



Univerzita Palackého v Olomouci  
Cyrilometodějská teologická fakulta  
Katedra křesťanské výchovy

# **Produkce hudby ve volném čase jako nástroj prevence**

**Bakalářská práce**

Autor: Lucie Strohbachová

Vedoucí práce: Mgr. Milena Öbrink Hobzová, Ph.D.

Olomouc 2023

## Podklad pro zadání BAKALÁŘSKÉ práce studenta


Jméno a příjmení: **Lucie STROHBACHOVÁ**  
Osobní číslo: **D21135**  
Adresa: Pod Vodojemem 2649, Zlín, 76001 Zlín 1, Česká republika  
Téma práce: Produkce hudby ve volném čase jako nástroj prevence  
Téma práce anglicky: The production of music in leisure time as a tool of prevention  
Vedoucí práce: Mgr. Milena Ůbrink Hobzová, Ph.D.  
Katedra křesťanské výchovy

### Zásady pro vypracování:


1. Studium literatury a pramenů k tématu – květen-červen 2023.
2. Návrh osnovy teoretické části práce – květen-červen 2023.
3. Vypracování teoretické části práce – srpen-září 2023.
4. Návrh osnovy praktické části – září 2023.
5. Provedení praktické části – výzkumu a zpracování výsledků – říjen-prosinec 2023.
6. Korektura práce – leden-únor 2024.
7. Odevzdání práce – březen 2024.

### Seznam doporučené literatury:

- Beníčková, Marie. *Muzikoterapie a edukace*. Vydání 1. Praha: Grada, 2017.  
Miovský, Michal a kol. *Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování*. Druhé, přepracované a doplněné vydání. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK v Praze a VFN v Praze, 2015.  
Pávková, Jiřina. *Pedagogika volného času*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014.  
Šímanovský, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi* /; Zdeněk Šímanovský. Vyd. 3. Praha: Portál, 2007

Podpis studenta: 

Datum: 28 - 11 2022

Podpis vedoucího práce: 

Datum: 28 - 11 2022

Podpis vedoucího pracoviště: 

Datum: 28 - 11 - 2022

*Čestné prohlášení:*

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a použila jsem pouze uvedenou literaturu.

V Olomouci dne .....

*Lucie Strohbachová*

## **Poděkování**

Děkuji vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Mileně Öbrink Hobzové, Ph.D. za podporu, kontrolu, cenné rady a její podnětné náměty k mé práci.

Dále bych chtěla poděkovat všem studentům, kteří se průzkumu zúčastnili a hlavně učitelům zlínských středních škol, kteří byli ochotni věnovat průzkumu čas z jejich výuky a ředitelům, kteří souhlasili s účastí.

Další důležité poděkování patří rodičům za podporu a pomoc v průběhu celého studia.

Podpis .....



# Obsah

ÚVOD .....	7
<b>I. TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>8</b>
1. VOLNÝ ČAS .....	8
1.1. Vymezení pojmu volný čas.....	8
1.2. Hlediska volného času .....	8
1.3. Funkce volného času.....	9
1.4. Pedagogika volného času .....	9
1.5. Psychologické aspekty volného času .....	11
2. HUDBA .....	13
2.1. Hudba v dnešní době .....	13
2.2. Vliv hudby na člověka .....	13
2.3. Hudba, emoce a chování .....	14
2.4. Muzikoterapie.....	15
3. SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÉ JEVY .....	17
3.1. Vymezení pojmu sociálně patologické jevy .....	17
3.2. Rizikové chování a sociální deviace .....	17
3.3. Vznik a příčiny sociálně patologických jevů .....	18
3.4. Současný svět jako příčina sociálně patologických jevů .....	19
3.5. Prevence sociálně patologických jevů.....	19
3.6. Abúzus návykových látek a závislosti .....	21
4. HUDBA JAKO PREVENTIVNÍ ČINITEL .....	25
<b>II. PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>26</b>
5. VLASTNÍ PRŮZKUMNÉ ŠETŘENÍ .....	26
5.1. Cíle práce .....	26
5.2. Hlavní průzkumné otázky .....	26
5.3. Další průzkumné otázky.....	26
5.4. Metodika průzkumu .....	27
5.5. Charakteristika respondentů .....	27
5.6. Organizace šetření.....	31
5.7. Zpracování získaných dat .....	31
6. VÝSLEDKY PRŮZKUMU .....	32
<b>DISKUZE .....</b>	<b>59</b>
<b>ZÁVĚR.....</b>	<b>61</b>
<b>LITERATURA.....</b>	<b>62</b>

INTERNETOVÉ ZDROJE .....	66
SEZNAM PŘÍLOH .....	68

## ÚVOD

Téma produkce hudby ve volném čase jsme vybrali z důvodu osobního zaujetí v hudbě. Ta je dnes každodenní součástí života snad každého člověka.

Na druhou stranu velmi běžnou součástí života jsou také návykové látky, jejichž působení už není tak žádoucí jako působení hudby. Vzhledem k pozitivnímu vlivu hudby na člověka se nabízí otázka, zda je možné hudbu využít v boji proti látkovým závislostem a sociálně patologickým jevům obecně.

Teoretická část se zabývá tématem volného času a sociálně patologických jevů, jejich prevencí, psychologickými aspekty volného času, nudou a kreativitou a také vlivem hudby na člověka a muzikoterapií. Z tématu sociálně patologické jevy je práce soustředěna spíše na užívání návykových látek pro specifičtější zaměřený výzkum. Cílem teoretické části je popsat a specifikovat roli hudby v životě člověka a následně i v prevenci sociálně patologických jevů.

Praktická část je věnována kvantitativnímu výzkumu, jehož cílem je zjistit, zda produkce hudby snižuje tendenci k sociálně patologickým jevům, konkrétně ke konzumaci drog (alkohol, kouření či jiné drogy). Tento výzkum je realizován pomocí dotazníku, který má zjistit, zda se u studentů věnujících se produkci hudby, vyskytuje menší incidence užívání alkoholu a jiných návykových látek než u těch, kteří se hudbě nevěnují. Jako výzkumný vzorek jsme vybrali žáky zlínských středních škol ve věkovém rozmezí patnácti až devatenácti let. Cíle bylo dosaženo pomocí průzkumného šetření na zlínských středních školách, které zjistilo zkušenost s návykovými látkami u studentů, kteří se ve volném čase věnují produkci hudby a těch, kteří se jí nevěnují.

# I. TEORETICKÁ ČÁST

## 1. Volný čas

### 1.1. Vymezení pojmu volný čas

V současnosti existuje několik pojetí volného času, která se od sebe liší většinou v detailu. V průběhu let se celkově změnil význam, který je volnému času přiřkládán, a dnes je tedy volný čas velmi probíraným tématem z hlediska jeho všeobecného nedostatku nebo naopak nadbytku mezi všemi věkovými kategoriemi. Obecně se dá říci, že je volný čas považován za cosi cenného, s čím je třeba uvážlivě a produktivně nakládat.

Podle Jiráska (2019) definice pojmu volný čas vyžaduje rozdělení dne na pracovní a „nepracovní“ část, neboli čas povinností oproti času k odpočinku. Odpočinek může být jedním ze znaků volného času. Hájek, Hofbauer a Pávková (2008) vymezují volný čas např. jako zproštění se pracovních povinností, čas svobodného výběru aktivit nebo volný čas jako prostor k vykonávání našich oblíbených činností. Volný čas může mít u různých lidí různou podobu. Potměšilová (2010) považuje volný čas za prostor ke scházení se s lidmi nebo pobývání v samotě; prostor pro zábavu nebo také nudu a negativní prožitky a čas k lenošení nebo provádění činností, které se neshodují se společenskými normami. Aby se jedinec vyhnul tomuto porušování norem, je třeba umět využít čas správným způsobem. Pospíšil (2023) se zmiňuje o pohledu na volný čas podle Gammona a Elkingtona jako na krajinu. Tento přístup vykládá volný čas jako prostor, který si jedinec sám vytvoří a poznává zde různá místa, získává každodenní zkušenosti a utváří si v něm identitu.

Z těchto všech výše uvedených pojetí vyplývá jedna z funkcí volného času a tou je rekreace. Další charakteristikou volného času je fakt, že si v tomto prostoru člověk relativně svobodně volí své činnosti.

Na trávení volného času dnes působí spousta faktorů jako například rodina a její výchovné působení, vrstevnická skupina, lokální prostředí, média a celkové požadavky na současného člověka. Pedagogický obor zaměřený na volný čas se nazývá pedagogika volného času.

### 1.2. Hlediska volného času

Na volný čas se lze dívat z několika různých hledisek. Hájek, Hofbauer a Pávková (1999) píšou o volném čase z pohledu politického, sociologického a sociálně-psychologického, politického, zdravotně-hygienického a pedagogického a psychologického. Z hlediska ekonomického je v tomto čase nutné sledovat náklady vynaložené na volný čas a střediska volného času a jestli se tyto náklady alespoň částečně vracejí. S ekonomickou oblastí souvisí

fakt, že člověk si potřebuje odpočinout a zrekreovat se, aby poté mohl pracovat a být ekonomicky aktivní. Sociologické a sociálně-psychologické hledisko se zaměřuje na sociální vztahy, které se v průběhu volného času utváří a které ovlivňují další rozvoj jedince. Politické hledisko se zabývá úlohou státu ve volném čase a jeho zasahováním do organizací zabývajících se volným časem. Zdravotně hygienický pohled se soustředí na naplňování volného času takovými aktivitami, které zachovávají a podporují fyzické a psychické zdraví jedince a jeho zdravý vývoj. Pedagogické a psychologické hlediska přizpůsobují volný čas věkovým a individuálním zvláštnostem (Hájek, Hofbauer, Pávková, 1999).

### 1.3. Funkce volného času

Jednotliví autoři uvádějí funkce volného času mírně odlišně. Šerák (2009) dělí funkce volného času na zábavu, odpočinek a osobnostní rozvoj člověka. Někteří ale toto rozdělení považují za příliš jednoduché a také trochu zužující.

Poněkud složitěji dělí funkce volného času Vážanský (1996, in Šerák, 2009) na rekreaci, kompenzaci (ve smyslu rozptýlení), edukaci, kontemplaci (zahrnující i sebereflexi), komunikaci, integraci (v rámci hledání sounáležitosti s nějakou sociální skupinou), enkulturaci a participaci. Sám autor také říká, že tyto funkce nelze vidět odděleně, ale jako složitý a vzájemně se ovlivňující celek. Jako nejvýraznější je často vnímaná funkce kompenzační, což může vést ke zúženému pohledu na volný čas jako na celek.

Funkce osobnostního rozvoje ve volném čase je silně závislá na individualitě jedince a jeho zodpovědnému přístupu k volnému času. Podle toho pak bývá tato funkce naplněna či nikoli.

### 1.4. Pedagogika volného času

Svobodová (2023) označuje pedagogiku volného času za vědu a pedagogickou disciplínu, která se zabývá fenoménem volného času a má svou teoretickou i praktickou stránku.

Volný čas má v životě dětí, mladých a dospívajících lidí velmi důležitou roli. V šedesátých letech dvacátého století začali lidé na tento fakt přicházet. Tou dobou totiž získal volný čas v životech lidí větší prostor a zájem okolí. Proto začala být větší potřeba na ovlivňování volného času pedagogy. Od devatenáctého století dochází k rozčleňování pedagogiky na menší disciplíny (Pávková, 2015). Obor, dnes známý jako „pedagogika volného času“, byl dříve veden pod jinými názvy a to nejprve výchova mimotřídní, výchova mimoškolní a výchova mimo vyučování (Hofbauer, 2004). Podle Pávkové (2015, s. 118) pedagogika

volného času „*sleduje možnosti rozvoje osobnosti člověka v různých věkových obdobích , děti, mládeže, dospělých v produktivním věku i seniorů ve volném čase*“.

Volný čas je velkým prostorem pro tzv. informální výchovu. Informální výchova je podle Hofbauera (2004, s. 19) „*učení vyplývajícím z každodenního kontaktu a zkušeností s rodinou, prací, přáteli, živelně vznikajícími vrstevnickými skupinami dětí a mládeže, médií a vlivy dalších činitelů, kteří působí v blízkých životních prostředích*“. Je to tedy bezděčné učení, které nastává při běžných denních činnostech a lidé se nejčastěji učí právě skrze informální učení.

Pedagogika volného času jako taková může být zaměřena třemi směry. Podle Hofbauera (2004) to jsou: výchova ve volném čase, výchova prostřednictvím aktivit volného času a výchova k volnému času.

Výchova ve volném čase je jakékoliv pedagogické působení uskutečňující se ve volném čase. Pávková (2015) poukazuje na to, že jde o specifickou výchovnou oblast, ale základní znaky výchovného působení (cílevědomost a záměrnost) zůstávají stejné. Výchova ve volném čase má také své funkce, a těmi jsou: výchovně vzdělávací, zdravotní, sociální a preventivní funkce (Pávková, 2015). Výchova prostřednictvím aktivit volného času je, jak podotýká Hofbauer (2004), taková jejímž „*východiskem i cílem aktivit je osvojovat si nové znalosti, dovednosti a kompetence uvnitř oblasti volného času*“. Výchova k volnému času začíná již v rodině a je to způsob, kterým pedagogové nebo rodiče učí děti smysluplně trávit volný čas (Hofbauer, 2004). Pokud se dítě naučí takto využívat volný čas, může být tato výchova považována za jeden z kroků nespécifické prevence. Pospíšil (2023) se vyjadřuje o volném čase jako nejlepším prostoru pro výchovné působení, jelikož má volný čas zásadní vliv na utváření hodnot. Toto výchovné působení pedagoga musí být velice citlivé a musí být znát jeho příklon k dobru. Pospíšil (2023, s. 59) také objasňuje, že „*formování hodnot probíhá v procesu socializace a (sebe)výchovy, které mají nemalý vliv na budoucí komplexní hodnoty člověka*“.

Volný čas je tak skvělým nástrojem pro ovlivňování osobnosti člověka. Beníčková (2017) se zmiňuje o podobném zaměření pracovníků jako jsou terapeuti, pedagogové a vychovatelé, totiž že se setkávají s lidmi, kteří jsou zasaženi nevhodným a stresujícím prostředím tak typickým pro dnešní dobu. To vytváří problémy, které musí posléze cíleně řešit s dětmi, které nejsou přímo nemocné, ale jsou tímto stresem poznamenány.

Efektivní výchova ve volném čase by měla mít jasně nastavené cíle, které lze určit podle věku, druhu výchovné instituce nebo podle toho, kterou oblast osobnosti chceme rozvíjet (Pávková, 2015).

Podle Houfbauera (2004) je úkolem pedagogiky volného času vyhodnocovat aktuální stav a dosavadní vývoj výše zmíněných oblastí a vnášet do nich nové způsoby a iniciativu a vést děti k tomu, aby se osamostatnily v trávení volného času a výběru aktivit v tomto prostoru.

Jak píše Pávková (1999), volný čas může jednotlivce ovlivňovat i negativně: při špatné organizaci prostředí může hrozit úraz nebo některým mladým dát příležitost k vyzkoušení nějaké drogy, šikaně, krádežím nebo dokonce vyvíjení agrese na příslušníky jiných etnik.

#### 1.5. Psychologické aspekty volného času

Volný čas je silně ovlivněn psychickým prožíváním jednotlivce, jeho emocemi, preferencemi a vnitřním rozpoložením. Stejně tak ale i využívání volného času ovlivňuje lidskou psychiku (Potměšilová, 2010). Využívání tohoto času je také silně ovlivněno životním stylem jednotlivce.

Smékal (2005, s.68) poukazuje, že životní styl je „*program nebo také repertoár chování a prožitků, který se od raného věku formoval v naší osobnosti pod vlivem různých životních událostí a který určuje, jak vnímáme lidi a svět, i to, jak se ve světě pohybujeme, čeho se bojíme, za čím jdeme, jak si při tom počínáme.*“

Jednodušeji definuje životní styl Bakalář (in Hájek, Hofbauer, Pávková, 1999, s. 28) jako „*souhrn životních forem, které jedinec aktivně prosazuje*“. Podle něj v sobě životní styl zahrnuje hodnotový systém, projevy chování a také využívání materiálních a sociálních podmínek (Hájek, Hofbauer, Pávková, 1999).

Velkou část volného času jedince vyplňují jeho zájmy. Říčan (2007) uvažuje o zájmech jako o zvláštním druhu motivů. Dál vysvětluje podstatu zájmu v primárních potřebách jedince, které se specifikují podle prostředí, které na jednotlivce v průběhu jeho růstu působí. Jedním ze specifík zájmu je, že je orientovaný více na proces, než na výsledek. Říčan (2007, s. 105) dále píše: „*Zájmy představují tu část (aspekt) struktury osobnosti, kterou lze nejsnadněji ovlivnit. Lze ji zesilovat, zeslabovat i vytvářet záměrným působením, a to i daleko spíše než hlubší, primární potřeby nebo vše pronikající hodnotové orientace.*“ Je tedy snadné vzbudit u člověka nadšení pro danou činnost, ale stejně tak lehce lze vzbudit i odpor.

Tématem lidských zájmů se zabývá jak psychologie, tak pedagogika. „*Psychologie studuje zájem jako individuálně osobnostní jev, pedagogika se zabývá zájmy z hlediska jejich usměrňování a formování v procesu výchovy*“ (Pávková, Pavlíková, Hájek, 1999, s. 97).

### 1.5.1. Kreativita

Jedním z důležitých témat v souvislosti s volným časem je kreativita. Je to složka, kterou mohou lidé využívat v umění, ale i při řešení každodenních záležitostí nebo v mezilidských vztazích. Podle Daceyho a Lennona (2000) dnešní svět kreativní myšlenky potřebuje jako sůl. I když se kreativita může zdát jako jakýsi „bonus“ do života, který ve skutečnosti ani nepotřebujeme, někteří autoři uvádějí, že tomu tak není. Mnozí ale také mluví o kreativitě jako o něčem neznámém a jen těžce uchopitelném. Fox (2004, in Dočkal, 2008) uvádí, že kreativita je nezbytný prvek potřebný pro „znovuobjevení člověka“. To se děje prostřednictvím vyjádření člověka samého.

Mnohým jistě přijde obtížné kreativitu definovat a různé definice se v podrobnostech mohou lišit. Dow (2022, s. 5) popisuje kreativitu jako „*interakci mezi schopnostmi, procesem a prostředím, kterou jedinec nebo skupina vytváří pozorovatelný výsledek, který je neobvyklý a užitečný a zapadá do sociálního kontextu*“. Potřeba užitečnosti je to, co odlišuje kreativitu od něčeho, co bychom nazvali jako „podivné“.

Kreativitu vzbuzuje spíše vnitřní než vnější motivace. To však neznamená, že vnější motivace nějakým způsobem kreativitu narušuje, naopak ji může velice podpořit (Dacey, Lennon, 2000).



## 2. Hudba

### 2.1. Hudba v dnešní době

Hudba je v životě člověka již od raných let. Nejznámějším uklidňujícím nástrojem našich maminek je totiž zpěv (zpívání ukolébavek). V tomto snad nejdřívějším kontaktu s hudbou se setkáváme s uklidňujícím účinkem hudby, hudba ovšem nabízí i jiné odezvy u člověka. Mnozí lidé si neuvědomují, jak velkou součástí každodenního života se hudba stala: spousta lidí poslouchá hudbu po cestě do školy nebo práce, v autech, fitness centrech a obchodech hraje hudba, ve filmech se hudba používá k dosažení určité atmosféry a mnozí dokonce poslouchají hudbu při plnění svých školních povinností nebo učení. Hudba je zkrátka kulisou každodenního života a některým lidem to nevádí vůbec, zatímco jiní si na tento „neustálý hluk“ stěžují (Franěk, 2005).

### 2.2. Vliv hudby na člověka

Kružíková (2022) hudbu považuje za prostředek pro usměrňování našich emocí, možnost komunikace a také za jeden z činitelů ovlivňujících naše tělesné i duševní fungování. O hudbě jako o prostředku komunikace se vyjadřuje i Šimanovský (2003, s. 21), který upozorňuje, že „*hudba dokáže proniknout do duše hlouběji a bezprostředněji než slova, která jsou de facto jenom abstraktními symboly*“. Produkce hudby může pro mnoho lidí znamenat způsob sebevyjádření toho, co nedokáží sdělit slovy. Beníčková (2017, s. 30) o hudbě píše: „*Hudební svět se zrcadlí v každém člověku a životní zkušenost je také odrazem tohoto obrazu a výsledkem vzájemného působení obou světů – světa hudby i světa každého z nás.*“

Váňová a Sedlák (2018) zmiňují, že hudební vnímání je ovlivňováno hudebním dílem samotným, osobností vnímajícího člověka nebo jeho reakcí na danou skladbu. Vysvětlují, že to, jak danou hudbu vnímáme, je silně ovlivněno způsobem, kterým je hudební dílo vystavěno (Sedlák, Váňová, 2018).

Zeileiová (2002, s. 13) uvádí: „*Lidskou základní dispozicí je transformovat prožívanou skutečnost a vlastní (sebe)zkušenost do znějících tvarů a naopak, tyto zvuky a rytmus opět prožívat (skrze sebe).*“

Hudba může být dobrou relaxační činností rozvíjející estetické vnímání a emotivitu člověka. Sedlák a Váňová (2018, s.246) píší: „*Aktivuje kognitivní a citové procesy, uskutečňuje specifickou lidskou komunikaci a restrukturaci hudební výstavby odhaluje krásu, etické a citové bohatství obsažené v hudbě a zprostředkovává komplexní estetický zážitek.*“ V každodenním shonu dnešního člověka tento zážitek může znamenat určité odreagování nebo vytažení z neustálého spěchu a stresu a tím na člověka působit pozitivně. Sedlák a Váňová (2018) dále

objasňují, že u běžného vnímání člověk zapojuje pouze racionální složku, kdežto u vnímání hudby se jí zapojuje více, a to rozumová, citová, fantazijní a mnohdy i etická složka.

Zeleeiová (2002) dělí hudební zkušenost na: receptivní, kreativní a reproduktivní. Receptivní hudební zkušenost je pasivní a spočívá pouze v poslechu hudby. Kreativní zkušenost vzniká při vytváření hudební skladby a reproduktivní při interpretaci již existujícího hudebního díla.

Stejný styl hudby ale může v různých lidech vyvolat různou reakci. V tom případě hraje roli vztah daného člověka ke konkrétnímu žánru (Zeleeiová, 2007) a mnohdy i ke konkrétním asociacím a vzpomínkám, které v člověku daná skladba vyvolá. O tomto se vyjadřuje Franěk (2005, s. 176): „*Na druhé straně některé reakce mají spíše subjektivní charakter, kdy si posluchač vnáší do hudby nějaký význam či si volně vybavuje vzpomínky a asociace vztahující se k situacím, při kterých tuto hudbu slyšel.*“ Tyto subjektivní reakce dává do protikladu s objektivními reakcemi, které jsou shodné nebo podobné u většiny posluchačů.

Podle Zeleeiové (2002) se vliv hudby na člověka projevuje jak tělesné i duševní (např. vyvolání určitých emocí nebo zmírnění svalového napětí), ale účinek hudby je u každého jedince individuální. Halpern a Lingerman (2005, s. 32) tento fakt rozšiřují tvrzením, že „*vhodně zvolené zvuky mohou způsobit spojení, které člověka přivádí do psychické a fyzické rovnováhy a vyrovnanosti.*“

Mnoho lidí si tento silný vliv hudby ani neuvědomuje. Sedlák a Váňová (2018) dodávají, že účinek hudby netrvá jen po dobu poslechu nebo produkce dané skladby, ale i po jejím skončení. Popisují, že umělecký prožitek v hudbě „*ovlivňuje hudební mysl vnímatele a s ní i jeho citový a myšlenkový svět*“ (Sedlák, Váňová, 2018, s. 263).

### 2.3. Hudba, emoce a chování

Hudební zkušenost v člověku probouzí emoce. Hudební psychologové se ale v názorech na emoce prožívané při poslechu hudby rozcházejí. Někteří tvrdí, že hudba v sobě obsahuje emoce a ty vyvolává také v posluchači, který si je plnohodnotně prožije. Druhý postoj k emocím v hudbě je kognitivní a říká, že svými emocemi jen „popisuje“ naladění hudebního díla, protože soudí, že daná skladba má tuto emoci vyvolat (Franěk, 2005). Hudba dokáže změnit náladu člověka z negativní na pozitivní, ale i naopak. Proto je při poslechu nebo produkci důležitý styl hudby. Franěk (2005, s. 191) uvádí: „*Sílu hudby ovlivňovat prosociální chování dokumentovali ve svém experimentu North, Tarrant a Hargreaves (2004). Vliv hudby byl v tomto případě zprostředkovan pomocí vyvolání pozitivních emocí, při kterých jsou lidé více ochotni pomáhat druhým.*“ Veškerá hudební tvorba ale není jen pozitivně laděná. Za tvorbu, který v posluchačích vyvolává spíše negativní emoce, se považuje žánr rockový,

metalový nebo heavy metalový. Ark Mostardi (2000, in Franěk, 2005) tvrdí, že poslech takové hudby několik hodin denně může člověka negativně ovlivnit změnou jeho chování. Franěk ale také uvádí, že pro toto tvrzení zatím není dostatek empirických důkazů. I o rapu se uvažuje jako o žánru, který může člověku spíše škodit než prospívat. Franěk (2005) odkazuje na pozorování Wingood a kol., kteří na základě tohoto pozorování uvedli, že častý poslech rapové hudby zvyšoval u afroamerických dívek tendenci ke zdravotně riskantnímu chování. Výsledky se však v tomto případě těžce interpretují.

Účinek hudby na člověka je dán charakterem konkrétních skladeb. Tento účinek závisí na rytmu hudby, tempu, jednotlivých tónech i melodii z těchto tónů složené. Například je známo, že písně v mollové tónině v pomalejším tempu spíše vzbudí u posluchače smutnou a melancholickou odezvu. Naopak melodie složená z tónů durové stupnice a třeba i v rychlejším tempu, spíše v člověku vzbudí pozitivní emoce (Powell, 2018). Váňová a Sedlák (2018, s. 235) píšou o tzv. apercepci, což znamená „*složitý celostní psychický proces, v němž vnímatel zpracovává smyslový příjem hudby na vyšší psychické úrovni, rekonstruuje ji, proniká do jejího obsahu, prožívá ji a hodnotí na základě své životní a hudební zkušenosti*“.

Hudba může v člověku probouzet tvořivost, například být inspirací pro vlastní (nejen hudební) tvorbu nebo jen jinou interpretaci stejné skladby.

Hudba může pro člověka znamenat spoustu věcí: emoční prožitek, způsob sebevyjádření, způsob relaxace a pro mnohé i práci.

#### 2.4. Muzikoterapie

Příznivý vliv hudby na člověka potvrzuje i existence oboru muzikoterapie, což je disciplína snažící se využít pozitivního vlivu hudby na člověka k zachování nebo navrácení jeho zdraví.

Zeleiová (2002, s. 41) podotýká: „*Někteří autoři považují muzikoterapii za intervenční metodu psychoterapie (13 %) nebo výchovy (4 %) a nevydělují ji samostatně. Jiní ji definují jako psychoterapeutickou techniku, resp. techniku činnostní terapie, která napomáhá sebevyjádření.*“ Muzikoterapie má v člověku uspokojovat jeho tělesné, duševní sociální a spirituální potřeby. Nicméně ani u nás ani v zahraničí není snadné tuto disciplínu jednoznačně vymezit (Beníčková, 2017).

„*Muzikoterapie jako pragmaticky a empiricky orientovaná vědecká disciplína stojí v systému hudebních věd na hranici s hudební psychologií, pedagogikou, sociologií, etnologií, hudební akustikou a hudební teorií, filozofií a estetikou. Na druhé straně je její charakter předurčený metodologickou souvislostí se všeobecnou medicínou, psychiatrií, psychologií a pedagogikou.*“ (Zeleiová, 2007, s. 27.)

Autor Herbert Bruhn (in Beníčková, 2017, s. 29) dělí muzikoterapii z hlediska jejích cílů na:

- muzikoterapii orientovanou na konflikty
- muzikoterapii orientovanou na prožívání
- muzikoterapii s orientací na úkoly
- terapeutické muzicírování.

Muzikoterapie zaměřená na konflikty se snaží v duševních procesech člověka najít konflikt a vyzdvihnout jej, aby se dostal do povědomí člověka a mohl být vyřešen. Muzikoterapie orientovaná na prožívání pomáhá danému člověku nalézt nové úhly pohledu na jeho vlastní život a prožívání. Muzikoterapie s orientací na úkoly se snaží pomocí malých úkolů podpořit a rozvíjet dovednosti a schopnosti člověka (Beníčková, 2017). Poslední oblastí je terapeutické muzicírování, které „*lze aplikovat například za účelem podpory a rozvoje komunikačních schopností, zlepšení paměti, koncentrace*“ (Beníčková, 2017, s. 30).

Podle Zeleiové (2002) také muzikoterapie spouští společného s pedagogikou. Zdůrazňuje: „*Pedagogická muzikoterapie (speciální, léčebná, sociální, výchovná) je sumárně označení terapie, která se zaměřuje na procesy učení, sociální integrace a komunikace.*“ (Zeleiová, 2002, s. 53). Sociálně pedagogická muzikoterapie se pomocí hudby snaží dosáhnout optimální komunikace (Zeleiová, 2002).

Co je v muzikoterapii důležité, je orientace na proces produkce hudby a méně na výsledek tohoto procesu (Beníčková, 2017), což je prvek charakteristický i pro lidské zájmy, jak je zmíněno výše (kapitola Psychologické aspekty volného času).

Podle Kantora (2009) je ve vztahu k hudbě důležité, aby byl pro terapii nejdůležitější klient a ne jeho hudební výsledek, aby jeho výkony nebyly hodnoceny a za důležitou se považuje klientova zkušenost s hudbou.

### 3. Sociálně patologické jevy

#### 3.1. Vymezení pojmu sociálně patologické jevy

V každé společnosti jsou nastaveny určité normy, což v sobě nese riziko jejich překročení. Sociálně patologické jevy jsou možností překročení těchto norem. Procházka (2012, s. 133) je vysvětluje takto: „*Sociálně patologické jevy jsou ty, které jednoznačně porušují historicky vybudované hodnoty a normy dané společnosti a narušují tak bezkonfliktní soužití společnosti.*“ V této definici se objevuje i dopad sociálně patologických jevů, a to narušení společenského soužití. Proto je vůči tomuto fenoménu vedena důkladná prevence na školách i v mimoškolních aktivitách. Vykopalová (2001, s. 9) poukazuje na to, že: „*Sociální patologie je označením pro všechny nenormální nebo všeobecně nežádoucí společenské jevy... Stanovení, co je patologické, se odvíjí od pojetí normality akceptované danou společností.*“

Konkrétně jde o jevy jako záškoláctví, závislosti látkové i nelátkové, nezaměstnanost, agresivita, šikana, vandalismus, xenofobie a různé kriminální chování.

Sociálně patologické jevy a volný čas jsou dva termíny, které od sebe nelze oddělit, jelikož sociálně patologické jevy se u jedince mohou vyskytnout právě v tomto čase a to z mnoha důvodů (např. špatný vzor rodičů, vliv vrstevníků, nuda a nevyužitý volný čas, traumatický zážitek jedince, ...). Za sociálně patologický jev lze považovat i workholismus. Hofbauer (2004) totiž tento fenomén označuje jako jeden z druhů závislosti dnešní doby. Tato závislost vede k tomu, že lidé trpící workholismem o volný čas nestojí. Rodiče workholici mohou zanedbávat jednu ze svých úloh a tou je dohled. Dohled je, jak píše Matoušek (2003, s. 44 – 45) „*míra rodičovy informovanosti o tom, co dítě dělá ve volném čase, s jakými kamarády se stýká, kde se zdržuje, když není doma, kdy se vrací domů, v jakém stavu atp.*“ Děti takových workholiků jsou poté často zapomenuté a nevytváří si zdravý postoj k volnému času nebo jej vůbec využít neumí. I tato situace u dětí a mladých lidí často vytváří příležitost ke vzniku sociálně patologických jevů.

#### 3.2. Rizikové chování a sociální deviace

S pojmem sociálně patologických jevů souvisí také pojem „rizikové chování“. To Procházka (2012) definuje jako chování, v důsledku něhož dochází k nárůstu problémů spojených s formováním osobnosti jedince a zvýšenému riziku vzniku sociálně patologických jevů. Dospívající mají větší tendenci ke vzniku rizikového chování, za což může přirozený sklon dospívajících k experimentování s rizikem. Tento fenomén se začal nazývat jako syndrom rizikového chování v dospívání – SRCH - D (Hamanová, Csémy, 2014).

Je důležité rozlišit pojmy sociální patologie a sociální deviace. V současné době se tyto dva pojmy někdy zaměňují, ale jejich významy se liší. Fischer a Škoda (2009, s. 14) píše: „*Jevy, které jsou označovány za deviantní, nemusí být totiž vždy patologické. Sociálně patologické jevy jsou vždy pro společnost či jednotlivce negativní, což v případě deviantních jevů platit nemusí.*“

Pojmem deviace se podle Fischera a Škody (2009) označuje jakékoli chování, které se jakýmkoli způsobem odlišuje od sociální normy a je pojmem hodnotově a emocionálně neutrální. Avšak velmi často se v souvislosti s tímto pojmem setkáváme spíše s negativními konotacemi.

### 3.3. Vznik a příčiny sociálně patologických jevů

Příčin rizikového chování a sociálně patologických jevů je hned několik: dysfunkce v rodině, špatné vzory v okolí, traumata z dětství či náročné životní změny, úmrtí v rodině, náročná finanční situace rodiny, nuda, psychické nebo fyzické onemocnění, nátlak sociální skupiny a mnoho dalších (Fischer, Škoda, 2009).

Z hlediska působení daných vlivů lze tyto faktory rozdělit na vnitřní a vnější příčiny. Vnější příčiny jsou například rodinné působení, působení vrstevnické skupiny, náročná finanční situace, napodobování nesprávných vzorů a podobně. K těm vnitřním patří psychické nebo fyzické onemocnění jedince, dědičné faktory, nuda nebo působení traumatu.

Faktory vzniku sociálně patologických jevů lze také podle Vykopalové (2001) dělit na populační a individuální. Mezi populační faktory autorka zařazuje např. věk, pohlaví, zaměstnání daného jednotlivce nebo tělesnou hmotnost. Dále ještě populační faktory dělí na ty související s prostředím nebo s genetikou (což víceméně odpovídá dělení faktorů na vnější a vnitřní). Mezi individuální faktory pak lze zahrnout různé zvláštnosti jednotlivce – jeho psychické prožívání, traumata apod.

Vznik sociálně patologických jevů ale není zapříčiněn působením pouze jednoho z výše uvedených faktorů, nýbrž se jedná o velmi komplexní systém faktorů a spouštěčů (Hostetler, McDowell, 2013). Fischer a Škoda (2009) zmiňují tři stávající pohledy, které vysvětlují příčiny vzniku sociálně patologických jevů: teorie uvažující o určitém typu lidí majících tendenci k sociálně patologickému jednání, teorii situační a teorii konjunktivní. Teorie situační nastiňuje sociálně patologické chování jako stav, který může být spuštěn negativními životními situacemi nebo traumaty, a kterým je tedy ohrožen každý člověk bez ohledu na genetiku (Fischer, Škoda, 2009). Například časopis AFA Journal (in Hostetler, McDowell, 2013, s. 419) upozorňuje, že „*mezi mladými lidmi, kteří byli fyzicky týráni nebo sexuálně zneužíváni, je řada těch, kteří*

*se obracejí k drogám*“. Teorie konjunktivní, jak píší oba autoři (2009) tyto dva výše zmíněné přístupy propojuje.

Dále ještě Fischer a Škoda (2009) uvádějí tři teorie zdrojů sociální patologie. Těmi jsou biologicko-psychologické teorie, sociálně psychologické teorie a sociologické teorie. Biologicko-psychologické teorie se zakládají na vlivu genetiky na člověka, nízkém intelektu nebo tzv. teorii „rozeného zločince“, kdy se předpokládá, že podle měřitelných znaků (psychických i fyzických) lze určit osobnost sociálně patologickou. Sociálně psychologické teorie vycházejí ze sociálního učení, základu sociální patologie v temperamentu, nebo dokonce příliš vysoké míry sebedůvěry. Sociologický přístup se spíše zaměřuje na sociálně patologické chování zasazené do společenského kontextu (Fischer, Škoda, 2009).

#### 3.4. Současný svět jako příčina sociálně patologických jevů

Specifikem dnešní doby je velký tlak na výkon a vzdělání a neustálý spěch. To vytváří pro mladé a dospívající lidi stresující prostředí, což může zapříčinit zmatek v sobě samém, subjektivní ztrátu kontroly nad svým životem, nízkou sebeúctu, stud z pocitu nedostatečné výkonnosti a v důsledku toho pocit méněcennosti (Hostetler, McDowell, 2013). Toto všechno může také být příčinou vzniku sociálně patologických jevů, protože se lidé od těchto stavů budou všemi možnými způsoby snažit utéct. I rodinné působení může být faktorem. Podle Šarníkové (2010) se dnes rodiče dětem méně věnují, ty se pak v přechodných obdobích ocitají ve větší samotě a v tomto stavu přilnou k jakékoli sociální skupině, která se jim nabídne, i kdyby to byla skupina sociálně patologická. Rodiče, kteří se málo věnují svým dětem, jsou problémem. Výzkumnice Jean Richardsonová z University of Southern California (in, Hostetler, McDowell, s. 422) říká, že: „*U mladých dospívajících, kteří se vracejí domů do prázdného domu, je dvojnásobná pravděpodobnost, že začnou pít alkohol nebo kouřit marihuanu či cigarety, než u těch, kteří jsou pod dohledem dospělých*“. Hostetler a McDowell (2013) uvádí, že v rodině se také mohou octnout nevhodné rodinné vzory, kvůli kterým dítě nabyde dojmu, že sociálně patologické chování je běžné (patologické hráčství, alkoholismus, násilí v rodině,...).

#### 3.5. Prevence sociálně patologických jevů

Pro zdravý chod společnosti je nutné vést proti sociálně patologickým jevům několik kroků. Podle Kroftové a Matouška (2003) je nejdůležitějším preventivním působením výchova jak v rodině, tak ve škole.

Podle Pospíšila je „*role sociální pedagogiky v prevenci a intervenci při sociálně deviantním chování nezastupitelná*“ (2023, s. 63). Také poukazuje, že v práci s deviantním nebo dokonce kriminálním chováním, je nezbytnou součástí prevence či intervence budování hodnot nebo alespoň rozhovor o nich.

Aby byla prevence efektivní, je nutné ji vést komplexně. To vyžaduje vedení programu z hlediska různorodosti příčin vzniku sociálně patologických jevů a spolupráci více organizací (Miovský, 2015).

### 3.5.1. Dělení prevence

Prevenci lze rozdělit na primární, sekundární a terciární. U primární prevence dochází k působení na celou populaci včetně jedinců, kteří sociálně patologickými jevy nejsou výrazně ohroženi. Jejím cílem je informovat o problematice sociální patologie a o důsledcích sociálně patologického jednání. O sekundární prevenci se vyjadřují Matoušek a Kroftová (2003, s. 265) jako o „*předcházení delikventnímu jednání u těch dětí, kteří se ještě delikventního chování nedopustily, ale podle určitých známek lze soudit, že k němu mají trvalejší sklon*“. Terciární prevence posléze působí na ty, u nichž už se sociálně patologické chování projevilo a je potřeba zmírnit jeho projevy a důsledky.

Dále je možné preventivní působení dělit na specifické a nespecifické. Specifická prevence spočívá v aktivitách vedených k předcházení konkrétnímu nežádoucímu chování. Nespecifická je oproti tomu vykonávána v mnohem širším zaměření a může být vedena například jako již výše zmiňovaná výchova k trávení volného času.

Specifická prevence se dále dělí všeobecnou, selektivní a indikovanou. Všeobecná prevence je cílena na co nejširší populaci bez ohledu na to, zda je cílová skupina riziková, či nikoli (Pavlas Martanová 2014). „*Selektivní prevence se zaměřuje na skupiny osob, u kterých jsou ve zvýšené míře přítomny rizikové faktory pro vznik a vývoj různých forem rizikového chování, tj. jsou více ohrožené než jiné skupiny populace*“ (Budinská 2014, s. 121). Charakteristika tohoto typu je tedy velmi podobná sekundární prevenci. Dále indikovaná prevence je, jak píše Budinská (2014), využívána u jedinců, kteří jsou v mnohem větší míře vystaveni podmínkám vyvolávajícím rizikové chování, nebo se rizikově již projevují. Tento typ prevence má blízko k charakteristice jak sekundární, tak terciární prevence.

Důležité je, jak zmiňuje Kraus (2008), zahrnout do preventivního působení tři důležité aspekty, kterými jsou:

- Systémovost, tedy provázanost jednotlivých kroků
- Systematičnost ve smyslu návaznosti prováděných preventivních aktivit



- Komplexnost jakožto působení na osobnost se všemi jejími složkami

### 3.5.2. Preventivní program ve školách

V současné době je na školách veden Minimální preventivní program (dále jen MPP), který je zaměřen právě na předcházení vzniku rizikového chování a sociálně patologických jevů. V rámci MPP je vedena jak specifická, tak nespecifická prevence. Ve školách je toto preventivní působení povinné a tedy neoddělitelné od školského vzdělávání. Procházka (2012) upozorňuje, že tyto preventivní aktivity by měly být komplexním celkem, který zapadá do přirozeného fungování školy a vede děti ke zdravému životnímu stylu. Škola se má ke společenským problémům vyjadřovat s jednoznačným srozumitelným způsobem. Aby byl preventivní program účinný je třeba spolupráce učitelů, žáků, ale také rodičů, případně školního psychologa. Preventivní program školy má na starost školní metodik prevence a musí být v souladu jak se školním řádem tak i s rámcovým vzdělávacím programem (dále jen RVP) dané školy. Procházka (2012, s. 171) uvádí v preventivním školním programu jako klíčová tato témata: „*zdravý životní styl (fyzická i psychická stránka člověka), společenskovední tematika, přírodovědná témata, rodinná a občanská výchova, oblast sociálněprávní*“.

Budinská (2014) uvádí, že v průběhu plánování je nutno si stanovit časový plán, cílovou skupinu, partnery při realizaci MPP, cíl MPP, metody a prostředky práce, stanovení nákladů při realizaci MPP, místo realizace MPP. Dále je nutné analyzovat stávající situaci a podle té plán tvořit, uvědomit si důvod potřeby MPP a problémy, které je potřeba řešit a plánovat další postupy do budoucna.

### 3.6. Abúzus návykových látek a závislosti

V dnešní době jsou mladí lidé více ohroženi vznikem závislosti na návykových látkách, díky snadnému přístupu k nim. „*Abúzus označuje zneužívání drog, které je společensky neakceptovatelné a znamená označení pro dlouhodobější, trvalejší a nadměrné užívání psychoaktivních látek.*“ (Vykopalová, 2001, s. 59) Tento termín je spojený se škodlivým využitím návykových látek a jinak tomu je při použití návykových látek v rámci různých léčebných procesů nebo tlumení bolesti (Vykopalová, 2001).

Základní charakteristikou závislosti je silná touha užívat danou psychoaktivní látku, alkohol nebo tabák. Podle Mezinárodní klasifikace nemocí jde o závislost, pokud u člověka v průběhu posledního roku došlo ke třem nebo více těchto jevů (Fleischmann, 1998):

- problém kontrolovat konzumaci látky

- fyzické příznaky abstinence při vysazení dané látky
- vyžadování stále vyšších dávek pro zvyšující se toleranci
- postupná ztráta dřívějších zájmů a pokračování v konzumaci látky i přes zjevnou škodlivost

Závislost na drogách je závažným sociálně patologickým jevem. Fleischmann (1998, s. 5) objasňuje: „*Drogu je možné v širším smyslu charakterizovat jako látku, která svou chemickou strukturou způsobuje změny funkcí lidského organismu... V užším smyslu mluvíme o psychoaktivních látkách, které ovlivňují chování a vnímání jedince.*“

Ve spojitosti s drogami a závislostí se často užívá pojem tolerance. V této souvislosti to znamená reakce těla na působení drogy, kterou organismus vyžaduje ve stále větší míře k dosažení stejné reakce (Vykopalová, 2001).

### 3.6.1. Drogy jako riziko pro mladé

Drogy jsou rizikovým faktorem vývoje, pokud je jejich konzumace započata již v brzkém věku. „*Zneužívání návykových látek je závažnou součástí syndromu rizikového chování v dospívání (SRCH-D)*“ (Kabíček, 2014, s. 73). Dále zmiňovaný autor (2014) uvádí, že ohrožení návykovými látkami tkví hlavně v tom, jak velké množství mladých lidí tyto látky zneužívá. Také upřesňuje, že riziko vzniku závislosti je jen malou částí problematiky těchto látek. S těmi jsou totiž spojena i další rizika a to: ohrožení úrazem, sexuálním napadením či nechráněným sexem pod vlivem alkoholu ale také riziko špatného vývojového směřování (upořádání důležitých hodnot jako vzdělání, pěstování zdravých vztahů nebo smysluplné trávení volného času).

Největším rizikem pro dospívající je podle Kabíčka (2014) legální návyková látka alkohol, jejíž konzumace začíná zvědavostí a touhou experimentovat. Tato látka je ve společnosti velmi rozšířená a spoustou lidí tolerovaná. Vykopalová (2001) zároveň zmiňuje, že děti, mládež, lidé s poruchami osobnosti nebo lidé zatížení dlouhodobým stresem patří mezi rizikové skupiny.

### 3.6.2. Počátky konzumace drog

Ale jak již bylo zmíněno, období dospívání je rizikovým obdobím, a to nejen kvůli touze po experimentování, ale také kvůli prožívaným pocitům zmatku a nespokojenosti. Ty mohou jedince posouvat v jeho vývoji, ale současně vytváří riziko, že jedinec bude tuto nespokojenost odstraňovat nevhodným způsobem, tedy alkoholem (případně jinými návykovými látkami), které nepříjemný stav vědomí dokáží změnit v příjemnější. Tímto dočasným řešením

ale dospívající ztrácí motivaci odstranit reálnou příčinu nespokojenosti, což jej brzdí ve vývoji (Broža, 2003).

Šimek (1990, in Kalina, 2003, s. 233) objasňuje že „každý akt člověka je minimálně třístupňový: 1) na začátku je nápad, impuls, potřeba něco udělat, 2) toto přání nebo potřebu jedinec zkoumá, posuzuje její vhodnost z pohledu sebe i společnosti a rozhoduje se, zda jej bude realizovat, 3) následuje konání, chování, jednání, akce, které mají za úkol více či méně naplnit naše očekávání.“ Broža (2003) rozvíjí tento třístupňový proces doplněním, že u dospívajícího může být oslabeno vnímání „já“, které má za úkol poznání a prožitek vnitřního a vnějšího světa a v důsledku toho, může dojít k vynechání druhého zmíněného stupně a po potřebě u dospívajícího následuje ihned konání. K dalšímu oslabování „já“ podle Broži (2003) dochází v důsledku působení společnosti (rodiny), která dospívajícího přijímá pouze tehdy, kdy odpovídá jejím představám.

Je ale také rozdíl v příležitostné konzumaci alkoholu (případně jiných návykových látek) a závislostí.

### 3.6.3. Alkohol a další drogy v dnešním světě

V dnešní době se konkrétně konzumace alkoholu a kouření mnohdy považují za naprosto běžné. Navíc, jsou velmi častou kulisou mnoha společenských událostí (rodinné oslavy, kulturní akce) a dnes už pro jejich konzumaci lidé ani nevyhledávají speciální příležitosti. „Dostupnost cigaret a alkoholu zůstává dlouhodobě vysoká, a to i přesto, že se jedná o látky, které by nezletilým neměly být volně dostupné,“ říká Vedralová (2021, s. 3.). Podle poslední Evropské školní studie o alkoholu a jiných drogách (dále jen ESPAD, 2019) však čeští teenageři konzumaci návykových látek v porovnání s dřívějšími studii snížili. Studie ukázala, že alespoň jednou v životě vyzkoušelo kouření cigaret 54 % šestnáctiletých a konzumaci alkoholu 95,1 % šestnáctiletých v České republice. To jsou i přes pokles konzumace alkoholu u teenagerů v České republice stále vysoká čísla.

Problém s alkoholem samozřejmě postihuje mimo šestnáctileté teenagery mnoho dalších lidí. Nicméně v tomto mladém věku problémy s alkoholem mohou mít počátek. První kontakty s konzumací alkoholu bývají mnohdy pouhé experimenty (Hostetler, McDowell, 2013). Tyto experimenty buď mohou uspokojit zvědavost mladistvých, nebo se stát začátkem problému.

Thomas Sessel, výkonný ředitel texaské Národní rady pro alkoholismus<sup>1</sup> (in Hostetler, McDowell, 2013), označuje pití alkoholu mladistvými jako zničující epidemii. Uvádí, že skoro sto tisíc amerických dětí ve věku deseti a jedenácti let se opije alespoň jednou v týdnu.

Je známo, že alkoholismus a užívání jiných návykových látek s sebou nese nepříznivé, mnohdy i destruktivní dopady. Proto jsou tyto látky tak nebezpečné, obzvláště pro mladé, kteří ještě nemusí být schopni odhadnout míru. Alkoholismus může v člověku vyvolat pocity viny, psychické poruchy, změny osobnosti, tělesná onemocnění, zastavovat nebo snižovat dozrávání a snižovat sebeúctu (Hostetler, McDowell, 2013). Další negativní dopady alkoholismu jsou: vznik tělesného onemocnění (obzvláště jaterní a metabolická), zhoršení kvality života a zkrácení délky života nebo zhoršení sociálního statutu či sociální vyloučení (Vykopalová, 2001).

Alkohol ale nezůstává jediným ohrožením dospívajících ze skupiny návykových látek. Podle Hostetlera a McDowella (2013) se u desetiny amerických studentů maturitních ročníků vyskytuje kouření marihuany a u téměř každého šestého se zjistilo, že už někdy v životě vyzkoušeli kokain. „*National Institute on Drug Abuse*<sup>2</sup> (Národní institut pro zneužívání drog) hlásí, že 30 % všech vysokoškoláků před dokončením školy alespoň jednou užije kokain a až 80 % celé populace do pětadvacátého roku života vyzkouší nějakou nedovolenou drogu“ (Hostetler, McDowell, 2014, s. 419).

---

<sup>1</sup> National Council on Alcoholism, Texas, USA

<sup>2</sup> Zkr. NIDA sídlící v Marylandu

#### 4. Hudba jako preventivní činitel

Jak již bylo zmíněno v textu výše, jednou z příčin nadměrné konzumace alkoholu a drog je stresující doba způsobující neklid a potřebu uvolnění. Příčinou ale také může být neschopnost využít volný čas.

Powell (2018) zdůrazňuje využití hudby ke snížení stresu a napětí, ale v tomto případě jen samotné působení hudby nestačí, nýbrž je spolupráce člověka pokládána za nezbytnou součást, aby byl tento cíl naplněn. Pokud jde tedy o pasivní poslech hudby, posluchač se musí na danou hudbu soustředit, pokud jde o produkci hudby, tam už je spolupráce člověka samozřejmá.

Hozler (2012) píše, že muzikoterapie a hudba dokáží intenzivně ovlivňovat všechny složky lidské osobnosti.

Řada experimentů poukazuje, že hudba působí na lidské emoce. Jeden z nich proběhl v roce 2008 ve Švédsku a jeho výsledky upozornily na nárůst pozitivních emocí a nálad v průběhu poslechu hudby (Powell, 2018).

Účinek hudby na lidské chování zkoumali vědci Roberts, Dimsdale, East a Friedman. Konkrétně se ve své studii zaměřili na souvislost mezi poslechem hudby a sklonům k rizikovému chování (1998). Výsledkem studie bylo, že nejvíce k rizikovému chování měli lidé, kteří poslouchají žánry jako je rock nebo metal a to jsou také lidé, kteří v souvislosti s poslechem hudby prožívají intenzivnější negativní emoce.

Hudba tedy dokáže být nástroj jak ke změně chování člověka k lepšímu, ale i k horšímu, což záleží na stylu poslouchané nebo produkované hudby.

## II. PRAKTICKÁ ČÁST

### 5. Vlastní průzkumné šetření

Praktická část této práce se zabývá realizací průzkumu pomocí dotazníkového šetření.

#### 5.1. Cíle práce

##### **Hlavní cíl průzkumné části:**

Zjistit zkušenost s návykovými látkami u studentů, kteří se věnují produkci hudby, a u těch, kteří se jí nevěnují.

##### **Cíl 1:**

Zjistit, jak často konzumují návykové látky respondenti, kteří se věnují produkci hudby, a ti, kteří se jí nevěnují.

##### **Cíl 2:**

Zjistit, jak často pociťují chuť užívat návykové látky respondenti, kteří se věnují produkci hudby a ti, kteří se jí nevěnují.

##### **Cíl 3:**

Zjistit, kdy došlo k prvnímu kontaktu s návykovou látkou u respondentů, kteří se věnují produkci hudby a u těch, kteří se jí nevěnují.

#### 5.2. Hlavní průzkumné otázky

1. Jak často konzumují návykové látky respondenti, kteří se věnují hudbě a ti, kteří se jí nevěnují?
2. Jak často pociťují chuť konzumovat návykové látky studenti, kteří se věnují hudbě a ti, kteří se jí nevěnují?
3. Kdy poprvé užili návykovou látku respondenti, kteří se věnují produkci hudby a ti, kteří se jí nevěnují?

#### 5.3. Další průzkumné otázky

V rámci analýzy jsme také hledali odpovědi na následující otázky:

- Mají studenti zkušenost s návykovými látkami?
- Pokud ano, o jaké návykové látky se jedná?

- Kde se respondenti dostávají do prvního kontaktu s drogou?
- Kde se nejčastěji setkávají s drogami?
- Věnují se respondenti poslechu hudby?
- Kolik času věnují této činnosti?
- Jaký hudební žánr nejčastěji poslouchají?
- Věnují se studenti produkci hudby (hraní na hudební nástroj nebo zpěv)?
- Pokud ano, z jakého důvodu se této činnosti věnují?
- Kolik času daní respondenti věnují produkci hudby?
- Navštívili studenti poslední dobou nějaké hudební představení?
- Mají ve zvyku se takových akcí účastnit pravidelně?

#### 5.4. Metodika průzkumu

Pro získání potřebných informací byla použita metoda dotazníkového šetření.

Tuto metodu jsme zvolili pro možnost oslovit větší množství respondentů během krátkého časového období. Dotazníky byly respondenty vyplňovány anonymně a byly vytvořeny do papírové podoby v programu Microsoft® Word pro Mac.

Dotazník obsahoval 18 položek a byl vytvořen pro studenty zlínských středních škol. Otázky byly uzavřené. Respondenti vybírali z nabídky jednu či více odpovědí podle instrukcí. Úvodní položky byly zaměřeny na charakteristiku respondentů. Těmto znakům se věnovaly otázky 1-3. Další (4 – 10) zkoumali užívání drog z hlediska druhu konzumovaných návykových látek, frekvenci konzumace, chuti ke konzumaci drog a prvního kontaktu s nimi. Otázky 11-18 se zaměřovaly na hudbu, její poslech a produkci, čas strávený poslechem a produkcí hudby a motivací pro produkci hudby.

#### 5.5. Charakteristika respondentů

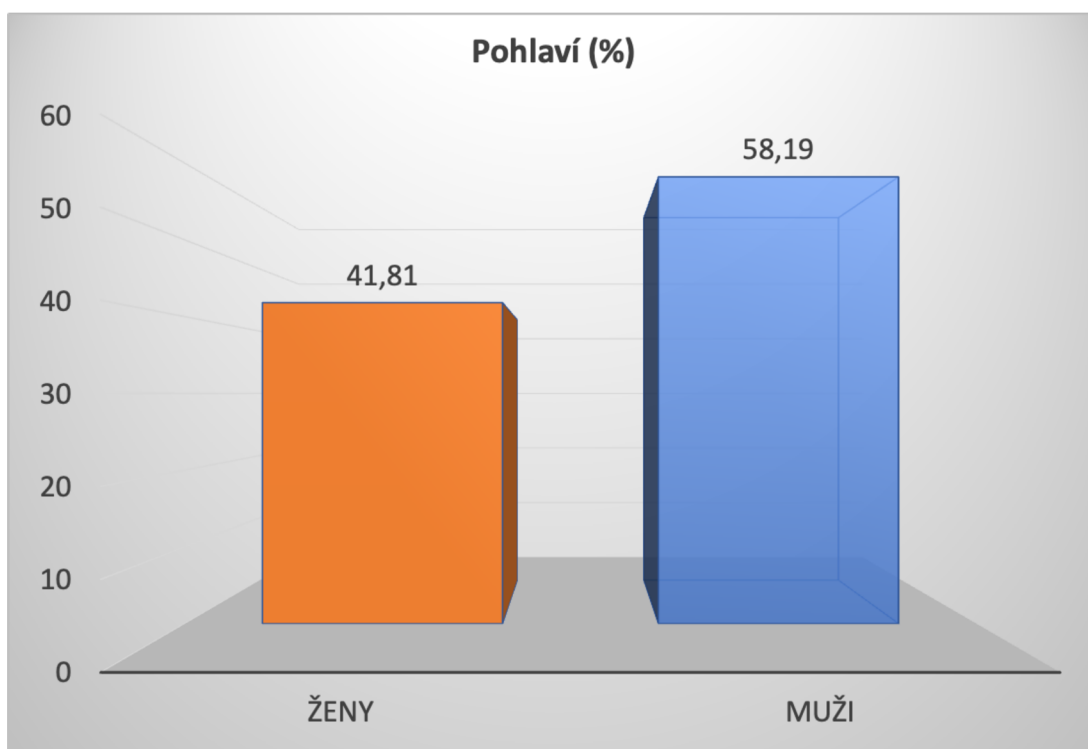
Skupina respondentů byla vybrána ze studentů tří zlínských středních škol. Jednalo se o Gymnázium a Jazykovou školu s právem státní závěrečné zkoušky Zlín, Střední průmyslovou školu polytechnickou – Centrum odborné přípravy Zlín a Obchodní akademii Tomáše Bati ve Zlíně. Výběr konkrétních respondentů byl ponechán na jednotlivých vyučujících, kteří měli ve svých hodinách prostor a byli ochotni věnovat čas do zapojení se do výzkumu.

Průzkum byl prováděn začátkem ledna. Účastnilo se v něm 232 respondentů, z čehož většina byli muži, kterých bylo 135. Žen bylo 97, což je téměř o 20 % méně (viz. graf č.1.)

Tabulka č. 1: Pohlaví respondentů

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost
muži	135	58,19%
ženy	97	41,81%
celkem	232	100,00%

Graf č. 1: Pohlaví respondentů



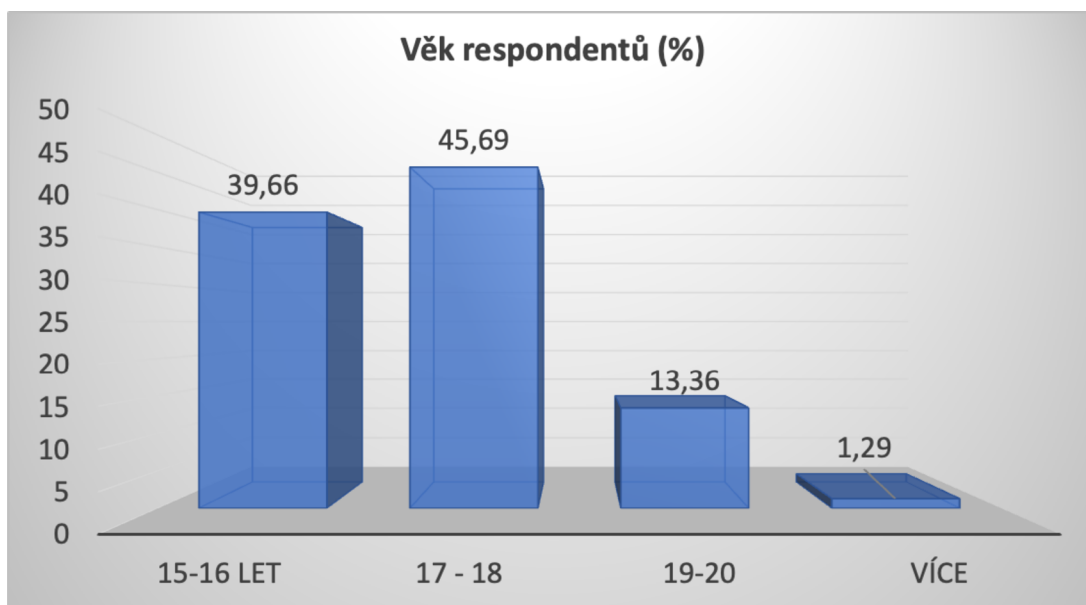


Nejvíce studentů, tedy 106, bylo ve věku 17 – 18 let, ve věku 15 – 16 let jich bylo 92, ve věku 19 – 20 let jich bylo 31 a pouze tři studenti byli starší 20 let.

Tabulka č. 2: Věk respondentů

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost
15-16 let	92	39,66%
17 - 18	106	45,69%
19-20	31	13,36%
více	3	1,29%
celkem	232	100,00%

Graf č. 2: Věk respondentů

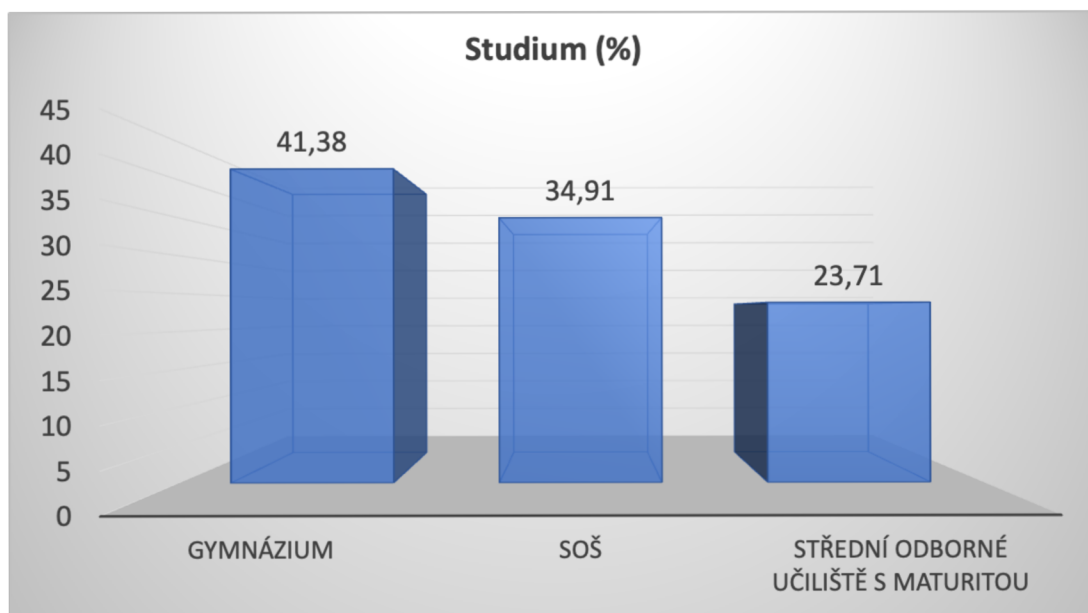


V průzkumu byly zapojeny tři typy středních škol. Největší účast v průzkumu byla ze strany studentů z gymnázia, kterých bylo 96, což je téměř polovina z celkového vzorku. Dále se do šetření zapojilo 81 studentů ze střední odborné školy a nejméně účastníků studovalo na středním odborném učilišti s maturitou, tedy 55.

Tabulka č. 3: Studium

odpovědi	absolutní četnost	relativní četnost
gymnázium	96	41,38%
SOŠ	81	34,91%
střední odborné učiliště s maturitou	55	23,71%
celkem	232	100,00%

Graf č. 3: Studium



## 5.6. Organizace šetření

Nejdříve jsme vytvořili návrh dotazníku a ten jsme rozdali několika rodinným příslušníkům k ověření srozumitelnosti otázek. Poté už jsme se obraceli na jednotlivé školy.

Celkem bylo e-mailem nebo telefonicky osloveno 7 středních škol, z nichž 4 školy odmítly se průzkumu účastnit<sup>3</sup> a pouze 3 s účastí v průzkumu souhlasily. Vzhledem k časovým možnostem jsme se rozhodly další školy již neoslovovat.

Dotazníky jsme předali konkrétním vyučujícím, kterým byly instrukce k vyplnění a odevzdání předány slovně. Tito vyučující projevíli přání zorganizovat si průzkum ve třídách sami. Anonymita byla zajištěna pomocí krabice, do níž žáci vyplněné dotazníky odevzdávali.

Celkem bylo rozdáno 252 dotazníků, z nichž 6 se nevrátilo a 14 dotazníků bylo vyřazeno, jelikož nebyly kompletně vyplněny. Zpracováno a vyhodnoceno bylo 232 dotazníků.

## 5.7. Zpracování získaných dat

Získaná data byla uspořádána do tabulek se zobrazením absolutní a relativní četnosti a vyobrazena pomocí sloupcových grafů. Pro výpočet těchto dat a vypracování grafů byl použit program Microsoft Excel® pro Mac. Ke každé otázce byl přidán slovní komentář výsledků. V tabulkách a grafech jsou návykové látky uvedeny pod zkratkou NL.

Absolutní četnost vyjadřuje počet respondentů, kteří na danou otázku odpověděli konkrétní odpovědí z nabídnutých možností.

Relativní četnost je vyjádřena v procentech. Podává informace o velikosti části z celkového počtu, která připadá na danou dílčí hodnotu.

---

<sup>3</sup> Tyto školy uvedly, že jsou v tomto období přetíženy a nemají na účast v průzkumu kapacitu.

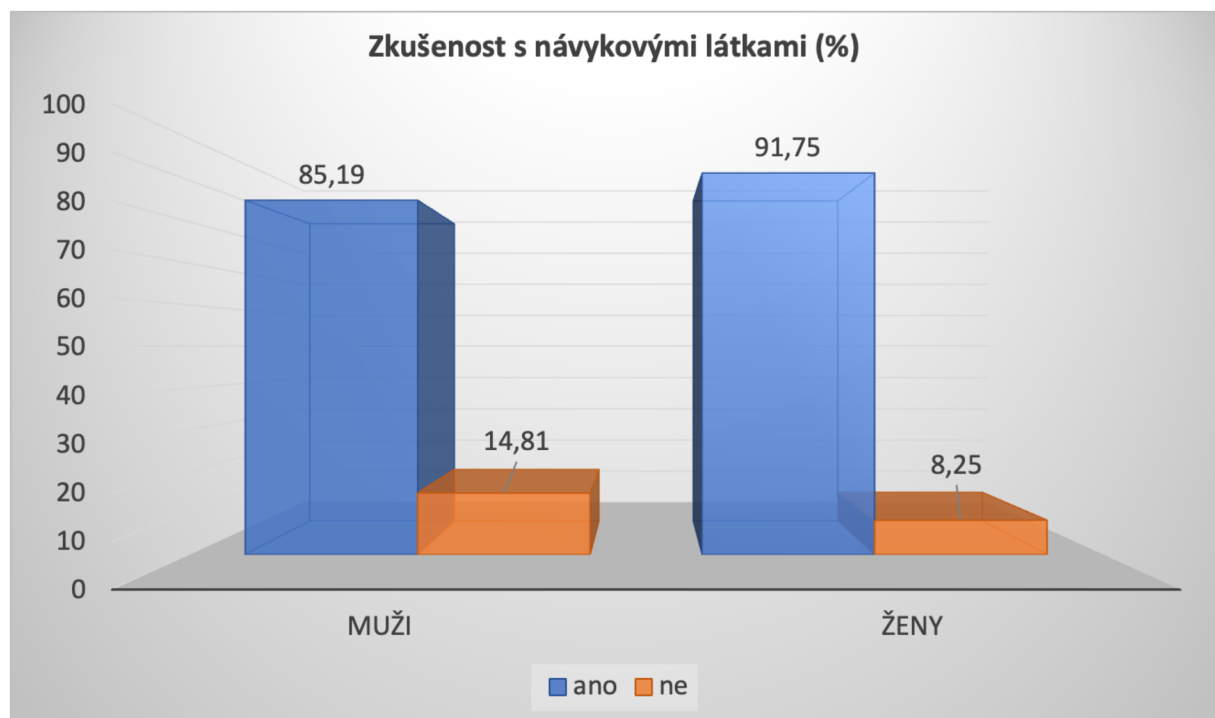
## 6. Výsledky průzkumu

### Položka č. 4 – Konzumace návykových látek

Tabulka č. 4: Konzumace návykových látek

odpovědi	zkušenost s NL	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	89	91,75%
	ne	8	8,25%
celkem		97	100,00%
muži	ano	115	85,19%
	ne	20	14,81%
celkem		135	100,00%

Graf č. 4: Konzumace návykových látek



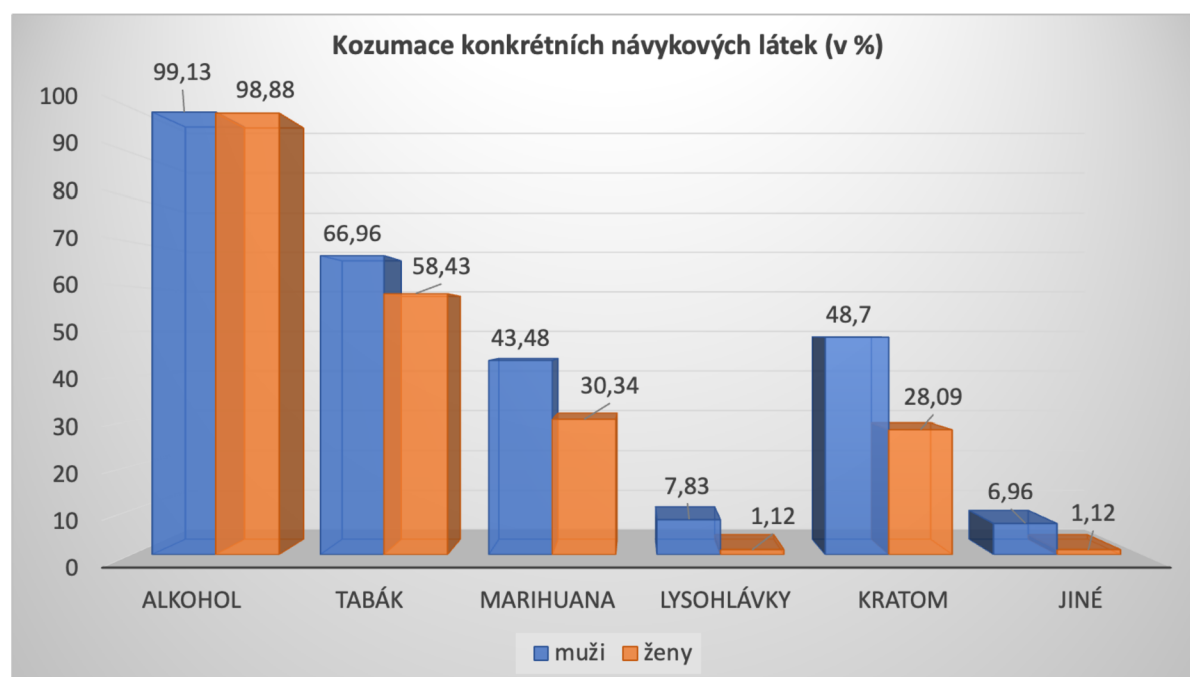
Cílem otázky č. 4 bylo zjistit, kolik studentů z celkového počtu má zkušenost s konzumací návykových látek obecně. Skupina byla rozdělena na muže a ženy, přičemž konzumace drog byla u žen (91,75 %) vyšší než u mužů (85,19 %). Tato čísla jsou vysoká, přestože dle Výroční zprávy Národního monitorovacího střediska pro drogy a závislosti (2018) došlo mezi českou mládeží k poklesu výskytu kouření tabáku, konzumace alkoholu a jiných návykových látek.

## Položka č. 5 – Druhy konzumovaných návykových látek

Tabulka č. 5: Druhy konzumovaných návykových látek

odpovědi		absolutní četnost	relativní četnost
ženy	alkohol	88	98,88%
	tabák	52	58,43%
	marihuana	27	30,34%
	lysohlávky	1	1,12%
	kratom	25	28,09%
	jiné	1	1,12%
muži	alkohol	114	99,13%
	tabák	77	66,96%
	marihuana	50	43,48%
	lysohlávky	9	7,83%
	kratom	56	48,70%
	jiné	8	6,96%

Graf č. 5: Druhy konzumovaných návykových látek



Cílem této otázky bylo zjistit, která droga je mezi mladými nejčastěji užívaná. Respondenti měli možnost vybrat více odpovědí. Mezi mládeží na středních školách je nejvíce oblíbenou návykovou látkou alkohol, který je současně i nejsnáze dostupný. Konzumace této látky je u mužů a žen téměř stejná a blíží se ke 100 % z respondentů, kteří užívají návykové látky. Druhou nejčastěji užívanou drogou je tabák. Zde je rozdíl mezi muži a ženami patrnější (66,96 % u mužů a 58,43 u žen). Zajímavé je porovnat tento výsledek s výsledkem studie

ESPAD z roku 2016, kde byla konzumace tabáku v posledních třiceti dnech o tři procenta vyšší u žen než u mužů. Dále nás překvapilo, jak moc se u studentů vyskytuje konzumace poměrně nové látky zvané kratom. Konzumace kratomu je téměř o polovinu vyšší u mužů než u žen (muži 48,70 %, ženy 28,09 %).

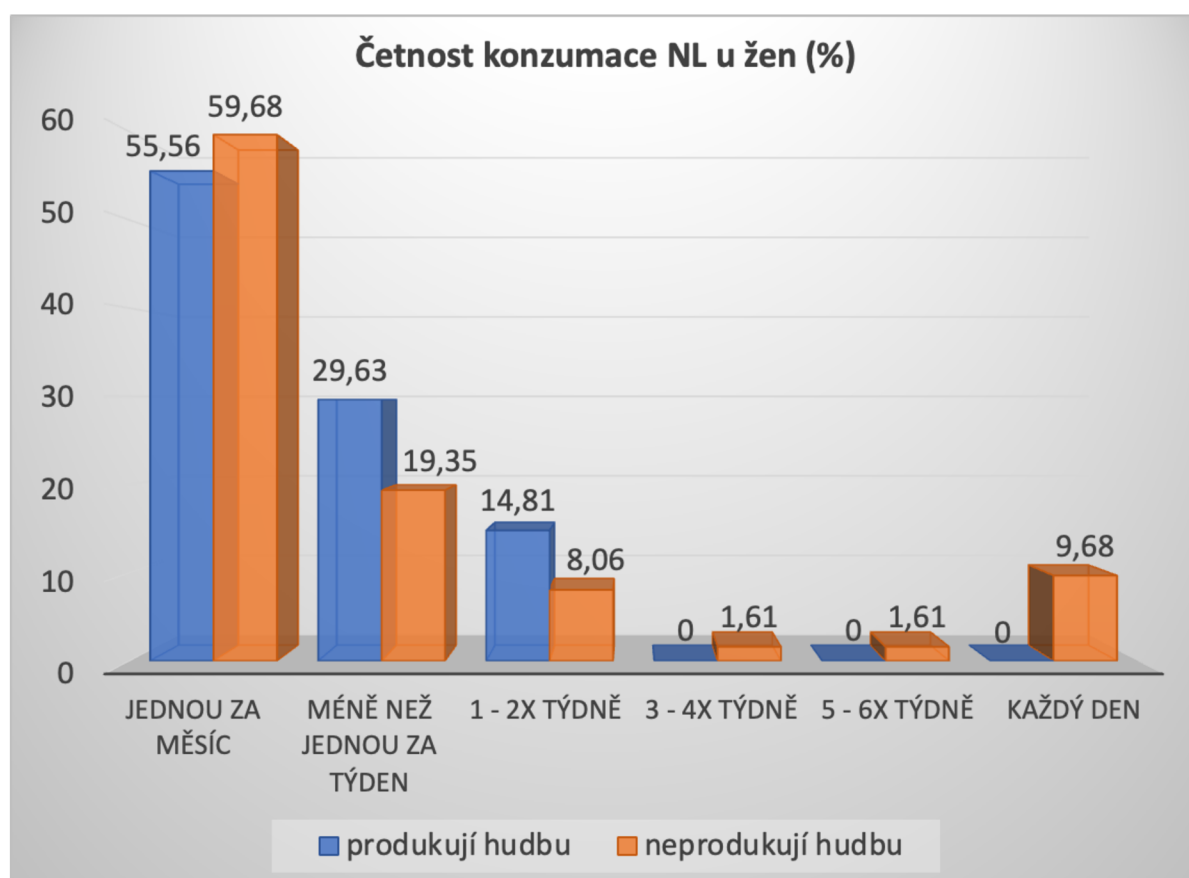
Pro lepší přehlednost jsou data z otázek 6 – 10 rozdělena do dvou tabulek a grafů.

## Položka č. 6 – Frekvence konzumace návykových látek

Tabulka č. 6.1: Frekvence konzumace návykových látek u žen

odpovědi	produkce	konzumace návykových látek	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	jednou za měsíc	15	55,56%
		méně než jednou za týden	8	29,63%
		1 - 2x týdně	4	14,81%
		3 - 4x týdně	0	0,00%
		5 - 6x týdně	0	0,00%
		každý den	0	0,00%
		<b>CELKEM odpovědělo</b>	<b>27</b>	<b>100,00%</b>
		ne	jednou za měsíc	37
	méně než jednou za týden		12	19,35%
	1 - 2x týdně		5	8,06%
	3 - 4 x týdně		1	1,61%
	5 - 6x týdně		1	1,61%
	každý den		6	9,68%
	<b>CELKEM odpovědělo</b>	<b>62</b>	<b>100,00%</b>	

Graf č. 6.1: Frekvence konzumace návykových látek u žen



Nejvíce žen se přihlásilo ke konzumaci návykových látek jednou za měsíc. Četnost konzumace návykových látek v tomto intervalu je u žen věnujících se produkci hudby<sup>4</sup> i u těch, které se této činnosti nevěnují, téměř shodná. Nicméně v konzumaci návykových látek na každodenní bázi jsou výsledky odlišné. U „producentek“<sup>5</sup> hudby je to nula procent, kdežto u studentek, které žádnou hudbu neprodukují, se čísla blíží 10 %.

Tabulka č. 6.1: Frekvence konzumace návykových látek u mužů

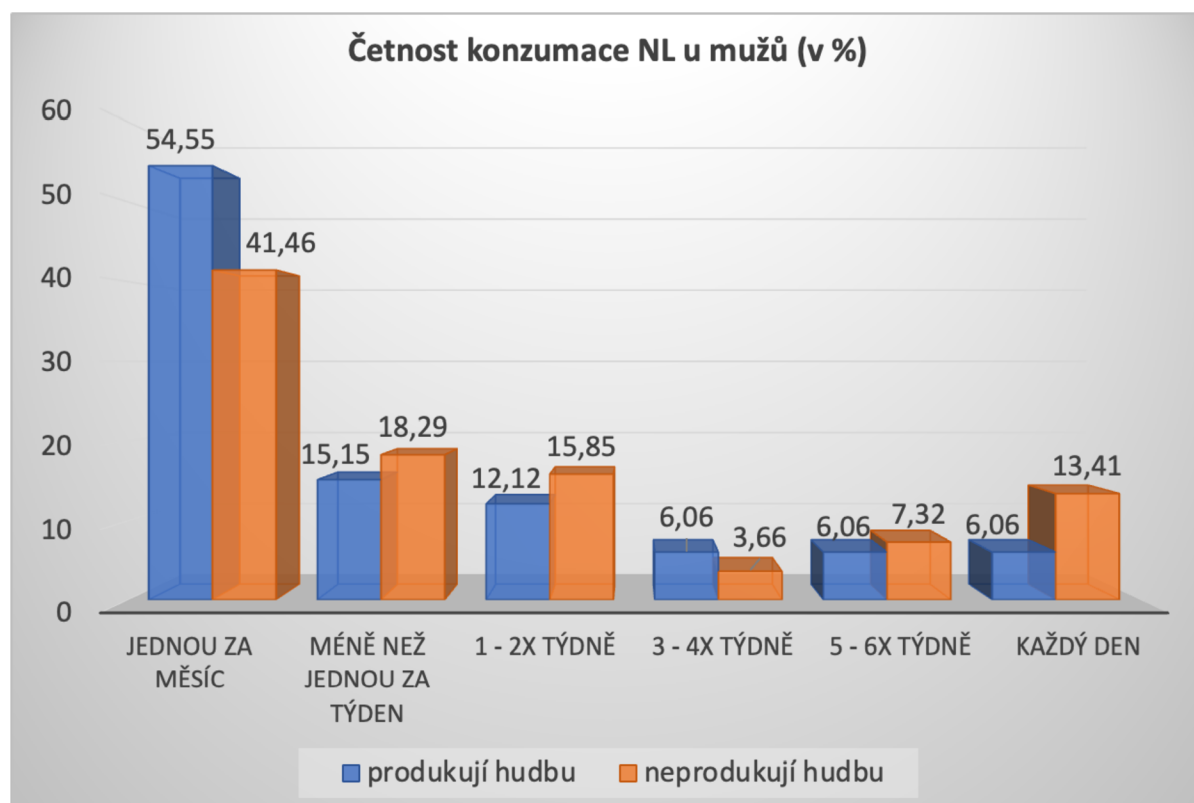
odpovědi	produkce	konzumace návykových látek	absolutní četnost	relativní četnost
muži	ano	jednou za měsíc	18	54,55%
		méně než jednou za týden	5	15,15%
		1 - 2x týdně	4	12,12%
		3 - 4x týdně	2	6,06%
		5 - 6x týdně	2	6,06%
		každý den	2	6,06%
		<b>CELKEM odpovědělo</b>	<b>33</b>	<b>100,00%</b>
	ne	jednou za měsíc	34	41,46%
		méně než jednou za týden	15	18,29%
		1 - 2x týdně	13	15,85%
		3 - 4 x týdně	3	3,66%
		5 - 6x týdně	6	7,32%
		každý den	11	13,41%
		<b>CELKEM odpovědělo</b>	<b>82</b>	<b>100,00%</b>

<sup>4</sup> Pod produkcí hudby rozumíme hraní na jakýkoli hudební nástroj či zpěv

<sup>5</sup> Označením „producentky“ a „producenti“ budou v textu označováni ti studenti, kteří se věnují hudbě, naopak „neproducenti“ a „neproducentky“ představují ti, kteří se hudbě nevěnují



Graf č. 6.2: Frekvence konzumace návykových látek u mužů



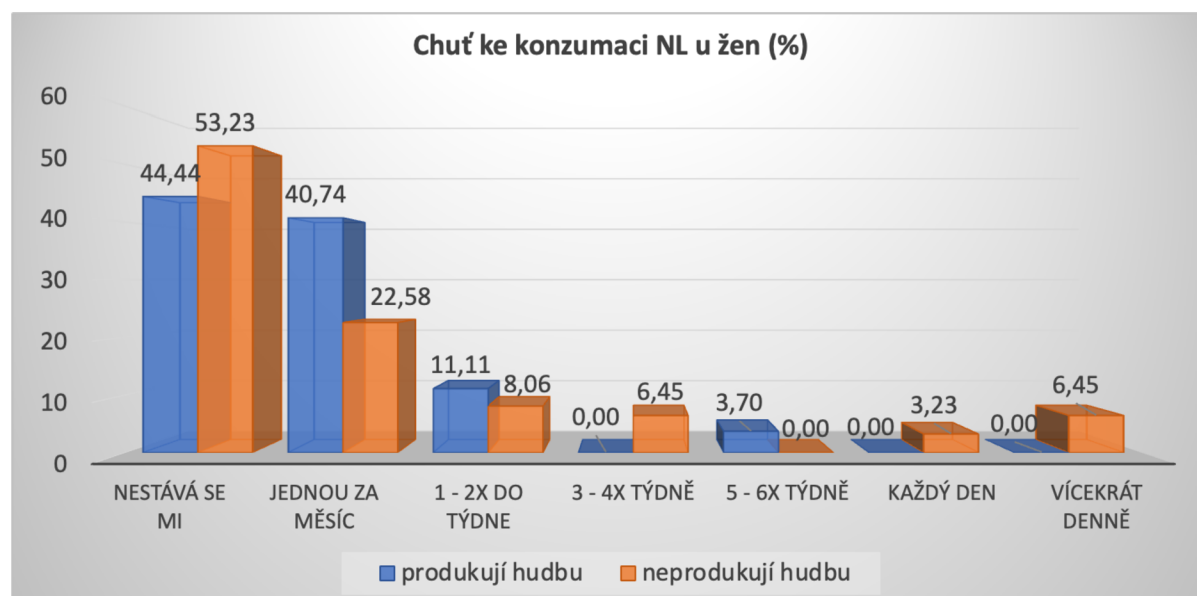
Nejčastější odpovědí na otázku frekvence užívání návykových látek je u mužů opět užití drogy pouze jednou za měsíc, tedy stejně jako u žen. Tuto odpověď zvolilo větší procento respondentů z řad „producentů“ hudby (54,55 %) oproti těm, kteří se hudbě nevěnují (41,46 %). Druhá skupina respondentů tedy nejspíše z větší části inklinuje k častějšímu užívání návykových látek. U „producentů“ hudby totiž výsledky ukazují, že čím větší je frekvence konzumace, tím menší procento dotázaných z této skupiny se k dané odpovědi hlásí, kdežto to stejné nemůžeme říci o studentech z řad „neproducentů“ hudby. Nejvíce je to znatelné u poslední odpovědi (konzumace návykových látek na každodenní bázi), kde vidíme dvakrát vyšší procento studentů, kteří se nevěnují produkci hudby.

## Položka č. 7 – Chuť ke konzumaci návykových látek

Tabulka č. 7.1: Chuť ke konzumaci návykových látek u žen

odpovědi	produkce	chuť ke konzumaci NL	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	nestává se mi	12	44,44%
		jednou za měsíc	11	40,74%
		1 - 2x do týdne	3	11,11%
		3 - 4x týdně	0	0,00%
		5 - 6x týdně	1	3,70%
		každý den	0	0,00%
		vícekrát denně	0	0,00%
	celkem odpovědělo	27	100,00%	
	ne	nestává se mi	33	53,23%
		jednou za měsíc	14	22,58%
		1 - 2x týdně	5	8,06%
		3 - 4x týdně	4	6,45%
		5 - 6x týdně	0	0,00%
		každý den	2	3,23%
vícekrát denně		4	6,45%	
celkem odpovědělo	62	100,00%		

Graf č. 7.1: Chuť ke konzumaci návykových látek u žen



Cílem otázky bylo zjistit, jak často se u respondentek objevuje chuť k jejich užití drog.

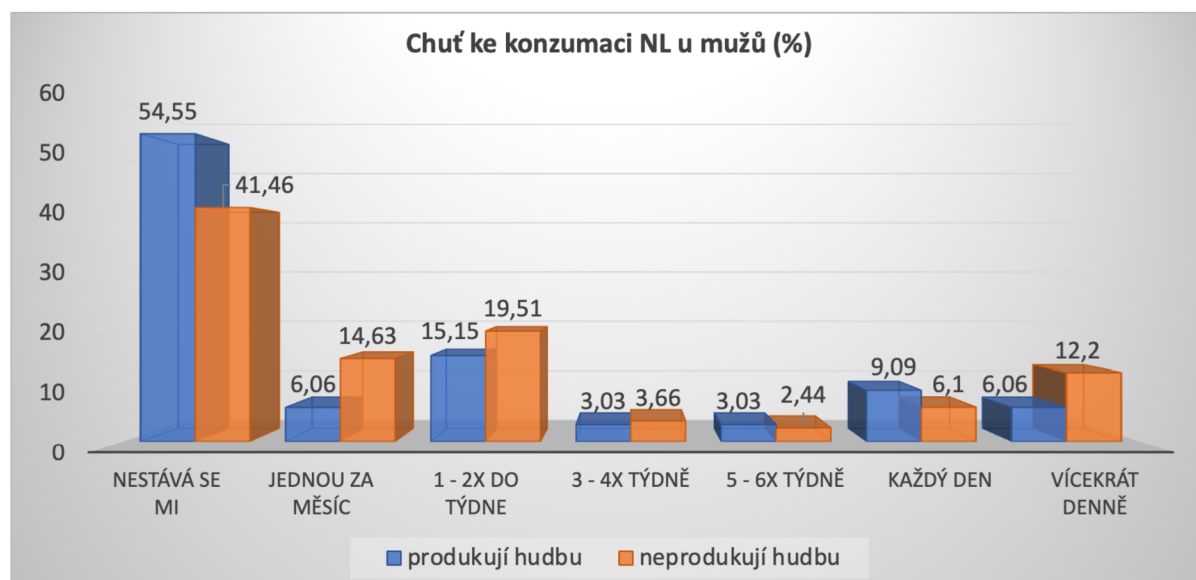
Výsledky ukazují, že polovina dotázaných studentek nepociťuje touhu po konzumaci. Respondentek, které se nevěnují produkci hudby, je v tomto případě dokonce víc než těch, které se této činnosti věnují. Vzhledem k tomu se nabízí otázka, jaká je tedy motivace těchto studentek k užívání drog a proč je jejich konzumace u studentů středních škol tak vysoce zastoupena, jestliže velké množství z nich nepociťuje touhu tyto látky užívat.

Zároveň 6,45 % žen, které neprodukují hudbu, uvedlo touhu po návykových látkách vícekrát za den, oproti „producentkám“, které v této četnosti potřebu po návykové látce nevnímají vůbec.

Tabulka č. 7.2: Chut' ke konzumaci návykových látek u mužů

odpovědi	produkce	chut' ke konzumaci NL	absolutní četnost	relativní četnost
muži	ano	nestává se mi	18	54,55%
		jednou za měsíc	2	6,06%
		1 - 2x týdně	5	15,15%
		3 - 4x týdně	1	3,03%
		5 - 6x týdně	1	3,03%
		každý den	3	9,09%
		vícekrát denně	2	6,06%
		celkem odpovědělo	33	100,00%
	ne	nestává se mi	34	41,46%
		jednou za měsíc	12	14,63%
		1 - 2x týdně	16	19,51%
		3 - 4 x týdně	3	3,66%
		5 - 6x týdně	2	2,44%
		každý den	5	6,10%
vícekrát denně		10	12,20%	
celkem odpovědělo		82	100,00%	

Graf č. 7.2: Chut' ke konzumaci návykových látek u mužů



Polovina dotázaných studentů nepociťuje chuť ke konzumaci drog. U studentů, kteří se věnují produkci hudby, je častější absence touhy k užití návykové látky (54,55 %), než u těch, kteří se hudbě nevěnují (41,46 %).

U frekvence užívání drog 3 – 4x nebo 5 – 6x týdně jsou výsledky obou skupin téměř shodné. Významnější rozdíl je u poslední odpovědi, kde je procento respondentů, kteří se produkci hudby nevěnují, dvakrát vyšší (12,20 %) než u respondentů, kteří se této činnosti věnují (6,06 %).

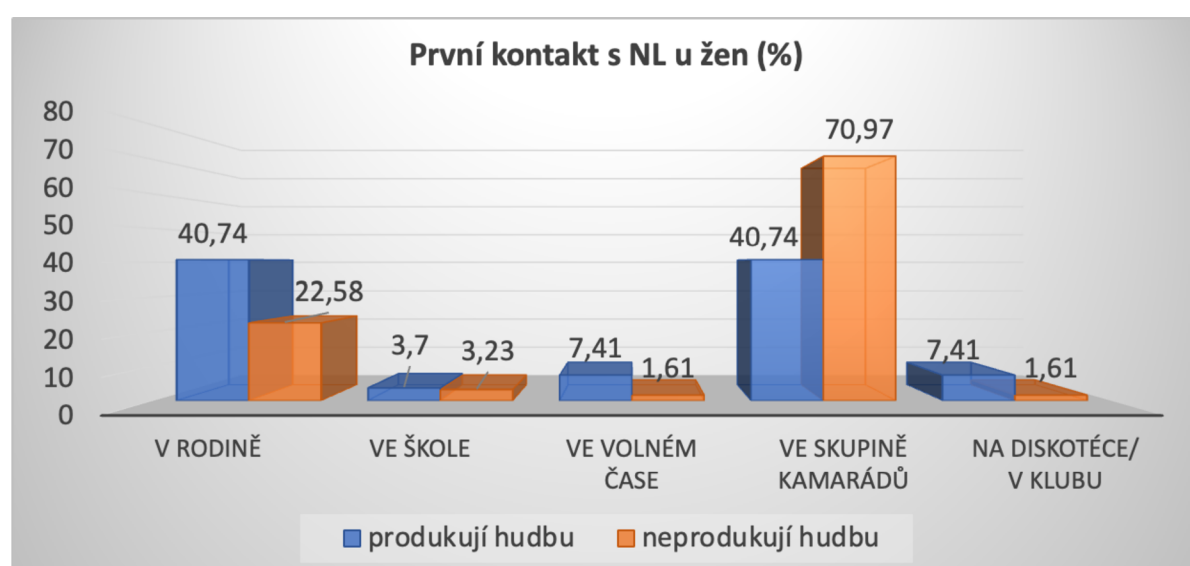
Celkově jsme touto otázkou zjistili, že u mužů i žen produkujících hudbu, je menší výskyt těch, kteří vícekrát denně pociťují touhu po návykových látkách.

## Položka č. 8 – První kontakt s drogami

Tabulka č. 8.1.: První kontakt s návykovými látkami u žen

odpovědi	produkce	první kontakt s NL	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	v rodině	11	40,74%
		ve škole	1	3,70%
		ve volném čase	2	7,41%
		ve skupině kamarádů	11	40,74%
		na diskotéce/ v klubu	2	7,41%
		celkem odpovědělo	27	100,00%
	ne	v rodině	14	22,58%
		ve škole	2	3,23%
		ve volném čase	1	1,61%
		ve skupině kamarádů	44	70,97%
		na diskotéce/ v klubu	1	1,61%
celkem odpovědělo	62	100,00%		

Graf č. 8.1.: První kontakt s návykovými látkami u žen



Z dané otázky vyplývá, že k nejčastějším místům prvního kontaktu s drogou patří skupina kamarádů. Toto zjištění může odpovídat na výše zmiňovaný dotaz, tedy proč konzumují návykové látky i ty respondentky, které ke konzumaci nepociťují chuť. Vliv sociální skupiny se potvrzuje jako silný faktor.

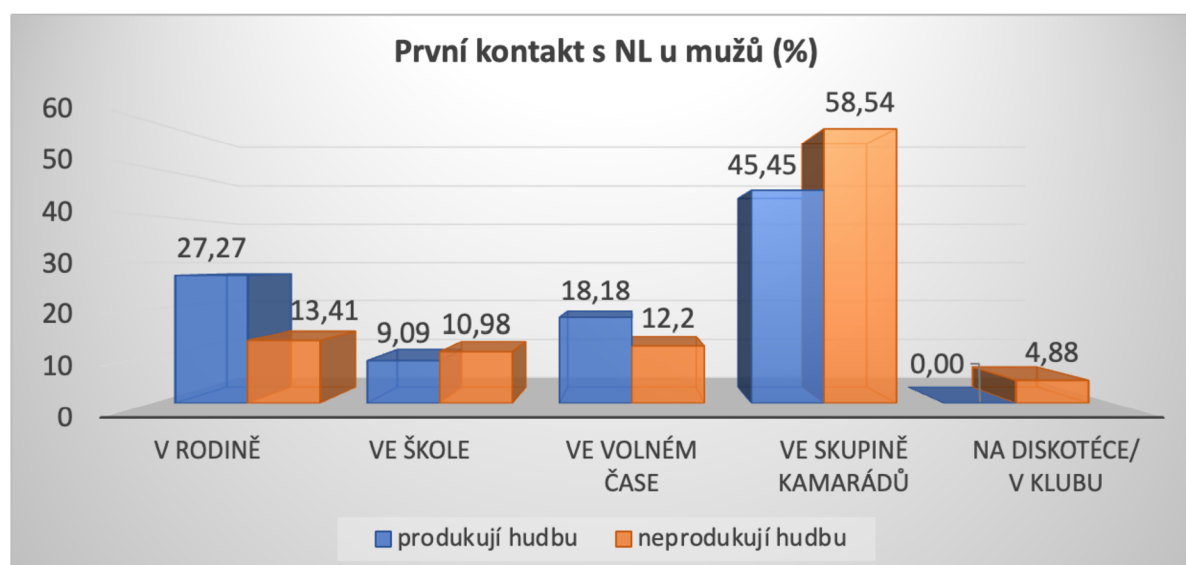
Druhým častým prostředím prvního kontaktu je rodina. Zde může hrát roli dysfunkce rodiny, postoj rodičů k užívání drog a jiné rodinné problémy, které v průzkumu nejsou zahrnuty. Z článku na serveru iRozhlasu vyplývá, že spousta rodičů sama nabízí svým nezletilým dětem alkohol v domnění, že tak „zažene chuť“ tuto látku užívat mimo domov (Skalická, 2022).

Při bližším pozorování zjistíme, že procento odpovědí u rodinného prostředí je téměř dvakrát vyšší u „producentů“ hudby než u těch, kteří se hudbě nevěnují, zato u odpovědi vztahující se ke skupině kamarádů je tomu naopak.

Tabulka č. 8.2: První kontakt s návykovými látkami u mužů

odpovědi	produkce	první kontakt s NL	absolutní četnost	relativní četnost
muži	ano	v rodině	9	27,27%
		ve škole	3	9,09%
		ve volném čase	6	18,18%
		ve skupině kamarádů	15	45,45%
		na diskotéce/ v klubu	0	0,00%
		celkem odpovědělo	33	100,00%
	ne	v rodině	11	13,41%
		ve škole	9	10,98%
		ve volném čase	10	12,20%
		ve skupině kamarádů	48	58,54%
		na diskotéce/ v klubu	4	4,88%
celkem odpovědělo	82	100,00%		

Graf č. 8.2: První kontakt s návykovými látkami u mužů



Opět se potvrdilo vyšší procento výskytu prvního kontaktu s drogami v rodině u „producentů“ hudby (27,27%) oproti studentům, kteří se produkci hudby nevěnují (13,41%). Dalším zjištěním, které je shodné jak u mužů, tak u žen, je skupina kamarádů jakožto nejrizikovější faktor. Zde uvádí první kontakt s návykovou látkou 45,45% „producentů“ hudby a 58,54% studentů, kteří se nevěnují hudební činnosti.

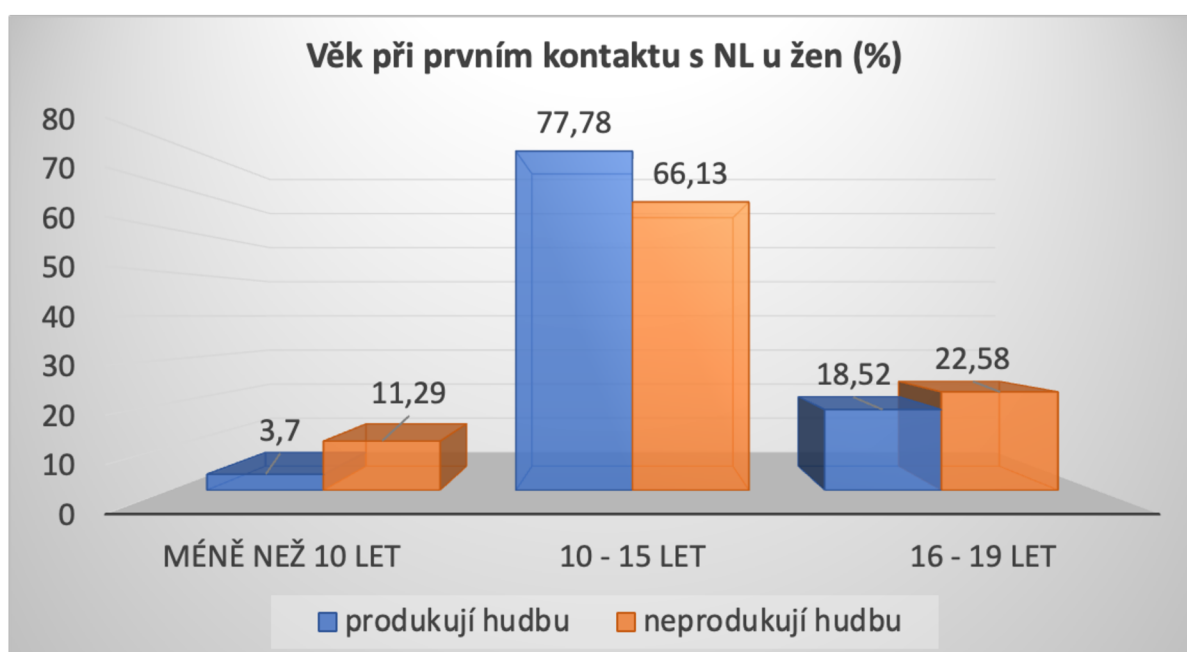
Překvapilo nás, jak málo přicházejí respondenti i respondentky do prvního kontaktu s drogou na diskotékách či v klubech.

## Položka č. 9 – Věk při prvním kontaktu s návykovými látkami

Tabulka č. 9.1: Věk při prvním kontaktu s návykovými látkami u žen

odpovědi	produkce	věk v prvním kontaktu s NL	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	méně než 10 let	1	3,70%
		10 - 15 let	21	77,78%
		16 - 19 let	5	18,52%
		celkem odpovědělo	27	100,00%
	ne	méně než 10 let	7	11,29%
		10 - 15 let	41	66,13%
		16 - 19 let	14	22,58%
		celkem odpovědělo	62	100,00%

Graf č. 9.1: Věk při prvním kontaktu s návykovými látkami u žen

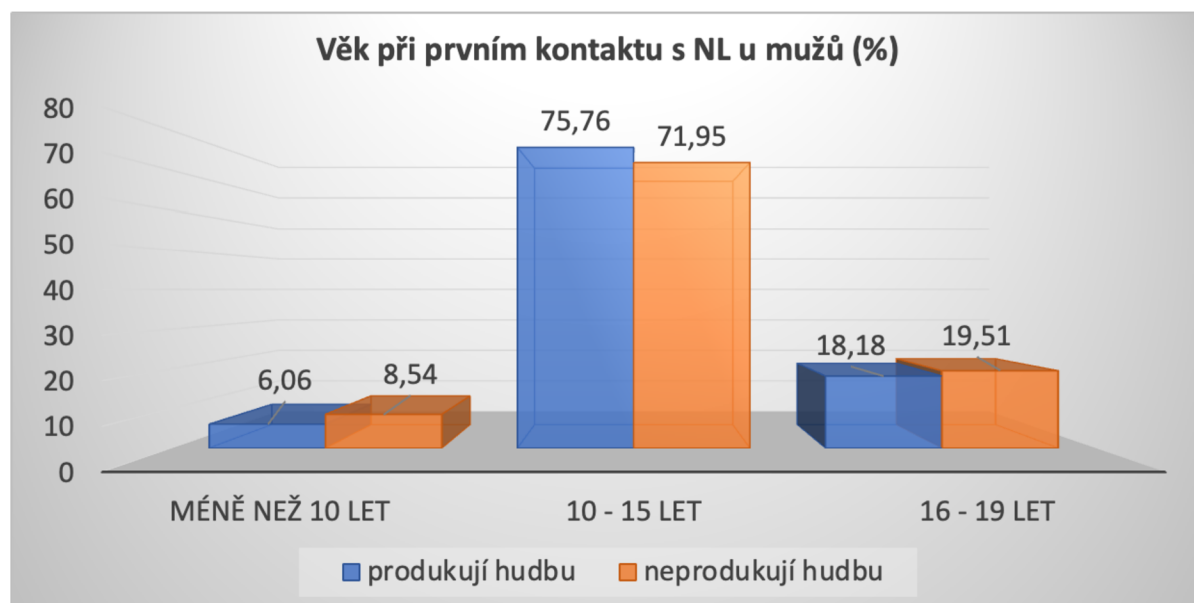


Nejčastěji uváděnou odpovědí na otázku, ve kterém věku užily studentky poprvé jakoukoli návykovou látku, je věk 10 – 15 let. Minimum respondentek má první zkušenost s drogami ve věku méně než 10 let. Nicméně výsledky ukazují, že prvotní kontakt s návykovou látkou v takto raném věku je u „producentek“ hudby znatelně nižší.

Tabulka č. 9.2: Věk při prvním kontaktu s návykovými látkami u mužů

odpovědi	produkce	věk v prvním kontaktu s NL	absolutní četnost	relativní četnost
muži	ano	méně než 10 let	2	6,06%
		10 - 15 let	25	75,76%
		16 - 19 let	6	18,18%
		<b>celkem odpovědělo</b>	<b>33</b>	<b>100,00%</b>
	ne	méně než 10 let	7	8,54%
		10 - 15 let	59	71,95%
		16 - 19 let	16	19,51%
		<b>celkem odpovědělo</b>	<b>82</b>	<b>100,00%</b>

Graf č. 9.2: Věk při prvním kontaktu s návykovými látkami u mužů



Výsledky této otázky jsou velmi podobné jako u žen. Opět je zde zásadní věk v rozmezí 10 – 15 let. První kontakt s drogami v nižším než desátém roku života je taktéž minimální, ale rozdíl mezi „producenty“ a těmi, kteří se produkci hudby nevěnují, není tak velký jako u žen.

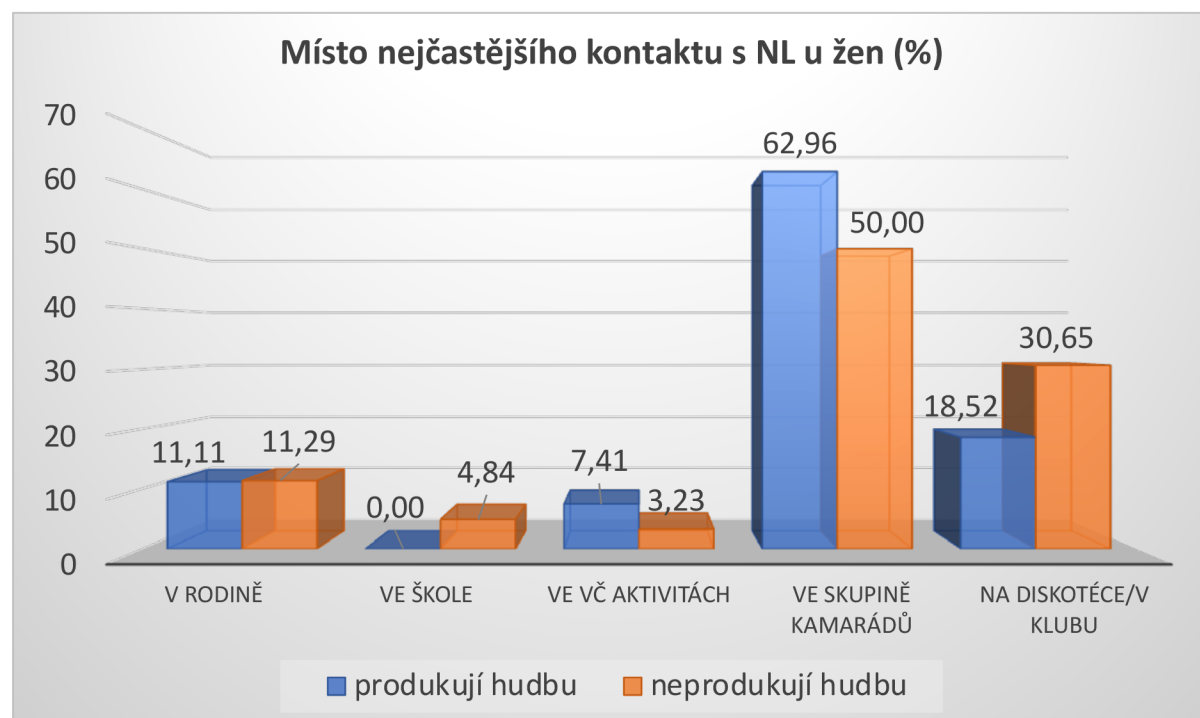
Podle souhrnné zprávy o závislostech v ČR 2021 (2022) má přes 40 % třináctiletých zkušenost s alkoholem a s kouřením 40 % patnáctiletých. Můžeme tedy říci, že věkové období 10 – 15 let je pro mladé lidi tím nejrizikovějším.

## Položka č. 10 – Místo nejčastějšího kontaktu s návykovými látkami

Tabulka č. 10.1: Místo nejčastějšího kontaktu s návykovými látkami u žen

odpovědi	produkce	nejčastější kontakt s NL	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	v rodině	3	11,11%
		ve škole	0	0,00%
		ve VČ aktivitách	2	7,41%
		ve skupině kamarádů	17	62,96%
		na diskotéce/v klubu	5	18,52%
		<b>celkem odpovědělo</b>	<b>27</b>	<b>100,00%</b>
	ne	v rodině	7	11,29%
		ve škole	3	4,84%
		ve VČ aktivitách	2	3,23%
		ve skupině kamarádů	31	50,00%
		na diskotéce/v klubu	19	30,65%
		<b>celkem odpovědělo</b>	<b>62</b>	<b>100,00%</b>

Graf č. 10.1: Místo nejčastějšího kontaktu s návykovými látkami u žen



Otázka č. 10 zjistila nejčastější kontakt s návykovými látkami. U žen je to skupina kamarádů. Tuto odpověď zvolilo 62,96 % „producentek“ hudby a 50,00 % studentek, které se této aktivitě nevěnují.

Druhým místem nejčastějšího kontaktu jsou diskotéky a kluby. Tuto možnost vybralo 18,52 % respondentek, které se věnují hudbě a 30,65 % žen, které se produkcí hudby nevěnují.

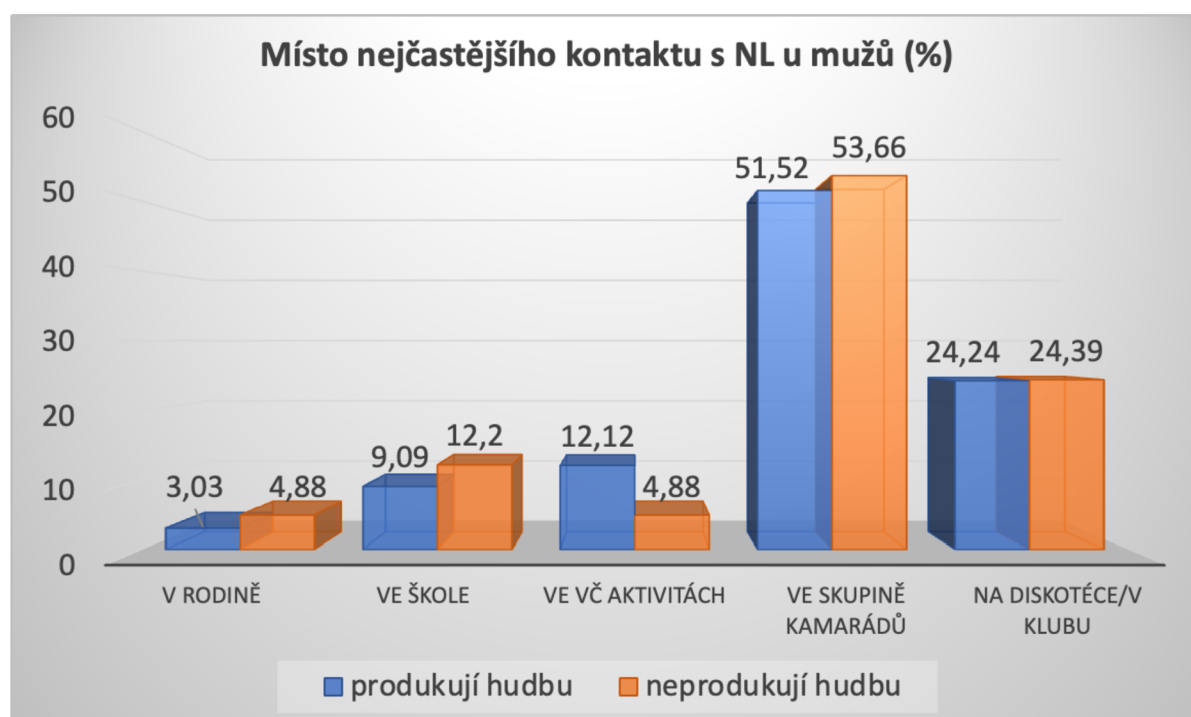
Ukazuje se, že vliv rodiny je nejspíše silným faktorem při prvním kontaktu s drogou, ale k pravidelné konzumaci zde nedochází tak často.



Tabulka č. 10.2: Místo nejčastějšího kontaktu s návykovými látkami u mužů

odpovědi	produkce	nejčastější kontakt s NL	absolutní četnost	relativní četnost
muži	ano	v rodině	1	3,03%
		ve škole	3	9,09%
		ve VČ aktivitách	4	12,12%
		ve skupině kamarádů	17	51,52%
		na diskotéce/v klubu	8	24,24%
		<b>celkem odpovědělo</b>	<b>33</b>	<b>100,00%</b>
	ne	v rodině	4	4,88%
		ve škole	10	12,20%
		ve VČ aktivitách	4	4,88%
		ve skupině kamarádů	44	53,66%
na diskotéce/v klubu		20	24,39%	
	<b>celkem odpovědělo</b>	<b>82</b>	<b>100,00%</b>	

Graf č. 10.2: Místo nejčastějšího kontaktu s návykovými látkami u mužů



Stejně, jako tomu bylo u žen, i u mužů se nejčastěji konzumují návykové látky ve skupině kamarádů. Avšak tady je rozdíl mezi „producenty“ hudby a těmi, kteří se této aktivitě nevěnují, zanedbatelný.

Oproti ženám dochází k častější konzumaci drog na diskotékách a v klubech a rozdíl mezi „producenty“ a „neproducenty“ je opět minimální.

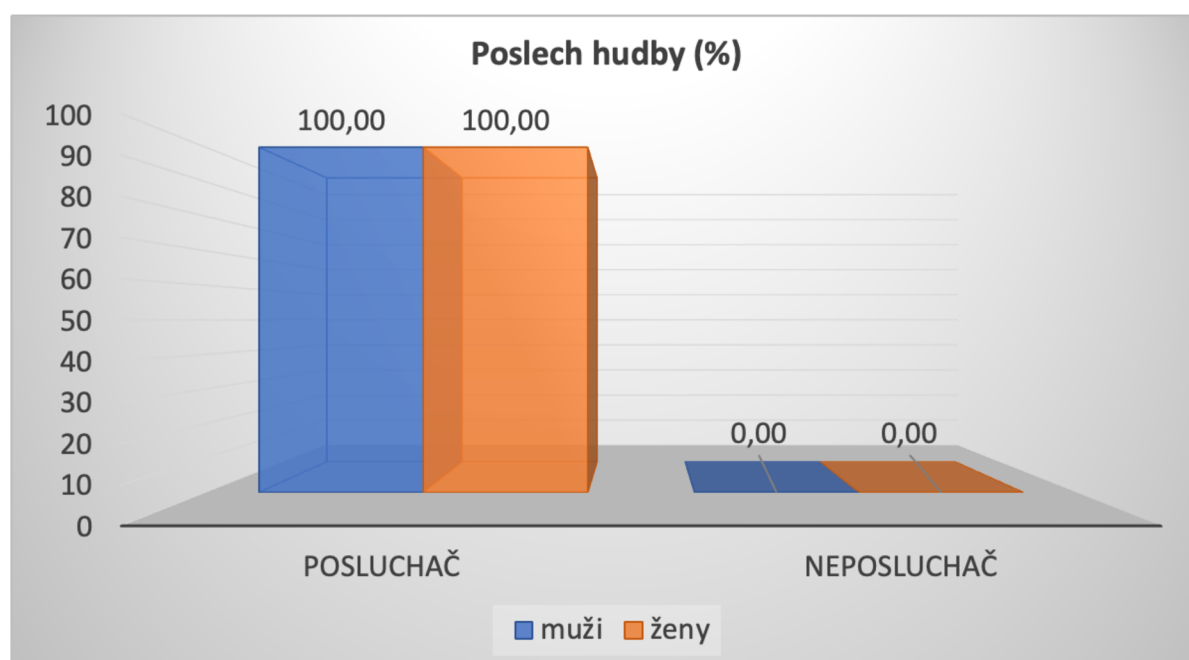
V mužském prostředí („producenti“ 9,09 %, „neproducenti“ 12,20 %) zřejmě častěji dochází ke kontaktu s drogami i ve školním prostředí, než je tomu u žen. Důvodem by mohla být mužská potřeba po adrenalinu či nebezpečí, které doprovází konzumaci těchto látek v prostředí, kde je to zakázané.

## Položka č. 11 – Poslech hudby

Tabulka č. 11: Poslech hudby

otázky	poslech hudby	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	posluchač	97	100,00%
	neposluchač	0	0,00%
muži	posluchač	135	100,00%
	neposluchač	0	0,00%

Graf č. 11: Poslech hudby



Jak je patrné z grafu č. 11, všichni respondenti se zařadili mezi posluchače hudby. To potvrzuje i ochota za poslech hudby platit skrze streamovací služby, jak tvrdí Český statistický úřad (2021).

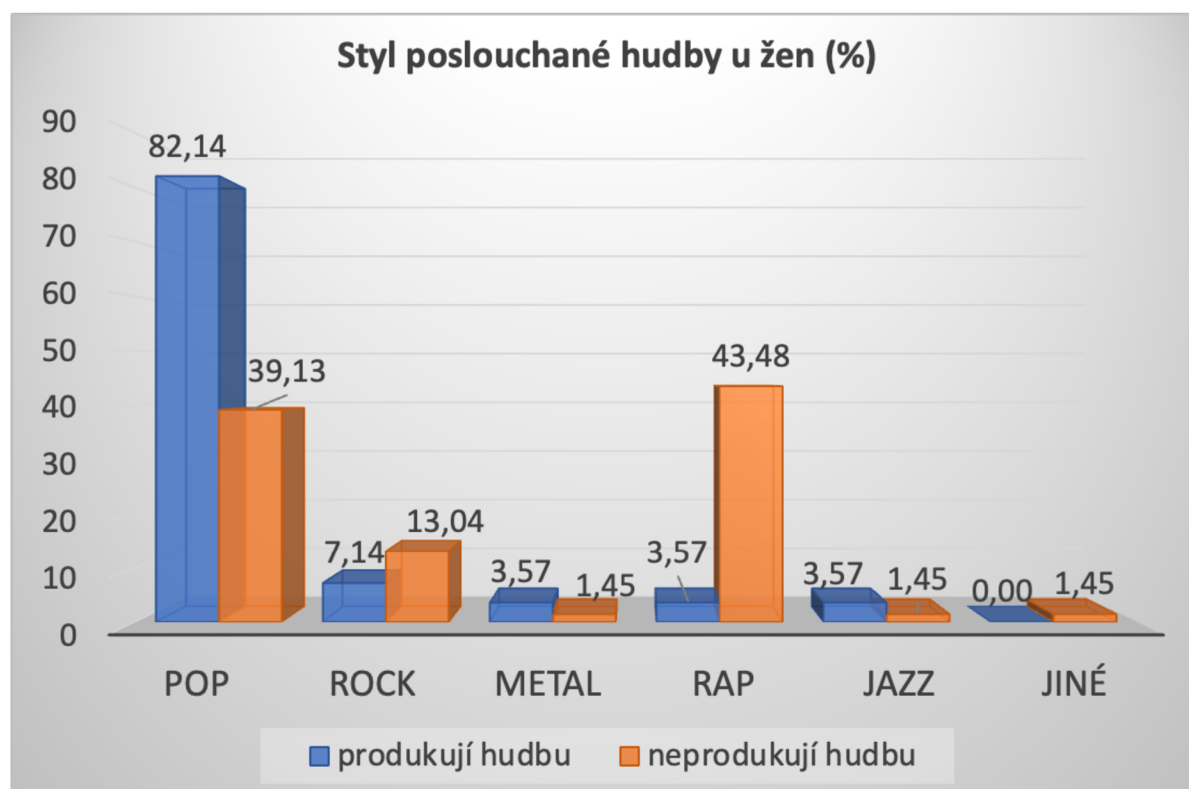
Pro lepší přehlednost jsou data z této položky rozdělena do dvou tabulek a grafů.

## Položka č. 12 – Styl poslouchané hudby

Tabulka č. 12.1: Styl poslouchané hudby u žen

odpovědi	produkce	poslech hudby - styl hudby	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	pop	23	82,14%
		rock	2	7,14%
		metal	1	3,57%
		rap	1	3,57%
		jazz	1	3,57%
		jiné	0	0,00%
		celkem odpovědělo	28	100,00%
	ne	pop	27	39,13%
		rock	9	13,04%
		metal	1	1,45%
		rap	30	43,48%
		jazz	1	1,45%
		jiné	1	1,45%
		celkem odpovědělo	69	100,00%

Graf č. 12.1: Styl poslouchané hudby u žen



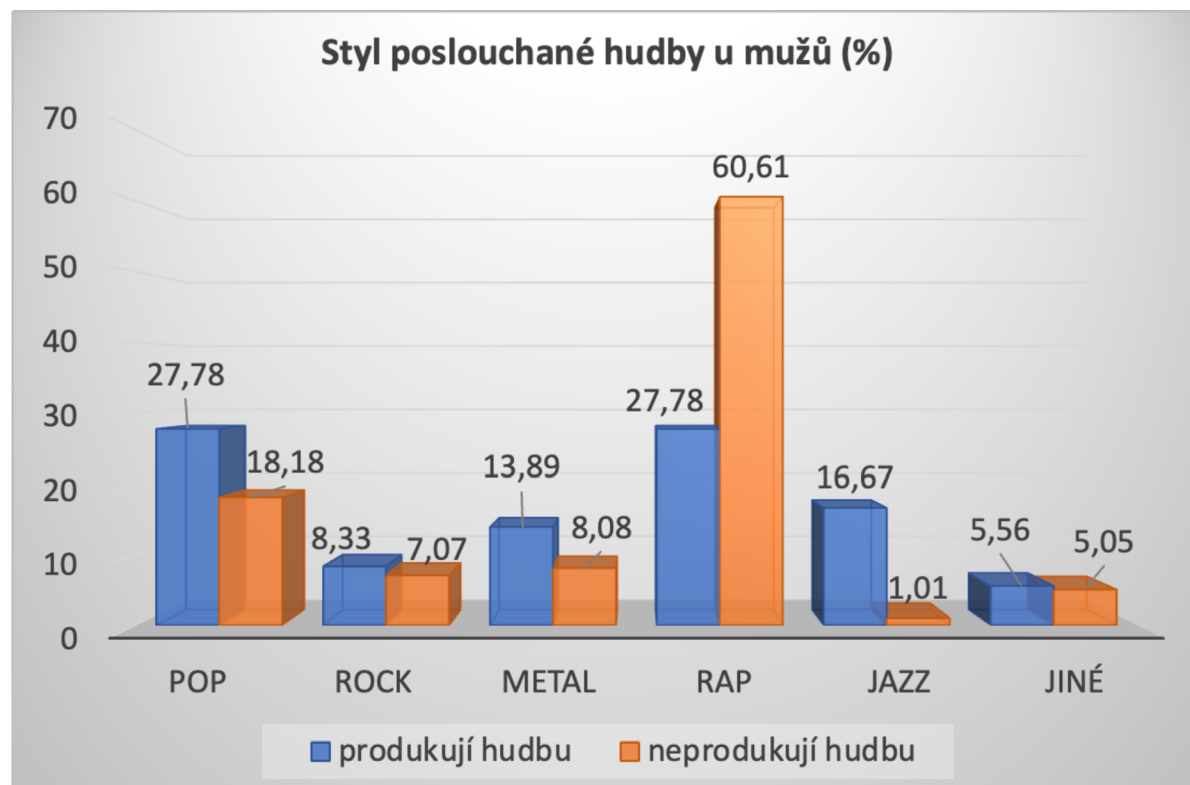
Tato otázka zjistila oblíbenost konkrétních žánrů u studentek středních škol. Z grafu je vidět, že studentky věnující se produkci hudby nejvíce tíhnou k poslechu populární hudby (82,14 %). Procento respondentek ze skupiny, která se nevěnuje žádné hudební produkci je u populární hudby o polovinu nižší (39,13 %).

Zajímavým faktem vyplývajícím z grafu je, že téměř polovina respondentek, které se nevěnují produkci hudby, nejčastěji poslouchá styl rap (43,48 %), zatímco u „producentek“ hudby je poslech tohoto žánru minimální (3,57 %). Poslech rapové hudby bývá spojován s vyšší konzumací drog, a to kvůli textům, ve kterých jsou tyto látky často popularizovány a prezentovány jako životní styl (Smiley, 2017).

Tabulka č. 12.2: Styl poslouchané hudby u mužů

odpovědi	produkce	poslech hudby - styl hudby	absolutní četnost	relativní četnost
muži	ano	pop	10	27,78%
		rock	3	8,33%
		metal	5	13,89%
		rap	10	27,78%
		jazz	6	16,67%
		jiné	2	5,56%
		celkem odpovědělo	36	100,00%
	ne	pop	18	18,18%
		rock	7	7,07%
		metal	8	8,08%
		rap	60	60,61%
		jazz	1	1,01%
		jiné	5	5,05%
		celkem odpovědělo	99	100,00%

Graf č. 12.2: Styl poslouchané hudby u mužů



Výsledky grafu, jenž zobrazuje odpovědi mužské části respondentů, jsou si s předchozím grafem podobny v odpovědích těch studentů, kteří se nevěnují produkci hudby.

Oproti předchozímu grafu se u těchto respondentů snížilo procento posluchačů populární hudby z řad studentů, kteří se hudbě sami věnují (27,78 %). Procento studentů, kteří se nevěnují produkci hudby taktéž kleslo, ale rozdíl v porovnání s předchozím grafem není tak veliký (18,18 %).

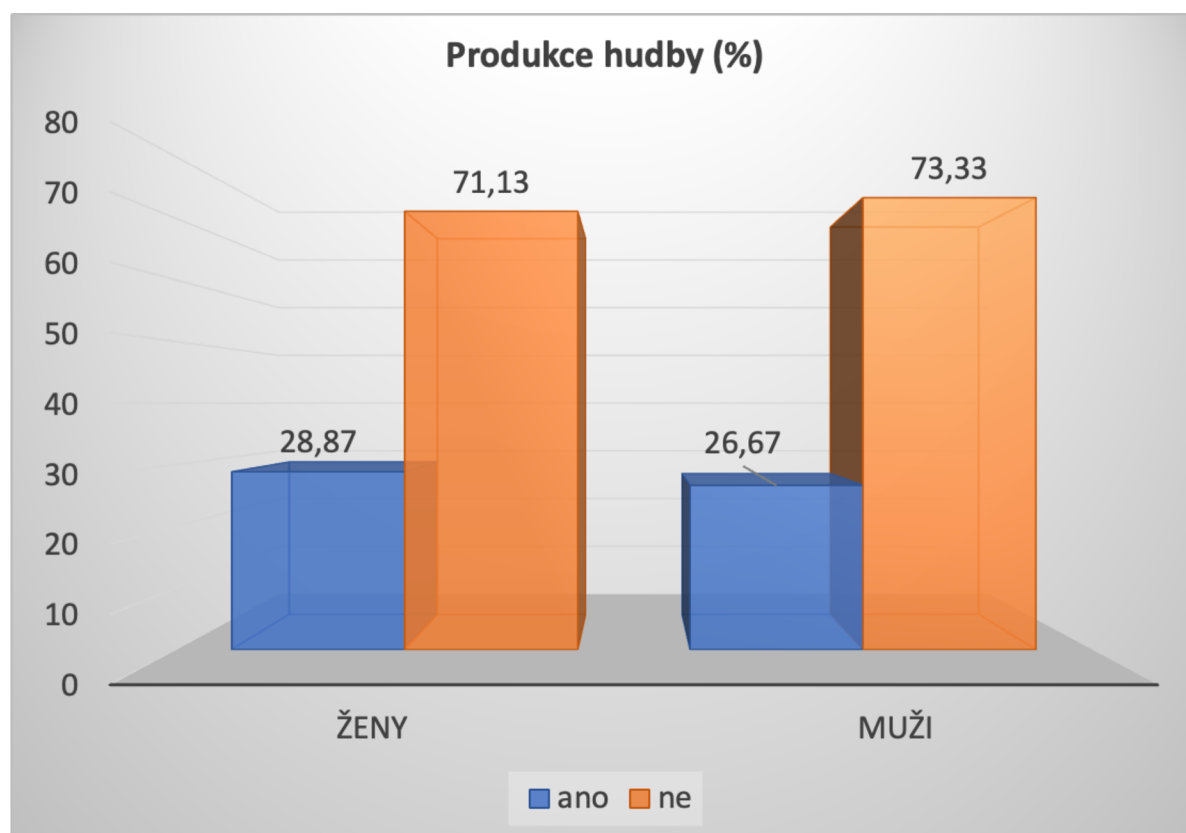
Nicméně v této skupině je o dost více posluchačů rapu, než je tomu u žen, a to jak mezi „producenty“ hudby (27,78 %), tak i u těch, kteří se produkcí hudby nezabývají (60,61 %). Rap je očividně svým charakterem žánr přitažlivější spíše pro muže než pro ženy. Je to žánr, který často slouží k vyjádření moci a maskulinity a často se v něm objevuje sexismus (Vanda, 2021). Proto je zřejmě také atraktivnější pro muže.

## Položka č. 13 – Produkce hudby

Tabulka č. 13: Produkce hudby

odpovědi	produkce hudby	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	28	28,87%
	ne	69	71,13%
celkem		97	100,00%
muži	ano	36	26,67%
	ne	99	73,33%
celkem		135	100,00%

Graf č. 13: Produkce hudby



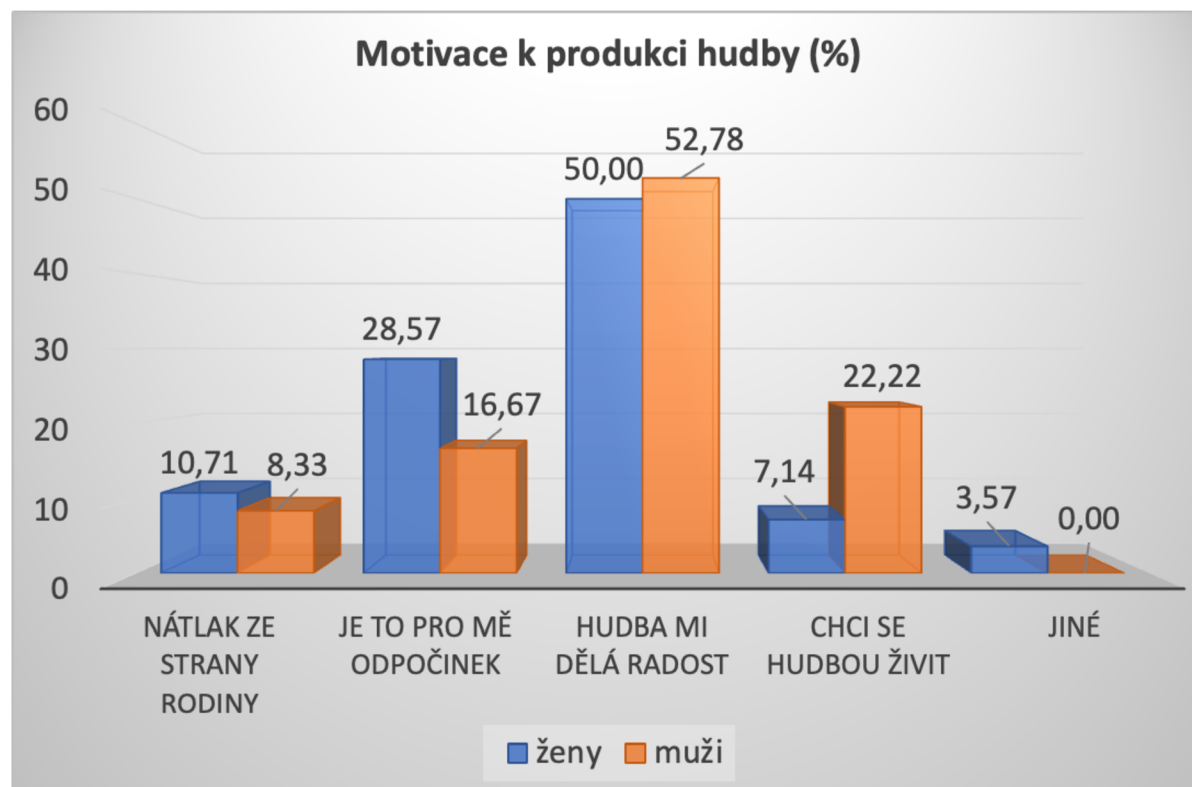
Graf zobrazující odpovědi na třináctou otázku z dotazníku ukazuje podobnost výsledků u žen i mužů. Drtivá většina žen (71,13 %) a mužů (73,33 %) se produkci hudby nevěnuje. Těto aktivitě se z dotázaných věnuje pouze 28,87 % žen a 26,67 % mužů.

## Položka č. 14 – Motivace k produkci hudby

Tabulka č. 14: Motivace k produkci hudby

odpovědi	motivace k produkci hudby	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	nátlak ze strany rodiny	3	10,71%
	je to pro mě odpočinek	8	28,57%
	hudba mi dělá radost	14	50,00%
	chci se hudbou žít	2	7,14%
	jiné	1	3,57%
	<b>celkem odpovědělo</b>	<b>28</b>	<b>100,00%</b>
muži	nátlak ze strany rodiny	3	8,33%
	je to pro mě odpočinek	6	16,67%
	hudba mi dělá radost	19	52,78%
	chci se hudbou žít	8	22,22%
	jiné	0	0,00%
	<b>celkem odpovědělo</b>	<b>36</b>	<b>100,00%</b>

Graf č. 14: Motivace k produkci hudby



Cílem čtrnácté otázky bylo zjistit motivaci studentů k produkci hudby.

Nejsilnějším motivačním faktorem jak u žen (50,00 %), tak u mužů (52,78 %) je radost z produkované hudby. Podle Českého statistického úřadu byla na Zlínsku z volnočasových aktivit na základních uměleckých školách nejoblíbenější právě hudba (2016). Dá se tedy

předpokládat, že studenti, kteří již základní uměleckou školu ukončili, v hudební produkci pokračují právě pro radost, kterou jim tato aktivita přináší.

Další nejčastější odpovědí je, jak vyplývá z grafu, odpočinek, který hudba studentům poskytuje. U žen tuto odpověď zvolilo 28,57 % a u mužů 16,67 %.

Oba tyto faktory jsou pro produkci hudby dobrá motivace. Pokud studenty k této aktivitě motivuje pouze nátlak ze strany rodiny, mohl by z této situace vzejít rizikový faktor pro konzumaci návykových látek. Tato odpověď ale podle grafu není nijak častá.

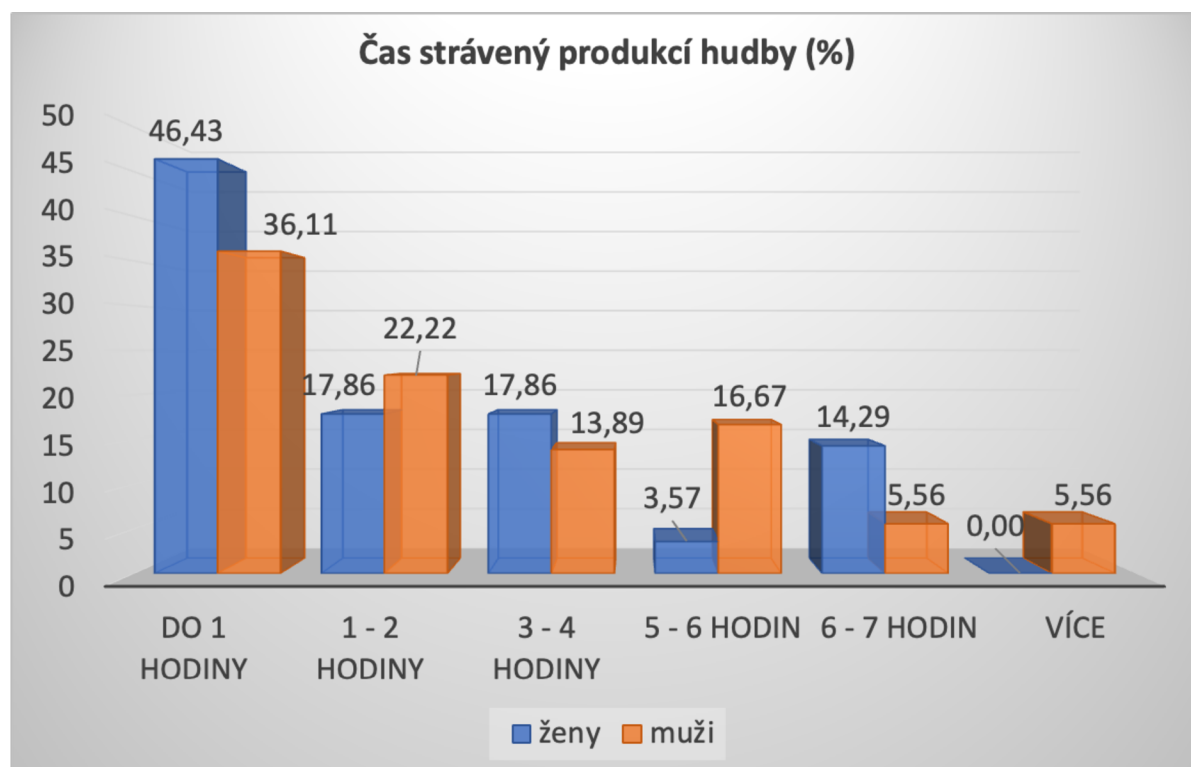


## Položka č. 15 – Čas strávený produkcí hudby

Tabulka č. 15: Čas strávený produkcí hudby (hodiny/týden)

odpovědi	čas strávený produkcí hudby	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	do 1 hodiny	13	46,43%
	1 - 2 hodiny	5	17,86%
	3 - 4 hodiny	5	17,86%
	5 - 6 hodin	1	3,57%
	6 - 7 hodin	4	14,29%
	více	0	0,00%
	<b>celkem odpovědělo</b>	<b>28</b>	<b>100,00%</b>
muži	do 1 hodiny	13	36,11%
	1 - 2 hodiny	8	22,22%
	3 - 4 hodiny	5	13,89%
	5 - 6 hodin	6	16,67%
	6 - 7 hodin	2	5,56%
	více	2	5,56%
	<b>celkem odpovědělo</b>	<b>36</b>	<b>100,00%</b>

Graf č. 15: Čas strávený produkcí hudby (hodiny/týden)



Přestože nejčastější motivací k produkci hudby je radost, téměř polovina respondentek omezuje produkci hudby na jednu hodinu za týden (46,43 %). U mužů je toto číslo o něco nižší (36,11 %). Může to být způsobeno nedostatkem času, který studenti na středních školách mají.

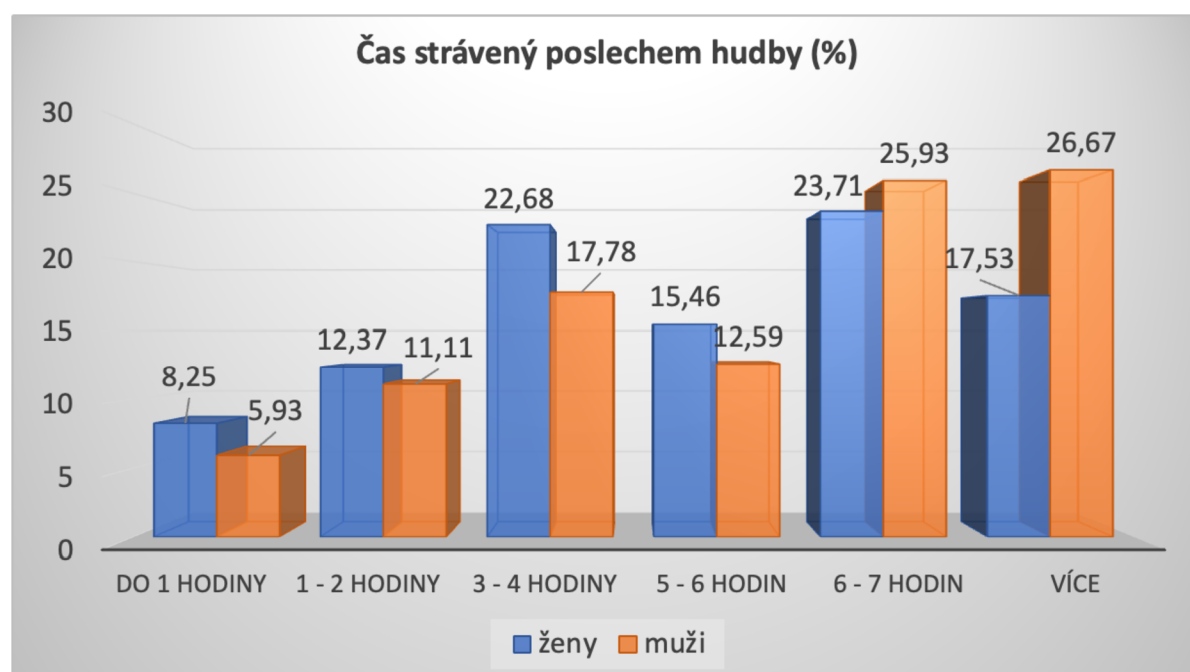
Zůstává i nezanedbatelné procento těch, kteří se hudbě věnují i více než 5 hodin týdně. Například 16,67 % mužů uvedlo, že produkci hudby věnují 5 – 6 hodin času týdně a 14,29 % žen potvrdilo, že hudbou stráví 6 – 7 hodin za týden.

## Položka č. 16 – Čas strávený poslechem hudby

Tabulka č. 16: Čas strávený poslechem hudby (hodiny/týden)

odpovědi	čas strávený poslechem hudby	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	do 1 hodiny	8	8,25%
	1 - 2 hodiny	12	12,37%
	3 - 4 hodiny	22	22,68%
	5 - 6 hodin	15	15,46%
	6 - 7 hodin	23	23,71%
	více	17	17,53%
	<b>celkem odpovědělo</b>	<b>97</b>	<b>100,00%</b>
	muži	do 1 hodiny	8
1 - 2 hodiny		15	11,11%
3 - 4 hodiny		24	17,78%
5 - 6 hodin		17	12,59%
6 - 7 hodin		35	25,93%
více		36	26,67%
<b>celkem odpovědělo</b>		<b>135</b>	<b>100,00%</b>

Graf č. 16: Čas strávený poslechem hudby (hodiny/týden)



V grafu k otázce č. 16 lze vidět velkou oblíbenost poslechu hudby oproti hudební produkci. Již u otázky č. 11 byla zmíněna vyšší ochota zaplatit za poslech hudby. Česká národní banka (2021) potvrdila, že počet uživatelů hudebního streamování od roku 2017 vzrostl celosvětově z necelých 200 milionů posluchačů na počet přesahující 500 milionů.

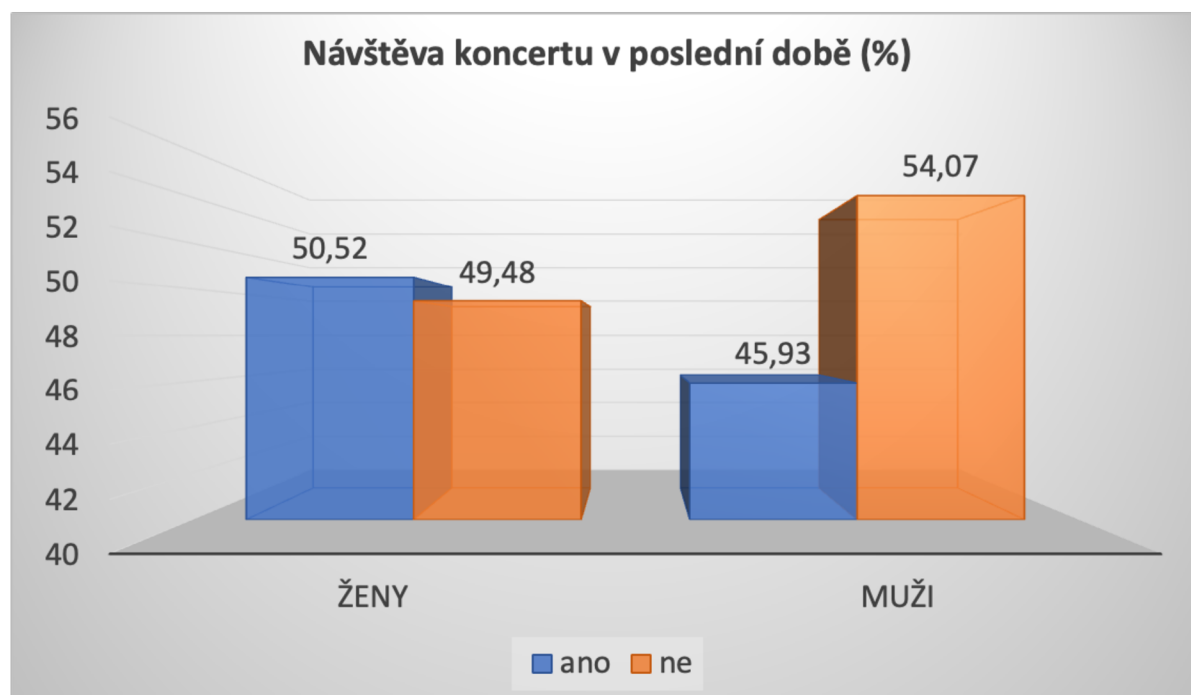
Nejvíce mužů (26,67 %) potvrdilo, že poslouchá hudbu více než 7 hodin týdně a nejvíce žen (23,71 %) odpovědělo, že se věnuje poslechu hudby 6 – 7 hodin týdně.

## Položka č. 17 – Návštěva koncertu v poslední době

Tabulka č. 17: Návštěva koncertu v poslední době

odpovědi	návštěva koncertu v poslední době	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	49	50,52%
	ne	48	49,48%
	celkem odpovědělo	97	100,00%
muži	ano	62	45,93%
	ne	73	54,07%
	celkem odpovědělo	135	100,00%

Graf č. 17: Návštěva koncertu v poslední době



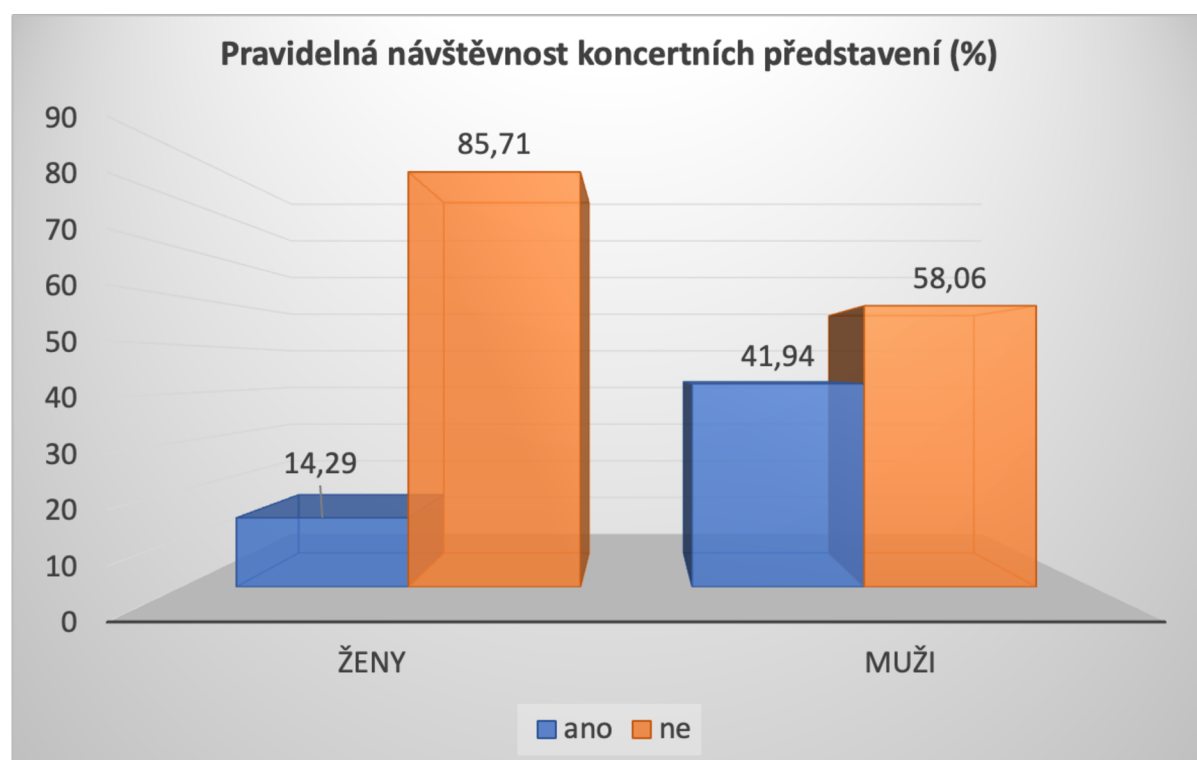
Jak lze poznat z grafu výše, polovina dotázaných žen v poslední týdnech navštívila koncertní představení. Zato u mužů je větší procento těch, kteří takovou akci v nedávné době nenavštívili (54,07 %).

## Položka č. 18 – Pravidelná návštěvnost koncertních představení

Tabulka č. 18: Pravidelná návštěvnost koncertních představení

odpovědi	pravidelné návštěvy koncertů	absolutní četnost	relativní četnost
ženy	ano	7	14,29%
	ne	42	85,71%
	celkem odpovědělo	49	100,00%
muži	ano	26	41,94%
	ne	36	58,06%
	celkem odpovědělo	62	100,00%

Graf č. 18: Pravidelná návštěvnost koncertních představení



Odpovědi výše zaznamenané představují pouze ty respondenty, již se v předešlé otázce vyjádřili, že v poslední době navštívili koncertní představení. Z této skupiny studentů je patrná drtivá většina těch, kteří se těchto akcí neúčastní na pravidelné bázi. Přesněji pouze 14,29 % žen a 41,94 % mužů potvrdila pravidelnou návštěvnost. Cieslar (2022) vysvětluje, že v prvním covidovém roce klesla návštěvnost kultury až o 55 %. Do těchto údajů jsou zahrnuty mimo jiné i koncertní představení. Mohlo se tedy stát, že po pandemii si lidé odvykli na takové akce chodit.

## DISKUZE

Průzkum jsme prováděli na třech zlínských středních školách: Střední průmyslová škola polytechnická – Centrum odborné přípravy Zlín, Obchodní akademie T. Bati a Vyšší odborná škola ekonomická a Gymnázium a jazyková škola s právem státní závěrečné zkoušky Zlín.

Ze získaných dat vyplynula v první řadě vysoká míra zkušenosti studentů středních škol s návykovými látkami. Mezi respondenty je minimum těch, kteří tento zážitek nemají. Z průzkumu pozorujeme, že větší zkušenost s konzumací drog mají spíše ženy oproti mužům.

Největší zkušenost mají studenti se společensky akceptovanými „lehkými“ drogami, a to u respondentů i respondentek. Další významnou návykovou látkou je marihuana a na vzestupu je taktéž užívání poměrně nové látky zvané kratom. Ten má podle získaných dat větší oblíbenost u mužů.

Prvním výzkumným cíle bylo zjistit, jak častá je konzumace návykových látek u respondentů, kteří se věnují produkci hudby, a těmi, kteří se jí nevěnují. Nejčastější frekvence užívání drog je jednou za měsíc, přičemž nebyly nalezeny velké rozdíly mezi „producenty“ a „neproducenty“, a to u mužů i žen. Znatelný rozdíl je ale vidět u poslední možné odpovědi, která odkazuje na každodenní užívání drog. „Producenti“ hudby se k takto časté konzumaci uchylují minimálně a ženy dokonce vůbec. Dalo by se říci, že hudba může být jedním z protektivních faktorů, které častější konzumaci drog předcházejí. Každopádně na to, zda je produkce hudby doopravdy ochranným mechanismem, má vliv motivace k této činnosti. Pokud se jedná o motivaci v podobě nátlaku, mohl by se z ochranného faktoru stát rizikový. Nicméně u studentů středních škol se spíše vyskytuje motivace v podobě radosti z hudby, její relaxační funkce a případně i možnost angažovat se v hudebním průmyslu v rámci svého životního povolání.

Druhý cíl měl zjistit, jak často se vyskytuje touha po konzumaci drog u „producentů“ hudby a u „neproducentů“. K tématu chuti užívat návykové látky se studenti a studentky vyjadřovali velice podobně. Vzhledem k tomu, že chuť ke konzumaci návykových látek je u žen i mužů minimální, nabízí se otázka, proč mají mladí lidé tak rozsáhlou zkušenost s návykovými látkami a proč je začleňují do svého životního stylu. Jako nejsilnější faktor pro konzumaci drog se ukazuje vrstevnická skupina a vzápětí i role rodiny. Skupina přátel může představovat jak rizikový, tak protektivní faktor (Státní zdravotnický ústav, 2024).

Třetím cílem praktické části bylo zjistit věk prvního kontaktu s drogou u respondentů, kteří ve volném čase produkují hudbu, a u těch, kteří se této činnosti nevěnují. K první zkušenosti dochází u drtivé většiny respondentů ve věkovém rozmezí 10 - 15 let. Mezi muži

a ženami není patrný rozdíl a stejně tak mezi producenty hudby a těmi, kteří se hudbě nevěnují. Nejnovější HBSC studie uvádí, že počet patnáctiletých, kteří již přišli do prvotního kontaktu s alkoholem, klesá. Nicméně čísla jsou stále vysoká: 73 % dětí v tomto věku už takovou zkušenost má (Kalman, 2024).

Poslech hudby se mezi mladými prokázal jako oblíbená činnost u všech respondentů. Nejoblíbenějším žánrem je populární hudba. Někteří autoři také popisují určité hudební styly jako možné faktory napomáhající vzniku rizikového chování, např. rap, který se objevil jako nejčastěji poslouchaný u mnoha mužů. Tento hudební styl je také často volen respondenty, kteří se nevěnují produkci hudby.

O míře oblíbenosti poslechu hudby svědčí množství času, které dotázaní muži a ženy touto činností stráví. Nejvíce studentů a studentek se přihlásilo k možnosti, že touto činností vyplní více než 7 hodin týdně.

Přestože každý dotázaný uvedl, že poslouchá hudbu, o mnoho méně jich potvrzuje, že by se sami hudbě věnovali nebo navštěvovali hudební představení. Mezi uměleckými volnočasovými aktivitami je sice hudba velmi oblíbenou činností, nicméně podle našeho průzkumu se jí věnuje pouze třetina studentů a studentek středních škol.

S návštěvou hudebních představení je tomu podobně. Většina dotázaných se vyjádřila, že účast na podobných událostech nespadá do jejich pravidelné zábavy.



## ZÁVĚR

Bakalářská práce se věnovala tématům konzumace návykových látek a hudební produkce. Cílem práce bylo zjistit, jakou zkušenost s návykovými látkami mají studenti, kteří se věnují produkci hudby, a těmi, kteří se této činnosti nevěnují. Mezi těmito dvěma skupinami jsme nenašli zásadní rozdíl, pouze menší odchylky v konzumaci. Zdá se tedy, že hudební produkce na člověka může mít preventivní vliv, ale pouze nepatrný a také nejspíš záleží na mnoha dalších faktorech (motivace k činnosti, vrstevnická skupina, rodinné prostředí, atd ...). Cíle bylo tedy dosaženo.

V teoretické části byly vymezeny pojmy jako volný čas a jeho funkce, vztah sociální pedagogiky k volnému času nebo jeho psychologické aspekty. Dále se teoretická část zabývala hudbou a jejím vlivem na člověka a samostatnou disciplínou zvaná muzikoterapie. Posledním tématem byly sociálně patologické jevy z hlediska jejich příčin. V jedné z podkapitol jsme se blíže zaměřili na zneužívání návykových látek a jejich konzumaci.

Praktická část byla věnována průzkumu, kterého se zúčastnilo 252 studentů zlínských středních škol. Sledovali jsme, zda se u respondentů a respondentek, kteří se věnují produkci hudby, vyskytuje konzumace alkoholu a jiných návykových látek v menší míře, než u ostatních studentů. Do průzkumného šetření se zapojilo více mužů nežli žen, jelikož na střední škole polytechnické jsou téměř všichni studenti muži. Získaná data jsme v práci znázornili pomocí grafů a tabulek s četnostmi. Praktickou část ukončila diskuze, kde jsou shrnuty výsledky průzkumného šetření.

Výsledky ukazují na pozitivní vliv hudby na člověka. Avšak ke konzumaci návykových látek jistě vede mnoho faktorů a působení hudby v širším měřítku není tak zásadní. Větší vliv než fakt, zda studenti produkují či neprodukují hudbu, bude mít pravděpodobně vrstevnická skupina či rodinné zázemí.

Pro upřesnění příznivého vlivu hudby na člověka by byl potřeba větší reprezentativní vzorek. Dále by práce mohla být doplněna o další data získaná kvalitativním výzkumem pro odhalení vnitřních motivů a pohnutek zúčastněných. U mnoha mladých lidí totiž dozajista hraje významnou roli konkrétní kontext jejich života.

Pro pedagogickou praxi by nejspíš bylo možné obohatit výuku studentů o další koncertní představení, jejichž návštěvnost se po covidové pandemii snížila. Dále je možnost s hudbou pracovat i na adaptačních kurzech, na které jezdí studenti v prvních ročnících středních škol, nebo na lyžařských kurzech. Takto lze dostat hudbu do života mladých jako jednu z možností smysluplného trávení volného času.

## LITERATURA

- BENÍČKOVÁ, Marie, 2017. *Muzikoterapie a edukace*. Vydání první. Praha: Grada, 248 s. ISBN 978-80-271-9987-7.
- BROŽA, Jiří, Děti a mladiství. In: KALINA, Kamil, a kolektiv, 2003. *Drogy a drogové závislosti. Mezioborový přístup*. Vydání první. Praha: Úřad vlády České republiky, s. 232 – 235. ISBN 80-86734-05-6.
- BUDINSKÁ, Martina. Prevence závislostí ve školství a v rodině. In: CSÉMY, Ladislav, HAMANOVÁ, Jana, KABÍČEK, Pavel a kolektiv, 2014. *Rizikové chování v dospívání: A jeho vztah k dospívání*. Vydání první. Praha: TRITON, s. 118 – 134. ISBN 978-80-7387-793-4.
- DACEY, John S., LENNON, Kathleen H., 2000. *Kreativita*. Vydání první. Praha: Grada, 252 s. ISBN 80-7169-903-9.
- DOW, Gayle T., 2022. Defining creativity. In: PLUCKER, Jonathan A., 2022. *Creativity & Innovation: Theory, Research and Practice*. Vydání druhé. New York: Routledge, s. 5 – 21. ISBN 978-1-64632-191-9.
- DRLÍČKOVÁ, Svatava, HOZLER, Lubomír, 2012. *Celostní muzikoterapie v institucionální výchově*. Vydání první. Olomouc: Univerzita Palackého, 235 s. ISBN 978-80-244-3323-3.
- FISCHER, Slavomil, ŠKODA, Jiří, 2009. *Sociální patologie: Analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*. Vydání druhé, rozšířené. Praha: Grada, 232 s. ISBN 978-80-247-2781-3.
- FLEISCHMANN, Otokar, 1998. Drogy jako celosvětový problém. In: KUBÁTOVÁ, Dagmar. *Primární prevence sociálně patologických jevů v pedagogické praxi: Sborník přednášek pro školní metodiky protidrogové prevence a prevence sociálně patologických jevů*. Vydání první. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně Ústí nad Labem, s. 5 – 10. ISBN 80-7044-203-4.
- FOX, Matthew, 2004. Příchod kosmického Krista. In: DOČKAL, Jan, 2008. *Člověk v současném světě: Než začneme studovat sociální práci*. Vydání první. Vimperk: Akcent, 158 s. ISBN 978-80-86057-53-8.
- FRANĚK, Marek, 2005. *Hudební psychologie*. Vydání první. Praha: Karolinum, 240 s. ISBN 80-246-0965-7.

- HÁJEK, Bedřich, HOFBAUER, Břetislav, PÁVKOVÁ, Jiřina, 2008. *Pedagogické ovlivňování volného času: Trendy pedagogiky volného času*. Vydání druhé. Praha: Portál, 240 s. ISBN 978-80-262-0030-7.
- HALPERN, Steven, Lingerman, A. Hal, 2005. *Muzikoterapie*. Vydání první. Praha: Eko-konzult, 194 s. ISBN 80-8079-044-2.
- HOFBAUER, Břetislav, 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Vydání první. Praha: Portál, 176 s. ISBN 80-7178-927-5.
- HOSTETLER, Bob, MCDOWEL, Josh, 2013. *Poradenství dospívajících: Snadno srozumitelný a moderní zdroj pomoci k padesáti hlavním problémům, jimž v současnosti čelí mladí lidé*. Vydání první. Praha: Návrat domů, 560 s. ISBN 978-80-7255-282-5. .
- JIRÁSEK, Ivo, 2019. *Zážitková pedagogika: Teorie holistické výchovy (v přírodě a volném čase)*. Vydání první. Praha: Portál, 265 s. ISBN 978-80-262-1485-4.
- KANTOR, Jiří, LIPSKÝ, Matěj, WEBER, Jana, 2009. *Základy muzikoterapie*. Praha: Grada, 296 s. ISBN 978-80-247-7008-6.
- KRAUS, Blahoslav, 2008. *Základy sociální pedagogiky*. Vydání druhé. Praha: Portál, 216 s. ISBN 978-80-7367-383-3.
- KROFTOVÁ, Andrea, MATOUŠEK, Oldřich, 2003. *Mládež a delikvence: Možné příčiny, struktura, programy prevence kriminality mládeže*. Vydání druhé. Praha: Portál, 340 s. ISBN 80-7178-771-X.
- KRUŽÍKOVÁ, Lenka, LUSKA, Jiří, 2022. *Proměny hudební pedagogiky ve výzkumu a aplikacích*. Vydání první. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 162 s. ISBN 978-80-244-6279-0.
- MIOVSKÝ, