotazníku (otázky č. 4 – 9) je věnována

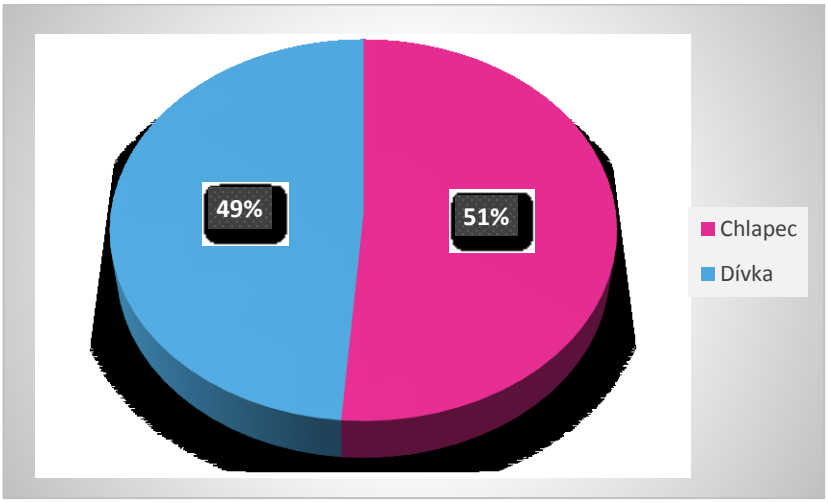
zkušenostem žáků základní školy s alkoholem. Otázka č. 4 v dotazníku se ptá respondentů na skutečnost, jestli už někdy alkohol ochutnali, a pokud ano, kolikrát. Pokud respondent odpoví na tuto otázku volbou „nikdy“, pokračuje ve vyplňování dotazníku až otázkou č. 10.

Další část dotazníku (otázky č. 10 – 14) zjišťuje zkušenosti žáků s ostatními návykovými látkami. Otázka č. 10 se ptá respondentů na informovanost o uvedených návykových látkách a následující otázka má za cíl zjistit, jak velké jsou respondentovi zkušenosti s těmito látkami. Pokud respondent odpoví, že s žádnou s uvedených návykových látek dosud zkušenost nemá, pokračuje vyplňováním další části dotazníku (otázky č. 15 – 21), která se věnuje informovanosti a prevenci alkoholu a ostatních návykových látek.

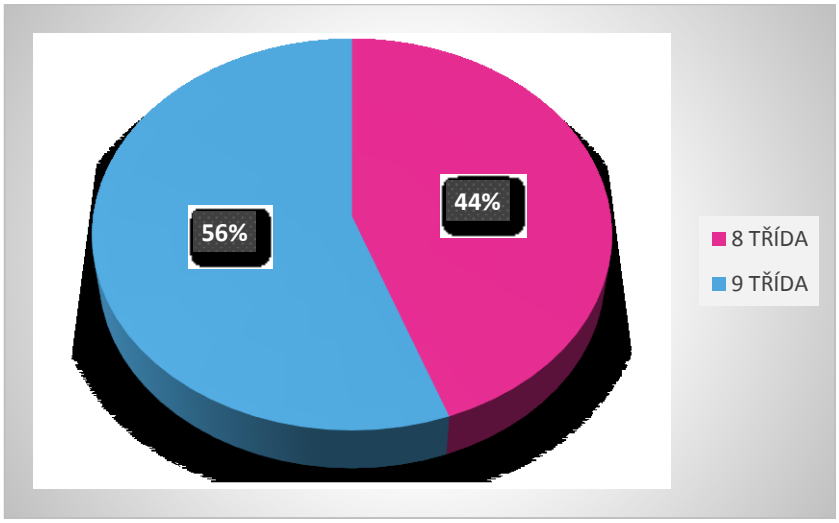
Celkový počet navrácených a vyplněných dotazníků byl 123, 6 dotazníků z tohoto počtu bylo vyřazeno z důvodu chybného vyplnění. Počet relevantních dotazníků je tedy 117.

5.4 Výzkumný soubor

Pro realizaci výzkumného šetření byl záměrně vybrán výzkumný soubor, který je tvořen žáky 8. a 9. třídy Základní školy TGM v Bojkovicích. Jedná se o dostupný výběr. Skupina respondentů v tomto životním období byla vybrána z důvodu, že v období staršího školního věku dochází k celé řadě významných změn (Vágnerová, 2012, s. 396). Právě tyto změny mohou vést dospívajícího k tomu, aby zkoušel nové, dosud nepoznané věci, jako například experimentování s návykovými látkami.



Graf č. 1: Jsi chlapec nebo dívka?



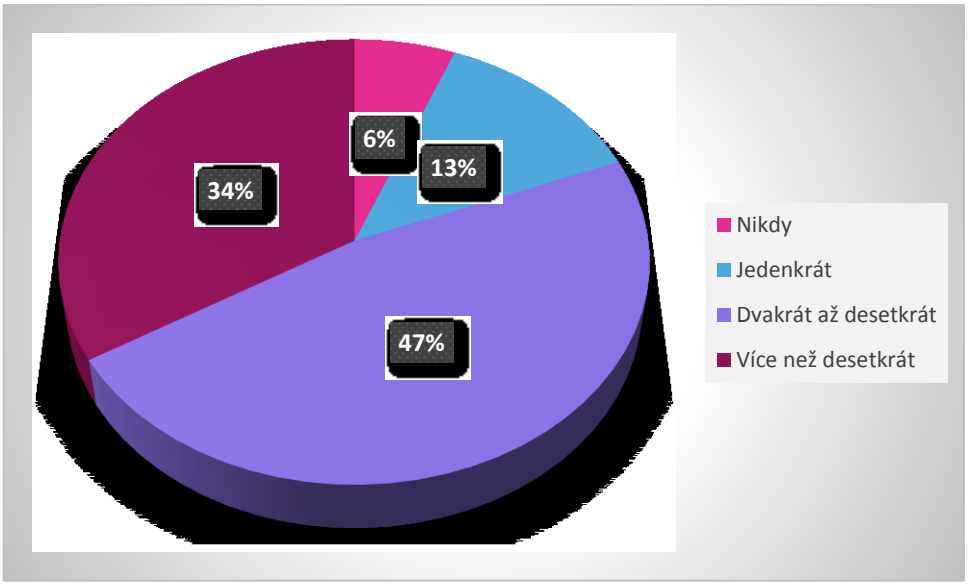
Graf č. 2: Do které třídy chodíš?

Výzkumného šetření se celkem zúčastnilo 117 respondentů, 60 chlapců a 57 dívek. 65 z nich aktuálně navštěvuje 9. ročník základní školy a 52 žáků chodí do 8. ročníku.

6 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT

Tato kapitola se věnuje konkrétním výsledkům dotazníkového šetření. Otázky, na které respondenti odpovídali, byly zpracovány a vyjádřeny v absolutních a relativních hodnotách. Data byly následně graficky zpracovány pomocí výsečových nebo sloupcových grafů. Ke každé položce z dotazníku je uveden komentář.

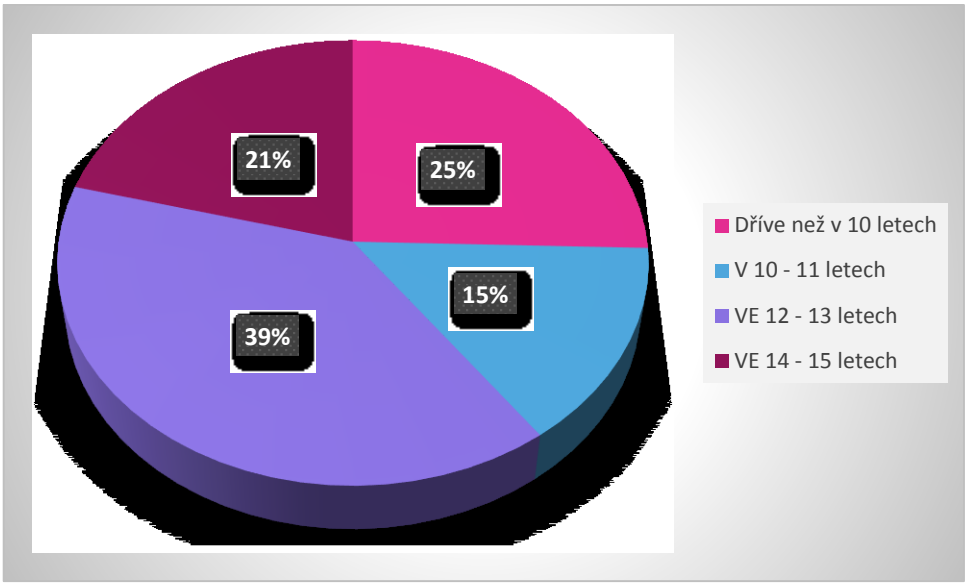
Otázka č. 4 – Kolikrát v životě už jsi ochutnal(a) alkohol?



Graf č. 3: Kolikrát v životě už jsi ochutnal(a) alkohol?

Uvedený graf ukazuje, že téměř polovina respondentů odpovědělo, že ochutnalo alkohol dvakrát až desetkrát za život. Z celkového počtu 117 respondentů jich takto odpovědělo 55 (47%). Dalších 39 žáků (33,3%) zvolilo odpověď, že alkohol pilo více než desetkrát v životě. Zbylých 15 respondentů (12,8%) pak uvedlo, že alkohol ochutnali jenom jednou a pouze 7 žáků (6%) z celkového souboru neochutnalo alkohol nikdy. Na následující otázky v dotazníkovém šetření, týkající se zkušeností s alkoholem, budou tedy odpovídat pouze žáci, kteří již alkohol někdy ochutnali, tzn. celkem 110 žáků (94%) z celkového počtu 117.

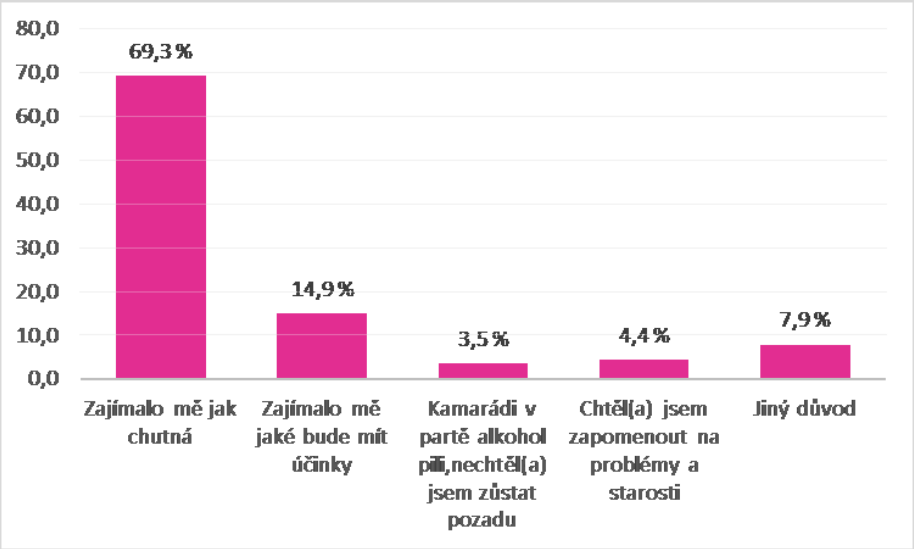
Otázka č. 5 – V kolika letech jsi poprvé ochutnal(a) alkohol?



Graf č. 4: V kolika letech jsi poprvé ochutnal(a) alkohol?

Graf uvedený výše ukazuje, že z celkového počtu 110 respondentů, kteří v předešlé otázce odpověděli, že už alespoň jedenkrát alkohol požili, odpovědělo celkem 43 (39,1%), že jejich první zkušenost s alkoholem proběhla ve 12 – 13 letech. Dalších 28 žáků (25,5%) uvedlo, že alkohol ochutnalo již dříve než v 10 letech, a naopak 23 žáků (20,9%) pak prožilo svoji první zkušenost s alkoholem mezi 14. – 15. rokem života. Nejméně respondentů, tj. 16 (14,5%) odpovědělo, že ochutnali alkohol v 10 – 11 letech. Je tedy patrné, že mnoho žáků má s alkoholem již delší zkušenost, a první osobní kontakt s touto látkou proběhl již na prvním stupni základní školy.

Otázka č. 6 – Proč ses rozhodl(a) ochutnat poprvé alkohol?

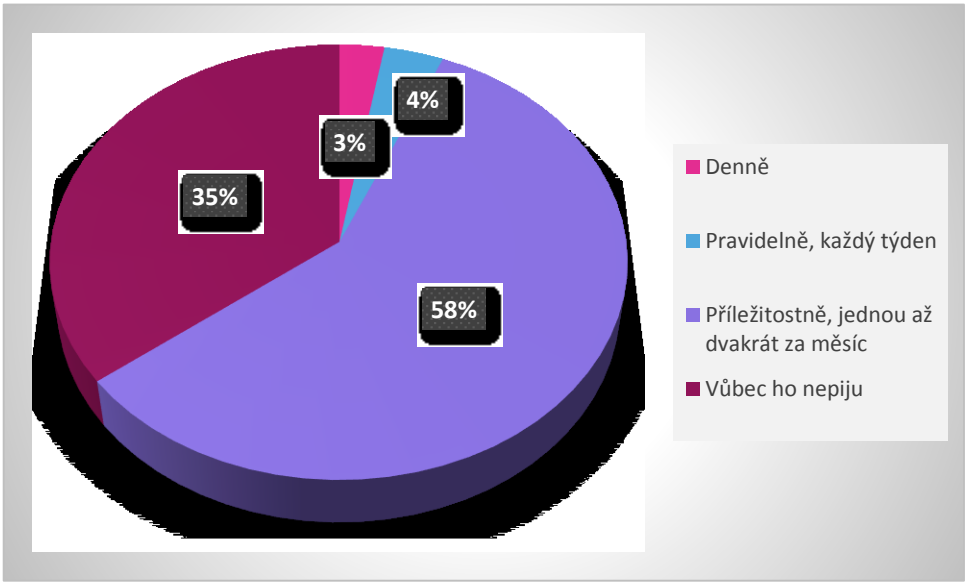


Graf č. 5: Proč ses rozhodl(a) ochutnat poprvé alkohol?

U této otázky měli respondenti na výběr odpovědět více možností, proto bylo zaznamenáno celkem 114 odpovědí ze 110 žáků, kteří na tuto otázku odpovídali. Z grafu je patrné, že většina žáků, tj. 79 (69,3%) ochutnalo alkohol, protože je zajímalo, jak chutná. Dalších 17 respondentů (14,9%) pak jako důvod požití uvedlo, že je zajímali účinky, které konzumace alkoholu vyvolává. 5 žáků (4,4%) označilo jako důvod první konzumace alkoholu to, že chtěli zapomenout na problémy a starost, které je tížili a pouze 4 žáci (3,5%) prožili první zkušenost s alkoholem, protože nechtěli zůstat pozadu, když ostatní kamarádi v partě alkohol konzumovali. Celkem devětkrát (7,9%) se zde vyskytla odpověď, že žáci ochutnali alkohol z jiného důvodu. 4 respondenti uvedli důvod, že se chtěli „prostě jen bavit“, nebo alkohol poprvé „jen zkusit“, dvakrát byla zaznamenána odpověď, že si respondent spletl skleničku alkoholu s nealkoholických nápojem. Třikrát byla zaznamenána odpověď, že žáci poprvé ochutnali alkoholu z důvodu přípitku na oslavu narozeniny, svátků, nebo Nový rok.

Z výsledků této položky dotazníkového šetření můžeme usoudit, že žáky nutí poprvé ochutnat alkohol zejména zvědavost, jak alkohol chutná. Podstatně méně žáků ale přemýšlí i nad tím, jaké může mít alkohol účinky na jejich organismus. Nezamýšlí se nad tím, jaké negativní dopady může konzumace alkoholu mít, i když jde třeba jen o malé množství alkoholického nápoje.

Otázka č. 7 – Jak často piješ alkohol?

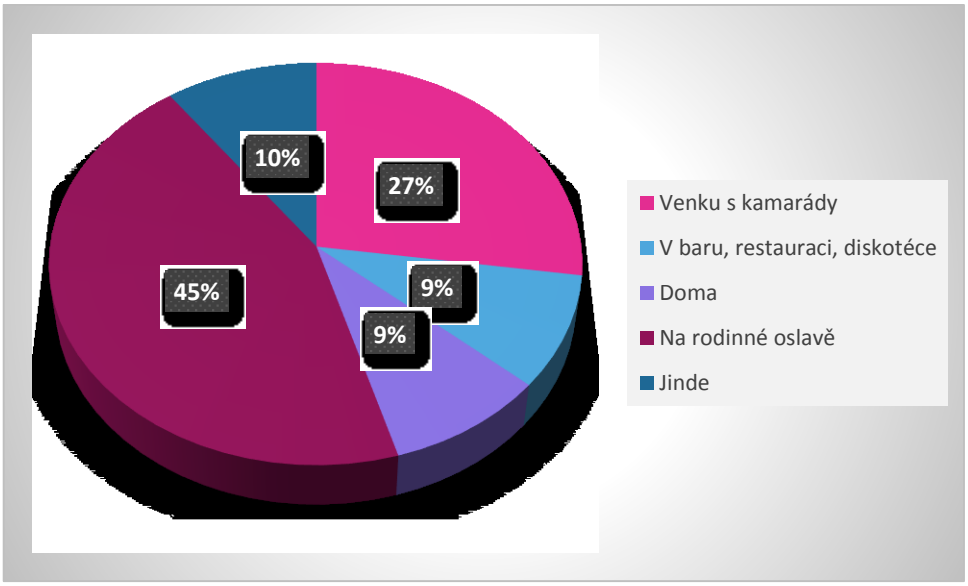


Graf č. 6: Jak často piješ alkohol?

Ve výše uvedené tabulce a grafu můžeme vidět, jak často respondenti konzumují alkoholické nápoje. Z celkového počtu 110 respondentů zvolilo 64 (58,2%) možnost, že alkohol pijí příležitostně, jednou až dvakrát za měsíc. Dalších 39 žáků (35,5%) označilo odpověď, že alkohol už sice ochutnali, nicméně ho nadále nekonzumují. 4 žáci základní školy (3,6%) požívají alkoholické nápoje v pravidelných intervalech, tj. zhruba každý týden a 3 respondenti (2,7%) konzumují alkohol dokonce každodenně.

To, že žáci konzumují alkohol v takové míře, více než 58% žáků konzumuje alkoholické nápoje příležitostně, může souviset i s dostupností alkoholu, s tím že žákům je alkohol poměrně snadno přístupný, čemuž se věnuje v dotazníkovém šetření otázka č. 9. Další souvislost můžeme hledat v poměrně vysoké toleranci konzumování alkoholu naší společností. Pití alkoholických nápojů je u mladistvých již dnes považováno za téměř běžnou záležitost, tak jako u dospělých jedinců.

Otázka č. 8 – Při jaké příležitosti nejčastěji piješ alkohol?

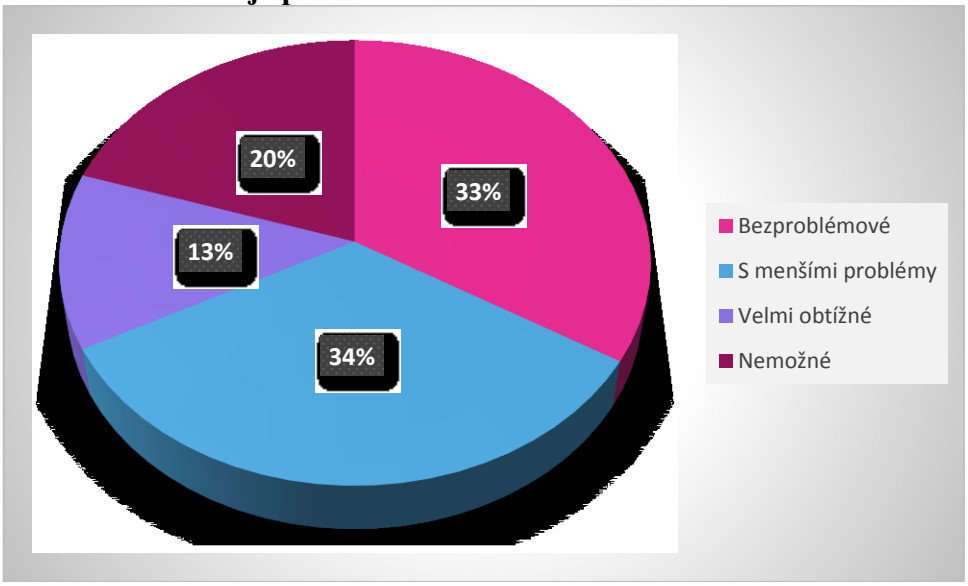


Graf č. 7: Při jaké příležitosti nejčastěji piješ alkohol?

V otázce č. 8 byli respondenti tázáni na to, při jakých příležitostech nejčastěji konzumuj alkoholické nápoje. 49 tázaných žáků (44,5%) označilo odpověď „na rodinné oslavě“. Odpověď „venku s kamarády“ zvolilo 30 respondentů (27,3%). Shodný počet žáků, tj. 10 (9,1%) odpovědělo, že nejčastěji alkoholické nápoje konzumují v různých podnicích, např. v barech, restauracích nebo diskotéce, a doma. Odpověď jinde vyznačilo celkem 11 žáků (10%). 11 respondentů odpovědělo, že alkoholu konzumují při jiných příležitostech. 9 z nich napsalo, že alkohol pijí nejčastěji na oslavách kamarádů nebo při příchodu Nového roku. Odpověď „když mám chuť“ napsal jeden respondent a jeden pak odpověděl, že konzumuje alkohol nejčastěji po sportovním výkonu.

Následující otázka ukázala, že téměř 45% dotázaných alkohol konzumuje na rodinných oslavách. Z toho zjištění vyplývá, že u velkého počtu žáků dochází k požívání alkoholických nápojů v rodinném prostředí, nebo se souhlasem rodičů. Zde je zřejmá velká tolerance konzumace alkoholu společností. Alkohol je dostupný od 18 let, jedinec, který tohoto věku nedovršil, má zákaz konzumace alkoholických nápojů, nicméně jak můžeme vidět z výše uvedeného grafu, tuto skutečnosti přehlíží nejen rodiče nezletilých žáků, ale i podniky, bary, restaurace či obchody, ve kterých si nezletilí žáci alkohol opatřují.

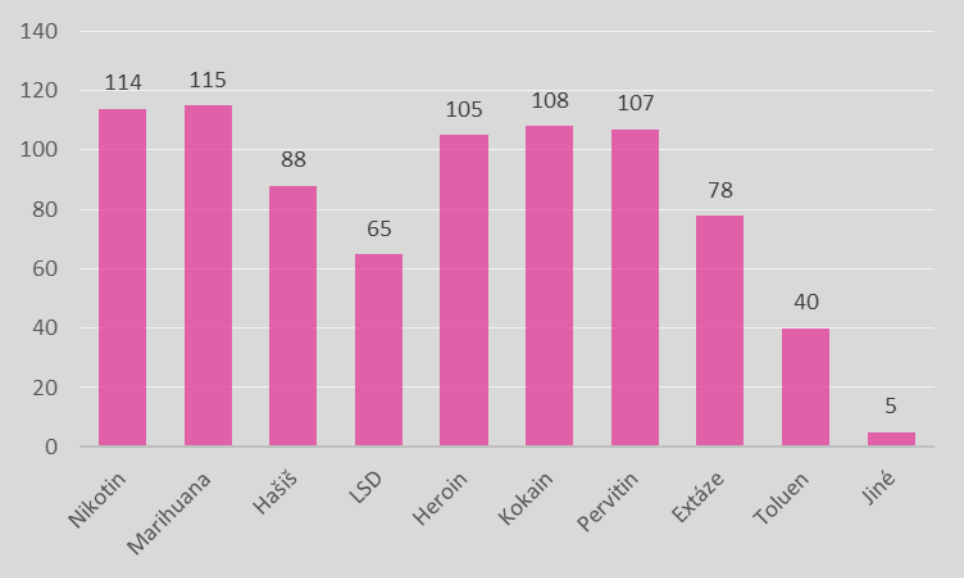
Otázka č. 9 – Jak obtížné je pro tebe sehnat alkohol?



Graf č. 8: Jak obtížné je pro tebe sehnat alkohol?

Výše uvedený graf ukazuje, jak obtížné je pro žáky 8. a 9. tříd základní školy obstarat si alkohol. Shodný počet žáků, tj. 37 (34%) uvedl, že je pro ně obstarání alkoholu buď bezproblémové, nebo to lze s menšími problémy. Pro 22 žáků (20%) je tento úkol prakticky nemožný a 14 respondentů (13%) shání alkoholické nápoje jen velmi obtížně. Otázka č. 10 jasně ukázala, že dostupnost alkohol pro žáky 2. stupně základní školy velmi vysoká. Získat alkohol pro ně není nijak výrazně velkým problémem. Z předešlých otázek vyplývá, že velký počet respondentů přichází k alkoholu doma, ale alkohol mají i od ostatních kamarádů, nebo si ho koupí sami, v obchodech, nebo barech a podobných podnicích. Téměř neomezená dostupnost alkoholu je poněkud zarážející, žáci můžou pořídit alkohol i poměrně levně. Opatření, které ze zákona zakazují prodej alkoholu dětem a mladistvým, patrně nejsou dostatečně kontrolována a pokud ano, často dochází jen k symbolickým postihům.

Otázka č. 10 – O kterých návykových látkách jsi už v minulosti slyšel(a)?



Graf č. 9: O kterých návykových látkách jsi už v minulosti slyšel(a)?

Graf k otázce č. 10 ukazuje přehled návykových látek, o kterých žáci ZŠ už v minulosti slyšeli. O této položky respondenti vyznačovali všechny látky, o kterých již někdy v minulosti slyšeli, z toho důvodu byl u této otázky počet možných odpovědí neomezený. Překvapivě nejvíce znali respondenti marihuanu, tuto návykovou látku označilo 115 respondentů (97,5%) z celkového počtu 117 dotazovaných. O jednoho míň, avšak i tak drtivá většina, pak označila nikotin v podobě tabáku či cigaret.

