

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

**Souvislost výskytu rizikového chování, stresujících událostí
a jejich zvládnání u žáků různých středních škol v Krnově**

The relation between occurrence of risk behavior, stressful events
and their coping of the adolescents of various high schools in Krnov



Magisterská diplomová práce

Autor: Bc. Nikola Procházková

Vedoucí práce: Mgr. Lucie Viktorová, Ph.D.

Olomouc

2020

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma: „Souvislost výskytu rizikového chování, stresujících událostí a jejich zvládnání u žáků různých středních škol v Krnově“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucí diplomové práce a uvedl/a jsem všechny použité podklady a literaturu.

Vdne

Podpis

Poděkování

Ráda bych poděkovala vedoucí diplomové práce Mgr. Lucii Viktorové, Ph.D., za velmi cenné rady, ochotu a čas, které mi věnovala, při psaní této práce. Také bych chtěla poděkovat svému příteli, který mě po celou dobu studia podporoval a věřil ve mě, když jsem byla na pochybách. Obrovský dík patří mé rodině, které vděčím za psychickou podporu a trpělivost.

Obsah

Úvod.....	7
Teoretická část	8
1 Adolescence	8
1.1 Časové ohraničení adolescence.....	8
1.2 Vývojové změny v adolescenci.....	10
1.2.1 Biologický vývoj.....	10
1.2.2 Emocionální vývoj.....	12
1.2.3 Kognitivní vývoj	12
1.2.4 Sociální vývoj	14
1.2.5 Formování vlastní identity	16
2 Rizikové chování	19
2.1 Vymezení pojmu rizikové chování	19
2.2 Teoretické konstrukty rizikového chování.....	20
2.2.1 Biologicky orientované teorie.....	20
2.2.2 Psychologicky orientované teorie.....	21
2.2.3 Sociologicky orientované teorie	22
2.2.4 Eklekticky orientované teoretické konstrukty	24
2.3 Některé formy rizikového chování u adolescentů.....	25
2.3.1 Užívání a zneužívání legálních a nelegálních látek	25
2.3.2 Kriminalita	30
2.3.3 Šikana, hostilita a agresivní chování.....	31
2.3.4 Problémové sexuální aktivity.....	33
2.3.5 Školní problémy a přestupky	34
3 Zátěž a stres	36
3.1 Definice zátěže a stresu	36
3.2 Teorie stresu	37

3.2.1	Biologická teorie stresu	37
3.2.2	Psychologická teorie stresu.....	38
3.2.3	Teorie stresu A. Steinberga a R. F. Ritzmanna.....	38
3.3	Stresory	38
3.4	Reakce na stres	39
3.5	Zátěž v adolescenci	41
3.6	Zvládání zátěže.....	42
	Empirická část.....	45
4	Výzkumný problém, cíle práce a hypotézy	45
4.1	Cíle výzkumu	45
4.2	Výzkumné hypotézy.....	45
5	Základní a výběrový soubor	47
5.1	Popis výzkumného souboru	47
6	Metody získávání dat	49
6.1.1	Výskyt rizikového chování u adolescentů VRCHA	49
6.1.2	Škála sociálního přizpůsobení SRRS.....	50
6.1.3	Strategie zvládání stresu SVF 78.....	52
7	Realizace výzkumu a sběr dat.....	55
7.1	Průběh sběru dat.....	55
7.2	Etické problémy výzkumu	56
7.3	Metody zpracování a analýzy dat.....	57
8	Výsledky výzkumu a jejich interpretace.....	58
8.1	Popis výsledků dotazníku VRCHA.....	58
8.2	Popis výsledků dotazníku SRRS.....	64
8.3	Popis výsledků dotazníku SVF 78	69
8.4	Popis výsledků souvislostí faktorů jednotlivých metod.....	73
8.5	Přehled hypotéz a jejich vyhodnocení.....	76

9	Diskuze	77
10	Závěry	85

Souhrn

Seznam použitých zdrojů a literatury

Seznam tabulek

Seznam grafů

Abstrakt diplomové práce

Abstract of Thesis

Přílohy diplomové práce

Úvod

Diplomová práce se zabývá vybranými formami rizikového chování, prožitou zátěží a strategiemi pomoci kterých je možné tuto zátěž zvládat. Zaměřená je především na hledání rozdílů mezi pohlavími a souvislostmi jednotlivých faktorů.

Adolescence je náročným vývojovým obdobím, ve kterém dochází k mnoha změnám. V důsledku biologických, kognitivních a sociálních změn se v chování adolescenta objevují nové činnosti, z nichž některé mohou být rizikové. Takové chování může dospívajícímu přinášet jistou míru vzrušení, které s sebou toto chování nese. Osobnost každého dospívajícího je jedinečná, stejně tak potřeba vzrušení. Proto někteří chodí za školu, pijí alkohol a jiní mají potřebu šikanovat, krást nebo brát drogy.

Změny a události v životě dospívajícího jedince s sebou přinášejí zátěž, kterou subjektivně vnímá každý jinak. Mnoho autorů se zabývá výzkumy, které zjišťují míru zátěže, kterou adolescent prožívá. Ať už se jedná o zátěž doma, ve škole či mezi vrstevníky, má toto zatížení jistý vliv na chování dospívajícího.

Důležité je, jakým způsobem nebo do jaké míry je dospívající schopen tuto zátěž zvládat. Z toho důvodu se v poslední době věnuje pozornost osobnostním charakteristikám a možnostem zvládnání zátěže. Mezi možnostmi, jak zátěž zvládnout se často řadí coping a jeho strategie.

Diplomová práce je rozdělena na teoretickou a výzkumnou část. Teoretická část je věnována popisu důležitých bio-psycho-sociálních změn v období adolescence, rizikovému chování, zátěži a stresu. Výzkumná část je zaměřena na popis vytyčených cílů práce, hypotézám vztahujícím se k studii, metodám, které byly použity a výzkumnému souboru. Závěr kapitoly je věnován popisu výsledků a diskuzi nad nimi. Jako poslední je uveden souhrn důležitých poznatků, které výzkum přinesl.

Teoretická část

1 Adolescence

V následující kapitole se budeme zabývat obdobím adolescence. Termín adolescence pochází z latinského slovesa *adolescere*, což lze přeložit jako mohutnět, dorůstat nebo dospívat. Muuss (1989, in Macek 2003) uvádí, že slovo adolescence bylo používáno už v 15. století jako označení daného vývojového období. V jednotlivých kapitolách se zaměříme na časové vymezení tohoto období, které spadá do druhé dekády života a je tak důležitým mezníkem mezi dětstvím a dospělostí. V období adolescence dochází k výraznému vývoji v několika oblastech, kterými se budeme postupně zabývat v kapitolách o biologickém, emocionálním a kognitivním vývoji (Macek, 2003). Důležitým bodem ve vývoji adolescenta je formování vlastní identity, jemuž se budeme věnovat také v jedné z kapitol.

1.1 Časové ohraničení adolescence

Období adolescence bývá v literatuře nejčastěji datováno do druhé dekády života. Vágnerová (2012) dělí dospívání na dvě části. První část, **raná adolescence**, trvá přibližně od 11. do 15. roku adolescenta. Toto období je specifické především tělesným zráním, které je velmi nápadné. Později se dospívající snaží odlišit od mladších dětí, proto často experimentuje se svým zevnějškem. Vzhledem k výrazným hormonálním změnám dochází k výkyvům v emocionálním prožívání jedince. V myšlení se adolescent posouvá do roviny abstraktního myšlení, začíná být schopen přemýšlet o variantách, které reálně neexistují. Období rané adolescence je obdobím, kdy adolescent nachází přátele, zažívá první lásky, experimentuje ve svých vztazích. Konec období je typický ukončením povinné školní docházky. **Pozdní adolescence** zastřešuje dalších pět let adolescence. Trvá tak od 15 do 20 let. V tomto období dochází ke stabilizaci biologických změn, adolescent pohlavně dozrává a je připraven reprodukci, většina zažívá první pohlavní styk. Nejvýraznějších změn dosahuje v psychosociální sféře. Jelikož je v závěru tohoto období dovršena profesní příprava, začíná se dospívající ekonomicky osamostatňovat. Nejdříve dosahují nezávislosti dospívající z rodin dělníků, nejpozději vysokoškolští studenti, jejichž osamostatnění je odsunuto do pozdějšího věku díky studiu. Důležitým bodem tohoto období je hledání vlastní identity. Dospívající o ni usiluje a dosahuje jí prostřednictvím sebepoznání, které velmi často realizuje ve vrstevnické skupině. Pokud adolescent není připraven vstoupit do

dospělého života, může se u něj objevit tendence tuto povinnost odsunout do pozdějšího věku. Erikson (1963) toto označuje jako adolescentní psychosociální moratorium.

Macek (2003) dělí období adolescence do tří jednotlivých fází, protože adolescence je z psychologického hlediska plná složitých a náročných změn, a to v oblasti sociální, biologické i psychické. **Časná adolescence** je počáteční fází (od 10-13 let), kdy dochází především k biologickému vývoji. Nejvýraznější tendencí je zájem o vrstevníky především opačného pohlaví, což je zapříčiněno vývojem sekundárních pohlavních znaků. Rozvoj nastupuje také v oblasti kognitivních schopností a v neposlední řadě dochází také k sociálním změnám, které jsou dány především ukončením povinné školní docházky a následným nástupem na některý ty střední školy. **Střední adolescence** (od 14-16 let) je typická vymezením dospívajícího od ostatních. Dochází k úpravám vzhledu, experimentům v oblékání apod., čímž se snaží odlišit od generace dospělých, ale zároveň se přiblížit skupině svých vrstevníků. Z psychologického hlediska dochází k hledání vlastní identity a jedinečnosti. **Pozdní adolescence** (17-20, někdy i později) je posledním stupněm, do nějž spadá dotváření osobní identity a počátek profesní kariéry. Adolescent už více přemýšlí o svých plánech do budoucna, a to jak v partnerských vztazích, tak i v profesní oblasti.

Langmeier a Krejčířová (2006) rozdělili období dospívání do dvou částí. První, období **pubescence**, je vymezeno od 11 do 15 let. Tato fáze je rozdělena do dvou menších. Fáze prepuberty (u dívek od 11 do 13 let, u chlapců asi o rok později). Za začátek prepuberty je považována doba, kdy se u dítěte začínají objevovat první znaky pohlavního dospívání. Nejčastěji se jako první projevují sekundární pohlavní znaky. U dívek tato fáze končí první menstruací, u chlapců při první noční poluci. Následuje fáze vlastní puberty, která končí obdobím, kdy je jedinec plně schopen reprodukce. Na začátku totiž menstruace u dívek nemusí být pravidelná a někdy může být dokonce anovulační. Podobně je tomu i u poluce chlapců. Tato fáze končí přibližně v 15 letech. Dále navazuje období **adolescence**, trvající asi od 15 do 20 let. Během tohoto období je završen vývoj reprodukční soustavy a zároveň se ukončuje tělesný růst.

Jak je vidět, existuje několik možností, jak období dospívání rozdělit. Ve všech variantách se však setkáváme s totožnými stěžejními body a vývojovými úkoly, kterými musí adolescent ve svém vývoji projít, kterých musí dosáhnout. Jednotlivými vývojovými změnami se budeme zabývat v následující kapitole.

1.2 Vývojové změny v adolescenci

Už výše bylo naznačeno, kolik vývojových změn se odehrává v jednom z nejdůležitějších období života člověka. V následujících bodech se budeme postupně věnovat typickým změnám dospívajícího jedince. Začneme biologickým vývojem, na který pak navážeme emocionálním, kognitivním a sociálním vývojem. Celou kapitolu uzavřeme popisem formování vlastní identity.

1.2.1 Biologický vývoj

Období adolescence je úzce spojeno se změnami ve vývoji mozku. Dochází k postupnému zvyšování hormonální produkce a k morfologickým změnám, kdy narůstá efektivita neuronálních spojení. Například v prefrontální kůře dochází ke změně množství vstupů z některých neurotransmiterů, což souvisí i s produkcí dopaminu. Ten je považován za důvod, proč adolescenti touží zažívat nové a vzrušující zkušenosti, zjišťují motivační hodnotu různých podnětů a mohou se tak dopouštět riskantního chování, jako je užívání drog či alkoholu (Keating, 2004; Vágnerová, 2012).

Díky těmto změnám také dochází k transformaci v chování ke skupině vrstevníků, které je více afiliativní. Vrstevnické skupiny se mohou dopouštět vysoce rizikového chování. Vzhledem k proměnám struktury mozku, typickým pro adolescenci, může docházet k biologické predispozici, která může posilovat rizikové chování mezi vrstevníky. Zvýšený rozvoj prefrontální kůry má však za následek i rozvoj složitých kognitivních funkcí. Tento rozvoj by mohl být považován za ochranný mechanismus, jelikož zvyšuje sebeovládání a seberegulaci, což by mohlo vést k odolnosti vůči rizikovému chování, ovšem do té míry, do jaké je prefrontální kůra rozvinuta (Compas, 2004).

Chování dospívajícího je ovlivněno také rychlejším dozráváním limbického systému. Ten je centrem emočního prožívání a zodpovídá za změny v intenzitě emočních prožitků a v emocionálních reakcích. Jelikož prefrontální kůra a limbický systém dozrávají jiným tempem (limbický systém se začíná rozvíjet dříve a rychleji), mívají často adolescenti problém s ovládním svých emocí. Nedokáží je ještě adekvátně a dostatečně regulovat, a proto mnohdy podléhají silným podnětům, což může vést ke zkratkovitému a rizikovému chování. Díky logickému uvažování jsou adolescenti schopni vzít v potaz více aspektů, ovšem to platí pouze pro situace, které nemají pro dospívajícího silný emocionální význam (Compas, 2004).

Rozvoj mozku úzce souvisí s tělesným rozvojem. Děje se tak díky zvýšené produkci hormonů, které významně ovlivňují tělesné pochody a funkce. Nastupuje tzv. spurt, což je označení pro období, kdy adolescent rychle roste. V průměru se jedná průměrně 20 % celkové tělesné délky, o kterou adolescent v tomto období vyroste (jedná se asi o 9-14 cm za rok). Díky zrychlenému růstu dochází k větší unavitelnosti, zhoršení motorické koordinace, ovšem díky nárůstu svalů se navyšuje svalová výkonnost (Thorová, 2015).

Nejdůležitějším mezníkem, kterého dospívající během pubertálního vývoje dosáhne, je schopnost reprodukce. Všeobecně je známo, že dívky dospívají o něco dříve než chlapci. Marshal a Tanner (1969, 1970) rozdělují pubertální změny do pěti stadií. U dívek v prvním stadiu nejsou patrné žádné vnější změny. Ve druhém stadiu začíná být patrný rozvoj prsu a objevuje se první pubické ochlupení. Ve třetím a čtvrtém stadiu je dokončován vývoj prsou, ve čtvrtém stadiu se rozšiřuje i pubické ochlupení. V pátém stadiu je pak vývoj dokončen. U chlapců je pro první stadium typický rozvoj varlat a penisu bez pubického ochlupení. Ve druhé a třetí fázi pokračuje růst penisu a varlat, přičemž už ve druhé fázi se začíná kůže okolo genitálií pigmentovat a objevuje se první pubické ochlupení, které se rozšiřuje i ve třetí fázi. Ve čtvrté fázi se rozvíjí také žalud a páté stadium je typické dokončením vývoje, kdy se navíc začínají objevovat vousy a dochází k mutaci.

Změny v tělesném schématu jsou dospívajícími hodnoceny velmi subjektivně. Pokud se tělesný růst objeví časně, může jej adolescent hodnotit negativně, jelikož změna vzhledu s sebou nese i určitou ztrátu jistoty. Pokud k tomuto rozvoji navíc dochází předčasně, kdy ostatní vrstevníci ještě žádných změn nenabývají, je tato změna o to výraznější. Navíc je třeba odlišit změny, kterými prochází chlapec a dívka. U chlapců je nejznatelnější tělesný růst a rozvoj svalů. Pro společnost i pro jedince je výška a statná postava sociálně atraktivní, a proto s sebou může nést jisté výhody ve vrstevnické skupině. Na druhou stranu u dívek jsou změny spíše kvalitativní, dívky jsou viditelně více vyspělé. To může vést rodiče ke strachu z předčasného začátku sexuálního života a mohou tak nevědomě vzhled dívky hodnotit negativně. Rizikem je ovšem i opožděný tělesný růst, který bývá nápadnější u chlapců. Pokud chlapec ve vrstevnické skupině zaostává, může to vést k zisku nižší sociální role. U dívek může mít pozdější vývoj vliv na sebehodnocení, ovšem ve vrstevnické skupině není tato změna negativně hodnocena (Vágnerová, 2012).

1.2.2 Emocionální vývoj

Hormonální změny, které v adolescenci probíhají, mají vliv i na emoční pochody. Během dospívání dochází k velkým emočním výkyvům. Typická je labilita, zvýšená dráždivost, objevují se přecitlivělé reakce na běžné a obyčejné podněty, které by kdysi žádnou odezvu nevyvolaly. Proměnlivost emocí způsobuje, že i velmi intenzivní prožitky jsou prožívány silně, ale mají spíše krátkodobé trvání. Hloubka prožívaných zážitků často není přiměřená situacím, ve kterých se dospívající nachází. Touto nepřiléhavostí může být dospívající překvapen, a proto může změny nálad považovat za obtěžující, což může být příčinou jejich podrážděnosti a rozmrzelosti (Čačka 2000; Vágnerová, 2012).

Kolísání a nestálost emocí mají za následek časté střídání adolescentových citů. Obvyklé je střídání pocitů fyzické zdatnosti s naprostou apatií, která může mít až depresivní ladění. Tyto změny v aktivační úrovni se projevují výkyvy v chování dospívajícího a střídání aktivity a apatie tak může na okolí působit jako impulzivní a nedostatečně ovládaní (Čačka 2000; Vágnerová, 2012).

Pro dospívání je typický emoční egocentrismus, kdy je adolescent přesvědčený, že pouze on může mít tak silné a jedinečné prožitky. Dospívající se často se svými emocemi nesvěřují, naopak je skrývají, protože je považují za hluboce intimní. Mnohé z reakcí jsou pak pouze snahou o skrytí svých emocí. Toto platí i směrem k rodině, kdy se může jejich jako hrubé nebo odmítavé, i když ve skutečnosti usilují o uznání, přijetí nebo o potřebu kontaktu (Čačka 2000; Vágnerová, 2012).

1.2.3 Kognitivní vývoj

Procesy zrání a učení podněcují u adolescenta výrazný posun v kognitivních schopnostech. Zásadní změny probíhají v myšlení. Podle Piageta (1999, 2010) je toto období nazýváno stadiem formálních logických operací. Adolescent začíná přemýšlet o svých ideálech, o možných teoriích týkajících se budoucnosti. Kvalitativní změna myšlení vede adolescenta k vytváření hypotéz, které nemusejí mít souvislost s realitou. Základní podmínkou této změny je, že jedinec dokáže rozlišit formu a obsah, což mu umožňuje správně přemýšlet i o faktech, kterým nevěří.

Dle Keatinga (1991) může být myšlení dospívajících shrnuto do několika znaků. Prvním z nich je, že dospívající je již schopen připouštět různorodost možností, která vede k rozšiřování a obohacování uvažování adolescenta. To může být považováno za předpoklad k porozumění názorům ostatních lidí. Druhým znakem je systematickosti

uvažování, díky které dospívající dokáže akceptovat více možností a uvažovat o nich jako o různých způsobech řešení daného problému. Při následném ověřování svých hypotéz je schopen jejich konfrontace s realitou a umí odlišit, co by se mohlo stát a co se stát nemůže. Třetím znakem je schopnost experimentování s vlastními úvahami, které libovolně kombinují a spojují. Myšlení se tak stává flexibilním.

Na základě změn v rané adolescenci vzniká podklad pro rozvoj dalších schopností, ke kterému dochází v pozdější adolescenci. V tuto dobu už začínají adolescenti preferovat určitý způsob uvažování. Pokud dochází k převaze analytických schopností, vyskytuje se schopnost myslet systematicky a logicky. Aplikace daných závěrů do reality však není silnou stránkou. Častěji tak vynikají ve studiu více než v běžném životě. Naopak převaha praktické a sociální inteligence napomáhá úspěšnosti v každodenním životě. Jsou schopni řešit běžné problémy a díky empatii navazují blízké vztahy, mívají více přátel. Ve škole ani v práci však nijak výrazně neexcelují (Siegler, 2011).

Díky změnám v uvažování dochází také k posunu vztahu k základním psychickým potřebám. Potřeba bezpečí a jistoty může být nyní ohrožena kvůli úvahám o budoucnosti. Ty mohou přinášet nespočet pozitivních, ale i negativních alternativ, což může vést ke ztrátě pocitu jistoty. Úvahy o budoucnosti mohou ovlivňovat i seberealizační potřeby. Dospívající už nyní ví, že úspěchu nemusí dosáhnout hned, ale že může přijít i později. Také si uvědomují, že pocit úspěchu může mít krátké trvání, což není zárukou, že se mu bude dařit i v budoucnosti, to s sebou může nést pocity nejistoty. Dospívající až teď pociťuje potřebu otevřené budoucnosti, která má subjektivní význam, protože může představovat novou životní perspektivu (Vágnerová, 2012).

Úvahy o budoucnosti a jejich alternativách vedou také k rozvoji kritičnosti. Tyto myšlenky na budoucnost mohou být prvním impulzem ke změně aktuálního stavu nebo může dojít k aktivaci obranných mechanismů (například ulpívání na určitém názoru). Poznávací egocentrismus je za těchto okolností výrazně posílen, adolescent je přesvědčen o jedinečnosti svých úvah a myšlenek, ale i tak může být velmi lehce ovlivněn (například vrstevníky). Také touha polemizovat a kriticky komentovat vyplývá z kognitivních změn. Často dochází k závěru, že pouze jejich názor je správný, což může být považováno jako obranný mechanismus proti nejistotě nebo jako egocentrické zaujetí vlastními úvahami. Objevuje se precitlivělost a vztahovačnost jako reakce na kolísání sebedůvěry. Adolescent má pocit neustálého sledování a kritiky okolí. Kvůli potřebě jistoty přijímá dospívající jen

obecně platné principy, které jsou aplikovatelné na více situací. Proto není schopen uznat výjimky nebo dělat kompromisy. Jako reakci na nejistotu lze považovat také radikalismus, díky kterému často užívá zkratkovité generalizace, které často nedávají smysl (Vágnerová, 2012).

1.2.4 Sociální vývoj

Dospívání je pro každého člověka přechodem od dětství k dospělosti. Zkušenosti z dětství se vlivem biologického vývoje utvářejí do zájmů, kompetencí a sebevědomí, které začínají mít čím dál důležitější význam na cestě k dospělosti. Vývoj je však ovlivněn sociálním prostředím dospívajícího, které s sebou přináší neočekávané události a problémy, které se adolescent učí řešit. Na tyto problémy však není sám, neboť většina adolescentů stále žije během dospívání se svými rodiči, ovšem svůj volný čas čím dál více tráví s vrstevníky. Tyto vztahy s sebou přináší podporu, společné cíle, nabízí možnosti řešení a hodnocení výsledků těchto řešení.

Vstup do dospělosti s sebou nese dva základní požadavky: ekonomickou a reprodukční činnost. Ekonomická činnost vede dospívajícího k nezávislosti, ke schopnosti vydělat peníze na vlastní živobytí. Tento požadavek je podnětem k volbě vzdělání a kariéry. Reprodukční činnost směřuje k rozvoji vrstevnických vztahů, které se později stávají vztahy romantickými a dále následuje budování intimních vztahů (Nurmi, 2004).

Pro rozvoj interpersonálních vztahů jsou podle Lloyda (1985, in Macek, 2003) komunikační dovednosti. Pokud je dospívající schopen položit otázku, zeptat se na názor druhého člověka nebo vyjádřit nesouhlas či poslouchat ostatní, netrpí tolik vnitřním napětím a agresivitou, které ventiluje právě díky komunikaci, a proto u něj tak často nedochází ke sporům s autoritami.

Svými studiiemi započal hlubší výzkum adolescentního období G. S. Hall téměř před 100 lety. Jeho hlavním cílem bylo poznat toto období. Interpersonálními vztahy byly součástí výzkumu už v této době, ovšem chyběla jim určitá systematickosti. Během válek bylo téma adolescence pojímáno pouze jako přechod k dospělosti. O hlubší porozumění se zasloužili psychologové jako například Erikson (1963), který se zabýval vývojem identity. Také koncept psychosociálního moratoria, který Erikson (1963) popsal, nabyl na významu až po druhé světové válce, jelikož ve společnosti docházelo k určitým změnám a adolescence začala být vnímána jako autonomní období. V období dospívání objevuje

adolescent nové poznatky, normy, role ve společnosti, nové vztahy, s nimiž experimentuje. Díky tomu „*Ve větší míře, než dříve jsou tyto aktivity spojeny s balancováním na hraně rizika (zdravotního, společenského), zvláštní hodnotu získává tzv. „život na plno“, což v podstatě znamená orientaci na silně aktuální prožitky.*“ (Lacinová, Macek, 2012, s.17).

V období adolescence dochází ke značnému rozšíření oblasti zájmů. Adolescent se věnuje novým aktivitám, cestuje a celkový čas strávený s přáteli je čím dál tím důležitější. V současnosti je toto spojení s přáteli velmi usnadněno informačními technologiemi a sociálními sítěmi. V podstatě jsou u dospívajících důležité vztahy s rodiči a vztahy s přáteli (přátelství postupně získává na významu, prohlubuje se ve vztahy partnerské či intimní) (Lacinová, Macek, 2012).

Vztah s rodiči zůstávají nadále velmi důležité i v období adolescence. Jak prokázaly některé výzkumy, je důležité vnímat tento vztah jako kontinuální, jelikož jeho vývoj probíhá již od dětství a nelze jej izolovat pouze do dospívání. To, jaký má dospívající vztah s rodiči, většinou navazuje na vztahy vytvořené v dětství a v adolescenci dochází pouze k prohloubení tohoto vztahu. Celkově vzato si děti se svými rodiči spíše rozumí. Pokud se však v tomto vztahu vyskytnou až příliš závažné konflikty, dochází k tomu spíše u dospívajících, kteří se dopouštějí rizikového chování. Ve vztahu s rodiči jde hlavně o získání stejných práv a stejného postavení, jaké mají rodiče. Důležitý faktor, zda bude vztah s rodiči procházet klidnějšími změnami či tyto změny budou bouřlivější povahy, je komunikace a emocionální zainteresovanost a otevřenost ze strany rodičů. Tyto vlastnosti následně posilují sebedůvěru dospívajících a jejich kladné sebehodnocení, což napomáhá ke snadnějšímu vstupu do dospělosti a snižuje napětí a neklid. Ke změně kvality vztahu s rodiči dochází v pozdní adolescenci, kdy se dospívající od svých rodičů vzdaluje, ovšem díky přijímání jejich hodnot jim zůstává nablízku (Macek, Štefánková, 2012).

Vztahy s vrstevníky, které v adolescenci nabývají značného významu, jsou stále vyhledávanější a intenzivnější. Jejich nezastupitelnou roli můžeme spatřit ve chvílích, kdy dospívající hledá a utvrzuje si své postavení ve společnosti a také jejich prostřednictvím dochází k formování vlastní identity. Díky nárůstu a častějšímu kontaktu s vrstevníky se samozřejmě přesouvá i zdroj sociální opory, kterou poskytují právě vrstevnické skupiny. To, do jaké míry bude jedinci ve skupině poskytnuta sociální opora, závisí zvláště na jeho osobnostních charakteristikách. Dospívající vyhledává oporu mezi vrstevníky zvláště v případech, které jsou pro něj typické. Jedná se o otázky dospívání, oblékání apod.

Podpora, které se dospívajícímu jedinci dostává, pak bývá recipročně vrácena a poskytnuta dále ve vrstevnických vztazích (Širůček, Širůčková, 2012).

Vrstevnické vztahy představují důležitý základ pro pozdější utváření vztahů partnerských a intimních. Tento vývoj popsal B. Dunphy (1963), který jej rozdělil do pěti fází. V první fázi se adolescenti scházejí v menších skupinách (partách), v nich bývají pouze chlapci nebo pouze děvčata, a které čítají okolo deseti členů. Skupiny v první fázi fungují spíše odděleně. Při přechodu do druhé fáze se tyto party začínají setkávat dohromady, účastní se různých akcí a večírků, kde vznikají příležitosti k heterosexuálním kontaktům. Postupem času se tyto kontakty přemění v heterosexuální vztahy, což je typické pro třetí fázi. Jedinci se pak stýkají i mimo původní party. Ve čtvrté fázi se formují nové heterosexuální menší skupiny, které opět narůstají do většího počtu. Tyto velké party se v páté fázi redukují zpět na menší počet. Skupina v páté fázi se vyznačuje hlubšími přátelskými vztahy.

Vzhledem k výše popsaným specifickým charakteristikám, které vrstevnická skupina pro dospívajícího představuje, je jasné, že je pro dospívajícího velmi důležitá. Funguje jako zdroj jistoty vztahu, který si tvoří sám k sobě, ale i k ostatním lidem a společnosti. Díky tomu dochází k posílení vztahu k vrstevnické skupině a tento vztah přetrvává i přes to, že se skupina dopouští rizikového chování. Pití alkoholu, užívání drog a delikvence jsou typické skupinové formy rizikového chování, kterých se dospívající může dopouštět jen proto, aby si udržel své postavení ve skupině (Macek, 2003).

1.2.5 Formování vlastní identity

Vědomí vlastní identity, které se utváří během adolescence, je ústředním vývojovým úkolem, který se v tomto období vyskytuje. Identita je zásadním mezníkem při přechodu od dětství do dospělosti. Její vývoj souvisí se všemi změnami, které se v dospívání odehrávají. Ať už se jedná o fyzický rozvoj, získávání nových kompetencí, rozšiřování vrstevnických vztahů nebo o změny vztahů v rodině, mají tyto změny určitý dopad i na formování identity. To, jak bude tento proces probíhat, závisí na emoční vyspělosti konkrétního jedince. Také vývoj kognitivních schopností má na formování identity zásadní vliv, jelikož díky posunu v myšlení je adolescent schopen uvažovat o své budoucnosti a o tom, jaký by chtěl být. Díky těmto hypotézám o sobě dochází ke zvýšení sebekritiky, zvláště pokud se aktuální stav neshoduje s vytouženou představou (Vágnerová, 2012).

Proces rozvoje probíhá v menší míře celý život, ovšem v období adolescence je tento rozvoj nevýraznější. Stejně jako dělíme adolescenci na několik fází, které nám pomáhají vyznat se v tomto období, můžeme i proces formování identity podle Josselsonové (1980) rozdělit do čtyř fází. **Fáze diferenciac**e je typická zvýšeným sebeuvědomováním, díky čemuž adolescent vnímá psychické a fyzické změny, kterými prochází. Rodiče a další důležité idoly přestávají být pro dospívajícího vzorem, naopak se od nich chce odlišit. To ho vede k odmítání norem a postojů, které zastávají dospělí, přičemž začíná tvořit svá vlastní pravidla. Díky radikalismu převládajícímu v myšlení, nemůže své rodiče přijmout, jelikož podle něj nejsou ideální. **Fáze experimentace** je období, kdy adolescent začíná experimentovat v různých oblastech vývoje. Nejvýrazněji se tato tendence projevuje v osamostatnění, přičemž dochází k postupnému odpoutání od rodičů a častějšímu kontaktu s vrstevníky. Pocit, že dokáže úplně všechno, vede adolescenta k tomu, aby rady rodičů nebral vážně, jsou pro něj zbytečné a nepotřebné. Také dotazy o budoucím směřování a profesním zaměření, které přicházejí, ze strany rodičů, jim přijdou obtěžující a protivné, protože konkrétně ještě nemají jasno, ale hypoteticky mohou dělat vše. **Fáze postupné stabilizace** spadá do pozdní adolescence. Ke stabilizaci dochází ve vztazích, především s rodiči. To je umožněno díky vyvrážděnějšímu uvažování a díky samostatnosti, které již z části adolescent dosáhl. I přes to můžeme občas v chování zaznamenat drobné výkyvy, které vymizí až ke konci této fáze. Poslední **fáze psychického osamostatnění** je ukončením procesu individuace. Adolescent již dosáhl vrcholu vývoje své identity, která by měla představovat rovnováhu mezi vazbami na rodinu a na minulost a zároveň dosažení svého nového jedinečného pocitu Já.

Kromě fází, kterými vývoj identity prochází, lze rozdělit ještě status, kterého po tomto vývoji může adolescent dosáhnout. Marcia (1980) stanovil, v návaznosti na Eriksonovu teorii identity, čtyři statusy, kterých lze dosáhnout. Základními pojmy jsou **krize** a **závazek**. Krize je chápána jako volba či rozhodování týkající se aktuálního i budoucího života. Závazek představuje investici a zodpovědnost. Kombinací přítomnosti či nepřítomnosti krize a závazku lze určit čtyři stavy identity.

- 1) Dosažení identity – přítomná je krize a závazek, což znamená, že následují zvolené zaměstnání a ideologie, které si sami vybrali.
- 2) Náhradní identita – tyto jedinci pocítují závazek, ale nedosáhli ho z vlastního rozhodnutí. Následují většinou rozhodnutí rodičů.

- 3) Difúzní identita – krize může a nemusí být přítomná, ale nedošlo k dosažení závazku. O své budoucnosti zatím nemá představu.
- 4) Moratorium – krize je přítomná, jedinec prožívá pocity strachu a úzkosti, avšak zatím nebylo dosaženo závazku.

Na základě informací v této kapitole je možné utvořit si obrázek o tom, jak je období adolescence složité. V následující kapitole se budeme věnovat rizikovému chování, jeho teoretickými konstrukty a vybranými formami.

2 Rizikové chování

Kapitola Rizikové chování se bude zabývat vymezením tohoto složitého pojmu, který je v soudobé literatuře velmi rozšířen. Dále se bude kapitola zabývat několika teoriemi, které se snaží objasnit původ rizikového chování. Jelikož je koncept rizikového chování zkoumán z mnoha hledisek, je i počet teorií, které se jej snaží vysvětlit, značně obsáhlý. V této práci budou uvedeny například biologické teorie, teorie, které vysvětlují rizikové chování z psychologického pohledu či teorie nacházející kořeny rizikového chování v sociologii. Značná část této kapitoly bude věnována vybraným formám rizikového chování, výzkumy zaměřené na toto téma a jeho prevalenci u populace. Z forem rizikového chování, kterými se budeme zabývat níže, lze jmenovat například kouření, záškoláctví nebo šikanu.

2.1 Vymezení pojmu rizikové chování

V odborné literatuře, která se zabývá rizikovým chováním, můžeme najít velký počet pojmů, které mají s touto problematikou úzký vztah. Velmi často užívané pojmy patří například problémové chování, delikvence, predelikventní chování, maladaptivní chování, kriminální chování, antisociální chování atd. Tyto pojmy jsou si svým významem velmi blízké, občas bychom je dokonce mohli považovat za synonyma. Někteří autoři považují rizikové chování jako nadřazený pojem pojmům ostatním, které se snaží vysvětlit toto chování z pohledu biologie, psychologie či sociologie (Sobotková, 2014).

Dolejš (2010) ve své knize zdůrazňuje, že ve vysvětlení jednotlivých termínů může dojít k posunu významů v jednotlivých oborech a je proto důležité si pojmosloví upřesnit, aby nedocházelo k vzájemnému nepochopení jak v teoretických oblastech, tak v praxi.

Podle Macka (2003) lze rizikové chování definovat jako takové aktivity, které mohou vést k psychickému nebo fyzickému poškození jedince samotného nebo vyúsťují v činnosti, které mohou vést k poškození jiných osob, majetku nebo prostředí.

Podrobnější definici rizikového chování uvádí Širůčková (in Miovský a kol. 2015). Podle této definice může pojem rizikové chování zahrnovat nejrůznější formy chování, které ohrožují jedincovo fungování v psychologické nebo sociální oblasti nebo mají neblahý dopad na jeho zdraví. O rizikové chování se jedná také, pokud jedincovo chování ohrožuje jeho sociální okolí. Toto ohrožení může být skutečné nebo přepokládané. Dále je uveden výčet forem rizikového chování, mezi které můžeme řadit: rizikové sexuální chování, delikventní chování, agresivní chování, rizikové sportovní aktivity, rizikové

zdravotní návyky a rizikové chování vůči společenským institucím. Miovský (2015, str. 51) dále uvádí, že „*společným jmenovatelem všech forem rizikového chování je kritérium prepatologické úrovně sledovaného jevu, tzn. že teoretické systémy zabývající se rizikovým chováním nepřesahují do popisu patologické roviny problematiky (např. závislostní chování).*“

V literatuře se můžeme setkat s pojmem „*syndrom problémového chování*“, který předpokládá výskyt několika rizikových forem chování najednou. Pokud se jedinec dopouští nějaké formy rizikového chování, je velmi pravděpodobné, že se u něj projeví i další, jelikož spolu jednotlivé formy rizikového chování korelují (Jessor, 2014).

2.2 Teoretické konstrukty rizikového chování

2.2.1 Biologicky orientované teorie

Teorie orientované na biologickou stránku deviace se opírají o domněnku, že původ deviantního chování je skrytý uvnitř jedince. Cohen (1966) označuje tyto teorie souhrnně jako „*kinds-of-people*“ jejichž předpokladem je, že deviantní chování je způsobeno biologickými defekty.

Počáteční, biologicky orientované výzkumy, které následně podnítily výzkum rizikového chování, se začaly objevovat již na v průběhu 15. a 16. století, kdy se autoři jako Phinella nebo Lavatera (1648; 1789; in Hrčka, 2001) zajímali o vztah mezi tvarem lebky, temperamentem a chováním. Vrcholem byl vznik pozitivistické kriminologie, která se zformovala na přelomu 19. století, jejímiž představiteli byli například Lombroso, Garofal nebo Ferri. Lombroso (in Hrčka, 2001) na základě svého rozsáhlého výzkumu (4 tisíce zločinců) vytvořil koncept „*rozeného zločince*“. Podle tohoto konceptu může být deviantní, závislostní a kriminální chování predikováno fyziologickými vadami daného jedince. Tento koncept byl však kritizován pro své zjednodušení a neetičnost.

Na základě těchto teorií se pak další významní vědci jako Kretchmer nebo Sheldon snažili vysvětlit souvislost mezi chováním, tělesnou stavbou a temperamentem. Další autoři se snažili do svých výzkumů zahrnout například i inteligenci (Dolejš, 2010). Na základě toho provedl svůj výzkum i Labáth (2001), který díky studii delikventní mládeže v diagnostických a nápravných zařízeních potvrdil, že tito adolescenti vykazují nižší úroveň inteligence oproti běžné populaci.

Další biologicky orientovanou teorií je Lemertova (1951) geneticky orientovaná teorie, založená na domněnce, že rizikové chování může být podmíněno buď zděděním určitých genů, jejich systémů, nebo jejich absencí. Druhou možností může být dědičnost určitého typu konstituční tendence, která může vést k deviantnímu chování. Jako třetí možnost může jedinec zdědit nespecifický typ konstituční slabosti, která následně vede k deviantnímu chování.

2.2.2 Psychologicky orientované teorie

Teorie orientované psychologicky předpokládají, že deviantní chování lze vysvětlit pomocí vlastností osobnosti, které jsou lokalizovány uvnitř jedince, ale k jejich rozvoji dochází díky vnějším vlivům. Stejně jako biologicky orientované teorie sledují predispozice k deviantnímu chování (patří tedy mezi teorie „kinds-of-people“) ale na rozdíl od biologicky orientovaných teorií hledají příčiny deviantního chování v charakteristikách jedince, jeho temperamentu, v přáních a potřebách. Sledují také vliv výchovy, rodinného prostředí a možných frustrací a deprivací během raného vývoje (Cohen, 1966).

Psychoanalytická škola se zabývala původem delikventního chování, které má původ v raném dětství. Určité zážitky, komplexy a konflikty (oidipovský a kastráční komplex, potřeba bezpečí a lásky, potřeba sebeuplatnění) z tohoto období mohou ovlivnit psychosexuální vývoj dítěte, které se snaží konflikt či komplex vyřešit nebo jej může kompenzovat, což vede k deviantnímu chování. Předpokladem pro deviantní chování je nerovnováha mezi Id a Superegem, přičemž příčinou může být jak slabost superega, tak přílišná intenzita impulzů z Id (Hrčka, 2001).

Podle teorie frustrace – agrese (Dollard 1939; in Cohen 1966) je spouštěčem deviantního chování nahromaděná frustrace, která může pramenit jak z vnitřních zdrojů jedince, tak z vnějšího okolí.

Existují teorie, které se snaží vysvětlit deviantní chování pomocí rysů osobnosti. Eysenck (1996) představil model, který předpokládá vznik delikventního a rizikového chování na genetickém podkladě. Podle tohoto modelu existují biologické předpoklady pro kriminální chování, které vedou ke vzniku určitých rysů osobnosti, jež jsou spojeny s kriminálním chováním. Na rysy navazuje podmiňování, a pokud je budování morálního svědomí a vědomí obtížné, objevuje se kriminální chování. Podle Eysencka (1996) tedy vzniká kriminální chování na biologickém podkladě, který podléhá společenským okolnostem.

2.2.3 Sociologicky orientované teorie

Teorie, které považují za zdroj rizikového chování sociální prostředí, vidí původ tohoto chování v narušené sociální struktuře, sociálních a politických konfliktech či nedostatečné komunikaci mezi jednotlivci nebo v poklesu morální regulace chování lidí.

Teorie anomie je jedna z teorií, která je zaměřena na sociální deviaci. Anomie je označení pro takový stav společnosti, kdy přestávají platit pravidla a normy. Ve vztahu k jedinci vyjadřuje toto slovo stav oslabení norem a morálních hodnot, bezzákonnost v právním, ale i morálním smyslu, což vede jedince ke kriminálnímu chování.

Součástí Durkheimovy koncepce jsou „sociální fakty“. Ty lze popsat pouze sociologickými nástroji, jsou mimo vědomí jedince a mají donucovací funkci. V tomto smyslu pak chápe deviaci jako „vyjádření biologických impulzů a psychologických dispozic jedince nebo jako poruchu vztahu jedince a společenskou dělbu práce“ (Hrčka, 2001, s.176). Durkheim ve své práci rozlišil tři typy deviantních jedinců: *biologicko-psychologický deviant*, *funkcionální rebel* a *sociální rebel*.

Na Durkheima navazuje svou koncepcí i Merton (in Hrčka, 2001, s.187), který tvrdí, že anomie je „rozpor (napětí) v sociální struktuře podmíněny nerovnováhou mezi kulturně preferovanými cíli a legitimními (institucionalizovanými) prostředky k dosažení těchto cílů.“ Na vzniklou anomickou situaci může jedinec reagovat jedním z následujících způsobů adaptace: a) retreatismus – odmítání společenských cílů, prostředků a návykové chování; b) inovace – jedinec využívá nevhodné, nelegitimní prostředky; c) konformita – jedinec přijímá společenské normy a chová se podle nich; d) ritualismus – jedinec se nezajímá o cíle společnosti, ale chová se podle společenských pravidel; e) rebelie – jedinec odmítá normy, prostředky a nahrazuje je jinými (Hrčka, 2001).

Na Mertonovo pojetí sociální deviace navazuje *teorie delikventního prostředí*. Jádrem této koncepce jsou pojmy socializace, sociální interakce, subkultury a uznávání společenských norem a hodnot. Společným jmenovatelem deviantních jedinců je společenský status, díky němuž zastávají jedinci stejné cíle a mají stejné zájmy. Autoři teorie rozdělují tři typy městských subkultur. Každá z těchto skupin má vlastní charakteristiky. První, retroaktivní (únikové) skupiny se vyznačují tím, že nedokáží obhájit svou společenskou pozici a přijmout ji. Často se u jejich členů objevuje zneužívání legálních i nelegálních návykových látek. Druhá skupina se vyznačuje konfliktností (agresivitou), kterou vnímá jako jedinou cestu k dosažení svých cílů (úspěch, uznání, ...).

Jedinci spadající do této skupiny jsou často členy extremistických a ideologických skupin. Do třetí skupiny spadají ti členové společnosti, kteří získávají společenský úspěch na základě svého kriminálního jednání. Často jsou to členové kriminálních gangů, mezi kterými se nezdávka objevují také adolescenti (Urban, Dubský & Bajura, 2012).

Specifiky gangů se ve svém výzkumu zabýval i Cohen (1955), který považoval deviaci za souvislou s otázkami prestiže, sociálním statusem a s identitou. Popsal také několik charakteristických znaků, kterými se rizikové skupiny vyznačují. Při páchání kriminální činnosti jde především o utužení vztahů ve skupině a nalezení vlastní identity, přičemž finanční zisk je druhotný. Tento jev Cohen označuje jako *finanční neutilitarismus*. Gang čelí svému úhlavnímu ideovému nepříteli, což jsou v podstatě všichni úspěšní a konformní členové společnosti. Dochází tak k podpoře *negativismu, skupinové loajalítě a k fixaci na druhé členy gangu*. Kriminální skupina má také svůj *specifický hodnotový systém*, díky němuž obrací hodnoty dominantní kultury. Gangy a jejich členové jsou velmi často *zlomyslní*. Opovrhují tak hodnotami většinové společnosti a úmyslně se dopouštějí vandalismu. Gangy se často orientují na přítomnost a žijí pro daný okamžik, uspokojují své potřeby tady a teď. Definují je slova *krátkodobost a hédonismus*. Další specifikací je pro ně *fatalismus*, pasivní přijímání role delikventa. Výrazně na ně působí *formativní tlaky*, které sice probíhají na strukturálním pozadí, ale mají interpersonální původ a probíhají v uzavřených sociálních skupinách. Jako další determinanty lze uvést: *sociální původ, rodinu, školu, osobnostní rysy*, aj. (Urban a Dubský, 2012).

Mezi interakční teorie můžeme řadit teorii diferencované asociace. Ta tvrdí, že během socializačního procesu dochází k pozitivnímu upevnování kriminálního chování a postojů. Adolescent se tak stává delikventním „*v důsledku převahy definic favorizujících porušování společenských norem a zákonů nad definitivními odcizujícími porušování těchto společenských pravidel*“ (Dolejš, 2010, s.31).

Etiketizační teorie, jinak také labeling, teorie nálepkování nebo teorie stigmatizace. To všechno jsou názvy pro tuto teorii, která navazuje na myšlenky symbolického interakcionismu. Hlavními představiteli této teorie jsou Howard S. Becker, Frank Tanenbaum nebo Edwin Lemert, a také Erving Goffman ve svém díle okrajově rozpracovává některé konstrukty této teorie. Podstatou teorie etiketizace „*není analýza postavy devianta, jeho motivů, objektivního faktu narušení normy, ale analýza procesu, kterým je určité chování označováno jako deviantní a jeho nositel je pasován na devianta,*

včetně výzkumu mechanismů a subjektů sociální kontroly.“ (Urban a Dubský, 2012, s.120-121). Teorie nálepkování proto nevnímá deviace jako soubor osobnostních charakteristik nebo určitých rysů skupin, ale spíše jako výsledek interakce mezi údajným deviantem a ostatními členy společnosti. Zároveň se teorie labelingu snaží do svého konceptu zahrnout i fakt, že se jedinec může vyskytnout v různých situacích, a ne vždy a ve všech bude posuzován naprosto stejně. Zároveň se teorie snaží reagovat na mocenskou strukturu společnosti, a to především na to, že nálepkou „devianta“ rozdávají ti, jež jsou ve společnosti uznávaní, mají určité pravomoci, jsou privilegovaní, může jít o soudce, pedagogy a všechny ty, kteří mají ve společnosti moc předávat dále lidem představu o ideálech. V obsahu teorie se setkáme ještě se dvěma pojmy, a těmi jsou primární a sekundární deviace. Primární deviace je výsledkem porušení dané normy na základě původního podnětu. Jedinec tak reaguje na určitou životní situaci (např. začne nadměrně pít z důvodu úmrtí člena rodiny). Dostane tak nálepkou devianta, což ještě nemusí mít významnou roli, pokud se s touto nálepkou daný jedinec neztotožní. Pokud však toto označení přijme za vlastní, může mít nálepkou iniciační charakter a vede jedince k sebenaplňujícímu se prorockví. Daný jedinec pak směřuje svou životní dráhu k tomuto očekávání. Sekundární deviace je pak obrannou či útočnou reakcí, kterou jedinec odpovídá na chování druhých. V podstatě se jedinec přizpůsobil dané nálepce devianta, kterou už jednou dostal, přijal ji za vlastní (Urban, Dubský & Bajura, 2012, 2012).

Teorie rozbitých oken je relativně nová teorie, která reaguje na deviantní chování ze sociálně-kriminologického hlediska. Jejími autory jsou James Q. Wilson a George Kelling (1982, in Urban, Dubský & Bajura, 2012). Hlavní myšlenkou této teorie je fakt, že deviace pramení ze zanedbanosti a z fyzického úpadku životního prostoru. Pokud lidé v určité oblasti nabydou dojmu, že veřejný prostor nepodléhá kontrole, začnou se chovat adekvátně tomu, jak jejich prostředí vypadá. Takže pokud se v oblasti vyskytne například graffiti nebo rozbité okno a nějakou dobu nedojde k nápravě, nabydou obyvatelé dané oblasti dojmu, že je to normální a začnou mít tendence chovat se stejně (Urban, Dubský & Bajura, 2012).

2.2.4 Eklekticky orientované teoretické konstrukty

Pro eklekticky zaměřené teorie zabývající se rizikovým chováním je důležitý komplexní pohled. Výše zmíněné teorie se vždy zabývaly pouze jednou skupinou faktorů, které mají vliv na rizikové chování (biologické, sociální, psychologické). Autoři, kteří se zabývali rizikovým chováním byli Jessor a Jessorová (2016). Ti ve své práci popsali

„Syndrom rizikového chování“ (Problem-behaviour Theory). Jak už bylo zmíněno výše, výzkum, který Jessor a Jessorová provedli, potvrdil, že některé rizikové aktivity vzájemně korelují, a tudíž je pravděpodobné, že pokud se adolescent dopouští jedné z rizikových činností, může se zapojit i do dalších forem rizikového chování.

2.3 Některé formy rizikového chování u adolescentů

V následující kapitole se budeme věnovat některým vybraným formám rizikového chování jako například užíváním a zneužíváním legálních či nelegálních látek, konkrétně kouřením, užíváním alkoholu či zneužíváním drog. Dále je také uvedena šikana a přestupky ve škole, delikvence a kriminalita a také rizikové chování v sexuální oblasti.

Labáth (2001) ve své knize „Riziková mládež: možnosti potenciálních zmien“ dělí formy rizikového chování do několika skupin. První skupinou jsou *agresivní formy*, které jsou považovány za aktivní formy rizikového chování. Do této skupiny řadí Labáth násilí, kriminální chování a další aktivity, které jsou spojeny s agresivním chováním. Druhou skupinu tvoří záškoláctví, užívání legálních i nelegálních drog a podobné aktivity, které negativně zasahují a ovlivňují život dospívajícího. Takové formy označujeme jako *pasivní*. *Kompromisní* formy, kam můžeme řadit například problémy v rodině a ve vztazích, nestabilitu v práci a v ostatních aktivitách, jsou třetí a poslední skupinou.

V následující části se budeme věnovat jednotlivým formám rizikových aktivit. Pro přehlednost uvedeme dělení těchto aktivit podle Dolejše (2010, s.36), který na základě literatury uvádí následující kategorie:

- a) užívání a zneužívání legálních a nelegálních látek
- b) kriminalita
- c) šikana, hostilita a agresivní chování
- d) problémové sexuální aktivity
- e) školní problémy a přestupky
- f) extremistické, hazardní a sektářské aktivity

2.3.1 Užívání a zneužívání legálních a nelegálních látek

Na základě studií (Miovský, Šťastná, Řehan, 2004) bylo prokázáno, že nejčastější návykovou látkou jsou tabákové výrobky a alkohol. Hned za těmito látkami následuje marihuana. Kyasová (2003) ve své studii uveřejnila, že polovina respondentů (celkový počet respondentů byl 835 ve věku 14-25) jsou kuřáci, kteří jsou ještě rozděleni na denní a občasné kuřáky. Na kouření navazuje i pití alkoholu, a to především piva, vína

a destilátů. Podle studie mělo s marihuanou zkušenost celých 39,83 % respondentů. Studie ESPAD z roku 2015 (Chomynová, Csémy & Mravčík, 2016) deklaruje, že 37,7 % 16letých dospívajících užilo nelegální drogu. Nejčastější užívanou drogou je konopí (36,8 % respondentů), následuje LSD (3,8 % respondentů) a halucinogenní houby (3,3 % respondentů). Mezi lety 1995 do roku 2003 docházelo k postupnému nárůstu v užívání nelegálních drog. Poprvé za celou dobu, kdy ESPAD provádí své šetření, byl v roce 2011 (Csémy, Chomynová, 2012) zaznamenán pokles ze 44 % na 42 %. Tento trend nadále pokračuje i do roku 2015, kdy užití nelegálních drog potvrzuje 38 % respondentů.

1) Kouření tabákových výrobků

Závislost na tabákových výrobcích způsobuje alkaloid extrahovaný z rostlin – nikotin, jež je považován za legální návykovou látku, která je obsažená v cigaretách, doutnících a sypaném tabáku. Nikotin se váže na dopamin a již do několika sekund se dostává do mozku. V organismu způsobuje psychostimulační reakci (zvýšení srdečního tepu, vazokonstrikce), později nastupuje mírný útlum a zvyšuje se peristaltika střev. Podle studie ESPAD (Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách) z roku 2011 (Csémy, Chomynová, 2012) denně kouří asi 25 % teenagerů ve věku 16 let, přičemž není signifikantní rozdíl mezi chlapci a děvčaty.

V roce 2015 proběhla šestá vlna výzkumné studie ESPAD (Chomynová, Csémy & Mravčík, 2016), která prokázala, že zkušenost s kouřením má celých 66,1 % 16letých respondentů a celkem 4,5 % uvedlo, že kouří více než 11 cigaret denně. Zde studie prokazuje pokles denních silných kuřáků oproti roku 2011. Počet denních kuřáků tedy klesl o 3,6 %. Nejčastější příčinou, proč si dospívající zapálí cigaretu, je vliv vrstevnické skupiny, která toto chování podporuje. (Dolejš, 2010).

2) Alkohol a jeho deriváty

Původ slova alkohol pochází z arabského „al-kahal“, což je výraz pro vinný extrakt, který vyráběli alchymisté. Jednoduchá molekula alkoholu (C₂H₅OH) vzniká kvašením cukru pomocí kvasinek. Ty nápoje, které mají více než 16 % alkoholu, jsou vyráběny pomocí procesu destilace. Termín „alkoholismus“ do odborného povědomí zavedl roku 1849 doktor Magnus Huss. WHO (Světová zdravotnická organizace) označila alkoholismus jako zdravotnický problém v roce 1951. Ve 20. století byl termín alkoholismus nahrazen termínem závislost na alkoholu nebo také alkoholová závislost (Dolejš, 2010).

Jellinek (in Řehan, 1994) rozděluje pět různých typů alkoholové závislosti. *Typ alfa* zneužívá alkohol v psychogenních souvislostech, přičemž se u něj neobjevuje závislost. Alkohol využívá jako prostředek k úlevě od osobních, sociálních či partnerských problémů. *Typ beta* je výrazně ovlivněn sociálním prostředím, které má výrazný vliv na vzniku závislosti, postupně se zvyšuje jak frekvence, tak tolerance. *Typ gama* je závislý spíše psychicky a pije převážně společensky. *Typ delta* je závislý fyzicky. Pije sám a v soukromí. *Typ ypsilon* je závislý spíše fyziologicky a pije epizodicky v několika alkoholových excesech během dne.

Důvod, proč lidé zneužívají alkohol, je uspokojení několika potřeb. Díky alkoholu mohou být uspokojeny *fyziologické* potřeby jako je příjem energie a minerálů či stopových prvků, které mohou být v alkoholu obsaženy. Prostřednictvím alkoholu může člověk zredukovat také *psychologické* potřeby. Může jím být zmírněn stres a úzkost či může dodávat odvalu. Ve *společnosti* může být alkohol využíván k oslavě rituálů, svátků a obřadů. K uspokojení *sociálních* potřeb bývá alkohol zneužíván jako pomoc při interakci s ostatními. *Ekonomické* potřeby uspokojuje alkohol, jako komodita, se kterou lze obchodovat. Pro *politiky* může alkohol sloužit jako zbraň (prohibice) (Dolejš, 2010).

Zprostředkovateli reakce na alkohol jsou neurotransmitery dopaminu a serotoninu, kyselina gama-aminomáselná, glutamáty a s velkou pravděpodobností i endorfíny. Reakce na alkohol bývá u adolescenta výraznější než u dospělého jedince, avšak alkoholová tolerance je u každého člověka proměnlivá. Krátkodobé účinky alkoholu lze dělit podle míry intoxikace do několika fází, přičemž každá fáze je typická určitými symptomy. *Euforická fáze* (u dospělého do 1 ‰, u dítěte 0,5‰) přináší veselou a rozjařenou náladu. *Hypnotická fáze* (dospělý 1-2 ‰, dítě 0,5-1 ‰) je typická ztrátou sebekontroly, může se objevovat ataxie i poruchy vidění. Při *narkotické fázi* (dospělý 2-3 ‰, dítě 1-2 ‰) se vyskytuje těžká porucha koordinace, tachykardie, vazodilatace a počáteční oběhové a dechové poruchy. *Asfyktická fáze* (dospělý nad 3 ‰, dítě nad 2‰) je s sebou nese těžké poruchy vědomí, hypotermii a v krajních situacích i smrt, díky zástavě dechu. Z hlediska dlouhodobých rizik je alkohol závažný hlavně v tom, že s sebou přináší somatickou a psychickou závislost. Nadměrné užívání alkoholu vede u dospívajících ke zhoršení vývoje mozkových struktur, což může ovlivnit neurokognitivní funkce jedince, jako je paměť nebo schopnost učení. Z fyziologického hlediska je asi nejzávažnější jaterní cirhóza. Častější užívání alkoholu v dospívání může také výrazně ovlivnit sekreci důležitých

hormonů, jako je růstový hormon. U chlapců dochází ke snížení testosteronu, u dívek estrogenu a luteinizačního hormonu (Kabíček, 2014).

Ze studie ESPAD z roku 2015 (Chomynová, Csémy & Mravčík, 2016) vyplývá, že celých 95,8 % respondentů již mělo nějakou zkušenost s alkoholem a přibližně 42,5 % můžeme považovat za pravidelné konzumenty.

3) *Ilegální drogy*

Termín droga nese mnoho významů, často se jedná o látky, které podléhají kontrole, medicína na ně pohlíží jako na prostředek léčby, ve farmakologii je tento termín spjat s látkami, které mají vliv na biochemické nebo farmakologické procesy v organismu. V této kapitole bude nahlíženo na pojem droga jako na psychoaktivní látku, která není schválena státem a je nezákonná (Kalina & kol., 2001).

Na snižování prevalence a užívání drog se zaměřují nejrůznější instituce, které k tomuto účelu využívají preventivní a edukační programy usilující o odvrácení užívání drog a experimentace či následné užívání. Spadají zde i poradenské a léčebné programy zaměřené na udržení abstinence, snižování frekvence užívání či zabránění vedlejším důsledkům, jako například záškoláctví. WHO dělí systém prevence na tři stupně (in Kalina, 2003):

- 1) Primární prevence – je zaměřena na předcházení užití drog u populace, která ještě není zasažena jejím užíváním nebo alespoň oddálení tohoto prvního kontaktu do pozdějšího věku.
- 2) Sekundární prevence – má zajistit aby, u populace, která již do kontaktu s drogou přišla nebo už se u ní projevila závislost, nedocházelo ke vzniku, rozvoji či přetrvávání závislosti.
- 3) Terciální prevence – snaží se zajistit předcházení vážným a trvalým následkům ve zdravotní a sociální oblasti, které pramení z užívání drog. K dispozici jsou prostředky sociální rehabilitace, podpora abstinence, ale i prevence zdravotních rizik u jedinců, kteří neabstínují.

Vzhledem k dělení prevence lze i populaci rozdělit na jednotlivé cílové skupiny, které Kalina (2003, s.17-18) dělí následovně:

- Obecná populace: zaměření hlavně prostřednictvím primární prevence.

- Rizikové skupiny: jsou ohroženy ve větší míře než zbytek populace především díky negativním sociálním nebo zdravotním jevům, vzhledem k užívání drog lze celou skupinu od 13 do 18 let považovat za rizikovou.
- Rizikovní jednotlivci: časté zvýšené riziko vzhledem k individuálním dispozicím, jako například psychické poruchy nebo problémy, genetické predispozice atd. Také blízké příbuzné a přátele závislých lze považovat za rizikové.
- Experimentátoři: osoby, které účinky drog jen zkouší a užívá drogy nepravidelně a zkouší různé typy drog.
- Rekreační uživatelé: drogy se staly součástí životního stylu, přičemž užití se objevuje zhruba jednou za týden a zatím se nevyskytla závislost (LSD, konopí, extáze).
- Pravidelní uživatelé: užití drogy je častější než 1x týdně a již mluvíme o škodlivém užívání a závislosti.
- Problémoví uživatelé: zde řadíme jedince, kteří užívají drogy buď nitrožilně, nebo o dlouhodobé uživatele drog v častých intervalech (nepočítáme zde marihuanu a extázi).
- Závislí: splňují diagnostická kritéria podle MKN 10.
- Prevence se taky zajímá o rodiny a partnery uživatelů, na které je zaměřena především sekundární a terciální prevence.

V roce 2012 proběhlo v rámci Národního výzkumu šetření o zkušenostech s užitím nelegálních drog. Do výzkumu byly zahrnuty jak již známé drogy, tak i nové syntetické a rostlinné drogy. Výzkum byl proveden na běžné populaci (15-64 let) a byly sledovány tři horizonty užívání: celoživotní užívání, v posledním roce a v posledním měsíci. Ve věkové skupině 15-24 let byla prevalence nejvyšší u marihuany 27,9 %, následovaly halucinogenní houby (5,3 %) a extáze (3,6 %) (Chomynová, 2013).

V roce 2018 proběhlo testování dospívající populace, a z výsledků vyplývá, že postupně dochází ke snížení prevalence kouření, užívání alkoholu a také nelegálních drog. U populace dospívajících ve věku 15 let uvedlo zkušenost s konopím 20,0 % chlapců a 17,0 % dívek, což je ve srovnání s šetřením z roku 2014, kdy užití konopné látky uvedlo 22,8 % chlapců a 23,3 % dívek, viditelný pokles (Chomynová, Rous, Mravčík, 2019).

2.3.2 Kriminalita

Kriminalita je obecně známý fenomén, především proto, že je veřejnosti tak často předkládána masovými médii. Realita je však masovými médii značně překroucena, laici mohou nabýt dojmu, že delikvence je každodenní záležitostí. I přes statistické údaje o poklesu kriminality za poslední roky, panuje přesvědčení, že kriminální chování mládeže je stále rozšířenější problém.

Jako první se teorií delikvence zabýval Cesare Lombroso, který svůj koncept zveřejnil roku 1876. Z jeho konceptu je patrný vliv biologického determinismu. Hlavní myšlenkou teorie bylo, že kriminální chování je determinováno určitými fyziologickými deformitami. V moderní době však je tato teorie považována za zastaralou a místo ní nastupuje teorie založená na poznacích o biochemických a fyziologických poruchách. Zde Dolejš (2010) řadí Ellisovu (1994, in Večerka a kol., 2004) aktivační teorii, která tvrdí, že určité vzorce chování v mládí (například hyperaktivita nebo nadměrné vyhledávání stimulace) mohou vést k nárůstu kriminálního chování (úmyslné napadení druhé osoby, závislost na drogách). V elektroencefalografickém záznamu lze u těchto jedinců nalézt častější beta vlny. Eysenckova (in Dolejš, 2010) teorie založená na poruchách druhého typu je jednou ze známých psychologicky zaměřených koncepcí zaměřených na kriminální chování. Velmi obsáhle se výzkumem kriminálního chování zabývá sociologie, jejíž teorii anomie nebo teorii rozbitých oken jsme popsali výše (Dolejš, 2010).

Delikventním chováním se zabývala studie ISRD (International Self-report Delinquency Study), která od roku 1992 monitoruje toto chování ve 13 zemích. V roce 2012 proběhla již třetí vlna testování, které se již účastnilo 30 zemí a mezi nimi i Česká republika. Studie se zabývá oblastmi, jako jsou rizikové faktory delikvence, osobní postoje, životní styl, sebekontrola nebo také viktimizační zkušenost (Moravcová, Podaná, Buriánek a kol., 2015).

V roce 2013 proběhla 3. vlna výzkumu IRSD 3, které se zúčastnilo 2116 respondentů od 13 do 15 let. Nejčastější činností je nelegální stahování z internetu, kterého se dopustilo celých 59 %, druhým nejčastějším přestupkem byla krádež v obchodě (13 %) a třetí příčku zaujal vandalismus (11 %). Závažnějších činů se nedopouští více jak 4 % respondentů. Četnost kriminálního chování se mění, výzkum zjišťoval, zda se trestného činu respondent dopustil za celý život a dále také pouze za posledních 12 měsíců. 38 % respondentů přiznalo, že se dopustilo trestného činu za život a 30 % připustilo delikventní čin za

poslední rok. Dokonce 21 % dětí uvádí dva trestné činy za poslední rok. V roce 2007 proběhla 2. vlna výzkumu a od té doby lze do roku 2013 vidět pokles prevalence o celých 11 % u krádeží v obchodě, v celoživotní prevalenci pak u bitek. Naopak v posledních dvanácti měsících stoupla prevalence krádeží v obchodě (Moravcová, Podaná, Buriánek a kol., 2015).

2.3.3 Šikana, hostilita a agresivní chování

Na úvod této kapitoly je důležité rozlišit pojmy, které jsou zde použity. **Agresivita** může být pojímána jako „vlastnost, postoj nebo vnitřní pohotovost k agresi. V širším slova smyslu se takto označuje schopnost organismu mobilizovat síly k zápasu o dosažení nějakého cíle a schopnost vzdorovat těžkostem.“ (Martínek, 2015, s.10). **Agrese** je pak chápána jako „jednání, jímž se projevuje násilí vůči některému objektu nebo nepřítelství a útočnost s výrazným záměrem ublížit.“ (Martínek, 2015, s.23). Na základě těchto definic můžeme vidět rozdíl mezi těmito pojmy, kdy agresivita je vnímána spíše jako znak nebo dispozice jedince, kdežto agrese v sobě nese jistý záměr někomu ublížit.

Agresi lze popsat a rozdělit do tří dimenzí, přímá x nepřímá, verbální x fyzická, aktivní x pasivní, jejichž kombinacemi dostaneme osm druhů agrese. **Fyzická aktivní přímá agrese** – agresor své oběti fyzicky ubližuje, ponižuje atd. (Ve školách je tato záměrná forma známá jako šikana, viz. níže). **Fyzická aktivní nepřímá agrese** – agresor škodí oběti pomocí prostředníka a pouze přihlíží ubližování, ničeho se nezúčastňuje aktivně. **Fyzická pasivní nepřímá agrese** – příznačné je odmítání požadavků, například odmítnutí pomoci spolužákovi. **Fyzická pasivní přímá agrese** – agresor brání své oběti v tom, aby dosáhla svých cílů (bere oběti pomůcky, sešity, ...). **Verbální aktivní přímá agrese** – agresor svou oběť uráží, nadává jí, shazuje atd. **Verbální aktivní nepřímá agrese** – agresor o své oběti roznáší pomluvy. **Verbální pasivní přímá agrese** – ignorování oběti ze strany agresorů, nereagování na otázky. **Verbální pasivní nepřímá agrese** – situace, kdy se někdo záměrně nezastane oběti, když ji agresor pomlouvá či ponižuje (Martínek, 2015).

Hostilita

Hostilita je velmi často spojována s agresi a obvykle bývá označována jako příčina agrese. Lovaš (2008) však uvádí, že tomu tak nemusí být vždy, a i přes blízkost těchto dvou pojmů je možné je odlišit.

Hartl a Hartlová (2004) označují hostilitu jako nepřátelský postoj, který může být zaměřený na sebe nebo na jiné osoby a projevuje se jako nepřátelství a agresivita. Původem hostility může být žárlivost nebo závist. Může být vyvolaná také na základě chorobného duševního pochodu (například paranoiou nebo mánií). Berkowitz (1993) popisuje hostilitu jako nepřátelský či negativní postoj vůči lidem, který se nemusí projevit pouze jako příčina agrese.

Šikana

Podle metodického pokynu MŠMT ČR (2016) je šikanování „jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat jiného žáka, případně skupinu žáků. Je to cílené a opakované užití fyzických a psychických útoků jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit.“ (MŠMT, 2016). Zahrnuje jak fyzické útoky v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní jako jsou nadávky, pomluvy nebo vyhrožování. Šikana však nemusí být obrácená pouze směrem k žákům, ale také směrem k učitelům. Další formou, která se díky vývoji techniky velmi rozšířila je **kyberšikana**, která probíhá prostřednictvím komunikačních technologií a sociálních sítí (Metodický pokyn MŠMT, 2016).

Rozpoznání šikany není snadné, a to jak pro pedagoga, tak i pro rodiče. Většinou oběť skutečnost, že je šikanovaná skrývá z různých důvodů. Může jimi být stud, oběť si myslí, že její schopnosti ubránit se jsou nedostatečné a že si za šikanování může sama nebo má strach, že pokud by si na šikanu stěžovala, mohou se to agresori dozvědět a začali by oběti ubližovat o to více. Jak už bylo naznačeno výše, ne vždy se jedná o fyzickou šikanu, ale také o psychickou, kterou je o to těžší odhalit. Problémem v odhalení šikany také je, že se oběti šikany může stát jedinec či skupina, která se nějak odlišuje od normy. Často se jedná o jedince, kteří se odlišují například fyzickým vzhledem, inteligencí (jedná se o děti se sníženou inteligencí, ale i naopak o děti nadané), barvou pleti, národností, rasou, náboženským vyznáním či sexuální orientací (Metodický pokyn MŠMT, 2016).

Šikana je dynamický proces, který se netýká pouze vztahu oběti a agresora, ale ovlivňuje veškeré vztahy v kolektivu. Podle Koláře (2011) je pro pedagoga důležité rozpoznat, o jak závažnou šikanu se jedná, aby mohl adekvátně reagovat a svým zásahem situaci nezhoršit. Kolář (2011) rozdělil proces šikany do pěti stadií, každé stadium v sobě zahrnuje určité znaky, podle kterých se může pedagog orientovat a určit, v jakém stadiu šikana je a zahájit vhodnou intervenci.

V roce 2009 (Janošová, Kollerová, Zábrodská, 2014) bylo provedeno anonymní dotazníkové šetření ve větších městech České republiky, které prokázalo výskyt šikany u 11,4 % z celkových 460 respondentů. Csémy a kol. (2014) provedl výzkum agresivního chování na českých školách (celkem 3 165 žáků, průměrný věk 13,9). Nejčastějším projevem byla slovní agrese, které se dopouštělo 69,5 % chlapců a 57,2 % dívek. Fyzická agrese projevená vůči spolužákovi byla zastoupená u chlapců v 60,2 % a ve 22,2 % u dívek. Alarmující je, že necelých 8 % chlapců a 4 % dívek uvedlo také fyzické napadení učitele. Podobných výsledků dosáhl Csémy a kol. (2013), ve výzkumu agrese na školách z pohledu učitelů (celkový počet respondentů byl 1003). Zde asi 75 % učitelů uvedlo, že agrese je častější, než bývala, 19 % mělo pocit, že agrese je na stejné úrovni, jako bývala. Nejčastější je podle učitelů slovní agrese, kterou potvrdilo více než 80 % dotazovaných. S fyzickou agresí se týdně setkalo 25 % učitelů. Vůči vlastní osobě se se slovní agresí setká 44 % učitelů a 49 % učitelek. Fyzickou agresí potvrdilo 6 % učitelů a 4 % učitelek.

2.3.4 Problémové sexuální aktivity

Sexualita a její vývoj je jedním z pěti nejdůležitějších úkolů, který dospívajícího čeká. Na konci tohoto vývoje by měl mít dospívající potřebné postoje, dovednosti a znalosti k tomu, aby vedl zdravý a zodpovědný sexuální život (Paperny, 2011).

V pokynu MŠMT ČR (2015) je za rizikové sexuální chování považován předčasný začátek sexuálního života, vysoká frekvence pohlavních styků, náhodné známosti, promiskuita, prostituční chování, prezentování sex materiálů na internetu, krvavé sexuální praktiky, styk bez použití kondomu mimo dlouhodobé partnerství. Spilková (2010) tvrdí, že rizikové sexuální chování může velmi často souviset se zneužíváním návykových látek, které intenzivně ovlivňují sexuální prožitky. Následkem psychoaktivních látek mohou dospívající jinak vnímat riziko sexuálního styku s neznámým partnerem, náhled chybí na výběr sexuálních partnerů nebo na bezpečnost styku. Nezodpovědný sex s sebou přináší riziko sexuálního zneužití, onemocnění HIV či nechtěného těhotenství. Jako další můžeme u dospívajících pozorovat „vlastní rizikové sexuální chování“, ke kterému je nutno přistupovat velmi citlivě, obzvláště jedná-li se o děti, které se navzájem svlékají, pozorují svá těla či zkoušejí, což je z vývojového hlediska běžné. Jinak je nutno přistupovat k mladistvým, kteří spáchali agresivní, sexuálně motivovaný čin.

Weiss a Zvěřina (2001) provedli výzkum sexuálního chování v ČR a zjistili, že věk prvního pohlavního styku se postupně snižuje. Ve výzkumu provedeném v roce 1993

potvrdili snížení věku prvního pohlavního styku v průměru o dva roky u mužů a o tři roky u žen.

2.3.5 Školní problémy a přestupky

V období školní docházky se škola stává „druhým domovem“, protože v ní adolescent tráví velké procento dne. Ve škole existují psaná i nepsaná pravidla (školní řád, normy, ...), u nichž se předpokládá, že budou dodržovány. Období dospívání s sebou nese velkou řadu změn, díky kterým si dospívající postupně uvědomují i potřebu vzdělání. Tuto změnu můžeme pozorovat například na přeměně vztahu dospívajícího k učiteli. Na nižším stupni je učitel nekriticky přijímán jako autorita, kdežto později se snaží vztah dostat na rovnoprávnější úroveň (Dolejš, 2010).

Existují různé typologie, jak problémové chování dělit. Auger a Boucharlat (2005) na základě odpovědí pedagogů stanovili dva typy problémových žáků. Za problémové jsou považováni ti, kteří *vyrušují v hodině* a do druhé skupiny řadí žáky, kteří *odmítají pracovat*. Žáky, kteří *vyrušují*, lze pak dělit na **neklidné** žáky (chvilku neposedí, nesoustředí se, jsou neklidní), **konfliktní** žáky (tendence vyvolávat konflikty), žáky **provokující** (šáskují, dělají naschvály) a žáky **agresivní** (agrese je vyvolána jako reakce na příkaz).

Všeobecně existuje několik aktivit a způsobů chování, které lze považovat za problémové. Kyriacou (2005) píše o sedmi oblastech, se kterými se pedagog nejčastěji setkává ve své praxi. Jsou jimi šikana, záškoláctví, vyloučení ze školy, stres, zneužití, prožívání hlubokého zármutku a kriminalita. V návaznosti na výzkum prováděný v rámci této práce se zaměříme na záškoláctví.

Podle MŠMT (2017) je jako záškoláctví chápána neomluvená absence žáka, přičemž absenci omlouvá učitel na základě žádosti ze strany rodiče. Jelikož je školní docházka povinná, jedná se jednak o porušení školního řádu, ale také o porušení školského zákona. V souvislosti se záškoláctvím se také velmi často vyskytuje i další rizikové chování. Na příčiny záškoláctví lze pohlížet různými způsoby. Lazarová (1998) uvádí tři možnosti, proč k záškoláctví dochází a můžeme na něj nahlížet jako na:

- a) Reaktivní akt – hlavní komponentou je strach, který může pramenit ze situací ve škole (zkoušení, trest apod.). Ve většině případů má žák zkušenost s nějakou nepříjemnou situací, má strach a díky tomu jedná impulzivně, zkratkovitě.

Dostává se do bludného kruhu, kdy nepřítomnost ve výuce vyvolá strach z trestu, který za absenci hrozí.

- b) Výbuch – zde je přítomen strach, který existuje delší dobu (posměch či šikana) a záškoláctví je určitým útekem z frustrujícího prostředí. Absence bývá většinou promyšlená a plánovaná
- c) Dobrou zábavu – žák často absentuje společně se svými kamarády a potuluje se po městě.

Kyriacou (2005) považuje za „záškoláctví“ situaci, kdy žák není ve škole a pro absenci nemá legální důvod. Existuje mnoho důvodů, proč žák absentuje a není vždy jednoduché rozhodnout, zda se o záškoláctví jedná nebo ne. Proto Kyriacou (2005) vymezil pět kategorií, které mohou být nápomocny při posuzování takového chování.

- 1) Za pravé záškoláctví považuje situaci, kdy rodiče nevědí, že žák do školy nechodí.
- 2) Žák do školy nechodí s vědomím rodičů. Obvykle proto, že s něčím rodičům pomáhají či hlídají nemocného sourozence.
- 3) Záškolák, který klame své rodiče, většinou simuluje nemoc a rodič mu je ochoten napsat omluvenku.
- 4) Útěky ze školy jsou typické tím, že si žák nechá zapsat docházku ráno a během dne na část vyučování odejde.
- 5) Odmítání školy se objevuje u žáků, kteří zde zažívají pocity strachu a deprese.

Výzkum Hofferkové (2017) byl uskutečněn v Královehradeckém a Pardubickém kraji a byl zaměřen na rizikové chování. Výzkum čítal 654 žáků s průměrným věkem 16,66 let. Výzkum prokázal, že pokud se žák dopouští jednoho rizikového chování, respektive záškoláctví, vyskytne se u něj i jiný druh. Výzkum také prokázal signifikantní korelaci mezi věkem a záškoláctvím. S rostoucím věkem roste také tendence absentovat ve škole, nejčastější chování je pozdní příchod a vyhýbání se zkoušení.

3 Zátěž a stres

Následující kapitola bude zaměřená na pojmy zátěž a stres. Tématem stresu a zátěže se zabývalo mnoho autorů (Selye, Lazarus, Holmes a Rahe, Křivohlavý, Paulík...), kteří se zmíněné dva blízké pojmy snažili vysvětlit. V této kapitole se nejdříve zaměříme na definici těchto pojmů. Dále následují teorie, které se snaží vysvětlit původ tohoto fenoménu, a to z hlediska biologického či psychologického. Popsány budou také stresory a jejich dělení z pohledu několika autorů. Konec kapitoly bude věnován možným zdrojům stresu, které se mohou vyskytnout právě u dospívajících. Celá kapitola bude uzavřena tématem zvládnání stresu a zátěže.

3.1 Definice zátěže a stresu

Stres je v moderní době velmi často užívaným pojmem a ve svém hovorovém slovníku jej dnes užívají už i velmi mladí lidé. Obecně můžeme od starších generací slyšet, že v mládí přece žádný stres není. Ovšem vzhledem k tomu, kolik změn se v adolescenci odehrává, je stres téměř na denním pořádku, jelikož je ovlivňován jak biologickými, tak společenskými změnami.

V literatuře existuje nespočet definicí stresu a spousta literatury se zaměřuje na to, jak jej zvládnout. Slovo stres má původ v anglickém „stress“, které pochází z latinského slovesa „stringo, stringere, strinxi, strictum“ a znamená „působit tlakem na daný předmět“. Přeneseně lze slovo stres chápat jako „být vystaven nejruznějším tlakům“ nebo „být v tísní“ (Křivohlavý 1994). Všeobecně je tedy stres chápán v negativním smyslu jako něco, co člověka ohrožuje. Paulík (2010) píše o stresu jako specifickém případě zátěže, která je chápána obecněji. Stres chápe jako stav, kdy míra zátěže přesáhne hranici, kdy je jedinec schopen jej zvládat a adaptace organismu v dané situaci již nedostačuje.

Mlčák (2011) uvádí definici stresu jako fenoménu, který je způsoben určitou mírou nerovnováhy. Jedinec v průběhu života zažívá spousta náročných situací, kterým je třeba se přizpůsobit a adekvátně je zvládat. To, do jaké míry je jedinec schopen se adaptovat, má vliv na dopad stresu jedince, a tudíž i na jeho zdraví.

Křivohlavý (2009, s.170) uvádí definici stresu jako *„negativního emocionálního zážitku, který je doprovázen určitým souborem biochemických, fyziologických, kognitivních a behaviorálních změn, jež jsou zaměřeny na změnu situace, která člověka ohrožuje, nebo na přizpůsobení se tomu, co nelze změnit.“*

Křivohlavý (2009) však označuje podobné definice jako příliš popisné. Později, na základě výzkumu, byla definice upravena a zřetel byl brán i na „*teorii dvojího zhodnocení*“. Definice tak bere v potaz poměr mezi tím, co jedinec subjektivně chápe jako ohrožující a porovnává to s vlastní možností řešit danou situaci. V návaznosti na to pak můžeme stres rozdělit na **distres**, což je negativně prožívaný stres, který s sebou nese silně negativní emocionální příznaky. Poměr sil, které má člověk na zvládnutí situace, a to do jaké míry je ohrožen, je negativní a jedinec není schopen situaci zvládnout. Naopak jako **eustres** lze označit situace, které jsou pro nás neutrální nebo spíše pozitivní. Eustres prožívá jedinec tehdy, pokud se pokouší zvládnout něco, co je sice náročné, ale přináší mu to radost. Například narození dítěte či svatba přináší radost i když při velkém napětí.

3.2 Teorie stresu

Za průkopníka studií o stresu by mohl být považován I. P. Pavlov, který se ve svém výzkumu zabýval fyziologickými změnami u zvířat, která byla vystavována těžkým konfliktním situacím. Ty bychom v dnešní době mohli nazvat „stresovými“. Podobně se studiem fyziologických změn u zvířat zabýval také W. Cannon, který zjistil, že při velké zátěži organismus mobilizuje své síly a dochází ke zvýšení sympatického nervového systému (Křivohlavý, 2009).

3.2.1 Biologická teorie stresu

Biologická teorie Selyeho (1978) je založena na fyziologických změnách v organismu. Selye byl považován za průkopníka tzv. „*kortikoidního pojetí stresu*“, jelikož při svém výzkumu zjistil, že při zátěži dochází ke zvýšení funkce nadledvinek, vylučujících kortizol (Křivohlavý, 2009). Tato teorie staví na konceptu považujícím stres za stav, který se projevuje specifickým syndromem. Z jeho pozorování pak vyplývá, že ať už je druh zátěže různý, lze pozorovat stejné fyziologické změny v organismu. Tento syndrom pojmenoval *obecný adaptační syndrom* (GAS – General Adaptation Syndrom), který rozdělil do tří fází:

- 1) Poplachová reakce – dochází ke střetnutí se stresorem a organismus mobilizuje síly. Zvyšuje se sekrece adrenalinu do krve, čímž se zrychluje srdeční tep, frekvence dýchání a organismus se připravuje k reakci „boj nebo útěk“.
- 2) Fáze rezistence – organismus se snaží udržet úroveň adaptace na stresor. Pokud však stresor trvá příliš dlouho, může docházet k nemocem, které vznikají díky dlouhodobé adaptaci (např. žaludeční vředy, kardiovaskulární onemocnění).

3) Fáze vyčerpání – při dlouhém trvání stresoru se organismus hroutí (Selye, 1978).

3.2.2 Psychologická teorie stresu

Autorem psychologické teorie stresu je R. S. Lazarus, který se ve své koncepci soustředil na psychiku jedince, který zažívá stres. Pozoroval, jak lidé reagují na stres a jak o něm přemýšlejí. V návaznosti na svá pozorování vytvořil *model dvojího zhodnocení* ohrožující situace. V první fázi dochází k *prvotnímu zhodnocení situace*, kdy jedinec hodnotí, jaké riziko mu hrozí, a to nejen aktuálně, ale i v budoucnu. Při *druhotném zhodnocení situace* zvažuje jedinec své možnosti a schopnosti situaci zvládnout. V průběhu zhodnocení bere jedinec také v potaz *zranitelnost*, například zranitelnější je dítě oproti dospělému, člověk bez zkušeností oproti tomu, kdo již má nějakou zkušenost. (Lazarus 1966).

3.2.3 Teorie stresu A. Steinberga a R. F. Ritzmanna

Ritzmann a Steinberg (1990) ve své práci chápou stres jako přetížení nebo podtížení živého systému na jeho vstupu nebo výstupu. Přetížení (nebo podtížení) může být hmotné, energetické nebo infomační. Pokud dochází k vstupnímu podtížení a výstupnímu přetížení, systém má snížené množství energie či informací, pokud je však systém přetížen na vstupu a výstup je podtížen, systém má přemíru energie nebo informací. Mezi vstupní podtlaky můžeme řadit živiny, vodu, teplo, smyslovou stimulaci či sociální kontakt. Vstupní přetížení může být způsobeno přebytkem smyslové stimulace, živin nebo také jedů a virů. Živiny, energie a informace hrají roli také na nezatíženém nebo přetíženém výstupu. Je důležité vědět, že poměr mezi vstupy a výstupy by měl být v rovnováze, pokud tomu tak není, dochází v systému k odchylce od homeostázy a systém je nucen se přizpůsobovat.

3.3 Stresory

Jako stresor je obecně považováno vše, co v nás vyvolává tlak. Selye (1978) označuje jako stresor vše, čemu musíme přizpůsobit, vše, co má na organismus určité požadavky. Stresor pak vyvolává stresovou reakci, na kterou jedinec reaguje poplachovou reakcí „boj nebo útek“.

Podle Rheinwaldové (1995) lze dělit stresory na **myšlenkové**, které vznikají z pohledu na sebe sama, na svět nebo z pohledu na druhé lidi. Jsou velmi ovlivňovány vysokým nebo nízkým sebevědomím. **Emoční** stresory souvisí s úzkostí a frustrací nebo nenaplněnými očekáváním. **Úkolové** stresory pramení z toho, jak jedinec řeší problémy a úkoly, jak zvládá zátěž a vysokou zodpovědnost. **Fyzikální** stresory pocházejí z vlivů

okolí, kde žijeme. Poslední skupinou jsou **rozhodovací** stresory, které se objeví, pokud jedinec zažívá rozpor dvou motivů.

Nakonečný (2004) dělí stresory na čtyři skupiny. Jako první uvádí stresory **vztahové** (konflikty, problémy v rodině, s partnerem apod.), následují stresory **pracovní** (pracovní přetížení, nevyhovující pracovní podmínky, konflikty s nadřízenými, předpoklad nezaměstnanosti atd.). Třetí skupinou jsou **zdravotní** stresory (trvalé důsledky úrazu, závažné onemocnění apod.) a jako poslední jsou stresory nárokové (špatné bydlení, nedostatek financí, málo volného času apod.).

Selye (1978) dělí stresory na fyzikální a emocionální. **Fyzikálními** stresory chápe nikotin, alkohol, kofein a podobné drogy, které jinak nazývá skoro-jedy. Také zde řadí radiaci, znečištěný vzduch, vibrace, otřesy, příliš silné magnetické pole, viry, bakterie, nehody úrazy, těhotenství, znásilnění atd. Jako **emocionální** stresory označuje anxiozitu, zármutek, strach, nenávisť, nepřátelství, nevypěstlost, senzoryckou deprivaci a jim podobné.

Stresory lze také dělit podle kvantitativního hlediska. Křivohlavý (1994) píše o mikrostressorech a makrostressorech. **Mikrostressory** vyvolávají stres, který je způsoben z mírných nebo velmi mírných okolností. Po většinu času jsou pociťovány dlouhodobě, nějakou dobu se hromadí až do chvíle, kdy dosáhnou hranice stresu. **Makrostressory** jsou velice ničivé vlivy, které když překročí určitou hranici, spustí stresovou reakci.

Křivohlavý (2009) uvádí ještě další možné dělení podle toho, jaký vliv mají na život. **Stresory** jsou vnímány jako negativní okolnosti, díky kterým je člověk vystaven tlaku. Tyto stresory pak mohou vést k tíživé životní situaci. **Salutory** jsou pak chápány jako pozitivní životní faktory vzbuzující v člověku sílu a dodávající mu odvalu. Mezi salutory můžeme řadit například smysluplnost činnosti, pochvalu od uznávaných lidí nebo přesvědčení o hodnotě cílů.

Holmes a Rahe (1967) ve své práci „The Social Readjustment Rating Scale“ uveřejnili škálu stresových situací, která je výčtem situací stresových situací v životě. Do této škály jsou řazeny nejen negativní události, ale také ty pozitivní, protože i ty s sebou přinášejí jistou zátěž (např. svatba).

3.4 Reakce na stres

V předchozích kapitolách byly popsány definice stresu a také teorie jejich vzniku. Následně byly uvedeny zdroje stresu neboli stresory, které byly rozděleny podle

nejrůznějších kritérií. V této kapitole bude uvedeno, co tyto stresory mohou způsobovat a jak na ně může organismus reagovat.

V návaznosti na působící stres se mohou u člověka vyskytnout nejrůznější příznaky. Křivohlavý (1994) uvádí, že na příznaky lze pohlížet z psychologického, medicínského neboli fyziologického a behaviorálního hlediska. Jako **psychologické** příznaky pak označuje rychlé změny nálady, stažení se do sebe a omezení kontaktu s ostatními lidmi, starosti o vlastní zdraví, pocity únavy a poruchy soustředění, zvýšenou podrážděnost a úzkostnost. Mezi **fyziologické** příznaky lze řadit bušení srdce, bolest hrudní kosti, nechutenství a plynatost, průjem, časté nucení k močení, migrénu, sexuální impotenci, nepříjemné pocity v krku, bolesti hlavy, napětí v krční oblasti. **Behaviorální** příznaky se projevují nerozhodností, zvýšenou nemocností, pomalé uzdravování, zvýšenou konzumací alkoholu a častějším kouřením, vyšší závislostí na drogách, přejídáním nebo ztrátou chuti k jídlu, zvýšení nekvalitnosti práce.

Podobně dělí reakce na stres Wilkinson (2001), který varuje před nárůstem nervozity, podrážděnosti a náladovosti, které spadají do **emocionálních** reakcí. Výrazná bývá nechuť nebo naopak přejídání. Objevuje se plačtivost, neschopnost se rozhodnout, nutkání utéct a schovat se, frustrace a agrese. Mezi **fyziologickými** reakcemi jsou, kromě výše uvedených, zařazeny navíc mravenčení, pocení, mělké dýchání, slabost končetin, sucho v ústech. Také **chování** lidí zatížených stresem se mění. Někdy vyhledávají oporu u blízkých, jindy chtějí být sami. K vykonání činnosti potřebují ujištění od jiných lidí a jejich pochopení.

Působení stresu může vyvolat nejrůznější reakce Sawicki, Wedlichová & Fleischmann, (2008) je dělí pouze na dvě skupiny, jimiž jsou psychická a fyziologická reakce na stres:

- 1) Psychická reakce na stres – je způsobena tím, že stres vyvolává emoční reakce v dimenzi od veselosti po úzkost, depresi a vztek. Jestliže stres trvá déle, emoce začínají kolísat podle toho, jaká je úspěšnost řešení situace. Nejčastější reakcí na stres je úzkost, která může být následkem například posttraumatické stresové poruchy. Další emoci prožívanou při velké zátěži je vztek, jenž velmi často vede k agresi. Důvodem prožívání vzteku a následné agrese je frustrace. Tu jedinec pocítuje, pokud je mu znemožněno dosáhnout stanoveného cíle. K vybití nahromaděné agrese pak dochází vůči objektu frustrace, pokud to však není možné, volí jedinec náhradní objekt (např. frustrované dítě může vybit svou agresi ve

škole), někdy může jedinec obrátit agresí vůči sobě. U dětí se občas stává, že frustrace je přeměněna na tendenci upoutat pozornost, což se může projevit krádežemi, kouřením, zlobením atd. Další reakcí na stres je apatie, která když je dlouhodobá, může přerůst v depresi. V důsledku dlouhodobého působení stresu mohou také slábnout kognitivní funkce, nejčastěji lze změnu pozorovat ve zhoršení soustředění.

- 2) Fyziologická reakce na stres – se objevuje při stresových situacích, jelikož tělo spouští reakci „boj nebo útěk“. V těle se zrychluje metabolismus, zvyšuje se srdeční frekvence, činnosti organismu, které nejsou potřebné, jsou zpomalené, do krve jsou vylučovány endorfiny, zužují se krevní cévy, produkce červených i bílých krvinek se zvyšuje.

3.5 Zátěž v adolescenci

Na období dospívání je nahlíženo jako na zátěžové z toho důvodu, kolik změn se v něm odehrává a kolik vývojových úkolů musí dospívající zvládnout, aby byl připraven na dospělost. Tyrlik (2012) popisuje zdroje zátěže na základě Maslowovy pyramidy potřeb. Jako základní pilíř je považováno naplnění biologických potřeb. V současnosti se s dlouhodobou frustrací uspokojování těchto potřeb (příjem potravy, vhodné fyziologické podmínky pro život) setkáváme jen velmi zřídka. O poznání častěji dochází u adolescenta k zvýšení zátěže při uspokojování sociálních potřeb. Hlavními zdroji zátěže v sociální oblasti jsou rodina a vrstevnická skupina. V rodině může zátěž pramenit z agresivního chování rodičů vůči dítěti nebo naopak z jejich nezájmu a zanedbávání. Při dlouhodobém nezájmu rodičů o dítě u něj vznikají tendence řešit problémy samostatně. Tato řešení však často nebývají konstruktivní, naopak jsou tyto vzorce chování nefunkční, nežádoucí, nemorální či protiprávní.

Za velmi zatěžující jsou považovány konflikty rodičů, jejich rozchod či rozvod. Lamb (1999, in Pavlát 2005) uvádí, že ke zdravému rozvoji dítěte v sociální, emoční, osobnostní i rozumové oblasti, je zapotřebí nenarušený vztah s oběma rodiči. Zvýšené riziko poruch dítěte je pak důsledkem narušení tohoto vztahu. Tyrlik (2012) označuje jako zatěžující také situaci po rozvodu, kdy zatěžující může být přijetí nového partnera jednoho z rodičů za vlastního. Zátěž se však zvyšuje i v případě, kdy rodič zůstane sám, kdy následkem je snížení materiálního zabezpečení a přijetí větší zodpovědnosti. Na základě výzkumů (Amato, 1994; Amato & Keith, 1991) bylo zjištěno, že děti z rozvedených rodin mají častěji problémy s přizpůsobením a tyto problémy přetrvávají až do dospělosti.

Častěji dosahují nižšího vzdělání než děti z rodin úplných. Také příjmy jsou nižší, z čehož plyne, že jsou častěji odkázáni na sociální podporu.

Proces utváření sebepojetí je značně významný a obzvláště pro období dospívání. Proto je také považován za zatěžující. Markus a Wurf (1987) přepokládají rozvoj sebepojetí na základě různých sociálních zdrojů poskytujících informace. Na počátku, asi ve třech letech, kdy rozvoj sebe prezentace začíná, jsou zdrojem informací rodiče. V dětství, a především v dospívání, se zdrojem informací stává vrstevnická skupina, v pozdější adolescenci i společnost jako taková, média a internet. Zátěž se objevuje tehdy, pokud je sebepojetí v rozporu s očekáváním nebo s normami společnosti.

Tyrlík (2012) dodává, že zátěž lze chápat jak negativně, tak i pozitivně. Pokud je zátěž negativní, pak má tendenci a sílu jedince ruinit a směřuje k dezintegraci systému. Negativní zátěž je taková, kterou se svým blízkým snažíme odejmout a na druhou stranu ji přejeme svým protivníkům. Jako pozitivní ji vnímáme tehdy, když může vést k osobnímu rozvoji, pokud ji překonáme.

3.6 Zvládání zátěže

Zvládání zátěže je velmi obsáhlý a často užívaný pojem, kterým se zabývalo mnoho autorů i mimo oblast psychologie. Z toho důvodu existuje i větší množství pojmů, které se k pojmu zvládání váží a vzájemně souvisí. V této kapitole se budeme zabývat především pojmem „coping“, ovšem krátce se zmíníme i o ostatních blízkých tématech.

Blízkým pojmem, který se váže ke konceptu zvládání zátěže je **adaptace**, jinak také přizpůsobování. Jedinec se může přizpůsobovat jednak svému okolí, nebo své okolí přizpůsobuje sobě podle svých potřeb. Slovo adaptace je odvozeno z latinského „adaptare“, což v překladu znamená „připravit se; vyzbrojit se k boji; duševně se připravit na těžkou životní zkoušku“. Přeneseně tedy „být připraven na to, co mě čeká“. Pojmem adaptace se zabývá velké množství oborů. Lze jej najít v oblasti sociologie, biologie, dokonce i v technických oborech jako například architektura. V psychologii je nutné na adaptaci nahlížet z bio-psycho-sociálního hlediska (Křivohlavý, 1994).

Paulík (2010) píše o adaptaci jako o podmínce pro přežití, jelikož organismu umožňuje přizpůsobit se prostředí. Mechanismus adaptace spočívá ve vzájemné souhře několika systémů a částí tak, aby bylo opět dosaženo homeostázy.

Piaget (1970) rozvádí pojem adaptace a uvádí dva dílčí procesy, které se k adaptaci vztahují. Prvním pojmem je *asimilace*, která má v sobě aktivní komponentu. Jedinec v průběhu asimilace totiž přizpůsobuje své okolí sobě. Druhým pojmem je *akomodace*, která je více pasivní a jedinec se přizpůsobuje svému okolí.

Křivohlavý (1994) upozorňuje na nutnost odlišit od sebe již zmíněné pojmy adaptace a coping. Adaptace má podle něj být chápána jako proces, kdy se člověk vyrovnává se zátěží, která svou mírou nepřekračuje normální hranici únosnosti, tudíž se pohybuje v relativně běžných mezích. Naopak coping představuje aktivní vyrovnávání se s nadlimitní, často nepřiměřenou zátěží, která může být neúnosná z hlediska časového (trvá příliš dlouho) nebo z hlediska intenzity (má mimořádnou sílu). Většinou jde o neobvyklé situace v životě, které jsou více či méně očekávané.

Coping (počeštěně „koupink“) lze z anglického originálu přeložit jako zvládací způsoby a dovednosti či strategie zpracování nebo zvládání stresu. Jsou to, do jisté míry aktivní odpovědi organismu, které směřují k opětovnému dosažení výchozího stavu organismu, popřípadě udržují organismus v takovém stavu, aby nedošlo k většímu odchýlení od výchozího stavu. Způsoby zvládání stresu jsou pojímány jako relativně stabilní konstanty, to znamená, že se v čase příliš nemění (Janke & Erdmannová, 2003).

Strategiemi zvládání stresu lze pak označit jako dílčí procesy a jednotlivé přístupy copingu. Křivohlavý (2010) píše o základním dělení těchto strategií, které lze dělit podle toho, zda jsou zaměřené na řešení problému nebo na vyrovnání se s emocionálním stavem, který je způsoben stresem. Strategie zaměřené na zvládání problému vedou k aktivitě jedince, který se snaží aktivně zmírnit působení stresoru. Strategie zaměřené na zvládání emocí naopak směřují k vyrovnání se se změněným emocionálním stavem, který nastal díky zátěžové situaci.

Výzkum strategií zvládání zátěže (Folkman, Lazarus, Dunkel-Schettere, DeLongis & Gruen, 1986) zaměřený na manželské páry vedl k rozšíření jejich seznamu. Páry byly po dobu půl roku dotazovány na stresové situace, které zažily a na jejich zvládání. Na základě tohoto šetření bylo možné identifikovat následující zvládací strategie:

- Konfrontační způsob zvládání.
- Distancování se.
- Sebekontrola.
- Hledání sociální opory.

- Přijetí zodpovědnosti.
- Snaha utéct nebo se vyhnout stresové situaci.
- Plánované hledání řešení problému.
- Hledání pozitiv dané situace.

Janke a Erdmannová (2003) popisují strategie zvládání jako psychické strategie, které je možné dělit na akční a intrapsychické způsoby zvládání zátěže. Tyto způsoby, které jedinec užívá, jsou relativně nezávislé na zátěžové situaci, z čehož vyplývá, že specifická strategie zvládání se nevztahuje pouze na určitou situaci, což lze označit jako „situační konstantu“. „Reakční konstantou“ je míněno, že strategie zvládání nejsou závislé na druhu reakce na zátěž.

Empirická část

4 Výzkumný problém, cíle práce a hypotézy

Hlavním úkolem výzkumu je identifikace rizikového chování a jeho konkrétních forem u adolescentů v souvislosti s mírou zátěže a jejího zvládnání. Zajímá nás, zda se v těchto ohledech liší žáci různých typů středních škol, a to konkrétně v oblasti Krnova, neboť město Krnov je největším městem okresu Bruntál. V celém okrese žije 92 018 obyvatel a z toho 25 % (23 397) obyvatel žije v Krnově. Ve věkové kohortě 15-19 let, která byla pro výzkum diplomové práce ústřední, žije v tomto regionu celkem 4 390 dospívajících právě v tomto věku (ČSÚ, 2019).

V Krnově je celkem 7 středních škol různého typu a zaměření (učiliště, střední odborná škola, gymnázium), které navštěvují studenti z Krnova i okolních měst. Vzhledem k různorodosti typů škol, bylo město Krnov shledáno jako zajímavé pro uskutečnění výzkumu. Krnov nabízí také širokou škálu volnočasových aktivit a sportovních kroužků pro děti a mládež. Mimo jiné jsou zde dvě umělecké školy, městské lázně, koupaliště, a Středisko volného času pro děti a mládež atd. (Střední školy, nedat.; Život ve městě, nedat.). Vzhledem k možnostem trávení volného času, které Krnov nabízí, nás zajímalo, jaká zde bude prevalence rizikového chování.

4.1 Cíle výzkumu

Cílem výzkumu této diplomové práce je identifikovat vybrané formy rizikového chování dospívajících v souvislosti s mírou zátěže a strategiemi, jak tuto zátěž zvládat. Výzkum je založen na popisu (deskripci) jednotlivých forem chování, zátěžových situací a copingových strategií, a dále jsou nacházeny souvislosti (korelace) mezi zkoumanými faktory. Výzkum se také zabývá výskytem faktorů a jejich rozdíly mezi chlapci a dívkami a žáky různých typů středních škol.

4.2 Výzkumné hypotézy

Výzkumné hypotézy jsou formulovány na základě cílů této diplomové práce. Pro lepší přehlednost jsou hypotézy rozděleny do tří okruhů, podle toho, čím se zabývají. První okruh hypotéz se zabývá rozdíly mezi pohlavími, neboť tyto byly v dosavadní literatuře často shledávány relevantními. Druhá oblast hypotéz je zaměřená na statistické rozdíly mezi jednotlivými školami a poslední se zabývá souvislostmi mezi jednotlivými faktory.

1. Hypotézy, které ověřují statisticky významné rozdíly mezi pohlavími

H1: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru pozitivní strategie (SVF 78) mezi dívkami a chlapci.

H2: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru negativní strategie (SVF 78) mezi dívkami a chlapci.

H3: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru celkový skóre (VRCHA) mezi chlapci a dívkami.

H4: Existuje statisticky významný rozdíl v prožívání zátěže (SRRS) mezi chlapci a dívkami.

2. Hypotézy ověřující statisticky významné rozdíly mezi jednotlivými školami

H5: Existuje statistický rozdíl v rizikovém chování (VRCHA) mezi jednotlivými školami.

H6: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru pozitivní strategie (SVF 78) mezi jednotlivými školami.

H7: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru negativní strategie (SVF 78) mezi jednotlivými školami.

3. Hypotézy ověřující souvislosti mezi faktory jednotlivých metod

H8: Existuje souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a prožívanou zátěží (SRRS).

H9: Existuje souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a pozitivními strategiemi zvládání zátěže (SVF 78).

H10: Existuje souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a negativními strategiemi zvládání zátěže (SVF 78).

H11: Existuje souvislost mezi prožitou zátěží (SRRS) a pozitivními strategiemi (SVF 78).

H12: Existuje souvislost mezi prožitou zátěží (SRRS) a negativními strategiemi (SVF 78).

5 Základní a výběrový soubor

Studie se zúčastnilo celkem 354 dospívajících ve věku od 15 do 19 let, kteří navštěvují střední školu v Krnově. Dle statistik ČSÚ (2019) studovalo ve školním roce 2018/2019 v Moravskoslezském kraji celkem 47 158 žáků a z toho 45 640 navštěvovalo denní formu studia. Výzkumný soubor tak pokrývá 0,7 % populace středoškoláků v Moravskoslezském kraji.

Do výzkumu se zapojili studenti ze tří středních škol v Krnově. Z důvodu zachování anonymity budou tyto školy v práci nazývány podle všeobecného typu dané školy. Výzkumu se tedy zúčastnilo učiliště, které nabízí také nadstavbové studium, tudíž mohly být získány dotazníky také ze čtvrtého ročníku. Další školou účastnicí se výzkumu byla střední odborná škola a poslední školou bylo gymnázium (osmiletá i čtyřletá forma studia).

5.1 Popis výzkumného souboru

Vzhledem k použitým metodám (VRCHA, SRRS, SVF 78) se výzkumu zúčastnili žáci ve věkovém rozmezí od 15 do 19 let. Doporučená věková hranice dotazníku VRCHA je stanovena od 11 do 15 let (Dolejš a Skopal, 2015), ovšem ve výzkumu Dolejš a Zemanové (2015) bylo prokázáno, že dotazník lze využít i při testování žáků ve věku 15–19 let. Dotazník SVF 78 je standardizován na populaci od 20 let, ovšem Urbanovská (2009) na základě provedeného výzkumu uvádí, že metoda SVF 78 může být administrována také studentům středních škol. Poslední metoda SRRS je určena pro skupinu dospívajících. Kritéria stanovená pro výzkumný soubor byla následující:

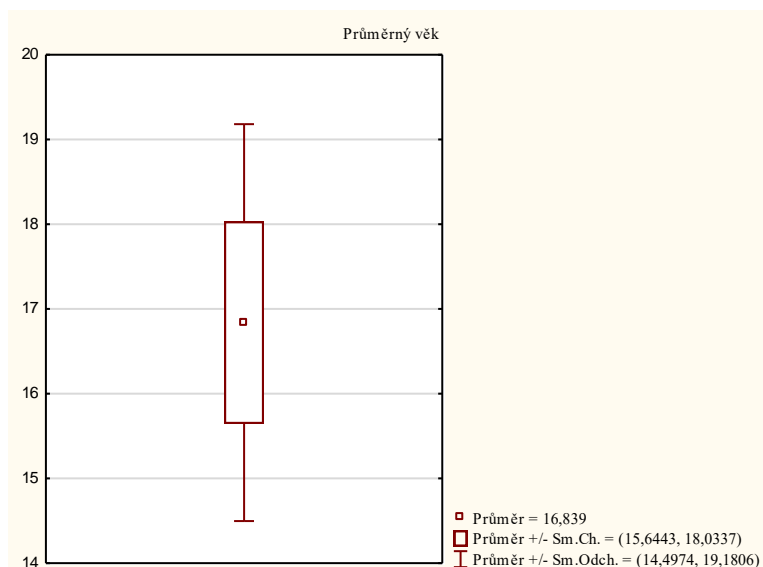
- a) věk respondentů;
- b) respondenti navštěvují střední školu;
- c) střední škola se nachází v Krnově.

Vzhledem k počtu středních škol v Krnově (celkem 7) bylo původně uvažováno o spolupráci se 4 z nich. Získání adekvátně vysokého počtu respondentů není lehké, a proto byly osloveny celkem 4 školy, z čehož pouze tři byly ochotny spolupracovat. Celkem se tedy zapojily tři školy, přičemž z každé školy se testování zúčastnily 4 třídy ze čtyř ročníků. Jelikož gymnázium zahrnuje jak čtyřletou formu, tak i víceletou formu, bylo na gymnáziu testováno celkem 8 tříd, 4 na čtyřletém a 4 na osmiletém, opět ze všech ročníků.

Testování proběhlo v říjnu 2019 a celkem se ho zúčastnilo 362 studentů, z čehož po očištění dat zůstalo 354 respondentů. Z celkového počtu 354 respondentů, jejichž

průměrný věk je možné vidět v grafu číslo 1 (M věk = 16,84; SD = 1,19), bylo 226 dívek (M věk = 16,92; SD = 1,18) a 128 chlapců (M věk = 16,56; SD = 1,20).

Graf 1 Průměrný věk výzkumného souboru



Vzhledem k cílům této práce je níže uvedena tabulka číslo 1, která znázorňuje rozdělení respondentů podle typu školy, kterou navštěvují. Celkem se výzkumu účastnilo 354 respondentů, z čehož 74 navštěvují učiliště, 95 střední odbornou školu, 101 čtyřleté gymnázium a 84 osmileté gymnázium.

Tabulka 1 Rozdělení respondentů podle typu školy

Škola	Celkem	Chlapci	Dívky
Učiliště	74	40	34
Střední odborná škola	95	22	73
Čtyřleté gymnázium	101	42	59
Osmileté gymnázium	84	24	60

Jen informativně je uvedena tabulka číslo 2, která ukazuje rozdělení respondentů podle ročníků.

Tabulka 2 Rozdělení respondentů podle ročníků

Ročník	Celkem	Chlapci	Dívky
1. ročník	81 (23 %)	40	41
2. ročník	107 (30 %)	42	65
3. ročník	78 (22 %)	18	60
4. ročník	88 (25 %)	28	60

6 Metody získávání dat

V následujících kapitolách budou detailně popsány jednotlivé psychodiagnostické metody, které byly použity při sběru dat. Výzkum byl koncipován jako kvantitativní, konkrétně šlo o srovnávací studii. Pro výzkum provedený v rámci diplomové práce byly využity 3 psychodiagnostické metody v návaznosti na zvolený kvantitativní typ výzkumu:

- 1) Výskyt rizikového chování u adolescentů (VRCHA) (Skopal & Dolejš, 2015);
- 2) Škála sociálního přizpůsobení pro dospívající (SRRS) (Holmes & Rahe, 1967; Rahe, Meyer, Smith, Kjaer, Holmes, 1964);
- 3) Strategie zvládání stresu (SVF 78) (Janke & Erdmannová, 2003).

6.1.1 Výskyt rizikového chování u adolescentů VRCHA

Autory dotazníku s názvem Výskyt rizikového chování v adolescenci jsou Dolejš a Skopal (Dolejš & Skopal, 2015). Tato metoda umožňuje získání dvou typů informací. Prvním typem jsou informace o výskytu rizikového chování určitého druhu (například kouření, krádeže atd.), které poskytuje dotazník jako metoda. Konkrétní výskyt rizikového chování pak může být srovnán se standardizační skupinou. Dotazník může být v určitých oblastech využit také jako podklad pro tvorbu primárně preventivních programů. Druhý typ poskytnutých informací se týká faktorů měřených metodou. Na základě vytvořených standardizačních norem může být dospívající popsán v dimenzi nerizikový – vysoce rizikový v oblastech abúzu, delikventního chování a šikany (z pohledu oběti).

Během vývoje dotazníku bylo provedeno několik výzkumů (Dolejš, Skopal, Suchá a kol., 2014; Skopal, Dolejš, Suchá a Vavrysová, 2014; Zemanová a Dolejš, 2015), na základě kterých byla metoda standardizována a upravena. Nejčastěji byl dotazník distribuován dospívajícím ve věku od 11 do 15 let. Zemanová a Dolejš (2015) jej použili při výzkumu populace adolescentů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež (NZDM) ve věku 15-19 let.

Dotazník VRCHA obsahuje celkové 18 položek, které jsou rozděleny do tří faktorů, charakterizovaných následovně:

- a) Abúzus – tento faktor je sycen 7 položkami dotazníku, zjišťujícími informace o užívání návykových látek, kouření a pohlavním styku. Bodové rozmezí této subškály se pohybuje od 0 do 7 bodů.

- b) Delikvence – faktor je syčen 7 položkami vztahujícími se ke krádežím, poškozování majetku nebo k falšování.
- c) Šikana – tento faktor sytí pouze 4 položky, což znamená, že respondent se může pohybovat v rozpětí 0-4 body. Škála je zaměřena na fyzickou a slovní agresi, ale také na kyberšikanu.

Na základě vyhodnocení je možné dospívajícího respondenta zařadit do jednoho ze čtyř stupňů dělených podle rizikovosti, které jsou definovány následovně:

- a) Nerizikovost – stupeň, kterého nejčastěji dosahují mladší adolescenti, kteří navštěvují většinou výběrové školy či gymnázia. Dospívající v tomto stupni nevykazují rizikové chování, a proto je doporučeno pracovat s touto skupinou pouze v rámci primárně preventivních programů.
- b) Běžná rizikovost – na tomto stupni je běžná zkušenost s méně rizikovými formami chování, kterého se většinou dopouštějí starší žáci/žákyně. Programy jsou realizovány v rámci primární prevence, u některých skupin je již využita selektivní primární prevence.
- c) Zvýšená rizikovost – u skupiny dosahující tohoto stupně rizikovosti jsou doporučovány individuální programy, intervence a poradenství, kde je na zvážení práce s celou rodinou. Jedná se o tzv. indikovanou primární prevenci.
- d) Vysoká rizikovost – zde spadají dospívající, kteří mohou pocházet z rodin adiktologicky zatížených nebo klienti nízkoprahových center. Doporučuje se individuální poradenství a terapie, také je vhodná práce s celou rodinou (Dolejš & Skopal, 2015).

Dotazník VRCHA je velmi přehledný a snadno pochopitelný pro danou skupinu respondentů. Administrace dotazníku trvá asi 10-15 minut a výhodou je možnost jak individuálního, tak skupinového zadávání. Administrace probíhá metodou tužka/papír (Dolejš & Skopal, 2015). Časová náročnost vyhodnocení testu není příliš velká.

6.1.2 Škála sociálního přizpůsobení SRRS

Dotazník SRRS (Škála sociálního přizpůsobení) je založen na předpokladu, že nástup nemoci lze anticipovat na základě zkoumání proměnných přicházejících z prostředí, jelikož téměř všechny nemoci mají počátek v sociálním stresu. Metoda SRRS je proto zaměřena na zjištění míry prožité zátěže. S tím korespondují i položky v dotazníku, které zahrnují otázky týkající se rodinného stavu, sociálního prostředí a stavu, zdravotního stavu,

ekonomické situace a sociálních vztahů. Je důležité poznamenat, že nejen negativní životní události mohou vyvolávat stres, ale je nutné zahrnout do výzkumu také pozitivní události, které se na míře stresu podílejí tak stejně jako ty negativní.

Dotazník SRRS existuje ve dvou verzích, pro dospělou populaci a také pro dospívající. Ve výzkumu této diplomové práce byla využita verze pro dospívající (tato verze nebyla prozatím přeložena do českého jazyka, a proto se o její pilotáži zmíníme níže). Dotazník SRRS pro dospívající obsahuje 39 položek/životních událostí. Každé položce jsou na základě výzkumu (Holmes & Rahe, 1967; Rahe, Meyer, Smith, Kjaer, Holmes, 1964) přiděleny body podle váhy, do jaké míry je daná životní událost stresová.

Při administraci je respondentovi předložen pouze seznam životních událostí, s instrukcí, že každou situaci, kterou respondent v uplynulém roce zažil, má označit (například slovem ANO), a pokud se některá událost za poslední rok opakovala, má ji označit číslem, kolikrát se tato situace objevila. Bodové ohodnocení daných událostí není při administraci prezentováno.

Administrace dotazníku zabere zhruba 5 a maximálně 10 minut, přičemž vyhodnocení spočívá v přiřazení bodů každé označené situaci a jejich následné sečtení. Na základě sečtených bodů je pak respondent zařazen do jedné ze tří skupin, které jsou rozděleny podle ohrožení, které s sebou přináší míra prožitého stresu. Bodové rozdělení skupin je následující:

- 1) Skóre > 300 – vysoká míra zátěže
- 2) Skóre 150-299 – střední míra zátěže
- 3) Skóre < 300 – nízká míra zátěže

6.1.2.1 Pilotáž českého překladu SRRS

V této podkapitole bude popsána pilotáž dotazníku „SRRS for non-adults“, který byl přeložen do českého jazyka, aby mohl být využit při výzkumu této diplomové práce.

Anglický originál „Social readjustment rating scale for non-adults“ (Holmes and Rahe stress scale, nedat.) byl pomocí slovníku přeložen do českého jazyka a následně konzultován s vedoucí práce. Následně byl přeložený dotazník distribuován osobně nebo za pomoci informačních technologií respondentům. S každým respondentem bylo o dotazníku diskutováno. Otázky byly kladeny na srozumitelnost jednotlivých položek, jednoznačnost instrukcí, jak dotazník vyplnit, a také na výskyt nesrozumitelných pojmů.

Celkem se pilotáže zúčastnilo 14 respondentů. Každému byl předložen dotazník SRRS s instrukcemi, jak jej vyplnit, a slovní instrukcí, co bude po vyplnění následovat. Po vyplnění dotazníku byli respondenti dotazováni na otázky uvedené výše. S každým z respondentů bylo diskutováno asi 10 minut o dotazníku, přičemž doba k vyplnění byla zhruba 5 minut. Ve výsledku byly mírně upraveny, respektive dovysvětleny tři položky dotazníku, u kterých se respondenti nejčastěji doptávali na význam dané položky. V následující tabulce je uvedeno původní znění otázky a její následná úprava.

Tabulka 3 Pilotáž SRRS

Původní znění položky	Upravená položka
Nevykonávání mimoškolních aktivit	Nevykonávání mimoškolních aktivit (například sportovní či výtvarné kroužky)
Změna v přijetí ze strany vrstevníků	Změna v přijetí ze strany vrstevníků (kamarádi tě vnímají/berou jinak než dříve)
Zvýšená nepřítomnost rodiče doma	Zvýšená nepřítomnost rodiče doma (rodič je častěji mimo domov)

6.1.3 Strategie zvládání stresu SVF 78

„Pod pojmem „způsoby“ zpracování stresu se rozumí takové psychické pochody, které nastupují plánovitě a/nebo neplánovitě, vědomě a/nebo nevědomě při vzniku stresu, tak aby se dosáhlo jeho zmírnění nebo ukončení.“ (Janke & Erdmannová, 2003, 7).

Dotazník SVF 78 zachycuje různorodost způsobů, jak jedinec zpracovává a zvládá stres. Jedná se o zkrácenou verzi původního dotazníku SVF 120. V dotazníku bylo ponecháno následujících 13 subškál: Podhodnocení, Odmítání viny, Odklon, Náhradní uspokojení, Kontrola situace, Kontrola reakcí, Pozitivní sebeinstrukce, Potřeba sociální opory, Vyhýbání se, Úniková tendence, Perseverace, Rezignace, Sebeobviňování. Jak je vidět, autoři obsáhli velmi široký okruh zvládacích strategií. Na základě vyhodnocení je pak dále možné určit, zdali respondent směřuje spíše k tendenci redukovat stres (pozitivní strategie) nebo jej zesilovat (negativní strategie) (Janke & Erdmannová, 2003). V následující tabulce jsou uvedeny charakteristiky jednotlivých strategií zvládání zátěže, podle jednotlivých subškál.

Tabulka 4 Popis subtestů dotazníku SVF 78

Číslo subtestu	Název subtestu	Charakteristika
1	Podhodnocení	Ve srovnání s ostatními si přisuzovat menší míru stresu
2	Odmítání viny	Zdůraznit, že nejde o vlastní odpovědnost
3	Odklon	Odklon od zátěžových aktivit/situací, případně příklon k situacím inkompatibilním se stresem
4	Náhradní uspokojení	Obrátit se k pozitivním aktivitám/situacím
5	Kontrola situace	Analyzovat situaci, plánovat a uskutečnit jednání za účelem kontroly a řešení problému
6	Kontrola reakcí	Zajistit nebo udržet kontrolu vlastních reakcí
7	Pozitivní sebeinstrukce	Přisuzovat sobě kompetenci a schopnost kontroly
8	Potřeba sociální opory	Přání zajistit si pohovor, sociální oporu a pomoc
9	Vyhýbání se	Předsevzetí zamezit zátěžím nebo se jim vyhnout
10	Úniková tendence	Tendence (rezignační) vyváznout ze zátěžové situace
11	Perseverace	Nedokázat se myšlenkově odpoutat, dlouho přemítat
12	Rezignace	Vzdávat se s pocitem bezmocnosti, beznaděje
13	Sebeobviňování	Připisovat zátěže vlastnímu chybnému jednání

Zdroj: Strategie zvládání stresu, Janke & Erdmannová, 2003)

Test je určen pro testování dospělých, lze jej však použít i při testování adolescentů (Janke & Erdmannová, 2003; Urbanovská, 2009). Administrace dotazníků probíhá formou tužka/papír a za dodržení podmínek, že nedojde k ovlivnění jinými osobami nebo rušivými vlivy, může být administrován i skupinově. Zásadně se v dotazníku neužívá slova stres. Pro zpracování dotazníků stačí respondentům asi 10-15 minut (Janke & Erdmannová, 2003).

Vyhodnocení dotazníků poskytuje administrátorovi dvojí informace. zaprvé lze interpretovat jednotlivé subtesty na základě hrubých skóre a jejich převedením na T-skóre, které lze srovnat se standardizační populací. Zadruhé lze vyhodnotit celkovou pozitivní a negativní strategii na základě sekundárních hodnot.

- a) Pozitivní strategie – hodnota pozitivní strategie zvládání se určí jako aritmetický průměr hrubých skóre subtestů 1-7. Pozitivní strategii lze dále rozdělit na tři dílčí strategie. Jsou jimi:
- Strategie přehodnocení a devalvace viny – respondent projevuje tendenci přehodnotit nebo snížit závažnost stresu, stresoru či stresové reakce v subtestu Podhodnocení, který záporně koreluje s negativní strategií. V subtestu Odmítání viny se projevuje defenzivní postoj k přijetí vlastní odpovědnosti za zátěž.
 - Strategie odklonu – jednání respondenta je orientováno na odklon od stresových událostí. Může se také objevit tendence přiklonit se

k alternativním situacím nebo aktivitám. Subtest Odklonu směřuje k odvrácení se od zátěže a ke snaze navodit psychický stav, který stres zmírňuje. Subtest Náhradní uspokojení ukazuje tendence, kdy se jedinec snaží sebeposílit vnější odměnou (například dobré jídlo nebo nákupy).

- Strategie kontroly – je tvořena subtesty, které dohromady vytvářejí strategii, kdy se respondent snaží stresovou situaci zvládnout a kontrolovat ji. Subtest Kontrola situace vyjadřuje tendenci mít kontrolu nad stresovou situací. Kontrola reakcí je subtest, který ukazuje dva aspekty a to, kontrolovat vzrušení, nedat je znát, popřípadě čelit vzrušení již vzniklému. Poslední strategie Pozitivní sebeinstrukce je odrazem toho, jak si jedinec dodává odvalu, jak vnímá vlastní kompetenci.
- b) Negativní strategie – hodnota se určí jako aritmetický průměr hrubých skóre subtestů 10-13. Všechny strategie určitým způsobem udržují nebo hůře zesilují míru stresu. Chybí kompetence k jeho zvládnutí a neschopnost se uvolnit (Janke & Erdmannová, 2003).

7 Realizace výzkumu a sběr dat

Výzkum proběhl v říjnu roku 2019. Ředitelé, učitelé, rodiče a žáci byli o výzkumu s předstihem informováni. Poskytnuté informace se týkaly především časového harmonogramu a účelu výzkumu. V této kapitole bude popsán proces sběru dat, metody využití ke zpracování získaných dat a etická pravidla, kterými se tato práce řídila.

7.1 Průběh sběru dat

Na začátku výzkumu byly vybrány školy, jejich ředitelům byla e-mailem zaslána žádost (Příloha 3) s prosbou o spoluúčast na výzkumu. Tento e-mail zahrnoval informace o průběhu administrace a popis využitých psychodiagnostických metod. Předběžný termín byl dohodnut na základě e-mailové domluvy, na jejímž základě byl později dohodnut i přesný termín, kdy bude administrace probíhat. Výběr konkrétních tříd, den, kdy bude testování probíhat, i spolupráce s učiteli, v jejichž hodinách byly dotazníky administrovány, probíhal na základě osobního kontaktu. Jelikož se výzkumu účastnily třídy různých oborů, byly k tomuto využity bez ohledu na vyučovaný předmět. Přednostně byly vybrány třídy, kde měla probíhat suplovaná hodina nebo například hodiny tělocviku. Na výběru konkrétní hodiny měl přednostní právo ředitel školy. Rodiče žáků byli informováni pomocí letáček, které byly studentům předány několik dní před výzkumem. Po studentech byl vyžadován podepsaný informovaný souhlas, pokud student nedosáhl věku 18 let v den testování.

Testování probíhalo formou tužka-papír. Aby nedocházelo k chaosu, byly všechny tři metody spojeny do jednoho souboru. První byla zařazena VRCHA, poté SRRS a na konec SVF 78. Na začátku každé hodiny byly studentům sděleny informace o výzkumu a o jeho cílech. Následně byla sdělena pravidla k vyplňování jednotlivých dotazníků. Jelikož se jednalo o dobrovolnou účast, byli studenti upozorněni, že se testování účastnit nemusí, nebo že je mohou kdykoliv ukončit. Tohoto práva ovšem nikdo nevyužil. Během testování byla možnost zeptat se na věci, které nejsou srozumitelné. Po dokončení vyplňování byly zodpovězeny případně dotazy, týkající se výzkumu. Před odchodem ze třídy bylo studentům poděkováno za jejich ochotu spolupracovat. Byla také nabídnuta možnost nahlédnout do hotové a ohodnocené práce po jejím zveřejnění. Průměrný čas testování byl zhruba 35 minut, většinou však byla využita celá vyučovací hodina z důvodu dotazů po skončení administrace.

7.2 Etické problémy výzkumu

„*Věda a vědecký výzkum není sociálním ghettem.*“ (Ferjenčík, 2010, 60).

Jak píše Ferjenčík (2010), musí se psychologie při svých výzkumech zabývat otázkami morálky a etiky. Je však velmi obtížné stanovit taková pravidla, která by byla schopna zodpovědět všechny etické otázky. Na tyto otázky není jednoduché odpovědět, avšak Americká psychologická společnost (APA, 1982, in Ferjenčík 2010) projevila v této oblasti jistou iniciativu a stanovila následující základní principy, kterými by se měl výzkumník řídit:

- Respekt a ohled vůči účastníkům výzkumu. Záleží vždy na výzkumníkovi, aby zvážil, zda vědecká hodnota výzkumu není v konfliktu se zájmy respondentů. Vždy by měla být projevována úcta a respekt. Účastníkům výzkumu by nikdy neměla být způsobena bolest a neměli by z něj plynout nepříjemné následky. Pokud by k tomu přece jen došlo, měly by být následky takového jednání co nejdříve odstraněny.
- Právo na informace. Každý účastník výzkumu má právo vědět, jakého výzkumu se účastní, jaké jsou jeho cíle. Pokud by se jednalo o výzkum, kde je například cíl výzkumu nutno zatajit, je nezbytné sdělit tyto informace ihned po skončení pokusu.
- Právo odstoupit z výzkumu. Všechny výzkumy by měly být založeny na dobrovolné účasti jejich účastníků. Tak stejně mají všichni jedinci účastníci se výzkumu, vždy odstoupit.
- Právo na soukromí a důvěrnost informací. Informace a údaje o účastnících mohou být odkryty pouze, pokud je podepsán souhlas s neanonymitou ještě před začátkem výzkumu (Ferjenčík, 2010).

Kromě etických pravidel, která jsou vztažena k vědeckým, respektive psychologickým výzkumům, musí být dodrženy také zákony země. V tomto případě se jedná o zákon o „*Ochraně osobních údajů*“ usnesený Parlamentem České republiky.

Ve výzkumu k této diplomové práci bylo třeba dbát na etiku hlavně z toho důvodu, že část respondentů ještě nedosáhla plnoletosti. Nezletilým studentům byl předán „*Informativní souhlas pro rodiče*“ (Příloha 3), ve kterém měli rodiče možnost dozvědět se o výzkumu, který bude v následujících dnech proveden. Každý rodič měl právo vyjádřit se, pokud by si nepřál, aby se daný žák výzkumu zúčastnil. Vzhledem k tomu, že byl výzkum

zcela anonymní, o čemž byli rodiče důrazně informováni, nebyl z tohoto důvodu vyloučen z výzkumu žádný žák. Zletilí studenti měli možnost vyjádřit se k účasti na výzkumu sami. Všichni studenti byli před administrací seznámeni s podrobnostmi výzkumu a s jeho cíli, tak stejně jako byli informováni o možnosti kdykoli od výzkumu odstoupit. Dále byla poskytnuta i možnost zpětné vazby ohledně výzkumu prostřednictvím předání kontaktu, kam se mohou účastníci obrátit, pokud by chtěli znát výsledky výzkumu, kterého se zúčastnili.

7.3 Metody zpracování a analýzy dat

Dotazníky, administrované v říjnu 2019, byly následně převedeny do datového souboru, k čemuž byl využit program Microsoft Excel (využitý formát xls). Aby s daty bylo možno pracovat ve statistickém programu, byla data převedena do odpovídající formy. Data získaná během administrace bylo třeba očistit, přičemž muselo být vyřazeno 8 dotazníků. Nejčastěji byly dotazníky vyřazeny z důvodu nekompletního vyplnění. S upravenými daty bylo pracováno v programu Statistica 13 a výsledky statistických operací jsou uvedeny v kapitole „*Výsledky výzkumu a jejich interpretace*“.

Jednotlivé hypotézy byly testovány v závislosti na normalitě rozložení a homogenitě variancí závislých proměnných v jednotlivých testovaných skupinách. Parametrická data byla testována prostřednictvím t-testů pro nezávislé výběry či ANOVA, nebo pomocí Pearsonova korelačního koeficientu. Neparametrická data byla testována prostřednictvím Mann-Whitneyho U testu, Kruskal-Wallisovy ANOVA a Spearmanovy korelace.

Konkrétně, hypotézy o souvislostech („Hypotézy ověřující souvislosti mezi faktory jednotlivých metod“) byly testovány pomocí Pearsonova nebo Spearmanova korelačního koeficientu, a hypotézy o rozdílu („Hypotézy, které ověřují statisticky významné rozdíly mezi pohlavími“ a „Hypotézy ověřující statisticky významné rozdíly mezi jednotlivými školami“) byly testovány prostřednictvím t-testů pro nezávislé výběry, či ANOVA (pro parametrická data) a Mann-Whitneyho U testu nebo Kruskal-Wallisovy ANOVA (pro neparametrická data).

8 Výsledky výzkumu a jejich interpretace

V následující kapitole budou prezentovány výsledky realizovaného výzkumu. Nejprve budou prezentovány výsledky podle jednotlivých testových metod. Na závěr budou uvedeny vztahy a souvislosti mezi faktory užitých metod. Pro přehlednost bude na konci této kapitoly uveden přehled hypotéz a informace o jejich přijetí, či zamítnutí.

8.1 Popis výsledků dotazníku VRCHA

Následující kapitola se věnuje výsledkům, které souvisí s psychodiagnostickou metodou VRCHA (Výskyt rizikového chování v adolescenci), která se zaměřuje na prevalenci rizikového chování u adolescentů. Nejprve je uvedeno porovnání vnitřní konzistence položek ve výzkumu realizovaném v rámci této diplomové práce, které je srovnáno s výzkumem Zemanové (2015). Dále je uvedena tabulka interkorelací jednotlivých faktorů. Za pomoci statistické analýzy (Mann-Whitneyho U test) je provedeno srovnání skupin podle pohlaví. Analýza je doplněna tabulkou, která podává informace o průměrných hrubých skóre v jednotlivých položkách dotazníku v celém souboru, a také u chlapců a u dívek zvlášť. Následují informace o průměrných hrubých skóre ve faktorech VRCHA na jednotlivých školách a následně je proveden Kruskal-Wallisův test, který zjišťuje, zda v těchto faktorech existuje statisticky významný rozdíl mezi různými typy škol.

Tabulka číslo 5 prezentuje průměrné hrubé skóre v jednotlivých faktorech abúzus, delikvence a šikana a také celkový průměrný hrubý skór u celého výzkumného souboru. Výsledky jsou porovnány s výzkumem Dolejše a Zemanové (2015), který byl proveden u dospívajících klientů v NDZM. Na základě hrubého skóre lze tedy usoudit, že ve výzkumném souboru se nejčastěji dopouští zneužívání návykových látek (faktor abúzus), druhým v pořadí je faktor delikvence a nejméně často se v celém souboru objevuje faktor šikany.

Tabulka 5 Cronbachovo alfa dotazníku VRCHA

Měření	Abúzus	Delikvence	Šikana	Celkové skóre VRCHA
Procházková (2019); N = 354; Věk = 16,83	0,71	0,64	0,29	0,77
Dolejš, Zemanová (2015); N = 431; Věk = 14,63	0,78	0,72	0,49	0,83

Tabulka číslo 6 uvádí statisticky významné interkorelace jednotlivých faktorů rizikového chování (abúzus, delikvence, šikana), ale také jejich korelaci s celkovým skóre rizikového chování. Silnou korelaci můžeme vidět mezi celkovým skóre a abúzem a také mezi delikvencí a celkovým skóre. Šikana dosahuje taktéž statisticky významné korelace, ovšem středně silné. Statisticky významnou korelaci střední síly mají mezi sebou také faktory abúzus a delikvence, což naznačuje, že tyto dva faktory se často vyskytují souběžně.

Tabulka 6 Interkorelace jednotlivých faktorů dotazníku VRCHA

Faktor	Abúzus	Delikvence	Šikana	Celkový skór
Abúzus	-	0,40***	0,17*	0,84***
Delikvence	0,40***	-	0,12*	0,77***
Šikana	0,17*	0,12*	-	0,39***
Celkový skór	0,84***	0,77***	0,39***	-

Poznámka: ***p = 0,001; *p = 0,05

Tabulka číslo 7 ukazuje, zda existuje statisticky významný rozdíl v jednotlivých faktorech VRCHA mezi pohlavími. Ke statistickému ověření byl využit Mann-Whitneyův U-test. Jak je možné vidět, tak kromě faktoru delikvence nebyl v dalších faktorech ani celkovém skóre nalezen statisticky významný rozdíl mezi chlapci a dívkami. Hypotézu, H3: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru celkový skór (VRCHA) mezi chlapci a dívkami, proto zamítáme.

Tabulka 7 Statistická významnost mezi pohlavími ve faktorech VRCHA

Faktor	U	Z	p-hodnota	Průměr chlapci	Průměr dívky
Abúzus	14109,00	-0,38	0,702	2,36	2,44
Delikvence	12633,00	1,98	0,048	2,10	1,71
Šikana	13805,50	-0,71	0,477	0,46	0,49
Celkový skór	13705,00	0,82	0,412	4,92	4,64

Poznámka: $\alpha = 0,05$

V tabulce číslo 8 jsou uvedeny průměrné hrubé skóre v jednotlivých položkách dotazníku (VRCHA), přičemž položky jsou rozděleny podle faktoru, který sytí. Výsledky jsou prezentovány pro celý výzkumný soubor a pro chlapce a dívky zvlášť. Z faktoru abúzus dosahuje nejvyššího průměrného hrubého skóre otázka „Pil/a jsi někdy během posledních 30 nějaký alkoholický nápoj“, přičemž tyto hodnoty jsou u chlapců a u dívek téměř totožné. I v ostatních položkách je prevalence u chlapců a u dívek velmi podobná. Zajímavé je, že dívky odpovídaly kladně na otázku, zda kouřily za posledních 30 dní,

častěji než chlapci. Ve faktoru delikvence dosahují chlapci vyšších průměrných hrubých skóru, zajímavé ovšem je, že dívky častěji falšují podpis rodičů. Kladná odpověď na tuto otázku byla nejčastější také v celém souboru. Poslední faktor, šikana, je brán z pohledu oběti, což znamená, že čím nižší hrubý skór, tím méně respondentů se cítilo být obětí takového chování. Z toho vyplývá, že čím nižší hrubý skór, tím lépe. Ve výzkumném souboru není žádný průměr vyšší než $M = 0,5$, což lze do jisté míry chápat jako pozitivní.

Tabulka 8 Průměrný hrubý skór odpovědí (VRCHA) v celém souboru, u chlapců a dívek

Otázka	Celý soubor N = 354		Chlapci N=128		Dívky N = 226	
	M	SD	M	SD	M	SD
Abúzus						
Pil/a jsi během posledních 30 dnů nějaký alkoholický nápoj?	0,71	0,45	0,72	0,45	0,71	0,45
Užil/a jsi někdy během života léky, aniž bys je potřeboval/a (zdravotní problémy) a aniž by o tom věděli rodiče?	0,15	0,36	0,13	0,34	0,16	0,37
Kouřil/a jsi nebo jinak užil/a někdy během svého života marihuanu („trávu“) nebo hašiš?	0,45	0,50	0,47	0,50	0,44	0,50
Kouřil/a jsi během posledních 30 dnů cigarety?	0,30	0,46	0,27	0,44	0,32	0,47
Měl/a jsi někdy během svého života pohlavní styk?	0,52	0,50	0,47	0,50	0,55	0,50
Vykouříš denně více než pět cigaret?	0,08	0,28	0,08	0,27	0,09	0,28
Byl/a jsi někdy během posledních 30 dnů opilý/á tak, že jsi měl/a problémy s chůzí, s mluvením, zvracel/a jsi nebo sis nepamatoval/a, co se stalo?	0,18	0,39	0,23	0,42	0,15	0,36
Delikvence						
Zfalšoval/a jsi někdy podpis rodičů?	0,62	0,49	0,52	0,50	0,67	0,45
Ukradl/a jsi někdy peníze rodičům nebo někomu jinému?	0,13	0,34	0,13	0,34	0,13	0,34
Byl/a jsi někdy během svého života „za školou“?	0,42	0,49	0,41	0,49	0,43	0,50
Ukradl/a jsi někdy něco někomu?	0,29	0,46	0,38	0,49	0,25	0,43
Poškodil/a jsi někdy během života cizí majetek jen tak pro zábavu?	0,12	0,32	0,23	0,43	0,05	0,22
Měl/a jsi někdy „opletačky“ s policií kvůli tomu, co jsi udělal/a?	0,09	0,29	0,18	0,39	0,04	0,21
Ukradl/a jsi někdy něco v obchodě?	0,18	0,39	0,26	0,44	0,14	0,34
Šikana						
Už sis někdy během života záměrně fyzicky ublížil/a?	0,29	0,45	0,20	0,40	0,34	0,47
Byl/a jsi někdy během posledních 30 dnů středem hrubých a vulgárních urážek od spolužáků?	0,10	0,31	0,16	0,37	0,07	0,26
Ublížil ti někdo nebo tě zesměšňoval v posledních 30 dnech na internetu (sociální sítě, nevhodná videa, blogy a jiné)?	0,03	0,17	0,03	0,17	0,03	0,17
Ublížil ti některý ze spolužáků během posledních 30 dnů?	0,05	0,23	0,06	0,24	0,05	0,22

V tabulce číslo 9 jsou uvedeny průměrné hrubé skóry ve faktorech dotazníku VRCHA, rozdělené podle typu školy. Když se zaměříme na jednotlivé typy škol, tak je možné vidět, že celkového nejvyššího průměru v rizikovém chování dosahuje střední odborná škola ($M = 5,48$), následuje učiliště ($M = 5,34$), poté čtyřleté ($M = 4,51$) a osmileté gymnázium ($M = 3,64$). Na všech typech škol je nevyšší průměrný hrubý skór dosažen ve faktoru abúzus a jako druhý faktor se nejčastěji objevuje delikvence. Je pozitivní, že faktor šikany je relativně nízký a ani na jedné škole nepřesahuje průměr $M = 1$, jelikož tento faktor je chápán z pohledu oběti. To znamená, že čím je tento faktor nižší, tím lépe.

Tabulka 9 Průměrné hrubé skóry u faktorů VRCHA na jednotlivých školách

Faktor	Škola							
	Učiliště N = 74		Střední odborná škola N = 95		Čtyřleté gymnázium N = 101		Osmileté gymnázium N = 84	
	Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD
Abúzus	2,59	1,82	3,00	1,55	2,32	1,62	1,70	1,59
Delikvence	2,01	1,64	2,02	1,32	1,86	1,39	1,45	1,27
Šikana	0,68	0,90	0,46	0,65	0,34	0,53	0,50	0,74
Celkové skóre	5,34	3,34	5,48	2,56	4,51	2,74	3,64	2,32

V tabulce číslo 10 jsou prezentovány výsledky Kruskal-Wallisova testu, který na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ zjišťuje statisticky významný rozdíl ve faktorech VRCHA mezi jednotlivými školami. Jak je možné vidět, tak statisticky významný rozdíl existuje mezi školami ve faktorech abúzus a delikvence, ve faktoru šikana není rozdíl mezi školami statisticky významný. Pro naše závěry je důležité, že mezi jednotlivými školami existuje v celkovém skóru rizikového chování statisticky významný rozdíl. Hypotéza, H5: Existuje statistický rozdíl v rizikovém chování (VRCHA) mezi jednotlivými školami, je tedy přijata. Na základě vícenásobného porovnávání jsme zjistili, že ve faktoru abúzus byl statisticky významný rozdíl mezi učilištěm a osmiletým gymnáziem ($p = 0,004$), střední odbornou školou a čtyřletým ($p = 0,022$) i osmiletým ($p < 0,001$) gymnáziem a mezi oběma typy gymnázia ($p = 0,040$). Ve faktoru delikvence byl statisticky významný rozdíl zjištěn pouze u střední odborné školy a osmiletého gymnázia ($p = 0,012$). U celkového rizikového chování byl statisticky významný rozdíl naměřen u osmiletého gymnázia a učiliště ($p = 0,003$) a u střední odborné školy a osmiletého gymnázia ($p < 0,001$).

Tabulka 10 Statistická významnost mezi školami ve faktorech dotazníku VRCHA

Faktor	H	N	p-hodnota
Abúzus	31,49	354	p < 0, 001
Delikvence	11,64	354	,009
Šikana	6,98	354	,073
Celkový skór	24,51	354	p < 0, 001

V následující tabulce číslo 11 jsou uvedeny průměrné hrubé skóre v jednotlivých položkách, rozdělené podle typu školy, kterou respondent navštěvuje.

Tabulka 11 Průměrné hrubé skóre v jednotlivých položkách (VRCHA) na jednotlivých školách

Otázka	Učiliště N = 74		Střední odborná škola N = 95		Čtyřleté gymnázium N = 101		Osmileté gymnázium N = 84	
	Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD
Abúzus								
Pil/a jsi během posledních 30 dnů nějaký alkoholický nápoj?	0,70	0,46	0,80	0,40	0,72	0,45	0,62	0,49
Užil/a jsi někdy během života léky, aniž bys je potřeboval/a (zdravotní problémy) a aniž by o tom věděli rodiče?	0,18	0,38	0,19	0,39	0,12	0,33	0,13	0,34
Kouřil/a jsi nebo jinak užil/a někdy během svého života marihuanu („trávu“) nebo hašiš?	0,53	0,50	0,56	0,50	0,45	0,50	0,27	0,45
Kouřil/a jsi během posledních 30 dnů cigarety?	0,35	0,48	0,45	0,50	0,25	0,43	0,15	0,36
Měl/a jsi někdy během svého života pohlavní styk?	0,54	0,50	0,68	0,47	0,48	0,50	0,38	0,49
Vykouříš denně více než pět cigaret?	0,18	0,38	0,13	0,33	0,02	0,14	0,04	0,19
Byl/a jsi někdy během posledních 30 dnů opilý/á tak, že jsi měl/a problémy s chůzí, s mluvením, zvracel/a jsi nebo sis nepamatoval/a, co se stalo?	0,12	0,33	0,19	0,39	0,29	0,45	0,10	0,30
Delikvence								
Zfalšoval/a jsi někdy podpis rodičů?	0,61	0,49	0,64	0,48	0,60	0,49	0,61	0,49
Ukradl/a jsi někdy peníze rodičům nebo někomu jinému?	0,15	0,36	0,09	0,29	0,17	0,38	0,11	0,31
Byl/a jsi někdy během svého života „za školou“?	0,49	0,50	0,54	0,50	0,43	0,50	0,23	0,42
Ukradl/a jsi někdy něco někomu?	0,30	0,46	0,34	0,48	0,30	0,46	0,24	0,43
Poškodil/a jsi někdy během života cizí majetek jen tak pro zábavu?	0,16	0,37	0,07	0,26	0,15	0,36	0,08	0,28

Měl/a jsi někdy „opletačky“ s policií kvůli tomu, co jsi udělal/a?	0,16	0,37	0,07	0,26	0,06	0,24	0,10	0,30
Ukradl/a jsi někdy něco v obchodě?	0,20	0,40	0,26	0,44	0,16	0,37	0,10	0,30
Šikana								
Už sis někdy během života záměrně fyzicky ublížil/a?	0,38	0,49	0,31	0,11	0,22	0,41	0,29	0,45
Byl/a jsi někdy během posledních 30 dnů středem hrubých a vulgárních urážek od spolužáků?	0,14	0,34	0,11	0,31	0,08	0,27	0,11	0,31
Ublížil ti někdo nebo tě zesměšňoval v posledních 30 dnech na internetu (sociální sítě, nevhodná videa, blogy a jiné)?	0,07	0,25	0,02	0,14	0,01	0,10	0,04	0,19
Ublížil ti některý ze spolužáků během posledních 30 dnů?	0,09	0,29	0,03	0,18	0,03	0,17	0,07	0,26

8.2 Popis výsledků dotazníku SRRS

V této kapitole budou prezentovány výsledky psychodiagnostické metody SRRS, která zjišťuje míru zátěže studentů v jejich životě. Nejprve bude prezentována četnost jednotlivých událostí, následně rozdělení respondentů podle úrovně, jak vysokou zátěž požívají. Poté budou uvedeny hrubé skóry prožívané zátěže. V závěru kapitoly bude zjišťován rozdíl v prožívané zátěži mezi dívkami a chlapci a také mezi jednotlivými školami.

V tabulce číslo 12 je uveden seznam všech položek dotazníku SRRS. U každé položky tohoto dotazníku je uvedena četnost kladných odpovědí v celém souboru, pak jsou uvedeny hodnoty u chlapců a dívek. Z této tabulky je patrné, že nejčastější kladná odpověď byla na položku „Užívání drog nebo alkoholu“, kterou zaškrtnulo 78 % (N = 277) respondentů. Druhou nejčastěji zaškrtnutou položkou bylo „Začátek randění“, kterou v dotazníku zaškrtnulo 41 % (N = 146) respondentů.

Tabulka 12 Prožívání zátěže v dotazníku SRRS u dívek, chlapců a celkem

Životní událost	Celkem (N = 354)	Chlapci (N = 128)	Dívky (N = 226)
Úmrtí rodiče	6	5	1
Neplánované otěhotnění/ potrat	1	0	1
Vdát se/ oženit se	0	0	0
Rozvod rodičů	16	9	7
Získání viditelného postižení	1	0	1
Otcovství	0	0	0
Uvěznění rodiče na více než jeden rok	2	1	1
Rodiče začali žít odděleně	19	8	11
Smrt bratra nebo sestry	1	0	1
Změna v přijetí ze strany vrstevníků (kamarádi tě vnímají/berou jinak než dříve)	77	19	58
Neplánované těhotenství sestry	3	0	3
Zjištění, že jste adoptovaní	0	0	0
Svatba vlastního rodiče s nevlastním rodičem	8	3	5
Úmrtí blízkého kamaráda	18	3	15
Viditelné vrozené postižení (deformita)	6	2	4
Vážná nemoc vyžadující hospitalizaci	15	4	11
Propadnutí ve škole	5	1	4
Nevykonávání mimoškolních aktivit (například sportovní či výtvarné kroužky)	48	14	34

Hospitalizace rodiče	37	15	22
Uvěznění rodiče na více než třicet dní	0	0	0
Rozchod s dívkou/ chlapcem	96	38	58
Začátek randění	146	50	96
Vyloučení ze školy	0	0	0
Užívání drog nebo alkoholu	277	100	177
Narození sestry/ bratra	7	5	2
Nárůst hádek mezi rodiči	70	14	56
Rodič ztratil práci	20	7	13
Vynikající osobní úspěch	103	39	64
Změna finanční situace rodičů	71	12	59
Přijetí na vysokou školu	0	0	0
Jsi v nejvyšším ročníku střední školy	88	28	60
Hospitalizace sourozence	27	7	20
Zvýšená nepřítomnost rodiče doma (rodič je častěji mimo domov)	64	15	49
Odchod sourozence z domu	42	13	29
Do domácnosti přibude třetí dospělý	11	1	10
Stát se plnohodnotným členem církve	2	0	2
Snížení hádek mezi rodiči	48	15	33
Snížení hádek s rodiči	110	31	79
Matka nebo otec nastupují do práce	36	11	25

Jak bylo uvedeno v kapitole „*Škála sociálního přizpůsobení SRRS*“, lze respondenta podle skóre dosaženého v testu zařadit do jedné z úrovní podle toho, jak vysokou zátěž prožil v uplynulém roce. Následující tabulka číslo 13 prezentuje rozdělení respondentů do těchto úrovní podle pohlaví a také v celém souboru. Na základě tohoto rozdělení můžeme vidět, že v celkovém souboru (N = 354), spadá celkem 140 respondentů do skupiny s nízkým rizikem vlivu stresu, 150 respondentů do skupiny běžného ohrožení stresem a 64 respondentů do skupiny vysoce ohrožených následky stresu.

Tabulka 13 Úroveň prožívaného stresu

Úroveň prožívaného stresu	Celý soubor (N = 354)	Chlapci (N = 128)	Dívky (N = 226)
Nízká	140	59	81
Střední	150	53	97
Vysoká	64	16	48

Tabulka číslo 14 prezentuje průměrné hrubé skóre prožité zátěže na jednotlivých typech škol. Také jsou uvedeny průměry studentů, podle toho, do jaké skupiny „ohrožení“ zátěží spadají. Jak je možné vidět, nejvyšší míry zátěže dosahují studenti střední odborné školy (M = 230,64). Poté následuje učiliště (M = 207,58), osmileté gymnázium (M = 185,13) a nejnižšího průměru dosahují studenti čtyřletého gymnázia (M = 173,31). To, že studenti střední odborné školy dosahují nejvyššího průměrného skóre, má návaznost na to, že celých 27 % spadá do skupiny prožívající vysokou zátěž, kdežto učiliště (18 %), čtyřleté gymnázium (13 %) a osmileté gymnázium (14 %) má v této skupině mnohem menší zastoupení studentů.

Pro zjištění statisticky významného rozdílu v míře prožité zátěže na jednotlivých typech škol byla použita Kruskal-Wallisova ANOVA (H = 15,04; N = 354; p = 0,018), která ukázala, že tento rozdíl je statisticky významný.

Tabulka 14 Míra prožívané zátěže (SRRS) na jednotlivých typech škol

Míra zátěže (SRRS)	Škola									
	Celý soubor N = 354		Učiliště N = 74		Střední odborná škola N = 95		Čtyřleté gymnázium N = 101		Osmileté gymnázium N = 84	
	Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD
Hrubý skór	198,66	117,58	207,58	126,31	230,64	113,24	173,31	103,73	185,13	122,75
Nízká zátěž	0,40	0,49	0,34	0,48	0,25	0,44	0,53	0,50	0,44	0,50
Běžná zátěž	0,42	0,49	0,49	0,50	0,47	0,50	0,34	0,47	0,42	0,50
Vysoká zátěž	0,18	0,39	0,18	0,38	0,27	0,45	0,13	0,34	0,14	0,35

Následující tabulka číslo 15 prezentuje hrubé průměrné skóre v jednotlivých položkách SRRS u studentů z různých typů škol. Z těchto výsledků můžeme vidět, které situace se stávaly častěji na dané škole.

Tabulka 15 Míra prožité zátěže (SRRS) u studentů jednotlivých typů škol

Životní událost	Učiliště N = 74		Střední odborná škola N = 95		Čtyřleté gymnázium N = 101		Osmileté gymnázium N = 84	
	Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD
Úmrtí rodiče	0,01	0,12	0,02	0,14	0,01	0,10	0,01	0,11
Neplánované otěhotnění/ potrat	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,11

Vdát se/ oženit se	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Rozvod rodičů	0,04	0,20	0,08	0,28	0,01	0,10	0,05	0,21
Získání viditelného postižení	0,01	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Otcovství	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Uvěznění rodiče na více než jeden rok	0,01	0,12	0,01	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00
Rodiče začali žít odděleně	0,04	0,20	0,11	0,31	0,01	0,10	0,06	0,24
Smrt bratra nebo sestry	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,11
Změna v přijetí ze strany vrstevníků (kamarádi tě vnímají/berou jinak než dříve)	0,28	0,45	0,20	0,40	0,23	0,42	0,17	0,37
Neplánované těhotenství sestry	0,03	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,11
Zjištění, že jste adoptovaní	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Svatba vlastního rodiče s nevlastním rodičem	0,01	0,12	0,02	0,14	0,02	0,14	0,04	0,19
Úmrtí blízkého kamaráda	0,05	0,23	0,13	0,33	0,00	0,00	0,02	0,15
Viditelné vrozené postižení (deformita)	0,04	0,20	0,02	0,14	0,00	0,00	0,01	0,11
Vážná nemoc vyžadující hospitalizaci	0,05	0,23	0,06	0,24	0,01	0,10	0,05	0,21
Propadnutí ve škole	0,05	0,23	0,01	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00
Nevykonávání mimoškolních aktivit (například sportovní či výtvarné kroužky)	0,16	0,37	0,16	0,37	0,13	0,34	0,10	0,30
Hospitalizace rodiče	0,14	0,34	0,09	0,29	0,10	0,30	0,10	0,30
Uvěznění rodiče na více než třicet dní	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Rozchod s dívkou/ chlapcem	0,35	0,48	0,32	0,47	0,20	0,40	0,24	0,43
Začátek randění	0,43	0,50	0,47	0,50	0,39	0,49	0,36	0,48
Vyloučení ze školy	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Užívání drog nebo alkoholu	0,73	0,45	0,87	0,33	0,78	0,41	0,73	0,45
Narození sestry/ bratra	0,03	0,16	0,01	0,10	0,02	0,14	0,02	0,15
Nárůst hádek mezi rodiči	0,19	0,39	0,27	0,45	0,15	0,36	0,18	0,39
Rodič ztratil práci	0,11	0,31	0,02	0,14	0,04	0,20	0,07	0,26
Vynikající osobní úspěch	0,19	0,39	0,33	0,47	0,28	0,45	0,36	0,48
Změna finanční situace	0,19	0,39	0,25	0,44	0,19	0,39	0,17	0,37

rodičů								
Přijetí na vysokou školu	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Jsi v nejvyšším ročníku střední školy	0,23	0,42	0,28	0,45	0,29	0,45	0,18	0,39
Hospitalizace sourozence	0,03	0,16	0,09	0,29	0,07	0,26	0,11	0,31
Zvýšená nepřítomnost rodiče doma (rodič je častěji mimo domov)	0,14	0,34	0,19	0,39	0,17	0,38	0,23	0,42
Odchod sourozence z domu	0,15	0,36	0,12	0,32	0,09	0,29	0,13	0,34
Do domácnosti přibude třetí dospělý	0,05	0,23	0,01	0,10	0,01	0,10	0,06	0,24
Stát se plnohodnotným členem církve	0,01	0,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,11
Snížení hádek mezi rodiči	0,12	0,33	0,17	0,38	0,12	0,33	0,13	0,34
Snížení hádek s rodiči	0,30	0,46	0,37	0,48	0,33	0,47	0,24	0,43
Matka nebo otec nastupují do práce	0,12	0,33	0,09	0,29	0,13	0,34	0,06	0,24

Tabulka číslo 16 ukazuje průměrné hrubé skóry u skupiny chlapců, děvčat a v celém souboru. Jak je možné vidět, dívky vnímají v průměru větší zátěž v uplynulém roce než chlapci.

Tabulka 16 Průměrné hodnoty prožívané zátěže u chlapců a dívek

Skupina	Průměr	Směrodatná odchylka	N
Chlapci	178,13	111,65	128
Dívky	210,30	119,49	226
Celkem	198,66	117,58	354

Na základě Mann-Whitneyova U-testu ($U = 12235$; $Z = -2,41$; $p = 0,016$), který zjišťuje statisticky významný rozdíl v úrovni prožívaného stresu mezi chlapci a dívkami, byl na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ rozdíl mezi pohlavími nalezen, což znamená, že hypotézu, H4: Existuje statisticky významný rozdíl v prožívání zátěže (SRRS) mezi chlapci a dívkami, lze přijmout.

8.3 Popis výsledků dotazníku SVF 78

V následující kapitole budou prezentovány výsledky dotazníku SVF 78. Nejprve bude prezentována tabulka průměrných hodnot testovaných strategií zvládání zátěže (SVF 78), a to jak u celého souboru, tak i u chlapců a dívek zvlášť. Následovat bude tabulka, která ověřuje, zda mezi chlapci a děvčaty existuje statisticky významný rozdíl v tom, jaké užívají strategie zvládání zátěže. Uvedeny budou nejen celkové pozitivní a negativní strategie, ale také všech 13 strategií, které může jednotlivec ke zvládání stresu využít. Poslední tabulka se bude zabývat statisticky významnými rozdíly v užití pozitivních nebo negativních strategií mezi jednotlivými školami.

V tabulce číslo 17 jsou uvedeny průměrné hodnoty a směrodatné odchylky užívaných strategií zvládání zátěže. Tyto hodnoty jsou uvedeny pro celý soubor a také zvlášť pro chlapce a zvlášť pro dívky. Pro přehlednost je uvedeno všech 13 strategií, které jsou označeny podle toho, jestli spadají do „Strategie podhodnocení a devalvace viny (POZ 1)“, „Strategie odklonu (POZ 2)“ nebo „Strategie kontroly (POZ 3)“. Tyto tři strategie pak tvoří celkovou „Pozitivní strategii“. Strategie „Potřeba sociální opory“ a „Vyhýbání se“ jsou vyhodnocovány zvlášť.

Jak je možné vidět, tak v celém výzkumném souboru dominují subškály „vyhýbání se“ ($M = 14,71$), „perseverace“ ($M = 14,71$) a následují subškály „kontrola situace“ ($M = 14,42$) a „kontrola reakcí“ ($M = 14,19$). Pro celý výzkumný soubor je průměrný hrubý skóre pozitivní strategie ($M = 12,52$) vyšší oproti průměrnému hrubému skóru negativní strategie ($M = 12,01$), což znamená, že pozitivní strategie zvládání stresu dominuje nad negativní strategií.

U chlapců dosahují nejvyššího průměru strategie „kontrola situace“ ($M = 14,66$), „kontrola reakcí“ ($M = 14,21$) a strategie „vyhýbání se“ ($M = 14,23$). Chlapci pak v průměru využívají častěji pozitivní strategii ($M = 12,89$) než negativní ($M = 10,43$).

Dívky, podle průměrných hrubých skóru, využívají nejčastěji strategii „perseverace“ ($M = 15,81$) a „vyhýbání se“ ($M = 14,98$). Co se týká celkové pozitivní či negativní strategie, tak dívky využívají v průměru častěji negativní strategii ($M = 12,91$) než strategii pozitivní ($M = 12,31$), ovšem tento rozdíl je zanedbatelný a můžeme tedy říci, že tyto strategie využívají v obdobné míře.

Tabulka 17 Průměrné hodnoty a směrodatné odchylky testovaných strategií SVF 78

Strategie		Celý soubor (N = 354)		Chlapci (N = 128)		Dívky (N = 226)	
		Průměr	SD	Průměr	SD	Průměr	SD
POZ 1	Podhodnocení	10,31	5,52	11,59	5,54	9,58	5,39
	Odmítání viny	9,91	4,46	10,78	4,64	9,42	4,30
POZ 2	Odklon	13,57	3,91	13,57	4,07	13,57	3,82
	Náhradní uspokojení	11,70	4,90	11,32	5,15	11,92	4,75
POZ 3	Kontrola situace	14,42	4,00	14,66	4,25	14,28	3,86
	Kontrola reakcí	14,19	3,96	14,21	4,14	14,19	3,86
	Pozitivní sebeinstrukce	13,51	4,40	14,05	4,49	13,20	4,33
	Potřeba sociální opory	12,54	6,60	10,99	6,11	13,41	6,71
	Vyhýbání se	14,71	4,50	14,23	4,49	14,98	4,49
NEG	Úniková tendence	10,97	4,70	9,86	4,49	11,60	4,71
	Perseverace	14,71	6,35	12,77	6,26	15,81	6,15
	Rezignace	9,85	4,91	8,34	4,76	10,70	4,80
	Sebeobviňování	12,53	5,84	10,73	5,56	13,54	5,76
Pozitivní strategie (POZ)		12,52	2,84	12,89	2,92	12,31	2,77
Strategie podhodnocení a devalvace viny (POZ 1)		10,11	4,20	11,19	4,33	9,50	4,01
Strategie odklonu (POZ 2)		12,64	3,74	12,45	4,02	12,75	3,59
Strategie kontroly (POZ 3)		14,04	3,38	14,31	3,56	13,89	3,27
Negativní strategie (NEG)		12,01	4,60	10,43	4,34	12,91	4,52

V tabulce číslo 18 je možné vidět výsledky statistické analýzy, která ukazuje statisticky významné rozdíly v jednotlivých strategiích a také v celkových skórech pozitivní a negativní strategie. V tabulce jsou jednotlivé subškály vyznačeny i podle toho, zda spadají do POZ 1, POZ 2 a POZ 3. Strategie „Potřeba sociální opory“ a „Vyhýbání se“ se vyhodnocují zvlášť a nespádají do žádného faktoru. Z výsledků Mann-Whitneyova U-testu tedy vyplývá, že mezi pohlavími existuje statisticky významný rozdíl v strategii „Potřeba sociální opory“ a podle tabulky číslo 17, můžeme vyvodit, že sociální oporu vyhledávají častěji dívky než chlapci. Ve strategii „Vyhýbání se“ jsme mezi pohlavími nenašli statisticky významný rozdíl.

Z výsledků je také patrné, že mezi chlapci a dívkami není statisticky významný rozdíl v užívání Celkové pozitivní strategie. Z toho vyplývá, že hypotézu, H1: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru pozitivní strategie (SVF 78) mezi dívkami a chlapci, můžeme tímto zamítnout. Když se podrobně podíváme na jednotlivé podskupiny POZ 1, POZ 2 a POZ 3, které tvoří výslednou Pozitivní strategii, tak vidíme, že rozdíl ve strategii POZ 1 je statisticky významný a že tuto strategii využívají chlapci a dívky rozdílně. Na základě předchozí tabulky číslo 17 opět vidíme, že hrubý skóre POZ 1 (Strategie podhodnocení a odmítání viny) je vyšší u chlapců než u dívek. Z toho vyplývá, že chlapci častěji odmítají svou vinu na vzniku potíží a stresovou situaci častěji podhodnocují. Když se však podíváme na výsledky statistické analýzy negativních strategií, je patrné, že mezi dívkami a chlapci existuje statisticky významný rozdíl v užití těchto strategií a znamená to, že hypotézu, H2: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru negativní strategie (SVF 78) mezi dívkami a chlapci, lze přijmout.

Tabulka 18 Statická významnost ve škálách SVF 78 mezi pohlavími

Strategie		U	Z	p-hodnota
POZ 1	Podhodnocení	11176,50	3,55	< 0,001
	Odmítání viny	11750,50	2,93	0,003
POZ 2	Odklon	13991,50	0,51	0,610
	Náhradní uspokojení	13476,00	-1,07	0,286
POZ 3	Kontrola situace	13665,50	0,86	0,388
	Kontrola reakcí	14206,00	0,28	0,781
	Pozitivní sebeinstrukce	12649,50	1,96	0,050
	Potřeba sociální opory	11268,00	-3,45	0,001
	Vyhýbání se	13074,00	-1,50	0,133
NEG	Úniková tendence	11402,50	-3,31	0,001
	Perseverace	10486,50	-4,30	< 0,001
	Rezignace	10078,50	-4,74	< 0,001
	Sebeobviňování	10353,00	-4,44	< 0,001
Pozitivní strategie (POZ)		12676,00	1,93	0,053
Strategie podhodnocení a devalvace viny (POZ 1)		10898,50	3,85	<0,001
Strategie odklonu (POZ 2)		14069,00	-0,43	0,670
Strategie kontroly (POZ 3)		13465,00	1,08	0,280
Negativní strategie (NEG)		9738,00	-5,11	< 0,001

V tabulce číslo 19 jsou uvedeny výsledky Kruskal-Wallisova testu, který zjišťuje, zda existuje statisticky významný rozdíl v užitých strategiích mezi jednotlivými školami. Zde je možné vidět, že v užití pozitivních strategií neexistuje statisticky významný rozdíl mezi jednotlivými školami. Hypotézu, H6: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru pozitivní strategie (SVF 78) mezi jednotlivými školami, je tedy možné zamítnout. Hraněně statisticky významný (při zaokrouhlení na tři desetinná místa $p = 0,049$) rozdíl můžeme vidět v užití negativní strategie a hypotézu, H7: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru negativní strategie (SVF 78) mezi jednotlivými školami, můžeme díky tomu přijmout.

Tabulka 19 Statistická významnost ve škálách SVF 78 mezi školami

Strategie	H kritická hodnota testovacího kritéria	N	p-hodnota
Pozitivní strategie (POZ)	1,84	354	0,61
Strategie podhodnocení a devalvace viny (POZ 1)	2,38	354	0,50
Strategie odklonu (POZ 2)	1,91	354	0,59
Strategie kontroly (POZ 3)	1,74	354	0,63
Negativní strategie (NEG)	7,83	354	0,05

8.4 Popis výsledků souvislostí faktorů jednotlivých metod

V následující kapitole budou prezentovány výsledky statistických testů, které zjišťují statisticky významné souvislosti mezi jednotlivými faktory metod použitých při výzkumu. Nejprve bude prezentována tabulka znázorňující souvislost mezi faktory dotazníku VRCHA a úrovní prožívané zátěže (SRRS).

V následující tabulce číslo 20 byla provedena Spearmanova korelace mezi jednotlivými faktory dotazníku VRCHA s celkovým skóre SRRS (subjektivně prožívané zátěže). V tabulce je možné vidět, že na hladině významnosti alfa = 0,001 byly nalezeny slabé až středně silné pozitivní korelace mezi jednotlivými faktory a celkovým skóre SRRS. Z jednotlivých faktorů koreluje nejsilněji s prožitou zátěží faktor abúzus, následuje šikana a nejméně silná je korelace s faktorem delikvence. Celkový skóre dotazníku VRCHA a prožité zátěže (SRRS) také korelují středně silně, pozitivně. Hypotéza, H8: Existuje souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a prožívanou zátěží (SRRS), je na základě této korelace přijata.

Tabulka 20 Korelace dotazníku VRCHA a SRRS

Faktor	Celkový skór (SRRS)
Abúzus	0,40***
Delikvence	0,24***
Šikana	0,30***
Celkový skór (VRCHA)	0,43***

Poznámka: ***p = 0,001

Tabulka číslo 21 pomocí Spearmanovy korelace ilustruje, že vztahy mezi faktory, resp. celkovým skóre VRCHA a mírou prožité zátěže (SRRS), je podobně silný u chlapců i u dívek.

Tabulka 21 Korelace faktorů rizikového chování (VRCHA) s mírou prožité zátěže (SRRS) u chlapců a dívek

Faktor VRCHA	Celkový skór SRRS	
	Chlapci	Dívky
Abúzus	0,39***	0,41***
Delikvence	0,28*	0,25***
Šikana	0,25*	0,33***
Celkový skór	0,44***	0,44***

Poznámka: * p = 0,05; ***p = 0,001

Tabulka číslo 22 prezentuje výsledky Spearmanovy korelační analýzy, která zjišťuje míru souvislosti celkového skóru dotazníku VRCHA s celkovým skóre SRRS na jednotlivých školách. Pro doplnění jsou prezentovány také výsledky korelační analýzy mezi jednotlivými faktory dotazníku VRCHA a výsledným skóre SRRS. Jak je možné vidět, tak korelace celkového skóre rizikového chování a skóre prožité zátěže je na všech typech škol statisticky významná. Na učilišti ($r = 0,59$) a osmiletém gymnáziu ($r = 0,48$) se jedná o středně silné pozitivní korelace a statisticky významné, byť slabší korelace mezi rizikovým chováním (VRCHA) a mírou prožité zátěže (SRRS) je možné vidět také na střední odborné škole ($r = 0,32$) a na čtyřletém gymnáziu ($r = 0,27$).

Tabulka 22 Korelace faktorů dotazníku VRCHA a SRRS u různých typů škol

Faktor	Škola			
	Učiliště	Střední odborná škola	Čtyřleté gymnázium	Osmileté gymnázium
	Celkové skóre (SRRS)	Celkové skóre (SRRS)	Celkové skóre (SRRS)	Celkové skóre (SRRS)
Abúzus	0,56***	0,30*	0,25*	0,47***
Delikvence	0,38***	0,21*	0,10	0,19
Šikana	0,49***	0,10	0,30*	0,31*
Celkový skór (VRCHA)	0,59***	0,32*	0,27*	0,48***

Poznámka: * $p = 0,05$; *** $p = 0,001$

V tabulce číslo 23 jsou uvedeny výsledky Spearmanovy korelace, pomocí které jsou zjišťovány souvislosti mezi rizikovým chováním (VRCHA) a pozitivní strategií zvládnání zátěžových situací (SVF 78). Jak je možné vidět, tak statisticky významný vyšel pouze faktor šikany, který s pozitivní strategií koreluje velmi slabě, negativně. Celkové rizikové chování (VRCHA) však s užitím pozitivních strategií nekoreluje a hypotézu H9: Existuje souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a pozitivními strategiemi zvládnání zátěže (SVF 78) můžeme zamítnout.

Tabulka 23 Korelace rizikového chování (VRCHA) a pozitivní strategie zvládnání zátěže (SVF 78)

Faktor	Pozitivní strategie
Abúzus	-0,01
Delikvence	0,03
Šikana	-0,16*
Celkový skór (VRCHA)	-0,03

Poznámka: * $p = 0,05$

Tabulka číslo 24 prezentuje výsledky Spearmanovy korelační analýzy. V tabulce je možné vidět, že s negativní strategií zvládnání stresu statisticky významně souvisí faktor šikana. Mezi ostatními faktory (abúzus a delikvence) a negativní strategií není nalezena statisticky významná souvislost. Stejně je tomu u celkového skóru rizikového chování (VRCHA), což znamená, že hypotézu H10: Existuje souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a negativními strategiemi zvládnání zátěže (SVF 78) můžeme zamítnout.

Tabulka 24 Korelace rizikového chování (VRCHA) a negativní strategie zvládnání zátěže (SVF 78)

Faktor	Negativní strategie
Abúzus	0,02
Delikvence	-0,02
Šikana	0,23*
Celkový skór (VRCHA)	0,08

Poznámka: *p = 0,05

V tabulce číslo 25 jsou uvedeny výsledky korelace mezi strategiemi zvládnání stresu (SVF 78) a mírou prožití zátěže (SRRS). Jak je možné vidět, tak souvislost mezi pozitivními strategiemi a celkovou mírou prožití zátěže není statisticky významná, takže hypotéza, H11: Existuje souvislost mezi prožitou zátěží (SRRS) a pozitivními strategiemi (SVF 78), je tím zamítnuta. Naopak u korelace negativní strategie s mírou prožití zátěže můžeme vidět statisticky významnou, slabou pozitivní souvislost. V závislosti na tomto výsledku hypotézu, H12: Existuje souvislost mezi prožitou zátěží (SRRS) a negativními strategiemi (SVF 78), lze přijmout.

Tabulka 25 Korelace strategií zvládnání stresu (SVF 78) a mírou prožití zátěže (SRRS)

Strategie	Celkové skóre (SRRS)
Pozitivní strategie (POZ)	-0,04
Strategie podhodnocení a devalvace viny (POZ 1)	-0,07
Strategie odklonu (POZ 2)	-0,02
Strategie kontroly (POZ 3)	0,00
Negativní strategie (NEG)	0,21*

Poznámka: *p = 0,05

8.5 Přehled hypotéz a jejich vyhodnocení

Hypotéza	Přijetí/zamítnutí hypotézy
Hypotézy, které ověřují statisticky významné rozdíly mezi pohlavími.	
H1: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru pozitivní strategie (SVF 78) mezi dívkami a chlapci.	Zamítnuta
H2: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru negativní strategie (SVF 78) mezi dívkami a chlapci.	Přijata
H3: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru celkový skóre (VRCHA) mezi chlapci a dívkami.	Zamítnuta
H4: Existuje statisticky významný rozdíl v prožívání zátěže (SRRS) mezi chlapci a dívkami.	Přijata
Hypotézy ověřující statisticky významné rozdíly mezi jednotlivými školami.	
H5: Existuje statistický rozdíl v rizikovém chování (VRCHA) mezi jednotlivými školami.	Přijata
H6: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru pozitivní strategie (SVF 78) mezi jednotlivými školami.	Zamítnuta
H7: Existuje statisticky významný rozdíl ve faktoru negativní strategie (SVF 78) mezi jednotlivými školami.	Přijata
Hypotézy ověřující souvislosti mezi faktory jednotlivých metod.	
H8: Existuje souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a prožívanou zátěží (SRRS).	Přijata
H9: Existuje souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a pozitivními strategiemi zvládnání zátěže (SVF 78).	Zamítnuta
H10: Existuje souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a negativními strategiemi zvládnání zátěže (SVF 78).	Zamítnuta
H11: Existuje souvislost mezi prožitou zátěží (SRRS) a pozitivními strategiemi (SVF 78).	Zamítnuta
H12: Existuje souvislost mezi prožitou zátěží (SRRS) a negativními strategiemi (SVF 78).	Přijata

Na základě výsledků, které jsme během výzkumu zjistili, že v modelu Výskyt rizikového chování u adolescent (VRCHA) – Škála sociálního přizpůsobení (SRRS) – Strategie zvládnání zátěže (SVF 78) lze najít jisté souvislosti, i když bez přímé souvislosti VRCHA – SVF 78. Došli jsme také k závěrům, že mezi dívkami a chlapci existují rozdíly ve využívání negativních strategií. Toto zjištění se mohlo promítnout také do rozdílů mezi školami, jelikož poměr děvčat a chlapců byl na některých školách nevyvážený. U dívek jsme také zjistili vyšší míru prožívané zátěže. Na druhou stranu jsme zjistili, že mezi dívkami a chlapci neexistuje rozdíl ve výskytu rizikového chování. Tato zjištění nás vedou k relativně pozitivnímu zjištění, že i přesto, že dívky vnímají vyšší zátěž a více využívají negativní strategie zvládnání zátěže, tak se nedopouštějí rizikového chování více než chlapci.

9 Diskuze

V následující kapitole budou shrnuty základní myšlenky teoretické části a zhodnoceny výsledky výzkumu diplomové práce. Problematika rizikového chování je mezi odborníky zkoumána několik desítek let a význam poznatků, které tyto výzkumy přinášejí, je velmi podstatný pro implementaci nejrůznějších opatření, aby bylo toto chování co nejvíce snižováno. Tato opatření mívají velmi často formu prevence, nicméně ještě stále je zapotřebí intervence tam, kde, již prevence není účinná. V Česku nalezneme velké množství odborníků (Dolejš, Skopal, Csémy, atd.), kteří se ve svých výzkumech zabývají problematikou rizikového chování. Mimo tuzemské výzkumy se Česká republika také účastní několika evropských studií jako například ESPAD (Csémy et al., 2012). Z toho je možné vyvodit, jak závažné a často diskutované toto téma je.

Při studiu rizikového chování narazíme v literatuře na určitou roztržičnost tohoto pojmu, ovšem ve výsledku lze pojmy delikventní, rizikové, antisociální a jim podobné chápat jako pojmy příbuzné, odvozené ze stejného jádra. Existuje mnoho forem a projevů rizikového chování a na jeho původ lze pohlížet z biologického, sociálního, psychologického a eklektického hlediska (Hrčka, 2001; Urban, Dubský & Bajura, 2012)

Jelikož je pojem rizikové chování nejčastěji spojován s obdobím adolescence, je na místě věnovat tomuto období značnou pozornost. Období adolescence je časem pro splnění několika náročných a důležitých vývojových úkolů, které připravují dospívajícího na život, kde už bude zodpovědný sám za sebe, na dospělost (Macek, 2003). Tyto zásadní změny, kterými si adolescent v průběhu dospívání projde, představují určitou míru zátěže, která je pro každého jedince individuální. Míra zátěže se podle Holmese a Raeho (1967) dá měřit za pomoci škály, která zahrnuje nejrůznější pozitivní i negativní životní události, jež představují zátěž. Z literatury lze vyčíst, že míra zátěže může, stejně jako vývojové změny, ovlivňovat výskyt rizikového chování. Nedílnou součástí při výskytu zátěže v životě jsou strategie a jedincovy možnosti, jak tuto zátěž zvládat. V této diplomové práci se proto snažíme podat ucelený obrázek toho, jak tyto faktory a vlivy souvisí a jaké rozdíly můžeme nacházet nejen mezi pohlavími, ale také mezi studenty, navštěvujícími různé typy škol.

Výzkum diplomové práce probíhal v průběhu října 2019. Pro realizaci výzkumu byli vybráni adolescenti ve věku od 15 do 19 let, kteří navštěvují střední školu v Krnově. Celkově bylo získáno 354 kompletně vyplněných dotazníků. S prosbou o účast na

výzkumu jsme se obrátili na 4 střední školy v Krnově, z nichž tři souhlasily a výzkumné studie se zúčastnily. Během přípravy výzkumu byly identifikovány určité obavy o průběhu administrace a možné nespolupráce vyučujících, které ovšem v průběhu testování nenastaly. Na všech typech škol proběhlo testování hladce a žádný z učitelů neměl s testováním problém, což bylo ovlivněno především ochotou spolupracovat ze strany ředitelů škol. Během výzkumu nevyužil žádný ze studentů možnost odstoupit od výzkumu, což bylo hodnoceno jako pozitivní z hlediska motivovanosti jednotlivých respondentů.

První administrovanou psychodiagnostickou metodou byla VRCHA (Výskyt rizikového chování u adolescentů; Dolejš & Skopal, 2015). Dotazník je zaměřen na výskyt rizikového chování a díky výzkumu Zemanové a Dolejše (2015) jej lze využít při testování respondentů ve věkové kohortě 15-19 let. VRCHA testuje rizikové chování ve faktorech abúzus, delikvence a šikana. Kromě toho můžeme také počítat celkové skóre rizikovosti. Pro výběrový soubor zvolený k této diplomové práci lze konstatovat, že nejvíce adolescentů požilo za posledních 30 dnů alkohol (71 %), 62 % respondentů někdy zfalšovalo podpis rodičů, 52 % jich mělo během života pohlavní styk, 45 % již zkusilo marihuanu a 42 % z nich bylo někdy za školou. Velmi zajímavé výsledky přináší informace o pravidelném kouření (respondent vykouří více jak 5 cigaret denně), kde můžeme vidět, že mezi studenty z učiliště je celých 18 % pravidelnými kuřáky. Podobně je tomu na střední odborné škole, kde je pravidelných kuřáků celkem 13 %, kdežto na obou typech gymnázií je tomu méně než 5 % (čtyřleté 2 %; osmileté 4 %). Pro srovnání lze uvést výsledky výzkumu Zemanové a Dolejše (2015), kde výzkumný soubor tvořili klienti NZDM (Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež), u nichž ve věkové kohortě 16-19 let, byla prevalence pití alkoholu u 73 %, a ve srovnání s naším výzkumným vzorkem falšovalo podpisy 71 %, pohlavní styk mělo celkem 81 %, marihuanu kouřilo 63 % a 68 % bylo někdy za školou. Mezi klientelou NZDM a výzkumným vzorkem lze vidět značnou procentuální rozdílnost prevalence těchto faktorů.

Velmi ožehavým tématem je šikana na školách (Čapek, Navarová & Ženatová, 2017; Hrdinová, 2019; Kolář, 2011), jejíž prevalence se na jednotlivých školách dle našeho výzkumu statisticky významně neliší. Podobný závěr uvádějí také Holtapples & Meier (1997; cit. podle Schäfer & Korn, 2003; in Smith, 2003). Relativně nejvyšší prevalence šikany byla na učilišti, nejnižší pak na čtyřletém gymnáziu, rozdíl však nebyl statisticky významný. Vidíme ale, že studenti učiliště nejčastěji pocítovali, že jsou oběťmi určitého stupně šikanování.

Hypotézy, které byly vztaženy přímo k dotazníku VRCHA, byly celkem dvě a další tři zkoumaly souvislost s dalšími metodami. První zjišťovala rozdíl v prevalenci rizikového chování mezi pohlavími, který nebyl v celkovém skóru VRCHA nalezen. Jediný statisticky významný rozdíl mezi pohlavími byl zjištěn ve faktoru delikvence, kde chlapci se dopouštěli delikventního chování častěji ($M = 2,1$) než dívky ($M = 1,7$). Podobných výsledků dosáhli také Buriánek a Podaná (2010), v rámci výzkumu ISRD (International Self-report Delinquency Study), které se zúčastnilo 2 283 respondentů. Výsledky studie prokázaly, že prevalence delikventního chování byla u chlapců vyšší než u dívek. Největší rozdíl byl zaznamenán u násilných trestných činů, vandalismu či majetkových trestných činů. Ve shodě se studií Buriánka a Podané (2010) jsou také naše výsledky v oblasti záškoláctví, které se objevovalo u chlapců a dívek v obdobné míře, stejně tak v prevalenci návykového chování nebyl u chlapců a dívek nalezen statisticky významný rozdíl.

Druhá hypotéza byla zaměřena zjištění rozdílu v rizikovém chování mezi různými typy škol. Zde jsme zjistili statisticky významný rozdíl v rizikovém chování mezi jednotlivými školami. Nejnížší hrubé skóre byly zjištěny u osmiletého a čtyřletého gymnázia, nejvyšší u střední odborné školy a učiliště. Přičemž statisticky významný rozdíl (kromě celkového skóru) byl zjištěn také pro škály abúzus a delikvence. U faktoru šikany se rozdíl nejevil jako statisticky významný a mohli bychom tedy říct, že míra "šikanování" se na jednotlivých školách neliší, jak již bylo zmíněno výše. Na základě těchto zjištění by bylo vhodné, na školách s vyššími průměry (učiliště $M = 5,34$; střední odborná škola $M = 5,48$), zapracovat na prevenci rizikového chování. Ať už se jedná o návykové či delikventní chování. V dnešní době je spousta možností, jak chování mladistvých pozitivně ovlivnit. V tomto případě by se daly využít například peer programy, které Miovský, Zapletalová a Skácelová (2010) uvádějí jako vhodné, jelikož v období dospívání je vrstevníkům přisuzován větší vliv než rodičům. Na školách s vyšším výskytem rizikového chování by mělo smysl zaměřit se také na sociální okolí studentů (rodina, vrstevníci) a na subjektivní vnímání školního a třídního klimatu.

První hypotéza zaměřená na souvislost mezi rizikovým chováním a mírou prožívané zátěže (SRRS) byla na základě výsledků korelační analýzy přijata. Byla nalezena středně silná pozitivní souvislost mezi celkovým skóre rizikového chování a mírou prožívané zátěže, přičemž z jednotlivých faktorů (VRCHA) byla nejtěsnější souvislost s mírou prožité zátěže zjištěna u faktoru Abúzus ($r = 0,40$). U faktoru delikvence ($r = 0,24$) a šikany ($r = 0,30$) byly korelace slabší, ale stále statisticky významné. Jako zdroj zátěže

v adolescenci bychom mohli považovat například vztahy v rodině, jejichž vliv na prevalenci rizikového chování prokázala studie Novotného a Okrajka (2012). Ve studii zaměřené na souvislost vztahů v rodině a výskyt rizikového chování došli k závěru, že například hádky s rodiči, zvýšená nepřítomnost rodiče doma, zaměstnanost nebo hospitalizace rodiče souvisí se zvýšenou prevalence rizikového chování (například kouření, agresivní chování, pití alkoholu nebo záškoláctví). Matoušek a Kroftová (2003) uvádějí zase vliv vrstevnických skupin, které pro dospívajícího představují zdroj vyšší nebo nižší úrovně stresu. Vzhledem k položkám, které zahrnuje metoda SRRS (kromě jiného vliv rodinných a vrstevnických vztahů) a uvedených studií lze říci, že zátěž může mít jistý vliv na výskyt rizikového chování. Pro jistotu bylo zjišťováno, zda se souvislosti těchto faktorů neliší v závislosti na pohlaví či typu školy. Pro pohlaví byly výsledky velmi podobné těm provedeným pro celý výzkumný soubor. Analýza pro jednotlivé typy škol ukázala, že nejtěsnější pozitivní souvislosti mezi rizikovým chováním a prožívanou mírou zátěže byly na učilišti.

Další hypotéza zjišťovala souvislost mezi rizikovým chováním (VRCHA) a pozitivními strategiemi zvládání stresu (SVF 78). Na základě korelační analýzy bylo zjištěno, že pozitivní strategie statisticky významně korelují pouze s faktorem šikany ($r = -0,16$), kdy tato korelace je negativní, což znamená, že čím více jsou využívány pozitivní strategie zvládání zátěže, tím méně často se bude respondent považovat za oběť šikany nebo se jí stávat. Korelace ovšem dosahovala nízké hladiny a je tedy nutné brát tento výsledek s rezervou. Celkové skóre rizikového chování a pozitivní strategie však žádnou statisticky významnou korelaci neprokázaly a hypotéza byla zamítnuta. Stejně tak byla zamítnuta hypotéza o souvislosti výskytu rizikového chování a negativních copingových strategií. Statisticky významná korelace byla nalezena pouze s faktorem šikana ($r = 0,23$). Tato souvislost by znamenala, že jedinci, kteří se dle svého posouzení stávají častěji oběťmi šikany, také volí negativní strategie zvládání stresu. Jelikož je korelace pouze slabá, je zapotřebí dívat se na výsledky s jistou opatrností. Širůčková (2009) ve své práci došla k podobným zjištěním. Ve výsledcích označila vliv pozitivních strategií na výskyt rizikového chování jako slabý a stejně tak vliv negativních strategií jako nejednoznačný. Jako hlavní zdroj rizikového chování označila vnímanou zátěž, k čemuž jsme během testování dospěli také, jak již bylo zmíněno výše.

Vnímaná zátěž působí jako dominantní zdroj rizikového chování, protektivní vliv řešení problému je slabý ale zřetelný, o rizikovosti odklonových strategií lze pouze

spekulovat; výsledek není zcela jednoznačný. Stejně jako v předchozím modelu se projevuje slabý protektivní vliv a sociální izolace; nadneseně řečeno: dilema mezi samotou a vyhledáním rizikové sociální opory přetrvává. V tabulkách jsou uvedeny příslušné parametry strukturních modelů.

Další metodou využitou ve výzkumné studii byla Škála sociálního přizpůsobení pro dospívající (SRRS) (Holmes & Rahe; 1967). Jelikož verze pro dospívající nebyla prozatím přeložena, byla provedena pilotáž. Na základě pilotáže byly upraveny/dovysvětleny tři položky, které byly pro většinu respondentů účastnících se pilotáže nejasné (N = 15).

K metodě SRRS byly vztaženy celkem čtyři hypotézy, přičemž hypotéza zjišťující souvislost mezi prožívanou zátěží a výskytem rizikového chování již byla popsána výše. Další hypotéza zkoumající rozdíl mezi chlapci a dívkami v prožívané zátěži, byla přijata. Vyššího průměrného hrubého skóru dosahovaly dívky (M = 210,30). Chlapci dosahovali průměrného hrubého skóru M = 178,13.

Jako nejčastější zátěžová situace bylo označeno "užívání drog nebo alkoholu", kdy tuto položku označilo 78 % chlapců (N = 128) a úplně stejné procento dívek (N = 226). Druhou nejčastější situací, která se respondentům stala za poslední rok, byl "začátek randění", kterou v celém souboru označilo 146 respondentů (N = 354), z dívek to bylo 42 % a mezi chlapci 39 %. Opět je vidět, že výskyt tohoto chování je mezi chlapci a dívkami podobný. Carver, Joyner a Udry (2003) dospěli ve svém výzkumu adolescentních vztahů u dospívajících ve věku 12-18 let k podobným výsledkům, kdy chlapci randili v 64 % případů a dívky v 65 % případů za posledních 18 měsíců. Lacinová, Michalčáková a Masopustová (2008) provedli studii v rámci výzkumu ELSPAC, kdy u patnáctiletých respondentů zjistili, že 70 % dívek a 68 % chlapců již mělo nebo aktuálně má zkušenost s romantickým vztahem.

Na základě vyhodnocení metody jedné ze tří skupin podle toho, do jaké míry je zátěž "ohrožen". Z celkového souboru (N = 354) bylo celkem 40 % zařazeno do skupiny s nízkou mírou zátěže, 42 % spadalo do kategorie, která zažívá normální úroveň zátěže, a 18 % respondentů bylo za poslední rok vysoce zasaženo úrovní zátěže. Na základě statistické analýzy bylo také zjištěno, že existuje statisticky významný rozdíl v míře prožité zátěže u studentů z jednotlivých typů škol. Nejvyšší průměrná míra zátěže byla zjištěna na střední odborné škole (M = 230,64). Následovalo učiliště (M = 207,58), osmileté gymnázium (M = 185,13) a nejnižší průměrnou míru zátěže jsme zaznamenali na čtyřletém

gymnáziu ($M = 173,31$). Tyto průměry vycházejí ze zátěžových situací, které respondenti prožili. Zatím co položky, které bychom mohli označit jako "typické" pro období dospívání (například změna v přijetí vrstevníků, užívání drog nebo alkoholu či začátek randění), které byly v průměru označovány mezi respondenty z jednotlivých škol relativně podobně, je důležité zaměřit se na položky, které jsou bodově ohodnoceny jako vysoce zatěžující a jsou spíše situační (smrt blízkého kamaráda, hospitalizace rodiče či vlastní nemoc). Pokud bychom se zaměřili na tyto položky tak například celých 13 % studentů střední odborné školy označilo "Úmrtí blízkého kamaráda" (mohl to být spolužák a označila jej většina třídy) což ovlivňuje i celkový průměr na dané škole. Z toho důvodu by bylo vhodné, kromě intervence zaměřené na návykové či delikventní chování, pracovat se třídním kolektivem v rámci těchto neočekávaných situací.

Další hypotézy vztahující se k metodě SRRS zkoumaly souvislost míry prožité zátěže s pozitivními či negativními strategiemi zvládnání zátěže (SVF 78). Statisticky významná, byť jen slabá pozitivní souvislost byla nalezena pouze mezi zátěží a negativními strategiemi, nikoliv strategiemi pozitivními. Negativní strategie zvládnání zátěže se vyznačují tendencí, kdy jedinec využívá neefektivní strategie, které stres spíše zvyšují. Jedinec má tendenci vyhýbat se stresu, co nevede k vyřešení situace, která zátěž způsobuje. Navíc se v rámci negativní strategie objevuje tendence neschopnost odpoutat se od prožívané zátěže, což opět vede k jejímu zvýšení. Následkem toho může jedinec reagovat rezignací, kdy se vzdává snažení o zvládnutí situace (Janke & Erdmanová, 2003). Na základě zjištění, že negativní strategie koreluje s mírou prožité zátěže, můžeme říci, že pokud respondent využívá negativní strategie, komplikuje se jeho zvládnání zátěže, kterou pak prožívá hůř, než kdyby využíval pozitivní strategie.

Poslední metodou, která byla při výzkumu využita, byla metoda SVF 78 "Strategie zvládnání stresu" (Janke & Erdmanová, 2003). Tato metoda obsahuje 78 položek, jež jsou následně tříděny do 13 různých strategií, které jsou zaměřeny na zvládnání stresu. Jejich dalším tříděním vzniká "Pozitivní strategie", kterou lze rozčlenit na tři podkategorie "Strategie podhodnocení a devalvace viny", "Strategie Odklonu" a "Strategie kontroly" a "Negativní strategie". Celkem se k této metodě vztahovalo 6 hypotéz, z nichž 2 byly popsány výše. První hypotéza, která zjišťovala rozdíl ve využití pozitivních strategií mezi pohlavími, byla zamítnuta. Jediný statisticky významný rozdíl byl nalezen ve využívání "Strategie podhodnocení a odklonu", která je jednou ze tří strategií spadajících do "Pozitivních strategií". Chlapci tuto strategii využívali ke zvládnutí častěji než dívky.

Znamená to tedy, že chlapci mají vyšší tendenci zvládat stres tak, že situaci, která je zátěžová, podhodnocují, to znamená, že ji vnímají jako méně zátěžovou. V rámci této strategie také častěji odmítají přiznat vinu sobě, za zátěž, která se v jejich životě děje.

Statisticky významný rozdíl můžeme také vidět ve využívání strategie "Potřeba sociální opory", kterou častěji užívají dívky. Výzkumy zjišťující rozdíl ve vyhledávání opory došly k podobným závěrům, a to takovým, že ženy častěji vyhledávají sociální oporu než muži (Linden, Chambers, Maurice & Lenz, 1993). Frankovský a Baumgartner (1997) se ve svém výzkumu zabývali rozdíly v oblasti strategií zvládnání zátěžových situací mezi muži a ženami. Jako statisticky významný rozdíl se jevílo vyhledávání sociální opory, kterou častěji volily ženy oproti mužům. Muži, zato častěji volili strategii úniku. Strategie „Vyhýbání se“ je taktéž vyhodnocována zvlášť. Zde jsme však žádný statisticky významný rozdíl mezi pohlavími nezaznamenali.

Další hypotéza byla zaměřena na hledání rozdílu v užívání "Negativních strategií" mezi dívkami a chlapci. Na základě hrubých průměrných skóre naměřených ve skupině chlapců ($M = 10,4$) a dívek ($M = 12,9$) vidíme, že negativní strategie volí častěji dívky. Z nejčastěji volených strategií, které spadají do "Negativní strategie", jsou u dívek zaznamenány strategie "Perseverace" ($M = 15,8$) a "Sebeobviňování" ($M = 13,5$). Výsledky výzkumu Urbanovské (2009) korespondují s námi naměřenými daty, kdy všechny strategie spadající do "Negativních strategií" jsou častěji využívány dívkami než chlapci, přičemž statisticky významný rozdíl byl nalezen nejen pro celkovou "Negativní strategii" ale také pro všechny strategie do ní spadající. Hypotéza, která se na zjištění tohoto rozdílu zaměřovala, byla na základě těchto výsledků přijata.

Třetí hypotéza zjišťovala, zda mezi studenty jednotlivých škol existuje rozdíl v užívání „Pozitivních strategií“. Mezi jednotlivými školami nebyl zjištěn statisticky významný rozdíl a hypotéza byla zamítnuta. Poslední hypotéza hledala rozdíl v užívání „Negativních strategií“ u studentů z různých typů škol. Na základě zjištění, že mezi školami existuje statisticky významný rozdíl, byla tato hypotéza přijata. Urbanovská (2009) ve svém výzkumu nezjistila statisticky významný rozdíl, ovšem školy byly děleny pouze na dva typy, a to gymnázia a střední odborné školy.

Během výzkumu jsme došli k závěrům, že mezi dívkami a chlapci jsou v určitých faktorech statisticky významné rozdíly. To se prokázalo především v porovnání u prožité zátěže nebo například při využívání negativních strategií zvládnání zátěže. Také jsme

prokázali rozdíly při porovnávání jednotlivých typů škol. Zde jsme dosáhli statisticky významných rozdílů například při porovnávání výskytu rizikového chování. Dále jsme zjistili, že mezi faktory rizikového chování a prožitou zátěží existuje statisticky významná souvislost. Celkově jsme testovali 12 hypotéz z nichž jsme 6 zamítli a 6 přijali.

Co se týče limitů práce, výzkum byl časově poměrně náročný, vzhledem k počtu respondentů, kteří se administrace zúčastnili. Vzhledem k omezenému rozsahu, jímž je diplomová práce omezena, nebylo možné zohlednit další možné proměnné, které by bylo možné zkoumat, jako například věk či rodinné a vrstevnické vztahy, které jsou pro dospívajícího typické.

Výsledky plynoucí z dotazníkového šetření je nutné brát s určitou rezervou, jelikož naměřené hodnoty se nemusejí vždy shodovat s původními nebo novými výzkumy a také nikdy nejsme schopni zajistit naprosto totožné podmínky. Navíc by bylo vhodné více vyvážit poměr chlapců a dívek, aby byl výzkum ještě o něco reprezentativnější. Výzkum rizikového chování je velmi rozmanitý a lze se zaměřit na mnoho proměnných, které mohou s tímto chováním souviset. Navíc s postupem času lze ve společnosti nacházet stále nové formy rizikového chování, které dosud nebyly známé (viz kyberšikana, která do doby, než do našich každodenních životů vstoupily moderní informační technologie, nebyla téměř vůbec rozšířená) a s kterými bude nutné se vypořádat. Tím pádem bude potřeba zaměřit se i na strategie, jak tyto nové situace zvládnout, aniž by nás ohrožovala přemíra stresu. Bude potřeba otevřený a pružný přístup ke zkoumání této problematiky, neboť bez něj bude zkoumání rigidní a neodpovídající současným poměrům a trendům.

10 Závěry

Diplomová práce je zaměřena na souvislost rizikového chování s mírou prožité zátěže a strategiemi zvládnání zátěže. Na souboru 354 studentů různých typů středních škol v Krnově bylo zjištěno, že:

- mezi chlapci a dívkami není rozdíl ve výskytu rizikového chování, liší se však v míře prožívané zátěže (vyšší míru reportují dívky) a v míře použití copingových strategií (dívky častěji používají negativní coping, chlapci mají častěji používat strategie odklonu a podhodnocení);
- mezi jednotlivými školami je rozdíl ve výskytu rizikového chování, kdy nejnižší hrubé skóry byly zjištěny u osmiletého a čtyřletého gymnázia, nejvyšší u střední odborné školy a učiliště;
- stejně tak byly shledány rozdíly v prožívané zátěži, která byla nejvyšší na střední odborné škole a učilišti a nejnižší na obou gymnáziích; mezi prožívanou zátěží a rizikovým chováním taktéž byly nalezeny středně silné až silné pozitivní korelace;
- nebyl nalezen rozdíl mezi žáky různých typů škol v používání pozitivních copingových strategií, lišilo se pouze použití negativních copingových strategií, což však může souviset s převahou dívek na některých typech škol v našem souboru;
- navzdory předpokladům nebyla nalezena souvislost mezi rizikovým chováním a pozitivními či negativními copingovými strategiemi;
- nalezena byla dále pouze souvislost mezi prožívanou zátěží a negativními, nikoliv však pozitivními strategiemi zvládnání.

Souhrn

V diplomové práci jsme se zabývali souvislostmi mezi výskytem rizikového chování u adolescentů, stresujícími událostmi, které zažili a strategiemi, jak zvládají zátěž. Vzhledem k zasazení výzkumu do období adolescence, uvádíme důležité poznatky o tomto období. Díky složitosti tohoto vývojového stadia neexistuje v literatuře shoda v jeho časovém vymezení. V adolescenci je velmi podstatný bio-psycho-sociální rozvoj, v rámci něhož probíhají v jednotlivých oblastech výrazné změny. V oblasti biologického vývoje pozorujeme především fyzický růst a změny v rozvoji sekundárních pohlavních znaků. V psychické oblasti dochází ke změnám myšlení. V sociální oblasti pozorujeme prudký nárůst kontaktů a prohlubování vztahů, především ve vrstevnické skupině. Na základě těchto změn také pozorujeme posun ve vnímání vlastní identity. Období adolescence je charakteristické výskytem rizikového chování, kterého se dospívající dopouštějí v mnohem větší míře, než tomu bylo doposud. Dochází k tomu hlavně z toho důvodu, že dospívající hledají nové, neobvyklé a vzrušující zážitky. Do oblasti rizikového chování bychom mohli řadit několik podobných pojmů, například antisociální chování, delikvence nebo kriminalita, které s tímto tématem úzce souvisí. Existuje také široká paleta forem rizikového chování, kterého se může adolescent dopouštět. Můžeme jmenovat například kouření, užívání alkoholu, zneužívání drog, ničení majetku, rizikové sexuální chování nebo šikanu. Celou tuto skupinu rizikových aktivit se snaží teoretici vysvětlit na základě určitých okolností a dispozic. V literatuře najdeme biologické teorie, které jako příčinu rizikového chování vidí určitý biologický defekt nebo zděděnou dispozici. Psychologicky orientované teorie přisuzují vliv osobnostním vlastnostem, které se projeví až díky působení prostředí. Sociologické teorie vysvětlují jako hlavního činitele sociální prostředí. A na konec existují eklektické teorie, které vysvětlují vznik rizikového chování z komplexnějšího hlediska. Pokud přihlédneme k tomu, jakou zátěž představuje toto rizikové chování zvláště na podkladě vývojových změn, které v adolescenci probíhají, zjistíme, že je důležité se touto zátěží zabývat. V literatuře se objevuje mnoho teorií, které vysvětlují vznik zátěže. Těmi nejznámějšími jsou Lazarusova psychologická teorie a teorie obecného adaptačního syndromu, jejímž autorem je Selye. V rámci zátěže pak můžeme identifikovat jednotlivé stresory. Ty je možné považovat za jednotky stresu, které na člověka působí. Vzhledem k míře stresu se objevují také pozitivní nebo negativní strategie, jak stres zvládat. Tyto strategie pak můžeme pomocí určitých psychodiagnostických metod měřeny.

Jak již bylo zmíněno výše, tato práce se zabývala souvislostmi mezi výskytem rizikového chování u adolescentů, stresujícími událostmi, které zažili a strategiemi, jak zvládají zátěž. Také jsme se zaměřili na to, jestli v těchto faktorech existují rozdíly mezi dívkami a chlapci, a také mezi různými typy škol. Do výzkumné studie se zapojily tři školy, učiliště, střední odborná škola a gymnázium, kde gymnázium bylo ještě rozděleno na osmiletou a čtyřletou formu studia. Studenti, kteří se výzkumu zúčastnili byli ve věku 15-19 let, čímž jsme pokryli všechny čtyři ročníky střední školy. Vzhledem k volbě kvantitativního designu studie jsme zvolili metody „Výskyt rizikového chování u adolescentů (VRCHA)“, „Škála sociální přizpůsobení (SRRS)“ a „Strategie zvládání zátěže (SVF 78)“.

Výzkum proběhl v říjnu roku 2019 na třech středních školách v Krnově. Výsledkem byl zisk 354 kompletně vyplněných dotazníků, které byly převedeny do datové podoby, aby bylo možné s nimi dále statisticky pracovat. Všichni respondenti, a také ředitelé škol a učitelé, kteří byli do výzkumu zapojeni, byli seznámeni s etickými pravidly. Výzkum byl striktně anonymní a každý z respondentů byl upozorněn, že pokud nechce, nemusí se jej účastnit, popřípadě pokud by někdo chtěl v průběhu testování odstoupit, má na to plné právo. Administrace probíhala přímo ve vyučovacích hodinách, přičemž samotné vyplnění dotazníků trvalo přibližně 35 minut a zbytek času byl využit pro diskusi. Celkový průběh výzkumu byl hodnocen kladně jak ze strany výzkumníka, tak ze stran vedení školy. Veškeré vyplněné dotazníky byly převedeny do datové podoby, z důvodu následného statistického vyhodnocení.

Za pomocí programů Microsoft Excel a Statistica 13, jsme provedli analýzu dat. Deskriptivní analýzu jsme využili k popisu výzkumného souboru, forem rizikového chování a jejich výskytu u respondentů, strategiemi zvládání zátěže a míry prožité zátěže. Výsledky dotazníku VRCHA přinesly informace o prevalenci rizikového chování z oblasti návykového chování (faktor abúzus), delikvence (stejnomený faktor) a šikany z pohledu oběti (faktor šikana). Mimo jiné je uveden také celkový skóre prevalence rizikového chování. Na základě statistické analýzy, jsme dospěli k závěrům, že nejčastěji vyskytující se formou rizikového chování ne abúzus, přičemž nejvyššího průměru dosahuje pití alkoholu během posledních 30 dní, které uvedlo celkem 71 %.

Metoda SRRS zajišťuje míru prožité zátěže u dospívajících na základě výskytu různých zátěžových situací v uplynulém roce. Podle naměřeného hrubého skóre lze

následně respondenta zařadit do skupiny, jak závažně je touto zátěží ohrožen. V našem šetření bylo nejvíce dospívajících zařazeno do skupiny s běžnou mírou zátěže, velmi podobné procento bylo zařazeno do skupiny s nízkou mírou zátěže a nejméně respondentů spadalo do skupiny, která je ohrožena vysokou mírou zátěže. Z vyhodnocení jednotlivých položek jsme dospěli k závěru, že nejčastěji je zdrojem zátěže "Užívání drog nebo alkoholu" což koresponduje s výsledky dotazníku VRCHA. Další často vyskytující se zátěžová situace byla "Začátek randění", které u dívek bylo v průměru označeno stejně často jako u chlapců. Podobných výsledků bylo dosaženo také v jiných výzkumech (Carver, Joyner & Udry, 2003; Lacinová, Michalčáková & Masopustová, 2008).

SVF 78 je metoda, která zjišťuje, jaké strategie jedinec využívá při zvládnání zátěže. Výsledkem je identifikace pozitivních nebo negativních strategií, které respondent při zvládnání zátěže volí.

Následně jsme se věnovali rozdílům mezi chlapci a dívkami. Při porovnání těchto dvou skupin jsme zjistili, že ve faktoru rizikového chování (VRCHA) se dívky a chlapci neliší a rizikového chování se dopouštějí v podobné míře. Jediný statisticky významný rozdíl jsme objevili pro faktor delikvence, které se chlapci dopouštěli častěji než dívky. Poté jsme se zabývali rozdílem v míře prožité zátěže (SRRS), kde jsme zjistili, že dívky prožívají statisticky významné vyšší míru zátěže než chlapci. Na základě tohoto zjištění, jsme taky přijali hypotézu, zaměřenou na tento rozdíl. Posledním rozdílem, který nás zajímal z hlediska pohlaví, byl rozdíl v užívání pozitivních a negativních strategií zvládnání zátěže (SVF 78). Zde jsme dospěli ke zjištění, že pozitivní strategie jsou mezi děvčaty a chlapci užívány v obdobné míře, snad jediný rozdíl byl v subškále „Strategie odklonu a devalvace viny“, kterou chlapci využívali častěji než dívky. Hypotéza však byla zamítnuta vzhledem k tomu, že nebyl nalezen rozdíl mezi chlapci a dívkami v užívání pozitivních strategií. K opačnému závěru jsme dospěli, když jsme hledali rozdíl v užití negativních strategií mezi pohlavími. Dívky negativní strategie využívají častěji než chlapci, přičemž tento rozdíl byl statisticky významný a hypotéza předpokládající tento rozdíl byla přijata. Zajímavých výsledků jsme dosáhli při hledání rozdílu při volbě strategie "Potřeba sociální opory". Zjistili jsme, že dívky využívají této strategie častěji než chlapci. Toto zjištění bylo podpořeno výsledky několika dalších výzkumů (Frankovský & Baumgartner, 1997; Linden, Chambers, Maurice & Lenz, 1993).

Při výzkumu jsme se také zabývali rozdíly mezi jednotlivými typy škol, kdy jedním z předpokladů bylo, že se jednotlivé typy škol odlišují ve výskytu rizikového chování. Během analýzy jsme zjistili, že největší prevalence rizikového chování je na učilišti ($M = 5,34$) a na střední odborné škole ($M = 5,48$). Nižší výskyt byl zjištěn na čtyřletém ($M = 4,51$) a osmiletém ($M = 3,64$) gymnáziu. Tento předpoklad se potvrdil a hypotéza mohla být přijata. Rozdíl jsme také hledali ve využívání pozitivních a negativních strategií zvládání zátěže. V případě pozitivní strategie jsme nezjistili statisticky významný rozdíl mezi jednotlivými typy škol. Lze tedy říci, že pozitivní strategie jsou využívány na všech školách v obdobné míře. U negativní strategie jsme našli statisticky významný rozdíl, byť jen velmi nepatrný. Obdobných výsledků ve volbě strategií na různých typech škol dospěla také Urbanovská (2009) ve svém výzkumu.

Ve výzkumné části jsme se následně zaměřili na hledání souvislostí mezi jednotlivými faktory použitých metod. Statisticky významnou souvislost jsme objevili mezi mírou prožívané zátěže a rizikovým chováním ($r = 0,43$). Největší souvislost měl s mírou prožité zátěže faktor abúzus ($r = 0,40$) a faktor šikana ($r = 0,30$). Velmi podobné výsledky jsme dostali při zkoumání těchto souvislostí zvláště u dívek a chlapců. Stejně tak nás zajímala souvislost míry prožité zátěže a rizikového chování na různých typech škol, kde tyto korelace byly statisticky významné na všech typech škol. Vzhledem k použití metod nás dále zajímalo, zda mezi rizikovým chováním a využíváním strategií zvládání zátěže existuje nějaká souvislost. Zjistili jsme, že souvislost není statisticky významná, pokud jedinec využívá pozitivní strategie. Ani v případě, kdy jedinec využívá negativní strategie jsme nezjistili statisticky významnou souvislost s rizikovým chováním. Statisticky významné korelace jsme dosáhli pouze ve vztahu strategií a šikany (pozitivní strategie $r = -0,16$; negativní strategie $r = 0,23$). Lze tedy předpokládat, že výskyt rizikového chování příliš nesouvisí s tím, jakých strategií, pozitivních nebo negativních, respondent užívá ke zvládání zátěže.

V rámci diskuze jsme pak potvrdili některé dosažené výsledky na základě podobných výzkumů (Holmes & Rahe, 1967; Janke & Erdmanová, 2003; Urbanovská, 2009; Dolejš, 2010; Zemanová & Dolejš, 2015) z nichž jsme do jisté míry vycházeli při psaní tohoto textu.

Seznam použitých zdrojů a literatury

1. Amato, P. R. & Keith, B. (1991). Parental Divorce and Adult Well-Being: A Meta-Analysis. *Journal of Marriage and Family*, 53, 43-58.
2. Amato, P. R. (1994). Life-Span Adjustment of Children to Their Parents' Divorce. *The Future of Children*, 4, 143-164.
3. Auger, M. T. & Boucharlat, Ch. (2005). *Učitel a problémový žák: Strategie pro řešení problémů s kázní a učením*. Praha: Portál.
4. Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. New York: McGraw-Hill.
5. Buriánek, J. & Podaná, Z. (2010). Czech republic. In: Junger-Tas, J., Marshall, I. H., Enzmann, D., Killias, M., Steeketee, M. & Gruszczynska, B. (Eds.). *Juvenile Delinquenci in Europe and Beyond; Results of the Second International Self-Report Delinquency Study*. New York: Spering.
6. Carver, K. Joyner, K. & Udry, J. R. (2003). National Estimates of Adolescent Romantic Relationships. In: Florsheim, P. (Ed.). *Adolescent Romantic Relations and Sexual Behavior: Theory, Research, and Practical Implications*. Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates Publishers. s. 23-56.
7. Cohen, A. K. (1955). *Deliquent Boys; The Culture of the Gang*. New York: Free Press.
8. Cohen, A. K. (1966). *Deviance and Control*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
9. Compas, B. E. (2004). Processes of Risk and Resilience During Adolescence; Linking Contexts and Individuals. In: Lerner, R. M. & Steinberg, L. (Eds.). *Handbook of Adolescent Psychology*. New Jersey: John Wiley & Sons., s. 263-296.
10. Csémy, L. & Chomynová, P. (2012). Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD); Přehled hlavních výsledků studie v České republice v roce 2011. *Zaostřeno na drogy*. 1, 1-12.
11. Csémy, L., Hrachovinová, T., Čáp, P. & Starostová, O. (2014). Agresivní chování dospívajících: prevalence a analýza vlivu faktorů z oblasti rodiny, vrstevnických vztahů a školy. *Československá psychologie*. 58, 242-253.
12. Csémy, L., Starostová, O., Hrachovinová, T. & Čáp, P. (2013). Agresivní chování ve škole, jak je vnímají pedagogové. *Psychologie pro praxi*, 48, 79-88.
13. Čačka, O. (2000). *Psychologie duševního vývoje dětí a dospívajících s faktory optimalizace*. Brno: Doplněk.

14. Čapek, R., Navarová, S. & Ženatová, Z. (2017). *Žák v krizové situaci; Tipy a náměty pro třídní učitele*. Praha: Nakladatelství Dr. Josef Raabe
15. ČSÚ WWW user survey (n. d.). Retrived January 2, 2020 from <https://www.czso.cz/csu/xt/skoly-v-moravskoslezskem-kraji-ve-skolnim-roce-201819>
16. ČSÚ. (2. 5. 2019) Věkové složení obyvatelstva v obcích Moravskoslezského kraje. Získáno 1. května 2019 z <https://www.czso.cz/csu/xt/vekove-slozeni-obyvatelstva-v-obcich-moravskoslezskeho-kraje>
17. Dolejš, M. & Skopal, O. (2015). *Výskyt rizikového chování u adolescentů (VRCHA); Příručka pro praxi*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
18. Dolejš, M. & Zemanová, V. (2015). *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
19. Dolejš, M. (2010). *Efektivní a včasná diagnostika rizikového chování u adolescentů*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci
20. Dolejš, M., Skopal, O., Suchá, J. & kol. (2014). *Protektivní a rizikové osobnostní rysy u adolescentů*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
21. Dubský, U., Urban, L. & Bajura, J. (2012). *Sociální deviace*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk
22. Dunphy, D. C. (1963). The Social Structure of Urban Adolescent Peer Groups. *Sociometry*, 26, 230-246.
23. Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton
24. Eysenck, H. J. (1996). Personality and Crime: Where Do We Stand. *Psychology, Crime & Law*. 2, 143-152.
25. Ferjenčík, J. (2010). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál.
26. Frankovský, M. & Baumgartner, F. (1997). Vývin a konštrukcia metodiky skúmania stratégií správania v náročných životných situáciách (dotazník SPNS). In: Lovaš, L. & Výrost, J. *Stratégie správania v náročných životných situáciách*. Košice: Spoločenskovedný ústav SAV. s. 61-81.
27. Hartl, P., & Hartlová, H. (2004). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
28. Hoferková, S. & Bělík, V. (2017). Rizikové chování adolescentů ve východočeském regionu. *Kontakt*, 2, 139-145.
29. Holmes and Rahe stress scale. (nedat.). In Wikipedia. Získáno 1. května 2019 z https://en.wikipedia.org/wiki/Holmes_and_Rahe_stress_scale

30. Holmes, T. H. & Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218
31. Hřčka, M. (2001). *Sociální deviace*. Praha: Sociologické nakladatelství.
32. Hrdinová, R. (6. 10. 2019). *Se šikanou si neví rady nejen polovina dětí, ale ani třetina učitelů*. Získáno z https://www.idnes.cz/zpravy/domaci/sikana-skola-deti-ucitele-nasili-rvacka-bitka.A191001_143923_domaci_pmk.
33. Chomynová, P., Rous, Z. & Mravčík, V. (2019). Návykové látky v České republice v roce 2018. *Zaostřeno*, 6, 1-20. Dostupné z https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33119/869/Zaostreno_2019-06_v02.pdf.
34. Chomynová, P. (2013). Národní výzkum užívání návykových látek 2012; Kouření, užívání alkoholu a dalších drog v obecné populaci. *Zaostřeno na drogy*, 2, 1-16. Dostupné z https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/1373/42/Zaostreno_na_drogy_2013-02.pdf.
35. Chomynová, P., Csémy, L. & Mravčík, V. (2016). Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) 2015. *Zaostřeno*, 5, 1-16. Dostupné z https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/32196/734/zaostreno_2016-05_v03.pdf.
36. Janke, W. & Erdmannová, G. (2003). *Strategie zvládání stresu; Příručka*. Praha: Testcentrum.
37. Janošová, P., Kollerová, L. & Zábrodská, K. (2014). Školní šikana v současnosti – její definice a operacionalizace. *Československá psychologie*. 58, 368-377.
38. Jessor, R. & Jessor, S. L. (2016). Problem behavior Theory and Adolescent Development. In: Jessor, R. (Ed.). *The Origins and Development of Problem Behavior Theory: The Collected Works of Richard Jessor*. Boulder: Springer International Publishing.
39. Jessor, R. (2014). Problem Behavior Theory; A Half-Century of Research on Adolescent Behavior and Development. In: Lerner, R. M., Petersen, A. C., Silbereisen, R. K. & Brooks-Gunn, J. *The Developmental Science of Adolescence*. New York: Psychology Press.
40. Josselson, R. (1980). Ego Development in Adolescence. In: Adelson, J. (Ed.), *Handbook of Adolescent Psychology*. New York: Wiley & Sons, Inc., s. 126-158
41. Kabíček, P. (2014). Krátkodobé a dlouhodobé účinky návykových látek. In: Kabíček, P., Csémy, L., Hamanová, J. & kol. *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Praha: Triton.

42. Kalina, K. & kol. (2001). *Mezioborový glosář pojmů oblasti drog a drogových závislostí*. Praha: Filia Nova.
43. Kalina, K. (2003). *Drogy a drogové závislosti 1: mezioborový přístup*. Česká republika: Úřad vlády České republiky
44. Keating, D. (1991). Adolescent Cognition. In: Lerner, R., Peterson, A. & Brooks-Gunn, J. (Eds.). *Encyclopedia of Adolescence, Vol. 1*. New York: Garland Publishing.
45. Keating, D. P. (2004). Cognitive and Brain Development. In: Lerner, R. M. & Steinberg, L. (Eds.). *Handbook of Adolescent Psychology*. New Jersey: John Wiley & Sons., s. 45-84.
46. Kolář, M. (2011). *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál
47. Křivohlavý, J. (1994). *Jak zvládat stres*. Praha: Grada Avicenum.
48. Křivohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví*. Praha: Portál.
49. Kyasová, M. (2003). Kouření cigaret a další formy rizikového chování adolescentů. *Československá psychologie*, 47, 56-64.
50. Kyriacou, Ch. (2005). *Řešení výchovných problémů ve škole*. Praha: Portál.
51. Labáth, V. & kol. (2001). *Riziková mládež: možnosti potenciálních zmien*. Praha: Sociologické nakladatelství
52. Lacinová, L., Michalčáková, R. & Masopustová, Z. (2008). Láska je láska: Představy a zkušenosti patnáctiletých adolescentů. *E-psychologie*, 3, 16-29.
53. Langmeier, J. & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
54. Lazarová, B. (1998). *První pomoc při řešení výchovných problémů: Poradenské minimum pro učitele*. Praha: Agentura STROM.
55. Lazarus, R. S. (1966). *Psychological Stress and the Coping Process*. New York: McGraw-Hill.
56. Lemert, E. (1951). *Social pathology*. New York: McGraw-Hill.
57. Linden, W., Chambers, L., Maurice, J. & Lenz, J. W. (1993). Sex Differences in Social Support, Self-Deception, Hostility, and Ambulatory Cardiovascular Activity. *Health Psychology*, 12, 376-380.
58. Lovaš, L. (2008). Agrese. In J. Výrost, & I. Slaměník (Eds.). *Sociální psychologie*. Praha: Grada Publishing, s. 267-283.
59. Macek, P. & Lacinová, L. (2012). Výzkum vztahů v adolescenci: minulost a současnost. In: Macek, P & Lacinová, L. (Eds.), *Vztahy v dospívání*. Brno: Barrister & Principal, s. 11-24.

60. Macek, P. & Štefánková, Z. (2012). Vztahy s rodiči a jejich souvislosti s citovou vazbou. In: Macek, P & Lacinová, L. (Eds.), *Vztahy v dospívání*. Brno: Barrister & Principal, s. 25-40.
61. Macek, P. (2003). *Adolescence*. Praha: Portál
62. Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. In Adelson, J. (Ed.). *Handbook of Adolescence Psychology*. New York: Wiley & Sons, 159-187.
63. Markus, H. & Wurf, E. (1987). The Dynamic Self-Concept: A Social Psychological Perspective. *Annual Review of Psychology*. 38, 299-337.
64. Marshall, W. A. & Tanner, J. M. (1969). Variations in Pattern of Pubertal Changes in Girls. *Archives of Disease in Childhood*, 44, 291-303.
65. Marshall, W. A. & Tanner, J. M. (1970). Variations in Pattern of Pubertal Changes in Boys. *Archives of Disease in Childhood*, 45, 13-23.
66. Martínek, Z. (2015). *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. Praha: Grada
67. Matoušek, O. & Kroftová, A. (2003). *Mládež a delikvence, Možné příčiny, struktura, programy prevence kriminality mládeže*. Praha: Portál.
68. Miovský, M. (2015). Historie a současné pojetí školské prevence rizikového chování v České republice. In: Miovský, M. & kol. *Prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Univerzita Karlova v Praze.
69. Miovský, M., Šťastná, L. & Řehan, V. (2004). Indikátory rizikového chování v kontextu užívání konopných drog. *Psychiatrie*, 8, 280-285.
70. Miovský, M., Zapletalová, J. & Skácelová L. (2010). Zásady efektivní prevence rizikového chování u dětí a mládeže. In: Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J. & Novák, P. (Eds.). *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Togga, s. 39-41.
71. Mlčák, Z. (2011). *Psychologie zdraví a nemoci*. Ostrava: Filozofická fakulta Ostravské univerzity v Ostravě.
72. Moravcová, E., Podaná, Z., Buriánek, J. & kol. (2015). *Delikvence mládeže: trendy a souvislosti*. Praha: Triton
73. MŠMT ČR, (2015). *Rizikové sexuální chování*. Č.j.: MSMT-1999/2015.
74. MŠMT ČR, (2017). *Záškolačství*. Č.j.: MSMT- 32548/2017-1.
75. MŠMT ČR, Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č. j. MSMT-21149/2016)
76. Nakonečný, M. (2004). *Psychologie téměř pro každého*. Praha: Academia.

77. Novotný, J. S. & Okrajek, P. (2012). Vliv vybraných charakteristik rodinného prostředí na rizikové chování 15letých adolescentů. *E-psychologie*, 6, 9-21.
78. Nurmi, J.-E. (2004). Socialization and Self-Development: Channeling, Selection, Adjustment, and Reflection. In: Lerner, R. M. & Steinberg, L. (Eds.). *Handbook of Adolescent Psychology*. New Jersey: John Wiley & Sons., s. 85-124.
79. Paperny, D. (2011). *Handbook of Adolescent Medicine and Health Promotion*. Singapore: World Scientific Publishing.
80. Paulík, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada.
81. Pavlát, J. (2005). Děti v rozvodových sporech: Severoamerické studie (1980-2001). *Československá psychologie*, 49, 422-431.
82. Piaget, J. (1999). *Psychologie inteligence*. Praha: Portál.
83. Piaget, J. (2010). *Psychologie dítěte*. Praha: Portál.
84. Rahe, R. H., Meyer, M., Smith, M., Kjaer, G. & Holmes, H. T. (1964). Social Stress and Illness Onset. *Journal of Psychosomatic Research*, 8, 35-44
85. Rheinwaldová, E. (1995). *Dejte sbohem distresu*. Praha: Scarabeus.
86. Řehan, V. (1994). *Závislost na alkoholu a jiných drogách – psychologický přístup*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
87. Sawicki, S., Wedlichová, I. & Fleischmann, O. (2008). *Osobnost jedince a náročné životní situace*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem.
88. Selye, H. (1978). *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill.
89. Schäfer, M. & Korn, S. (2003). Germany; Numerous programmes – no scientific proof. In: Smith, K. E. (Ed.). *Violence in Schools – The Response in Europe*. London: Routledge Falmer, s. 100-116.
90. Siegler, R., DeLoache, J. & Eisenberg N. (2011). *How Children Develop*. New York: Worth Publishers.
91. Sobotková, V. N. & kolektiv (2014). *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Praha: Grada.
92. Spilková, J. (2010). Psychosexuální vývoj. In: Weiss, P. & kolektiv. *Sexuologie*. Praha: Grada.
93. Steinberg, A. & Ritzmann, R. F. (1990). A Living System Approach to Understanding the Concept of Stress. *Behavioral Science*, 35, 138-146.
94. Střední školy. (nedat.). Získáno 1. května 2019 z <https://krnov.cz/stredni-skoly/os-1183/p1=20636>.

95. Širůček, J & Širůčková, M. (2012). Vývoj a zkoumání vrstevnických vztahů. In: Macek, P & Lacinová, L. (Eds.), *Vztahy v dospívání*. Brno: Barrister & Principal, s. 40-54.
96. Širůčková, M. (2009). *Psychosociální souvislosti rizikového chování v adolescenci: role vrstevnických a rodinných vztahů*. (Disertační práce). Dostupné z https://is.muni.cz/th/rgo67/disertacni_prace_M_Siruckova.pdf.
97. Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál.
98. Tyrlík, M. (Ed.). (2012). *Zátěž v adolescenci*. Brno: Masarykova univerzita.
99. Urbanovská, E. (2009). Strategie zvládání stresu u středoškolské mládeže. *Škola a zdraví*, 21, 75-87.
100. Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum
101. Weiss, P. & Zvěřina, J. (2001). *Sexuální chování v ČR – situace a trendy*. Praha: Portál.
102. Wilkinson, G. (2001). *Informace a rady lékaře: Stres*. Praha: Grada.
103. Život ve městě. (nedat.). Získáno 1. května 2019 <https://krnov.cz/zivot-ve-meste/ms-20639/p1=20639>.

Seznam tabulek

Tabulka 1 Rozdělení respondentů podle typu školy

Tabulka 2 Rozdělení respondentů podle ročníků

Tabulka 3 Pilotáž SRRS

Tabulka 4 Popis subtestů dotazníku SVF 78

Tabulka 5 Cronbachovo alfa dotazníku VRCHA

Tabulka 6 Interkorelace jednotlivých faktorů dotazníku VRCHA

Tabulka 7 Statistická významnost mezi pohlavími ve faktorech VRCHA

Tabulka 8 Průměrný hrubý skóre odpovědí (VRCHA) v celém souboru, u chlapců a dívek

Tabulka 9 Průměrné hrubé skóre u faktorů VRCHA na jednotlivých školách

Tabulka 10 Statistická významnost mezi školami ve faktorech dotazníku VRCHA

Tabulka 11 Průměrné hrubé skóre v jednotlivých položkách (VRCHA) na jednotlivých školách

Tabulka 12 Prožívání zátěže v dotazníku SRRS u dívek, chlapců a celkem

Tabulka 13 Úroveň prožívaného stresu

Tabulka 14 Míra prožívané zátěže (SRRS) na jednotlivých typech škol

Tabulka 15 Míra prožití zátěže (SRRS) u studentů jednotlivých typů škol

Tabulka 16 Průměrné hodnoty prožívané zátěže u chlapců a dívek

Tabulka 17 Průměrné hodnoty a směrodatné odchylky testovaných strategií SVF 78

Tabulka 18 Statistická významnost ve škálách SVF 78 mezi pohlavími

Tabulka 19 Statistická významnost ve škálách SVF 78 mezi školami

Tabulka 20 Korelace dotazníku VRCHA a SRRS

Tabulka 21 Korelace faktorů rizikového chování (VRCHA) s mírou prožití zátěže (SRRS) u chlapců a dívek

Tabulka 22 Korelace faktorů dotazníku VRCHA a SRRS u různých typů škol

Tabulka 23 Korelace rizikového chování (VRCHA) a pozitivní strategie zvládnání zátěže (SVF 78)

Tabulka 24 Korelace rizikového chování (VRCHA) a negativní strategie zvládnání zátěže (SVF 78)

Tabulka 25 Korelace strategií zvládnání stresu (SVF 78) a mírou prožití zátěže (SRRS)

Seznam grafů

Graf 1 Průměrný věk výzkumného souboru

Abstrakt diplomové práce

Název práce: Souvislost výskytu rizikového chování, stresujících událostí a jejich zvládnání u žáků různých středních škol v Krnově

Autor práce: Bc. Nikola Procházková

Vedoucí práce: Mgr. Lucie Viktorová, Ph.D.

Počet stran a znaků: 96 stran, 166 411 znaků

Počet příloh: 5

Počet titulů použité literatury: 103

Cílem diplomové práce bylo zjistit a popsat vztahy mezi výskytem rizikového chování u adolescentů, mírou prožité zátěže a strategiemi zvládnání stresu. První kapitola je zaměřená na období adolescence. Značná část kapitoly je věnována bio-psycho-sociálním změnám. Druhá kapitola je zaměřená na rizikové chování, vymezení tohoto pojmu a teoretickým konstruktům jeho vzniku. Poslední teoretická kapitola se zabývá konceptem stresu, jeho možnými zdroji a strategiemi zvládnání. Výzkumná studie je postavená na kvantitativním zpracování dat a v důsledku toho byly zvoleny psychodiagnostické dotazníky. Ve výzkumu byly využity metody, „Výskyt rizikového chování u adolescentů“ (VRCHA), „Strategie zvládnání stresu“ (SVF 78)“ a „Škála sociálního přizpůsobení“ (SRRS). Cílem studie bylo získat minimálně 200 studentů středních škol, ve věku od 15 do 19 let, s rovnoměrným rozložením mezi školami. Administrace psychodiagnostických metod proběhla v říjnu 2019. Výsledky výzkumné studie jsou uvedeny v kapitole „Výsledky výzkumu a jejich interpretace“, která obsahuje informace o prevalenci rizikového chování a jeho typech (nejčastěji se u respondentů objevovalo rizikové užívání návykových látek), a také o strategiích zvládnání stresu a míře prožité zátěže. Část výzkumné studie se zaměřuje na vztahy mezi jmenovanými faktory.

Klíčové slova: adolescence, rizikové chování, stres, zvládnání zátěže

Abstract of Thesis

Title: The relation between occurrence of risk behavior, stressful events and their coping of the adolescents of various high schools in Krnov

Author: Bc. Nikola Procházková

Supervisor: Mgr. Lucie Viktorová, Ph.D.

Number of pages and characters: 96 pages, 166 411 characters

Number of appendices: 5

Number of references: 103

Master thesis's aim is to find out and describe the relationships between the occurrence of risk behavior in adolescence, the level of experienced stress and stress-coping strategies. The first chapter is focused on adolescence. Much of the chapter is devoted to bio-psycho-social changes. The second chapter is focused on risk behavior, definition of this term and theoretical constructs of its origin. The last theoretical chapter follows up the concept of stress, its possible sources and coping strategies. The research study is based on quantitative data processing and as a result were chosen psychodiagnostic questionnaires. The methods used for research were "The presence of a risk behaviour among adolescents (VRCHA)", "Stress-coping strategies (SVF 78)" and "Social readjustment rating scale for non-adults (SRRS)". The aim of study was to gain at least 200 questionnaires from high school students, aged up 15 to 19 years old with an even distribution between different schools. The administration of psychodiagnostic methods took place in October 2019. Results of the research study are presented in the chapter "Research Results and Their Interpretation", which contains information about the prevalence of risk behavior and its types (most commonly risky substance using), stress-coping strategies and the level of experienced stress. Part of the research in this study is focused on relationships between these factors.

Key word: adolescence, risk behaviour, stress, coping

Přílohy diplomové práce

Příloha 1: Zadání diplomové práce

Příloha 2: Žádost o spolupráci

Příloha 3: Informace o výzkumu pro vedení školy

Příloha 4: Informace o výzkumu pro rodiče

Příloha 5: Škála sociálního přizpůsobení (SRRS)

Příloha 1: Zadání diplomové práce

Příloha 2: Žádost o spolupráci

Komu:

Ředitelé škol vybraných pro spolupráci na výzkumné studii jménem *Souvislost výskytu rizikového chování, stresujících událostí a jejich zvládnutí u žáků různých středních škol v Krnově*. Pro výzkum budou využity metody „Výskyt rizikového chování u adolescentů“ (VRCHA); „Škála sociálního přizpůsobení pro dospívající“ (SRRS); a „Strategie zvládnutí stresu“ (SVF 78).

Věc: Žádost o spolupráci na výzkumné studii

V Ostravě 20. června 2019

Vážená paní ředitelko, pane řediteli,

obracím se na Vás s žádostí o spolupráci při realizaci výzkumné studie. Vaše škola byla vybrána na základě cílů této výzkumné studie, jimiž jsou zjištění rizikového chování, strategií zvládnutí stresu, úroveň prožité zátěže a zjištění jejich souvislostí. Ve výzkumné studii budou využity metody „Výskyt rizikového chování u adolescentů“ (VRCHA); „Škála sociálního přizpůsobení pro dospívající“ (SRRS); a „Strategie zvládnutí stresu“ (SVF 78). Jedná se o výzkum, který koresponduje s diplomovou prací z oboru psychologie na Katedře psychologie, která spadá pod Filozofickou fakultu Univerzity Palackého. Vedoucí diplomové práce je Mgr. Lucie Viktorová, Ph.D. Studie bude realizována na několika středních školách v Krnově.

Tímto bych Vás chtěla požádat o spolupráci, díky které bude možné tento výzkum realizovat. Celý výzkum bude realizován v rámci určitých etických pravidel a pouze pokud s účastí na výzkumu budou souhlasit respondenti, respektive studenti. Celý výzkum bude anonymní a studenty tak nebude možno identifikovat. Pokud byste měl/a zájem o podrobnější informace týkající se psychodiagnostických metod, určitě se na mě obraťte.

Výzkum proběhne v koordinaci Bc. Nikoly Procházkové, která je pod odborným dohledem Mgr. Lucie Viktorové, Ph.D. Pro bližší informace mě neváhejte kontaktovat e-mailem či telefonicky (Telefon: 777 907 664; e-mail: prochazko.va@seznam.cz).

Předem Vám děkuji za pomoc při realizaci výzkumu.

Bc. Nikola Procházková



Příloha 3: Informace o výzkumu pro vedení školy

Komu:

Ředitelé škol vybraných pro spolupráci na výzkumné studii jménem *Souvislost výskytu rizikového chování, stresujících událostí a jejich zvládnání u žáků různých středních škol v Krnově*. Pro výzkum budou využity metody „Výskyt rizikového chování u adolescentů“ (VRCHA); „Škála sociálního přizpůsobení pro dospívající“ (SRRS); a „Strategie zvládnání stresu“ (SVF 78).

Věc: Informace o výzkumu pro vedení školy („Souvislost výskytu rizikového chování, stresujících událostí a jejich zvládnání u žáků různých středních škol v Krnově“)

V Ostravě 20. června 2019

Vážená paní ředitelko, pane řediteli,

ráda bych Vás tímto informovala o průběhu výzkumu, pokud budete souhlasit s účastí na její realizaci.

Mým cílem je získat určitý počet dotazníků od studentů ve věku 15-19 let. Pokud budete souhlasit s účastí na výzkumu, domluvíme se na výběru konkrétních tříd, které se do výzkumu zapojí. Poté budou předány informace studentům a rodičům.

Administrace dotazníků trvá asi 35 minut, tudíž bude potřeba celá vyučovací hodina. Co se konkrétní administrace týká, jsem ochotná vyjít Vám co nejvíce vstříc, tudíž bychom se domluvili na hodinách, které pro Vás budou nejlepší. Účast vyučujícího není v hodině nezbytná. Z pohledu výzkumu by bylo lepší, pokud by se vyučující hodiny neúčastnil, aby nebyl pro studenty rušivým elementem.

V průběhu září bych Vás kontaktovala, abychom se domluvili na konkrétních podmínkách a přených datech, kdy by výzkum proběhl, pokud bude s účastí na výzkumu souhlasit. Pokud byste měl/a jakékoliv dotazy, ráda je zodpovím.

Telefon: 777 907 664

E-mail: prochazko.va@seznam.cz

Předem děkuji za odpověď.

S přáním pěkného dne,

Bc. Nikola Procházková



Příloha 4: Informace o výzkumu pro rodiče

Dobrý den, vážení rodiče,

jmenuji se Bc. Nikola Procházková, jsem studentkou Psychologie na Filozofické fakultě UP. Vedoucí mé práce je Mgr. Lucie Viktorová, Ph.D. Níže Vás žádám o souhlas s účastí Vašeho dítěte na výzkumu „*Souvislost výskytu rizikového chování, stresujících událostí a jejich zvládnání u žáků různých středních škol v Krnově.*“ Tento výzkum je zcela **ANONYMNÍ** (jméno uvedené níže, nebude možno spojit s vyplněným dotazníkem, tudíž anonymita Vašeho dítěte bude zachována), nikde nebude uveřejněno jméno Vašeho dítěte ani jeho identifikační údaje.

SOUHLAS ZÁKONNÝCH ZÁSTUPCŮ

Souhlasím s tím, aby se můj syn/dcera zúčastnil/a dotazníkového šetření v rámci výzkumu k diplomové práci s názvem „*Souvislost výskytu rizikového chování, stresujících událostí a jejich zvládnání u žáků různých středních škol v Krnově*“

Cílem práce bude zjistit, zda existuje souvislost mezi rizikovým chováním studentů a stresujícími životními událostmi, které prožili, případně jak zvládají na stres.

K výzkumu budou použity následující dotazníky:

1. VRCHA (dotazník rizikového chování u adolescentů)
2. SVF 78 (dotazník zvládnání stresových situací)
3. The Social Readjustment Scale (škála stresových situací)

Veškerá získaná data jsou anonymní a bude s nimi nakládáno v souladu se zákonnými normami a etickým kodexem psychologů.

V případě dotazů mě neváhejte kontaktovat.

e-mail: prochazko.va@seznam.cz

Telefon: 777 907 664

V.....dne..... Podpis zákonného zástupce

Předem Vám děkuji za ochotu spolupracovat.

Bc. Nikola Procházková



Filozofická
fakulta

Příloha 5: Škála sociálního přizpůsobení (SRRS)

V následující tabulce jsou uvedeny různé životní události. Prosím označ ty situace, které se ti staly za poslední rok (tzn. za posledních 365 dní). Stačí napsat ANO u každé situace, která se ti stala. Jestli se ti nějaká událost stala vícekrát, napiš u ní číslo, kolikrát. Pokud se ti daná situace nestala, nic nepiš.

Životní událost	Stalo se mi za 365 dní
Úmrtí rodiče	
Neplánované otěhotnění/ potrat	
Vdát se/ oženit se	
Rozvod rodičů	
Získání viditelného postižení	
Otcovství	
Uvěznění rodiče na více než jeden rok	
Rodiče začali žít odděleně	
Smrt bratra nebo sestry	
Změna v přijetí ze strany vrstevníků (kamarádi tě vnímají/berou jinak než dříve)	
Neplánované těhotenství sestry	
Zjištění, že jste adoptovaní	
Svatba vlastního rodiče s nevlastním rodičem	
Úmrtí blízkého kamaráda	
Viditelné vrozené postižení (deformita)	
Vážná nemoc vyžadující hospitalizaci	
Propadnutí ve škole	
Nevykonávání mimoškolních aktivit (například sportovní či výtvarné kroužky)	
Hospitalizace rodiče	
Uvěznění rodiče na více než třicet dní	
Rozchod s dívkou/ chlapcem	
Začátek randění	
Vyloučení ze školy	
Užívání drog nebo alkoholu	
Narození sestry/ bratra	
Nárůst hádek mezi rodiči	
Rodič ztratil práci	
Vynikající osobní úspěch	
Změna finanční situace rodičů	
Přijetí na vysokou školu	
Jsi v nejvyšším ročníku střední školy	
Hospitalizace sourozence	
Zvýšená nepřítomnost rodiče doma (rodič je častěji mimo domov)	

Odchod sourozence z domu	
Do domácnosti přibude třetí dospělý	
Stát se plnohodnotným členem církve	
Snížení hádek mezi rodiči	
Snížení hádek s rodiči	
Matka nebo otec nastupují do práce	