Další návyková látka v pořadí, kterou respondenti nejvíce označovali, byla kokain, tuto látku zaznačilo celkem 108 žáků (91,5%), o jednoho míň pak označilo i pervitin (90,7). 105 žáků (89%) již někdy slyšelo o heroinu. Další nejčastěji označovanou látkou- byl hašiš (88 respondentů) a následovala extáze (78 respondentů). LSD znalo pouze 65 žáků a zajímavé je, že těkavou látku, toluen, označilo pouze 40 dotazovaných. 5 respondentů znalo dokonce i jiné návykové látky, než byli uvedeny v dotazníku.

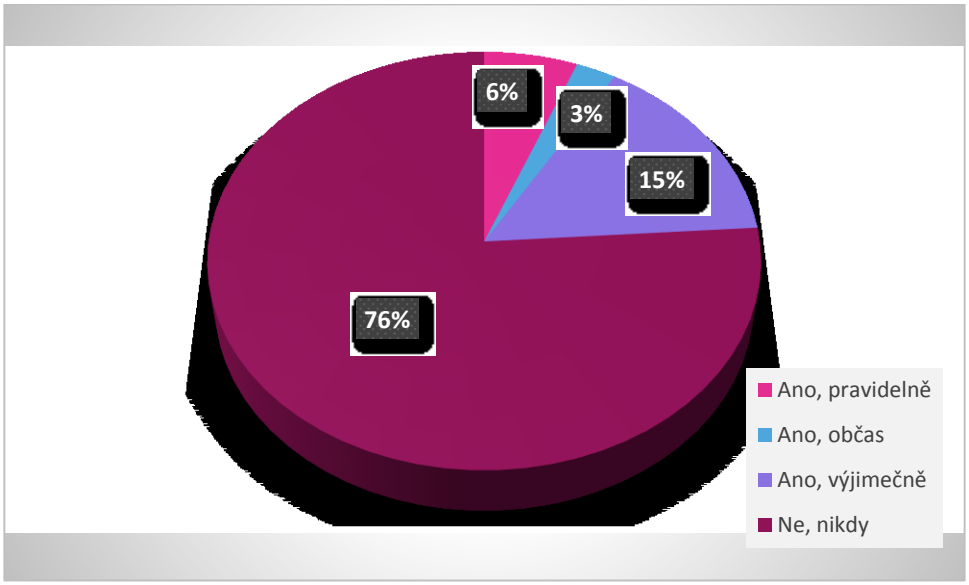
Do položky „jiné“ uvedli žáci látky jako krokodil, houbičky (lysohlávky), které se řadí do skupiny halucinogenních drog, lean, fridex či sůl do koupele.

Otázka č. 11 – V následující tabulce u každé látky zakřížkuj, pokud a jak často látky užíváš.

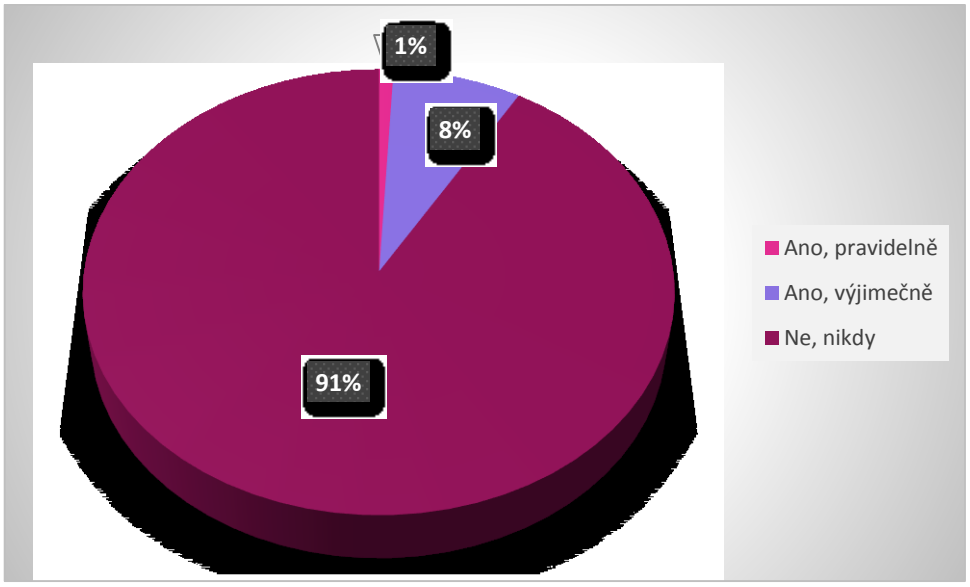
Otázka č. 11 ukázala, že žáci mají zkušenosti pouze s lehkými návykovými látkami, nikotinem a marihuanou. Právě takové zjištění můžeme brát jako vcelku potěšující. Nejvíce užívají žáci tabákové výrobky, podle grafu č. 10 celkem 28 ze 117 respondentů už zkušenost s touto látkou má, 7 z nich ji pak užívá pravidelně. Možnost „ano, občas“ označili celkem 3 respondenti a výjimečně užívá tabákové výrobky 18 žáků základní školy.

Graf č. 11 ukazuje, že se mezi respondenty vyskytl pouze jeden pravidelný uživatel marihuany, avšak dalších 9 žáků odpovědělo, že marihuanu užívá výjimečně. Na tuto otázku v dotazníkovém šetření můžeme dále navázat otázkou č. 15, kdy byli respondenti dotazováni na jejich názor na legalizaci měkkých drog, tzn. zejména marihuany. Tam odpověděl poměrně velký počet žáků tak, že je tato problematika nezajímá a je jim to jedno.

Pokud v této otázce respondent odpověděl, že nikdy žádnou látku doposud neužil a žádnou zkušenost se jmenovanými návykovými látkami nemá, pokračoval ve vyplňování dotazníku otázkou č. 15.

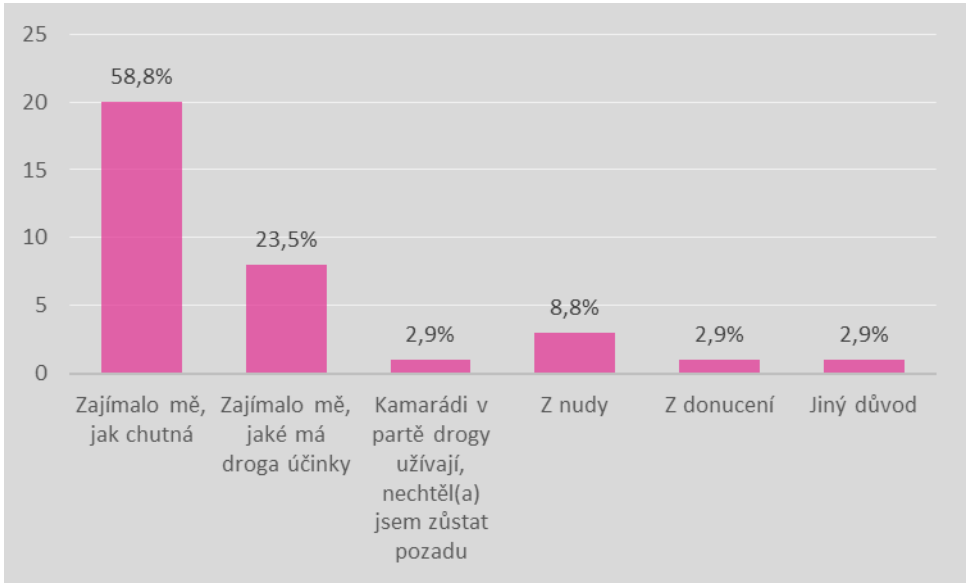


Graf č. 10: Užíváš nikotin? Pokud ano, jak často?



Graf č. 11: Užíváš marihuanu? Pokud ano, jak často?

Otázka č. 12 – Z jakého důvodu jsi drogu užil(a)?



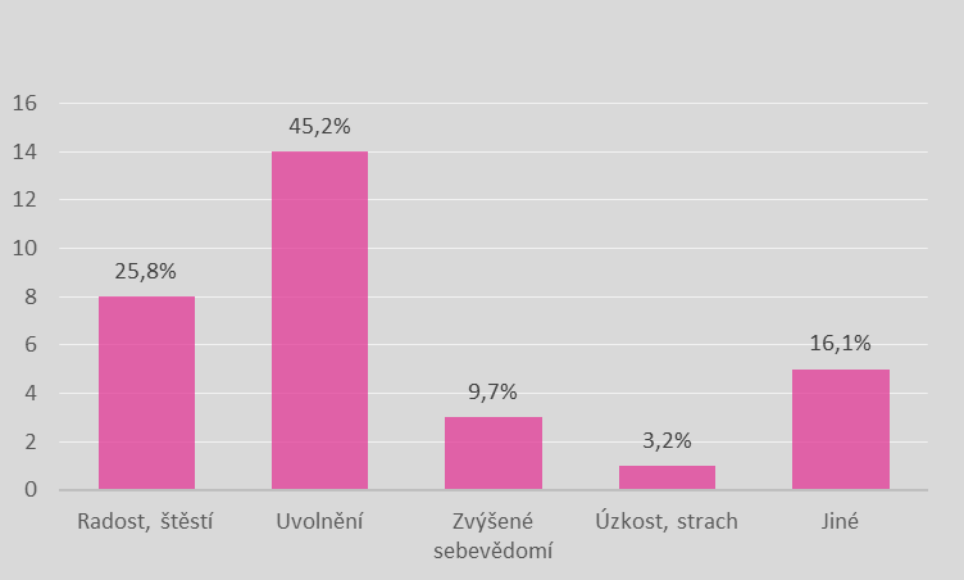
Graf č. 12: Z jakého důvodu jsi drogu užil(a)?

Otázka č. 12 měla za cíl zjistit, jaké důvody vedly respondenty k tomu, aby návykovou látku užili, přičemž zde byla možnost zaznačit více odpovědí. Z celkového počtu 34 zaznamenaných odpovědí byla nejvíce označovaná první možnost, „zajímalo mě, jak droga chutná“. Tuto možnost vybralo celkem 20 žáků (58,8%). 8 respondentů (23,5%) také zajímalo, jaké bude mít droga, kterou se rozhodli užít, účinky. Třikrát (8,8%) byla vyznačena

odpověď, že drogu žáci užili „z nudy“, a po jedné odpovědi byly zaznamenány možnosti „z donucení“, „kamarádi v partě drogy užívají, nechtěl(a) jsem zůstat pozadu“. Jeden respondent využil položku „jiný důvod“, kde se vyjádřil, že se rozhodl drogu užít z důvodu stresu.

Zde můžeme, stejně jako u otázky č. 6, která se dotazovala respondentů na důvody užívání alkoholu vidět, že nejčastější příčinou užívání návykových látek je opět zvědavost, jak konkrétní droga chutná. Nicméně, větší procento respondentů už také zajímá, jaké účinky bude droga mít na lidský organismus. Nicméně, žáci by měli myslet i na negativní účinky na lidský organismus, pokud jsou právě o těchto dopadech dostatečně informováni, jak ze strany školy, tak z rodinného prostředí. Tuto otázku zodpovídá další číst dotazníkového šetření.

Otázka č. 13 – Jaké pocity ti přineslo užití drogy?

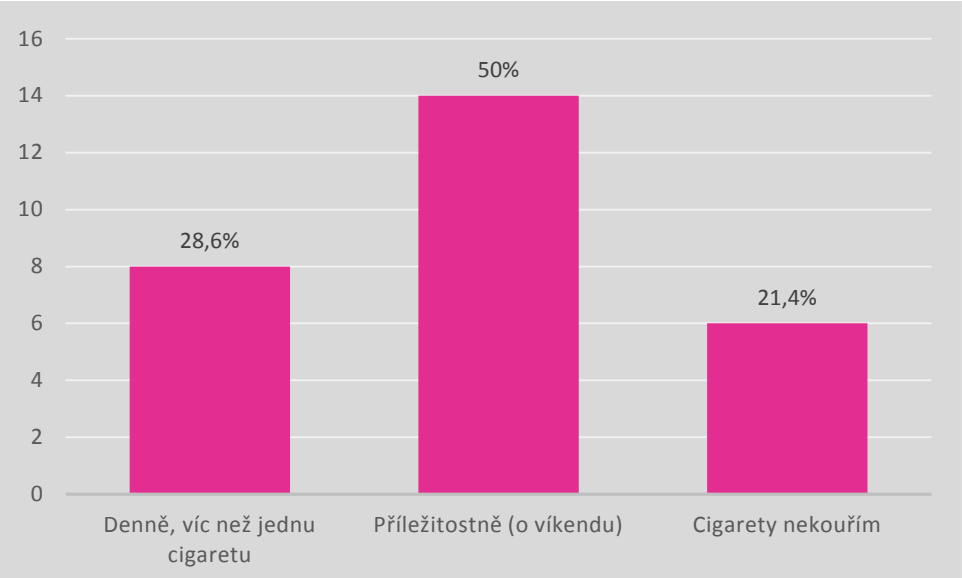


Graf č. 13: Jaké pocity ti přineslo užití drogy?

V otázce č. 13 se zjišťovalo, jaké pocity žákům přineslo užití drogy. Taktéž u této položky měli respondenti možnost zaznačit více než jednu odpověď. Z celkového počtu 31 zaznamenaných odpovědí byl zvolen celkem čtrnáctkrát (45,2%) pocit uvolnění. U této možnosti předpokládáme, že uvolnění žákům přináší zejména užívání nikotinu ve formě cigaret. Druhá, nejvíce četná odpověď byla „radost, štěstí“, tuto možnost označilo celkem 8 respondentů (25,8%).

Pouze 3 žákům přináší užívání návykové látky pocit zvýšeného sebevědomí a jeden žák odpověděl (3,2%), že cítí po užití drogy úzkost či strach. Jinou, než uvedenou možnost odpovědi zvolilo 5 žáků (16,1%), přičemž všichni do této možnosti uvedli, že jim požití návykové látky nepřináší nic. Otázkou zůstává, proč respondenti i nadále návykovou látku užívají, když jim nepřináší žádné pocity.

Otázka č. 14 – Jak často kouříš cigarety?

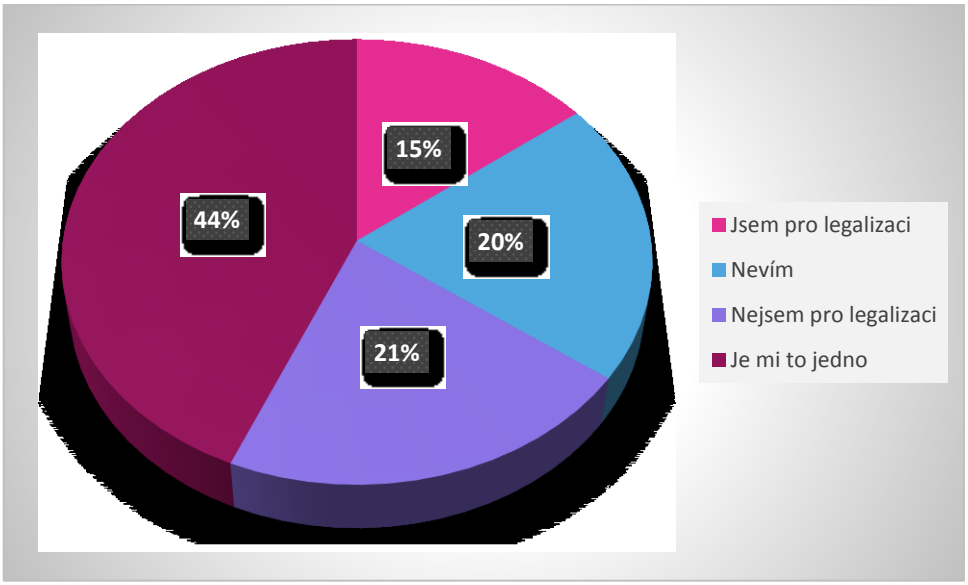


Graf č. 14: Jak často kouříš cigarety?

Na otázku, jak často žáci základní školy kouří cigarety, odpověděla přesně polovina z 28 dotazovaných, že kouří cigarety pouze příležitostně, např. o víkendu. Celkem 8 respondentů zvolilo odpověď, která říká, že kouří denně, a to více cigaret, než jen jednu. 6 žáků (21,4%), kteří již mají zkušenosti s některou z návykových látek, uvedlo, že cigarety v minulosti sice zkoušeli kouři, nicméně nadále je nekouří.

Zde můžeme, stejně jako u alkoholu zdůraznit, že tabákové výrobky jsou přístupny až od věku 18 let, proto by mladším jedincům měli být tyto výrobky nepřístupné a neprodejné. Jak ale vyplývá z výše uvedeného grafu, téměř 30% respondentů odpovídajících na tuto otázku kouří cigarety denně. Dle tohoto zjištění můžeme předpokládat, že obstarání tabákových výrobků nebude pro žáků 2. stupně základní školy nikterak obtížným úkolem.

Otázka č. 15 – Jaký máš názor na legalizaci měkkých drog? (např. marihuana)

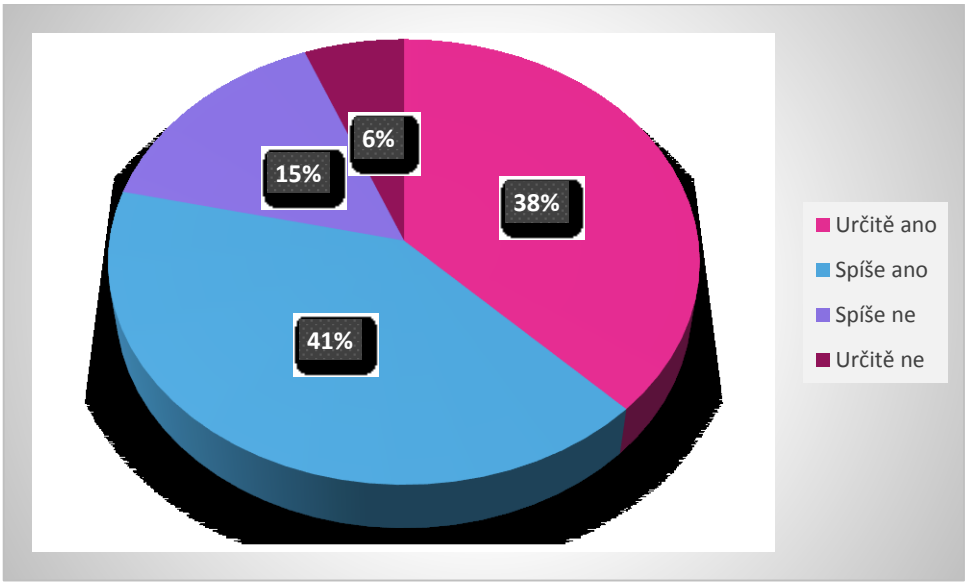


Graf č. 15: Jaký máš názor na legalizaci měkkých drog? (např. marihuana)

V otázce č. 15 byli dotazováni všichni účastníci výzkumného šetření na jejich názor týkající se legalizace měkkých drog. Z grafu uvedeného výše vyplývá, že nejčastěji volená položka byla „je mi to jedno, tuto volbu označilo celkem 51 respondentů (43,6%) z celkového počtu 117. Druhá, nejvíce volená položka v otázce názoru na legalizaci měkkých drog byla „nejsem pro legalizaci“. Takto odpovědělo celkem 21 respondentů (21,4%). 24 žáků odpovědělo tak, že na tuto problematiku neví, nebo nemají svůj názor a pouhých 17 žáků (14,5%) je toho názoru, že by měla být marihuana legálně dostupná.

Z analýzy otázky č. 15 vyplývá, že o problematiku legalizace především marihuany se příliš mnoho žáků základní školy nezajímá. Dle výsledků můžeme ale tvrdit, že více žáků je spíše proti legalizaci marihuany, než pro. Je možné, že si žáci dobře uvědomují negativní účinky na lidský organismus, na druhou stranu, o legalizaci marihuany se diskutuje v souvislosti léčivých účinků, které tato látka má.

Otázka č. 16 – Myslíš, že máš o účincích alkoholu a drog a nebezpečí jejich užívání dostatek informací?



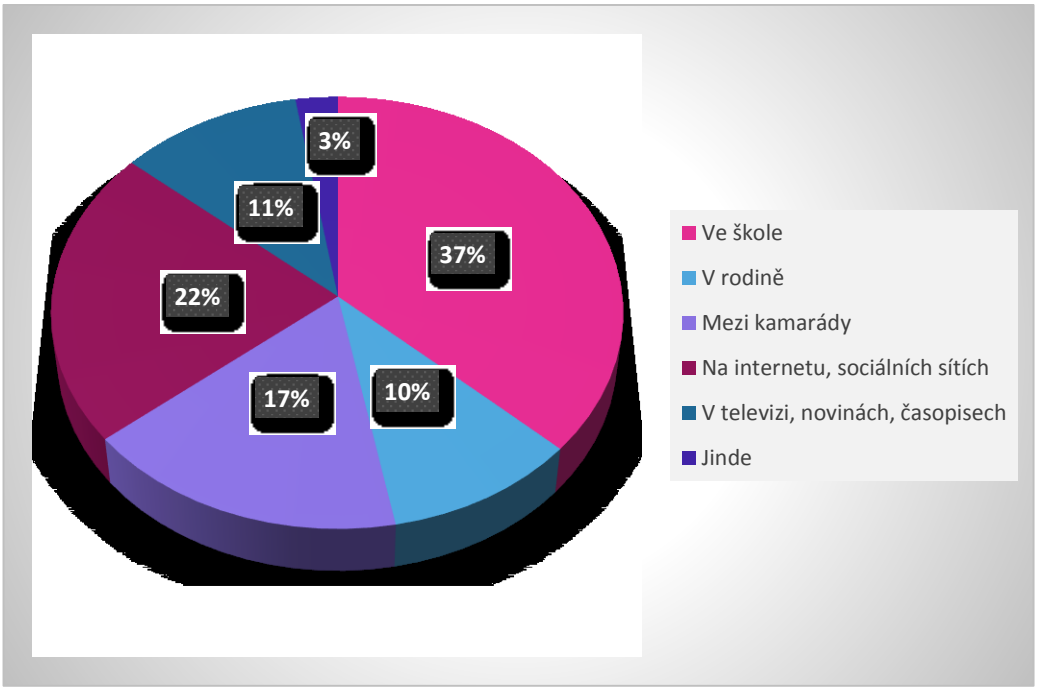
Graf č. 16: Myslíš, že máš o účincích alkoholu a drog a nebezpečí jejich užívání dostatek informací?

Otázka č. 16 měla za cíl zjistit názor respondentů na jejich informovanost týkající se alkoholu a návykových látek. Na otázku, zda mají žáci dostatek informací po těchto látkách a nebezpečí, které v důsledky jejich užívání hrozí, zvolila největší část, tj. 48 žáků (41%) možnost „spíše ano“. Pouze o 4 žáky méně (37,6%) pak označilo možnost „určitě ano“. Tyto výsledky můžeme chápat jako vcelku potěšující, je důležité, aby byly žákům na základních školách informace o rizicích užívání alkoholu a návykových látek poskytovány v dostatečné míře, jak ze strany školy, tak například ze strany rodiny.

Možnost „spíše ne“ označilo 18 žáků (15,4%) a pouze 7 (6%) z celkového počtu 117 žáků se cítí být o problematice alkoholu a návykových látek zcela neinformováni.

Z této položky v dotazníkovém šetření tedy vyplývá, že se velká většina žáků 2. stupně základní školy cítí poměrně dobře informována o této problematice, což můžeme hodnotit jako poměrně pozitivní zjištění.

Otázka č. 17 – Kde jsi získal(a) nejvíce informací o účincích alkoholu a drog?

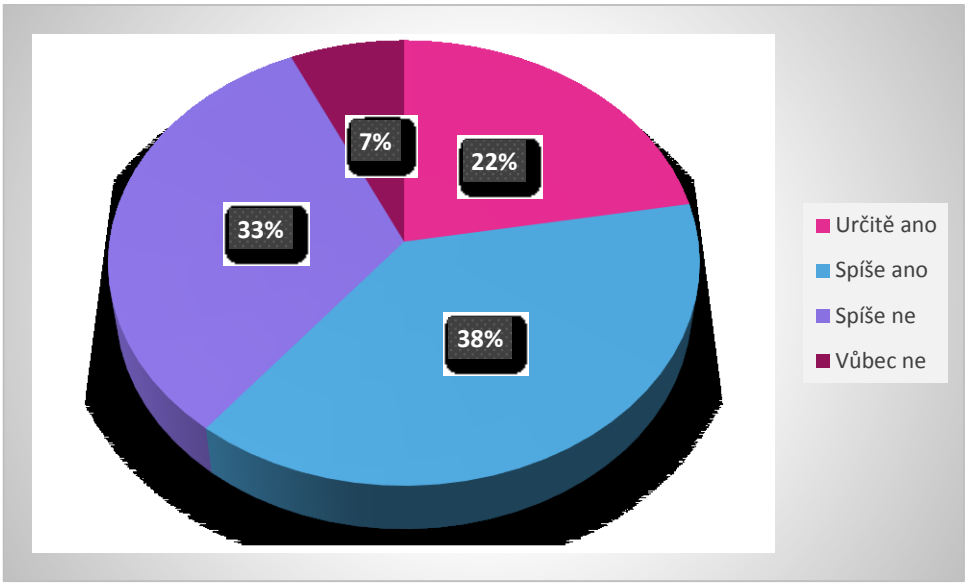


Graf č. 17: Kde jsi získal(a) nejvíce informací o účincích alkoholu a drog?

Otázka č. 17 zjišťovala, kde respondenti získávají nejvíce informací o alkoholu, návykových látkách a jejich účincích. Z výše uvedené tabulky a grafu je patrné, že nejčastěji jsou žáci základní školy informování o této problematice ve školy. Tuto odpověď zvolilo 43 respondentů (36,8%).

Druhá nejčastěji volená položka, kterou zvolilo 26 žáků (22,2%) byla „na internetu, sociálních sítích“. Dalo se očekávat, že tuto možnost zvolí více respondentů díky snadné dostupnosti informací na sociálních sítích a jiných internetových stránkách. Celkem 20 respondentů (17,1%) odpovědělo, že se nejvíce informací o této problematice dozvěděli mezi skupinou vrstevníků a kamarádů. V médiích (televize, noviny, časopisy) se o účincích alkoholu a drog dozvídá nejčastěji 13 žáků základní školy (11,1%) a o jednoho míň pak tyto informace získává v rodině. Zbylí 3 respondenti (2,6%) zvolili jinou možnost získávání informací, přičemž uvedli, že nejvíce informací o této problematice nabývají prostřednictvím knih a filmů. Jeden žák dokonce uvedl konkrétní knihu – My děti ze stanice ZOO.

Otázka č. 18 – Myslíš, že vám škola poskytuje dostatek informací o alkoholu a drogách?

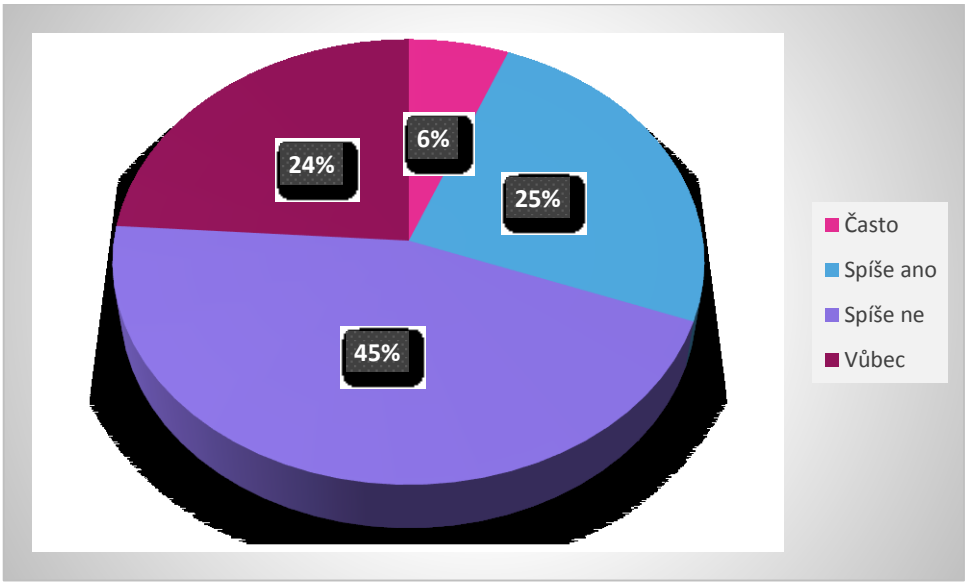


Graf č. 18: Myslíš, že vám škola poskytuje dostatek informací o alkoholu a drogách?

Z vyhodnocení výše uvedeného grafu vyplývá, že na otázku, zda poskytuje škola žákům dostatek informací o alkoholu a návykových látkách, byla nejčastěji volena odpověď „spíše ano“, kterou zvolilo 45 žáků (38,5%). Zajímavé však je, že druhá nejčastěji volená odpověď byla „spíše ne“. Takto odpovědělo 38 respondentů, což je bezmála 33% ze všech tázaných žáků. Zde můžeme vidět, že je možné, že má zvolená základních škola v informovanosti o návykových látkách rezervy. Nicméně, dalších 26 žáků (22,2%) o dostatečné informovanosti za strany školy nepochybují. Zbylých 8 žáků (6,8%) řeklo, že jim škola informace o této problematice prakticky neposkytuje.

Z této položky v dotazníkovém šetření vyplynulo, že informovanost o problematice alkoholu a návykových látkách je poměrně dobrá. Nicméně, toto důležité téma by nemělo být ani nadále opomíjeno, zvláště by se měla informovanost a prevence školy zaměřit na alkohol, protože dle výsledků předešlých výzkumných otázek je právě tato látka poměrně hojně mezi žáky užívána.

Otázka č. 19 – Mluvíte doma (s rodiči, s rodinou) o alkoholu, drogách a nebezpečí jejich užívání?

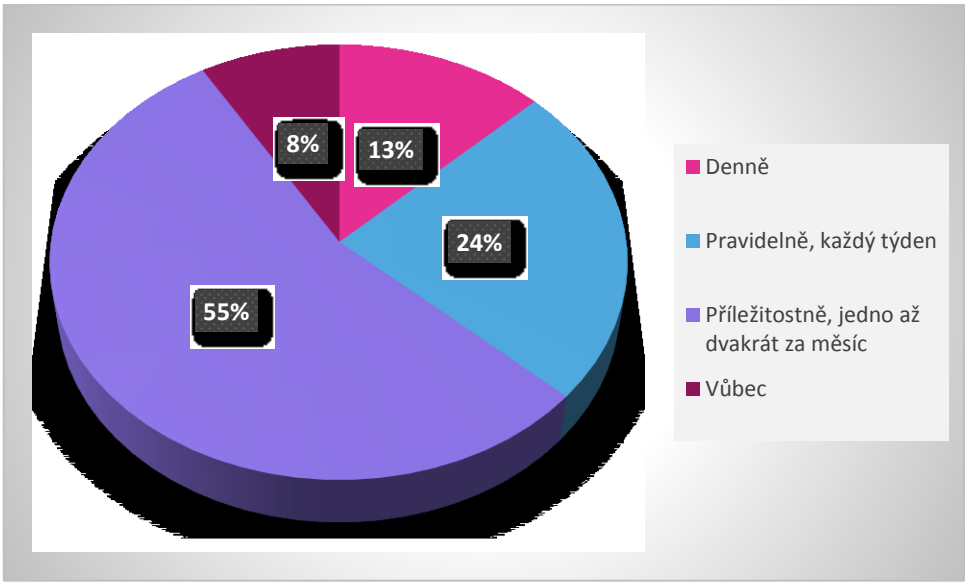


Graf č. 19: Mluvíte doma (s rodiči, s rodinou) o alkoholu, drogách a nebezpečí jejich užívání?

Z celkového počtu 117 respondentů odpovědělo celkem 53 (45,3%) na otázku, zda doma mluví s rodiči či s jinými rodinnými příslušníky o problematice alkoholu „spíše ne“. Dalších 29 žáků (24,8%) sice zvolilo možnost „spíše ano“, nicméně o jednoho respondenta míň označilo odpověď, která říká, že se o alkoholu a drogách doma nebaví vůbec (23,9%). Zbylých 7 respondentů (6%) řeklo, že se o této problematice v rodině baví poměrně často.

Z uvedeného grafu je patrné, že v období staršího školního věku dospívající už neklade takovou důležitost rodině, jako to bylo v minulosti a velký význam pro něj představují spíš vrstevníci, s nimiž se ztotožňuje. (Vágnerová, 2012, s. 376) I přesto je ale informovanost o problematice alkoholu a návykových látek z prostředí rodiny důležitá. Zvlášť pokud žáci v rodině vidí, že pití alkoholických nápojů je zcela běžné a alkohol se u nich v rodině konzumuje pravidelně, může si dítě z rodiny odnést špatných příklad. Touto otázkou se zabývá následující položka v dotazníkovém šetření, která měla za úkol zjistit, jak často se u žáků v rodinách alkohol konzumuje.

Otázka č. 20 – Jak často se u vás v rodině pije alkohol?

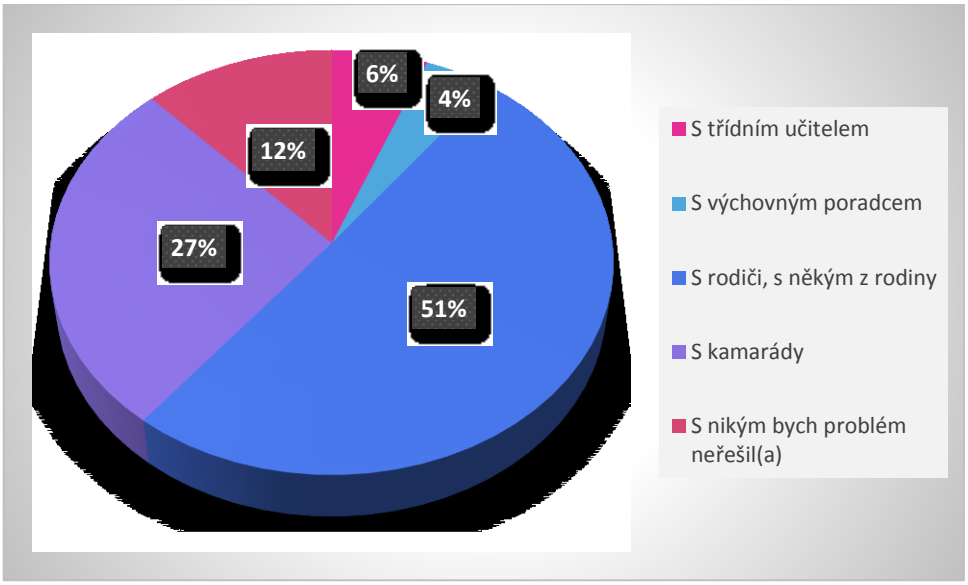


Graf č. 20: Jak často se u vás v rodině pije alkohol?

Na otázku č. 20 odpovídalo celkem 117 respondentů a více než polovina, přesněji 64 žáků (54,7%) uvedla, že se alkohol u nich v rodině pije příležitostně, pro představu jedou až dvakrát měsíčně. Druhá nejčetnější odpověď, kterou zvolilo 28 respondentů (23,9%) byla, že v rodině konzumují alkohol pravidelně, každý týden. Denně se alkohol konzumuje v 15 rodinách (12,8%) a jen u 10 rodin žáků základní školy (8,5%) se alkohol nevyskytuje vůbec.

Tato otázka v dotazníku byla pokládána žákům právě proto, že je častá konzumace může podstatně ovlivňovat. Žáci si mohou ze svých rodičů, či jiných rodinných příslušníků v případě časté konzumace vzít špatný příklad a myslet si, že pravidelné pití alkoholických nápojů je zcela běžné. Můžou tak přehlížet velká rizika, která v případě časté konzumace alkoholu hrozí, včetně vzniku závislosti. Nejen škola, ale i rodiče žáků základních škol by tak měli dbát na prevenci těchto jevů a rozhodně ji nepodceňovat. Dětem by neměl být alkohol v rodině přístupný, a pokud problém s alkoholem, či jinou návykovou látkou u žáka nastane, rodiče by jej měli být schopni okamžitě řešit a se svým dítětem o této situaci dokázat mluvit.

Otázka č. 21 – Pokud bys měl(a) ty, nebo někdo z kamarádů problém s alkoholem nebo drogami, s kým bys problém řešil(a)?



Graf č. 21: Pokud bys měl(a) ty, nebo někdo z kamarádů problém s alkoholem nebo drogami, s kým bys problém řešil(a)?

Poslední otázka dotazníkového šetření měla za cíl zjistit, s kým by žák základní školy nejspíše řešil problém s alkoholem či drogami, pokud by se takový problém vyskytl u něj nebo u jeho kamarádů. Bezmála 51% žáků základní školy, přesněji 59 na tuto otázku odpovědělo, že by problém tohoto charakteru řešili s rodinou, nebo s někým z jiných rodinných příslušníků. Druhá nejčastější odpověď byla „s kamarády“, tuto možnost zvolilo 32 respondentů (27,4%). 14 žáků (12%) předpokládalo, že by se s takovýmto problémem nejspíše nesvěřilo nikomu, z tohoto tvrzení můžeme usoudit, že by se tito žáci snažili problém řešit buď samostatně, nebo by jej neřešili vůbec. Je velmi důležitém aby žáci věděli, na koho se v případě, že problém takového charakteru nestane, obrátit.

7 SHRNUTÍ VÝZKUMU

V rámci pedagogicky orientovaného pedagogického výzkumu bylo hlavním cílem popsat zkušenosti žáků 8. a 9. tříd základní školy s alkoholem a návykovými látkami. Pro realizaci výzkumného šetření byl záměrně vybrán výzkumný soubor, který je tvořen žáky 8. a 9. tříd Základní školy TGM v Bojkovicích. Jedná se o dostupný výběr. Jako nástroj výzkumného šetření byl sestaven nestandardizovaný dotazník, který obsahoval celkem 21 otázek, které disponovaly převážně uzavřenými položkami. Kromě uzavřených položek se v dotazníku vyskytovaly i položky polouzavřené, kde měl respondent prostor vyjádřit svou vlastní odpověď, pokud mu žádná z položek v otázce nevyhovovala.

Celkový počet dotazníků, které byly navráceny vyplněné, byl 123, nicméně 6 dotazníků z toho počtu bylo vyřazeno z důvodu chybného či neúplného vyplnění, relevantních dotazníků bylo tedy celkem 117. Celkem se výzkumného šetření zúčastnilo 60 chlapců a 57 dívek. Větší část z nich, přesně 65, navštěvuje aktuálně 9. ročník základní školy a zbylých 52 žáků dochází do 8. ročníku. Tyto otázky demografického charakteru byly žákům pokládány na začátku výzkumného šetření.

Kromě otázek demografického charakteru byl dotazník rozdělen do tří částí, kdy první část zjišťovala zkušenost žáků s alkoholem, druhá část se ptala na zkušenosti týkající se návykových látek, a závěrečná část byla věnována otázce prevence těchto látek.

Stěžejní otázka první části dotazníkového šetření se ptala žáků, kolikrát v životě už ochutnali alkohol. Z této otázky vyplynulo, téměř všichni žáci 8. a 9. tříd již alkohol někdy konzumovali. Z celkového počtu 117 žáků jich pouze 7 žádnou zkušenost s alkoholem nemělo. Druhá část, která se věnovala ostatním návykovým látkám, obsahovala otázku, pokud a popřípadě jaké návykové látky žák užívá. Zde bylo naopak zjištěno, že co se týče nikotinu a ostatních návykových látek, zkušenosti a četnost užívání už není zdaleka tak vysoká, jako u alkoholu.

Nyní se bude práce věnovat konkrétním výsledkům výzkumu.

Výzkumná otázka č. 1: Kdy a z jakého důvodu se žáci základní školy rozhodnou poprvé ochutnat alkohol a návykové látky?

K této dílčí výzkumné otázce se v dotazníkovém šetření vztahovaly otázky č. 5, 6, 12. Cílem bylo zjistit, kdy a z jakého důvodu se rozhodnou žáci základní školy ochutnat alkohol a návykové látky. Otázka č. 5 nám zodpověděla první část této otázky, kdy se žáci poprvé rozhodnou, nebo přijdou do osobního styku s alkoholem. Nejvíce volená odpověď na tuto

otázku byla, že žáci měli svou první zkušenost s alkoholem ve 12 – 13 letech. Druhá nejčetnější odpověď žáků byla, že ochutnali alkohol již dříve než v 10 letech. Z tohoto zjištění můžeme konstatovat, že problematika alkoholu je aktuální již na prvním stupni základní školy, a proto by se neměla u těchto žáků již v tak nízkém věku podceňovat prevence. Nicméně, zhruba pětina odpovídajících zvolila možnost, že do styku s alkoholem poprvé přišla mezi 14. – 15. rokem života, což můžeme považovat, za poměrně nedávnou zkušenost.

Druhá část výzkumné otázky měla zjistit, z jakého důvodu se žáci základní školy rozhodnou poprvé ochutnal alkohol. Bezmála 70% žáků vedlo k prvnímu kontaktu s alkoholem zvědavost, jak alkohol chutná. Daleko méně žáků, ale už zajímalo, jaké bude mít účinky. Z tohoto zjištění můžeme usoudit, že je možné, že žáci před první konzumací alkoholu nejspíš ani nepřemýšlí, jaké negativní účinky a dopady může požití alkoholu způsobit. Pouze 4 žáci na tuto otázku odpověděli, že poprvé ochutnali alkohol kvůli kamarádům v partě, kteří už alkohol konzumovali. Tuto skutečnost můžeme v tomto věku přisuzovat důležitosti vrstevnické skupiny.

V otázce č. 15 byl zjišťován důvod, proč se rozhodli žáci užít některou z návykových látek. Zde odpověděla většina žáků opět tvrzením, že ji zajímala chuť drogy. Nicméně, více žáků z celkového počtu těch, kteří již návykovou látku užili, odpovědělo, že je zajímali účinky drogy. Z tohoto zjištění můžeme konstatovat, že pokud jde o jinou návykovou látku než alkohol, žáci už více přemýšlejí o negativních účincích a možných dopadech na lidský organismus. Možná negativní zkušenost s těmito látkami je také mohla odradit od dalšího užívání.

Výzkumná otázka č. 2: Jak často užívají alkohol a návykové látky žáci základní školy?

Cíle druhé výzkumné otázky bylo zjistit četnost užívání alkoholu a návykových látek u žáků základní školy. Na tuto otázku se zaměřovaly v dotazníků položky č. 7, 11 a 14. Nejprve byli žáci dotazování na četnost užívání alkoholu. Na tuto otázku odpověděla více než polovina žáků tak, že alkohol konzumují příležitostně, pro představu zhruba jednou až dvakrát měsíčně. Více než třetina všech odpovědí pak byla, že alkohol žák nepije po první zkušenosti vůbec. Velmi malý počet žáků pak volilo takovou odpověď, že alkohol konzumují pravidelně, každý týden, a dokonce se zde objevili i ti žáci, kteří požívají alkohol každodenně. Můžeme tedy konstatovat, že užívání alkoholu u žáků 8. a 9. tříd základní školy je většinou příležitostné, nicméně již v tak brzkém věku nežádoucí.

Otázka č. 11 v dotazníku měla za cíl zjistit, pokud a v jaké míře mají žáci zkušenosti s návykovými látkami. Velmi pozitivním zjištěním v této otázce bylo, že žádný ze žáků 8. a 9. tříd základní školy nemá zkušenost se žádnou z tvrdých drog. Co se týče měkké, avšak nelegální drogy, marihuany, mezi žáky se objevil jeden pravidelný uživatel. Dalších 9 žáků pak marihuanu užívá pouze výjimečně. V tomto případě se domníváme, že se jedná o pouhé experimentování s marihuanou, nicméně nesmí se zapomínat na fakt, že právě marihuana bývá pomyslnou „vstupní bránou" do světa tvrdých drog. Z toho důvodu by se právě nemělo zapomínat na rizika užívání této látky a měla by být zajištěna dostatečná prevence.

Otázka č. 14 se zaměřovala na konkrétní návykovou látku, nikotin, a to z důvodu, že tato látka je legální a běžně dostupná. Dalo se tedy předpokládat, že zkušenosti s nikotinem budou mít žáci poměrně bohaté. Avšak toto tvrzení se nepotvrdilo, cigaretu z celkového počtu 117 respondentů kouřilo jenom 28 žáků, přičemž 6 z nich odpovědělo, že cigarety dále už nekouřili. Nejvíce kuřáků mezi žáky je tzv. příležitostných, kteří si cigaretu zapálí třeba jen o víkendu. Zjištění, že pouze malá část žáků holduje pravidelnému kouření cigaret, můžeme zhodnotit jako poměrně pozitivní.

Výzkumná otázka č. 3: Jaké jsou okolnosti a příčiny užívání alkoholu a návykových látek u žáků základní školy?

Cílem třetí výzkumné otázky bylo identifikovat okolnosti a příčiny užívání alkoholu a návykových látek. V dotazníkovém šetření byly na tento výzkumný cíl zaměřeny otázky č. 8, 9 a 13. Nejprve jsme zjišťovali, za jakých okolností žáci konzumují alkohol, při jaké příležitosti ke konzumaci dochází. Nejčastěji žáci odpovídali tak, že přichází do osobního styku s alkoholem na rodinných oslavách. Z tohoto zjištění usuzujeme, že rodiče žáky od alkoholu nijak neodrazují a nevěnují pozornost možným negativním dopadům konzumace alkoholu u jejich dětí, dokonce alkohol svým dětem i sami nabízejí. Další nejvíce četná odpověď ukázala, že žáci požívají alkohol také venku s kamarády. Z volby této možnosti zase můžeme usuzovat, že alkohol je i pro žáky v tak nízkém věku dostupný, ovšem na tuto otázku byli žáci tázáni v další položce dotazníku. Právě tam se tyto domněnky potvrdily, shodný počet žáků, tj. 37 odpovědělo, že sehnat alkohol je pro ně naprosto bezproblémové, nebo že je pro ně alkohol dostupný s menšími obtížemi. U této otázky je zřejmé, že je alkohol opravdu společností tolerován ve velké míře, většina osob ani nebere v potaz, že i taková látka, jako alkohol je látkou návykovou a může dojít k vytvoření závislosti. Neměli by se také opomíjet negativní dopady na organismus dospívajícího dítěte.

Otázka č. 13 v dotazníkovém šetření se ptala respondentů, jaké pocity jim užití drogy přineslo či přináší. Pomocí této otázky jsme měli zjistit příčiny, proč se žáci rozhodnou některou z návykových látek užívat. Jak jsme zjistili v jedné z předchozích otázek, v případě návykových látek mají naši respondenti zkušenosti kromě alkoholu pouze s nikotinem a marihuanou. Bylo zjištěno, že nejvíce žákům přináší užívání těchto látek pocit uvolnění, a to je také jedním z hlavních důvodů, proč danou drogu užívají. Osmi respondentům užití látky přináší pocity radosti a uspokojení, předpokládáme, že tento pocit jim přináší zejména užívání marihuany, která může právě tyto pocity vyvolávat. Zajímavé je zjištění, že několik žáků uvedlo, že jim užití drogy nepřináší nic. Zde bychom mohli spekulovat o tom, proč a co vlastně žáky vede k užívání těchto návykových látek.

Výzkumná otázka č. 4: Jaká je informovanost žáků základní školy o alkoholu a návykových látkách ze strany rodiny?

Výzkumná otázka č. 4 měla za cíl zmapovat informovanost žáků základní školy o alkoholu a návykových látkách ze strany rodiny.

Co se týče obecně informovanosti žáků 8. a 9. tříd základní školy, nejprve jsme se dotazovali žáků na to, o kterých návykových látkách už slyšeli. Jak jsme mohli očekávat, téměř všichni žáci znali nikotin v podobě tabákových výrobků a marihuanu. Většina pak měla povědomí i ostatních zmiňovaných drogách, nicméně jen polovina dotazujících žáků znala látky LSD a jen 40 žáků odpovědělo, že už někdy slyšeli o návykové látce toluenu. Tuto zjištěnou skutečnost, že příliš žáků neznalo toluen, přisuzujeme tomu, že s toluen primárně používá v chemickém průmyslu jako rozpouštědlo a o případném zneužívání této látky žáci nemají povědomí.

V souvislosti s informovaností o návykových látkách nás také zajímal názor žáků na případnou legalizaci marihuany (otázka č. 15). Na tuto otázku odpověděla téměř polovina z celkového počtu respondentů tak, že je jim to jedno. Zde je zřejmé, že se většina žáků o tuto problematiku nezajímá a je možné, že o ní nejsou dostatečně informováni, protože druhá nejčastěji volená položka u této otázky byla, že neví, jaký názor v souvislosti s legalizací marihuany mají. Právě tady by mohlo dojít ke zvýšení informovanosti, zejména ze strany školy. V otázce č. 16 jsme zjišťovali názor žáků na dostatečnost informovanosti, která se jim v souvislosti s problematikou užívání návykových látek dostává. Většina respondentů byla toho názoru, že jsou o této problematice poměrně dostatečně informovaní a jen o pár méně žáků odpovědělo, že jsou informování naprosto, což můžeme pokládat za pozitivní zjištění.

Otázka č. 19 v dotazníku se ptala respondentů, jestli mluví doma s rodiči o alkoholu, drogách a nebezpečí jejich užívání. Nejvíce četná odpověď byla, že na toto téma v rodině spíše nemluví, poměrně velký počet žáků zvolil dokonce možnost, že o této problematice v rodině nemluví vůbec. Z výsledků této položky dotazníku vyplývá, že rodina dospívající žáka nevěnuje problematice užívání alkoholu a návykových látek dostatek pozornosti, užívání zejména alkoholu u žáků 2. stupně základních škol rodiče často neřeší a dospívající dostává, co se týče užívání alkoholu, ale i nikotinu, až příliš volnosti, což může časem vést k čím dál častější konzumaci, která může přejít až k závislosti na návykových látkách. Nesmíme zde opomenout také negativní účinky těchto látek na organismus a myšlení žáka.

Následující otázka v dotazníku (č. 19) se ptala žáků, jak často se v jejich rodinách konzumuje alkohol. Jasně nejčastěji volená odpověď říkala, že se alkohol v rodinách žáků pije pouze příležitostně, pro představu jednou až dvakrát za měsíc, nicméně 15 respondentů označilo v otázce konzumace alkoholu v rodině odpověď „denně“. Jistě i to může přinést negativní dopady na názor žáka o této problematice, zvlášť když dospívající vidí ve svých rodičích vzor.

Výzkumná otázka č. 5: Jaká je prevence a informovanost žáků základní školy o alkoholu a návykových látkách ze strany školy?

Výzkumná otázka č. 5 měla za cíl zjistit míru prevence a informovanosti žáků základní školy o alkoholu a návykových látkách ze strany školy.

Otázka č. 17 zjišťovala, kde žáci získávají nejvíce informací o alkoholu a návykových látkách. Podle očekávání byla nejčastěji volená možnost získávání informací ve škole, zejména v rámci primární prevence. Zhruba pětina respondentů z našeho výzkumného souboru odpověděla, že nejvíce informací získávají na internetu a sociálních sítích. Očekávali jsme, že budou žáci čerpat množství informací z internetu a sociálních cítí, jelikož jsou tyto zdroje v současnosti velmi populární.

V otázce č. 18 jsme se ptali žáků, jestli se jim zdá informovanost o alkoholu a drogách ze strany školy dostatečná. Zjistili jsme, že si největší počet žáků myslí, že jsou informace ze strany školy docela dostačující, mnoho jich také odpovědělo, že dostávají informace naprosto dostačující, avšak jen o pár méně žáků zvolilo naopak odpověď „spíše ne“. I když u této otázky odpověděla většina žáků pozitivně, vyskytlo se zde poměrně hodně negativních odpovědí a právě proto usuzujeme, že by škola mohla i této problematice informovat žáky

více, měla by více vytvářet povědomí o drogách a o nepříznivých zdravotních a sociálních důsledcích, se zneužíváním drog spojených.

V poslední položce dotazníku (č. 21) jsme se snažili o to, aby se žák vžil do situace, kdy by měl on sám, nebo někdo z jeho blízkých kamarádů problém týkající se alkoholu či drog. Ptali jsme se, s kým by problém tohoto charakteru nejraději řešil. Z této otázky nám vyšlo, že by více než 50% všech respondentů tento problém nejspíše řešilo s rodiči, či s jiným rodinným příslušníkem a bezmála 30% žáků by se snažilo problém vyřešit s jiným z kamarádů. Pouze 12 žáků z celkového počtu 117 by řešilo tento problém s třídním učitelem či výchovným poradcem. Z tohoto tvrzení se domníváme, že vztahy žáků a učitelů na základní škole nejsou příliš blízké a v budoucnosti by bylo rozhodně vhodné v této oblasti zapracovat a snažit se o navázání bližšího kontaktu, zejména co se týče třídních učitelů a žáků dané třídy. Část žáků zvolila na tuto otázku takovou odpověď, že by problém a alkoholem či návykovou látku neřešili s nikým, což může ukazovat právě na podceňování této situace, která sice nemusí být zatím vážná, ale může vést a vzrůst k vytvoření závislosti na dané návykové látce.

Cílem praktické části bakalářské práce bylo popsat zkušenosti žáků 8. a 9. tříd vybrané základní školy s alkoholem a návykovými látkami. Můžeme konstatovat, že výzkumné šetření svůj cíl splnilo.

8 DISKUZE

Výsledky realizovaného výzkumného šetření můžeme srovnat se studií ESPAD, která provádí v pravidelných čtyřletých intervalech již od roku 1995 studie, týkající se alkoholu a jiných drog. Poslední sběr dat proběhl v červnu 2015 na vzorku 215 vybraných škol v celé ČR, do analýzy dat bylo zahrnuto 208 škol a 309 tříd. Do výběru školy byly zařazeny žáci 9. tříd základních škol a 1. ročníky středních škol. Výsledky studií ukázaly, že u českých žáků došlo k poměrně velkému poklesu u pravidelného kouření, časté konzumace vysokých dávek alkoholu i u nelegálních drog. Nicméně i přesto, že se situace zlepšuje, překračuje Česká republika evropský průměr jak v denním, tak i v silném kouření cigaret. S těmito výsledky se náš výzkum poměrně shoduje, v našem výzkumu zaznamenána pravidelná nebo denní konzumace alkoholu pouze u 7 žáků z celkového počtu, cigarety kouří 22 žáků ze všech respondentů, a kromě marihuany se zkušenosti s nelegálními drogami u našich respondentů neobjevily.

Dále bylo prostřednictvím studie ESPAD zjištěno, že co se týče dostupnosti alkoholu i návykových látek, zůstává dlouhodobě vysoká, a to i přesto, že se jedná o látky, které by neměli být žákům základních škol, i prvním ročníků středních škol, dostupné. Tuto skutečnost naše výzkumné šetření potvrzuje, 74 žáků z celkového počtu 117 respondentů odpovědělo, že je pro ně obstarání alkoholu buď zcela bezproblémové, nebo možné s menšími problémy.

Příčiny, proč došlo k poměrně výraznému poklesu konzumace alkoholu, cigaret i ostatních návykových látek na rozdíl od minulých let, jsou různé. Hlavním důvodem může být fakt, že u žáků a obecně mládeže dochází ke změnám v trávení volného času, zejména ve spojení s používáním internetu a sociálních sítí. Je známo, že děti a mladiství tráví méně času venku a o to víc se věnují online světu ve svých domovech. Pokud takto tráví žáci svůj volný čas, hrozí poměrně nižší riziko užívání alkoholu či jiných návykových látek. Nicméně, trávení volného času na internetu a počítači může přinášet jiná rizika, jako například závislost na hraní počítačových her.

Dalším důvodem poklesu konzumace návykových látek je bezesporu rozšíření informací o výskytu těchto látek na školách. Tyto informace snižují problémy spojené s kouřením, alkoholem i nelegálními drogami. (Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách, 2015)

9 DOPORUČENÍ PRO PRAXI

Na základě realizovaného kvantitativně orientovaného výzkumu jsme zjistili, že žáci 8. a 9. tříd základní školy mají poměrně velké zkušenosti s alkoholem. Mnozí z nich užívají alkohol již několik let, a to i pravidelně. Potěšujícím zjištěním bylo, že co se týče ostatních návykových látek, žáci příliš bohaté zkušenosti nemají a mnozí z nich dosud s žádnou látkou nepřišli do osobního kontaktu. Zkušenosti mají žáci pouze s nikotinem a marihuanou, tvrdé drogy žádný z dotazovaných žáků dosud nezkusil. Nicméně bylo zjištěno, že velké množství žáků nemá povědomí o látkách jako například LSD nebo toluen. Proto by se informovanost o těchto drogách neměla podceňovat, zejména ze strany školy, jelikož právě škola představuje značnou součást prevence, zejména té protidrogové.

Škola by mohla využít možnost prevence například ve formě specifických tematických preventivních programů, které lze realizovat v průběhu několika vyučovacích hodin, například čtvrtletně, a zaměřit se právě na návykové látky, o kterých žáci nemají příliš povědomí, nebo například na nové trendy drogové scény. Dále by škola měla své žáky nadále podporovat v protidrogových postojích a normách. Z výsledků dotazníkového šetření také vyplynulo, že by bylo vhodné pracovat na vztazích mezi třídními učiteli a žáky. Mělo by dojít k získání větší důvěry ze strany žáků k pedagogovi.

S ohledem na zjištění, že nejvíce žáků má rozsáhlé zkušenosti s alkoholem, by bylo vhodné směřovat jak primární, tak sekundární prevenci právě tímto směrem. Škola by mohla realizovat pro žáky 8. a 9. ročníků, ale nižších, například „peer programy“, jejichž principem je aktivní zapojení předem připravených vrstevníků pro formování postojů mladých lidí, s možností účinně ovlivnit rizikové chování, v našem případě týkající se konzumace alkoholu. Škola by také měla dbát na to, aby poskytované informace o návykových látkách nebyly jednostranné a zastrašující, ale objektivní a pravdivé. Proto je doporučováno, aby primární prevence nebyla založená pouze na odstrašování nebo informování o návykových látkách, ale měla by zároveň působit a být propojena i s prevencí ostatního rizikového chování formou aktivit.

Další formou, kterou by škola mohla využít, jsou například informativní přednášky, které by mohli realizovat například vysokoškolští studenti humanitních oborů, kteří se o tuto problematiku zajímají a mohli by na žáky efektivně preventivně působit. Mohla by se zde nabízet také dlouhodobější práce s určitou skupinou žáků, kterou by mohli vykonávat dobrovolníci, vyškoleni speciálně pro tyto preventivní účely.

ZÁVĚR

Bakalářská práce měla za úkol popsat zkušenosti žáků 8. a 9. tříd vybrané základní školy s alkoholem a návykovými látkami. Výzkumné šetření bylo zaměřeno nejen na zkušenosti žáků s alkoholem a jinými návykovými látkami, ale i na informovanost a prevenci této problematiky.

Teoretická část byla rozdělena do 4 kapitol. Cílem teoretické části bylo zpracovat základní informace a nastínit teoretická východiska pro praktickou část práce. První kapitola se věnovala vymezením základních pojmů, týkající se problematiky návykových látek, definicí drogové závislosti a specifikám užívání návykových látek u dětí a mladistvých, na které je celá práce zaměřena. Druhá kapitola se zabývala samotnou charakteristikou alkoholu a jiných návykových látek, které se řadí mezi látky nelegální. Třetí kapitola teoretické části patři prevenci, která je pro tuto práci důležitá z důvodu, že se zaměřuje na skupinu dětí v období staršího školních věku, který je považován za rizikový. Teoretickou část bakalářské práce uzavírá kapitola věnovaná období dospívání, kde je toto období vymezeno a popsáno, jakými změnami člověk v tomto období prochází a jak jsou pro něj důležité, což souvisí se zaměřením bakalářské práce.

V praktické části bakalářské práce bylo realizováno výzkumné šetření, kterého se zúčastnili žáci 8. a 9. tříd vybrané základní školy. Cílem výzkumného šetření bylo zjistit, jaké mají žáci ZŠ zkušenosti s alkoholem a návykovými látkami.

Na základě výzkumného šetření bylo zjištěno, že téměř všichni žáci 8. a 9. tříd základní školy již mají zkušenosti s alkoholem. U většiny z nich dochází k pravidelné či příležitostné konzumaci alkoholických nápojů. Alkohol je pro většinu žáků běžně dostupný, a opatření si alkoholu pro ně není nijak složitým úkolem, ačkoliv je alkohol přístupný osobám od 18 let. Faktem je, že v dnešní společnosti je alkohol vysoce tolerovaný. Je potřeba si uvědomit, že i alkohol je návykovou látkou a jeho konzumace může velmi jednoduše přejít v závislost či způsobit poškození lidského organismu. Co se týče ostatních návykových látek, žáci základní školy disponují zkušenostmi pouze s nikotinem a marihuanou.

Pozitivním závěrem výzkumného šetření je, že s žádnou z tvrdých drog žáci v současnosti zkušenost nemají. Nicméně, i přesto by neměla být podceněna prevence užívání návykových látek, která je zejména v kritickém věku dospívání velmi důležitá.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

[1] *Drogy: otázky a odpovědi : [příručka pro rodinné příslušníky a pomáhající profese]*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007, 198 s. Rádci pro zdraví. ISBN 978-80-7367-223-2.¨

[2] GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2., rozš. české vyd. Brno: Paido, 2010, 261 s. ISBN 978-80-7315-185-0.

[3] CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016, 254 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-5326-3.

[4] ILLES, Tom. *Děti a drogy: fakta, informace, prevence*. 2., upr. vyd. Praha: ISV, 2002, 55 s. Drogy. ISBN 80-86642-12-7.

[5] KABÍČEK, Pavel, Ladislav CSÉMY a Jana HAMANOVÁ. *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví.* Vyd. 1. Praha: Triton, 2014, 343 s. ISBN 978-80-7387-793-4.

[6] KALINA, Kamil. *Drogy a drogové závislosti: mezioborový přístup.* 1. vyd. Praha: Úřad vlády České republiky, 2003, 343 s. Monografie, no. 1. ISBN 80-86734-05-6.

[7] KALINA, Kamil. *Drogy a drogové závislosti: mezioborový přístup*. 2. Praha: Úřad vlády České republiky, 2003, 343 s. Monografie. ISBN 8086734056

[8] KALINA, Kamil. *Základy klinické adiktologie*. Praha: Grada, 2008, 388 s. Psyché. ISBN 978-80-247-1411-0.

[9] KRAUS, Blahoslav a Jolana HRONCOVÁ. *Sociální patologie.* Vyd. 1. Hradec Králové: Gaudeamus, 2007, 325 s. ISBN 978-80-7041-896-3.

[10] LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. Vývojová psychologie. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006, 368 s. Psyché. ISBN 80-247-1284-9.

[11] NEŠPOR, Karel. *Vaše děti a návykové látky.* Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 157 s. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-515-6.

[12] NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost*. 3., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2007, 170 s. ISBN 978-80-7367-267-6.

[13] NEŠPOR, Karel a Ladislav CSÉMY. *Alkohol, drogy a vaše děti: jak problémům předcházet, jak je včas rozpoznat, jak je zvládat.* Praha: Sportpropag, 1992, 144 s.

[14] *Prevence užívání tabáku, alkoholu a jiných drog u dospívajících*. Písek: Arkáda - sociálně psychologické centrum, 2009, 73 s. ISBN 978-80-254-5971-3.

[15] SKÁLA, Jaroslav. *Závislost na alkoholu a jiných drogách*. Praha: Avicenum, 1987, 206 s.

[16] VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří.* Vyd. 1. Praha: Portál, 2000, 522 s. ISBN 80-7178-308-0.

[17] VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., rozš. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012, 531 s. ISBN 978-80-246-2153-1.

Internetové zdroje:

[1] Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) 2015. *Drogy-info* [online]. Praha: Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti, 2015 [cit. 2017-04-24]. Dostupné z: https://www.drogy-info.cz/nms/vyzkum-nms/evropska-skolni-studie-o-alkoholu-a-jinych-drogach-espad-2015/

[2] Primární prevence. *Drogová poradna* [online]. SANANIM, 2009 [cit. 2017-04-20]. Dostupné z: http://www.drogovaporadna.cz/pomoc-a-lecba/primarni-prevence.html

[3] Statistiky týkající se kouření cigaret. *Kuřákova plíce* [online]. Králíková, 2012 [cit. 2017-04-14]. Dostupné z: http://www.kurakova-plice.cz/koureni_cigaret/zajimavosti-a-statistiky/statistiky-tykajici-se-koureni/10-statistiky-tykajici-se-koureni-cigaret.html

[4] Užívání drog mezi dospívajícími v Evropě klesá, české zkušenosti náctiletých zůstávají nadprůměrné. Potvrdila to studie ESPAD 2015. *Vláda České republiky* [online]. Praha: Úřad vlády České republiky, 2016 [cit. 2017-04-24]. Dostupné z: https://www.vlada.cz/cz/ppov/protidrogova-politika/media/uzivani-drog-mezi-dospivajicimi-v-evrope-klesa--ceske-zkusenosti-nactiletych-zustavaji-nadprumerne--potvrdila-to-studie-espad-2015-149001/

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

CNS Centrální nervová soustava.

ESPAD Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách.

např. například

tj. to je

WHO Světová zdravotnická organizace.

ZŠ Základní škola.

SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1: Jsi chlapec nebo dívka? 36
Graf č. 2: Do které třídy chodíš? 36
Graf č. 3: Kolikrát v životě už jsi ochutnal(a) alkohol? 37
Graf č. 4: V kolika letech jsi poprvé ochutnal(a) alkohol? 38
Graf č. 5: Proč ses rozhodl(a) ochutnat poprvé alkohol? 39
Graf č. 6: Jak často piješ alkohol? 40
Graf č. 7: Při jaké příležitosti nejčastěji piješ alkohol? 41
Graf č. 8: Jak obtížné je pro tebe sehnat alkohol? 42
Graf č. 9: O kterých návykových látkách jsi už v minulosti slyšel(a)? 43
Graf č. 10: Užíváš nikotin? Pokud ano, jak často? 44
Graf č. 11: Užíváš marihuanu? Pokud ano, jak často? 45
Graf č. 12: Z jakého důvodu jsi drogu užil(a)? 45
Graf č. 13: Jaké pocity ti přineslo užití drogy? 46
Graf č. 14: Jak často kouříš cigarety? 47
Graf č. 15: Jaký máš názor na legalizaci měkkých drog? (např. marihuana) 48
Graf č. 16: Myslíš, že máš o účincích alkoholu a drog a nebezpečí jejích užívání dostatek informací? 49
Graf č. 17: Kde jsi získal(a) nejvíce informací o účincích alkoholu a drog? 50
Graf č. 18: Myslíš, že vám škola poskytuje dostatek informací o alkoholu a drogách? 51
Graf č. 19: Mluvíte doma (s rodiči, s rodinou) o alkoholu, drogách a nebezpečí jejich užívání? 52
Graf č. 20: Jak často se u vás v rodině pije alkohol? 53
Graf č. 21: Pokud bys měl(a) ty, nebo někdo z kamarádů problém s alkoholem nebo drogami, s kým bys problém řešil(a)? 54

SEZNAM PŘÍLOH

P I: DOTAZNÍK

P2: TABULKY

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Ahoj,

Jmenuji se Jana Pavlacká a jsem studentkou 3. ročníku Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně. Ráda bych tě požádala o vyplnění tohoto dotazníku, který má za úkol zjistit, jaké zkušenosti mají žáci ZŠ s alkoholem a návykovými látkami.

Tento dotazník bude sloužit pouze pro vypracování mé bakalářské práce a je **naprosto anonymní**, nikde nebude uvedeno tvoje jméno.

Prosím tě, aby sis každou otázku pozorně přečetl(a) a odpověděl(a) vždy **zakroužkováním pouze jedné odpovědi, pokud není uvedeno jinak.** Nemusíš se bát, žádná odpověď není správná nebo špatná, volba je pouze na tobě.

1. Jsi:
   - ☐ chlapec
   - ☐ dívka

2. Kolik je ti let? _____

3. Chodíš do:
   - ☐ 8. třídy
   - ☐ 9. třídy

4. Kolikrát v životě už jsi ochutnal(a) alkohol? **(pokud nikdy, přejdi na otázku č. 10)**
   - ☐ Nikdy
   - ☐ Jedenkrát
   - ☐ dvakrát až desetkrát
   - ☐ Více než desetkrát

5. V kolika letech jsi poprvé ochutnal(a) alkohol?
   - ☐ Dříve než v 10 letech
   - ☐ V 10 - 11 letech
   - ☐ Ve 12 – 13 letech
   - ☐ Ve 14 – 15 letech

6. Proč ses rozhodl(a) ochutnat poprvé alkohol? (můžeš označit i více odpovědí)
   - ☐ Zajímalo mě, jak chutná
   - ☐ Zajímalo mě, jaké bude mít účinky
   - ☐ Kamarádi v partě alkohol pili, nechtěl(a) jsem zůstat pozadu
   - ☐ Chtěl(a) jsem zapomenout na problémy a starosti
   - ☐ Jiný důvod (uveď): _____

7. Jak často piješ alkohol?
   - ☐ Denně
   - ☐ Pravidelně, každý týden
   - ☐ Příležitostně, jednou až dvakrát za měsíc
   - ☐ Vůbec ho nepiju

8. Při jaké příležitosti nejčastěji piješ alkohol?
   - ☐ Venku s kamarády
   - ☐ V baru, restauraci, diskotéce
   - ☐ Doma
   - ☐ Na rodinné oslavě

   - ☐ Jinde (uveď kde): _____

9. Jak obtížné je pro tebe sehnat alkohol?
   - ☐ Bezproblémové
   - ☐ S menšími problémy
   - ☐ Velmi obtížné
   - ☐ Nemožné

---

10. O kterých návykových látkách jsi už v minulosti slyšel(a)? (můžeš označit i více odpovědí)
    - ☐ Nikotin (tabák, cigarety)
    - ☐ Marihuana
    - ☐ Hašiš
    - ☐ LSD
    - ☐ Heroin
    - ☐ Kokain
    - ☐ Pervitin
    - ☐ Extáze
    - ☐ Toluen

    - ☐ Jiné: (uveď) _____

11. V následující tabulce u každé látky zakřížkuj, pokud a jak často látky užíváš:

	Ano, pravidelně	**Ano, občas**	**Ano, výjimečně**	**Ne, nikdy**
Nikotin (cigarety)				
Marihuana				
Hašiš				
LSD				
Heroin				
Kokain				
Pervitin				
Extáze				
Toluen				

Pokud jsi žádnou z výše uvedených drog neužil(a), přejdi na otázku č. 15

12. Z jakého důvodu jsi drogu užil(a)? (můžeš zvolit i více odpovědí)
    - ☐ Zajímalo mě, jak droga chutná
    - ☐ Zajímalo mě, jaké má droga účinky
    - ☐ Kamarádi v partě drogy užívají, nechtěl(a) jsem zůstat pozadu
    - ☐ Z nudy
    - ☐ Z donucení
    - ☐ Jiný důvod (uveď): _____
13. Jaké pocity ti přineslo užití drogy? (můžeš zvolit i více odpovědí)
    - ☐ Radost, štěstí
    - ☐ Uvolnění
    - ☐ Zvýšené sebevědomí
    - ☐ Úzkost, strach
    - ☐ Jiné (uveď): _____
14. Jak často kouříš cigarety?
    - ☐ Denně, víc než jednu cigaretu
    - ☐ Denně, jednu cigaretu
    - ☐ Příležitostně (o víkendu)
    - ☐ Cigarety nekouřím

---

15. Jaký máš názor na legalizaci měkkých drog? (např. marihuana)
    - ☐ Jsem pro legalizaci
    - ☐ Nevím
    - ☐ Nejsem pro legalizaci
    - ☐ Je mi to jedno

16. Myslíš, že máš o účincích alkoholu a drog a nebezpečí jejich užívání dostatek informací?
    - Určitě ano
    - Spíše ano
    - Spíše ne
    - Vůbec ne

17. Kde jsi získal(a) nejvíce informací o účincích alkoholu a drog?
    - Ve škole
    - V rodině
    - Mezi kamarády
    - Na internetu, sociálních sítích
    - V televizi, novinách, časopisech

    - Jinde (uveď kde): _____

18. Myslíš, že vám škola poskytuje dostatek informací o alkoholu a drogách?
    - Určitě ano
    - Spíše ano
    - Spíše ne
    - Vůbec ne

19. Mluvíte doma (s rodiči, s rodinou) alkoholu, drogách a nebezpečí jejich užívání?
    - Často
    - Spíše ano
    - Spíše ne
    - Vůbec

20. Jak často se u vás v rodině pije alkohol?
    - Denně
    - Pravidelně, každý týden
    - Příležitostně, jednou až dvakrát za měsíc
    - Vůbec

21. Pokud bys měl(a) ty nebo někdo z kamarádů problém s alkoholem nebo drogami, s kým bys problém řešil(a)?
    - S třídním učitelem
    - S jiným z učitelů
    - S výchovným poradcem
    - S rodiči, s někým z rodiny
    - S kamarády
    - S nikým bych problém neřešil(a)

Moc ti děkuji za spolupráci ☺

PŘÍLOHA P2: TABULKY

Tabulka 1: Jsi chlapec nebo dívka?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Chlapec	60	51,3%
Dívka	57	48,7%

Tabulka 2: Do které třídy chodíš?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
8. třída	52	44,4%
9. třída	65	55,6%

Tabulka 3: Kolikrát v životě jsi ochutnal(a) alkohol?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Nikdy	7	6%
Jedenkrát	15	12,8%
Dvakrát až desetkrát	55	47,0%
Více než desetkrát	39	33,3%

Tabulka 4: V kolika letech jsi poprvé ochutnal(a) alkohol?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Dříve než v 10 letech	28	25,5%
V 10-11 letech	16	14,5%
Ve 12-13 letech	43	39,1%
Ve 14-15 letech	23	20,9%

Tabulka 5: Proč ses rozhodl(a) poprvé ochutnat alkohol?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Zajímalo mě jak chutná	79	69,3%
Zajímalo mě, jaké bude mít účinky	17	14,9%
Kamarádi v partě alkohol pili, nechtěl(a) jsem zůstat pozadu	4	3,5%
Chtěl(a) jsem zapomenout na problémy a starosti	5	4,4%
Jiný důvod	9	7,9%

Tabulka 6: Jak často piješ alkohol?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Denně	3	2,7%
Pravidelně, každý týden	4	3,6%
Příležitostně, jednou až dvakrát za měsíc	64	58,2%
Vůbec ho nepiju	39	35,5%

Tabulka 7: Při jaké příležitosti nejčastěji piješ alkohol?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Venku s kamarády	30	27,3%
V baru, restauraci, diskotéce	10	9,1%
Doma	10	9,1%
Na rodinné oslavě	49	44,5%
Jinde	11	10%
Celkem	110	100%

Tabulka 8: Jak obtížné je pro tebe sehnat alkohol?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Bezproblémové	37	33,6%
S menšími problémy	37	33,6%
Velmi obtížné	14	12,7%
Nemožné	22	20%

Tabulka 9: O kterých návykových látkách jsi už v minulosti slyšel(a)?

Odpověď	Absolutní četnost
Nikotin	114
Marihuana	115
Hašiš	88
LSD	65
Heroin	105
Kokain	108
Pervitin	107
Extáze	78
Toluen	40
Jiné	5

Tabulka 10: Pokud a jak často látky užíváš?

	Ano, pravidelně	Ano, občas	Ano, výjimečně	Ne, nikdy
Nikotin	7	3	18	89
Marihuana	1	0	9	107
Hašiš	0	0	0	117
LSD	0	0	0	117
Heroin	0	0	0	117
Kokain	0	0	0	117
Pervitin	0	0	0	117
Extáze	0	0	0	117
Toluen	0	0	0	117

Tabulka 11: Z jakého důvodu jsi drogu užil(a)?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Zajímalo mě, jak chutná	20	58,8%
Zajímalo mě, jaké má droga účinky	8	23,5%
Kamarádi v partě drogy užívají, nechtěl(a) jsem zůstat pozadu	1	2,9%
Z nudy	3	8,8%
Z donucení	1	2,9%
Jiný důvod	1	2,9%

Tabulka 12: Jaké pocity ti přineslo užití drogy?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Radost, štěstí	8	25,8%
Uvolnění	14	45,2%
Zvýšené sebevědomí	3	9,7%
Úzkost, strach	1	3,2%
Jiné	5	16,1%

Tabulka 13: Jak často kouříš cigarety?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Denně, víc než jednu cigaretu	8	28,6
Denně, jednu cigaretu	0	0%
Příležitostně (o víkendu)	14	50%
Cigarety nekouřím	6	21,4%

Tabulka 14: Jaký máš názor na legalizaci měkkých drog?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Jsem pro legalizaci	17	14,5%
Nevím	24	20,5%
Nejsem pro legalizaci	25	21,4%
Je mi to jedno	51	43,6%

*Tabulka 15: Myslíš, že máš o účincích alkoholu a drog a nebezpečí jejich užívání dostatek informací**?***

Odpověď	**Absolutní četnost**	**Relativní četnost**
Určitě ano	44	37,6%
Spíše ano	48	41%
Spíše ne	18	15,4%
Určitě ne	7	6%

Tabulka 16: Kde jsi získal(a) nejvíce informací o účincích alkoholu a drog?

Odpověď	**Absolutní četnost**	**Relativní četnost**
Ve škole	43	36,8%
V rodině	12	10,3%
Mezi kamarády	20	17,1%
Na internetu, sociálních sítích	26	22,2%
V televizi, novinách, časopisech	13	11,1%
Jinde	3	2,6%

Tabulka 17: Myslíš, že vám škola poskytuje dostatek informací o alkoholu a drogách?

Odpověď	**Absolutní četnost**	**Relativní četnost**
Určitě ano	26	22,2%
Spíše ano	45	38,5%
Spíše ne	38	32,5%
Vůbec ne	8	6,8%

Tabulka 18: Mluvíte doma (s rodiči, s rodinou) o alkoholu, drogách a nebezpečí jejích užívání?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Často	7	6%
Spíše ano	29	24,8%
Spíše ne	53	45,3%
Vůbec	28	23,9%

Tabulka 19: Jak často se u vás v rodině pije alkohol?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
Denně	15	12,8%
Pravidelně, každý týden	28	23,9%
Příležitostně, jedno až dvakrát za měsíc	64	54,7%
Vůbec	10	8,5%

Tabulka 20: Pokud bys měl(a) ty nebo někdo z kamarádů problém s alkoholem nebo drogami, s kým bys problém řešil(a)?

Odpověď	Absolutní četnost	Relativní četnost
S třídním učitelem	7	6%
S jiným z učitelů	0	0%
S výchovným poradcem	5	4,3%
S rodiči, s někým z rodiny	59	50,4%
S kamarády	32	27,4%
S nikým bych problém neřešil(a)	14	12%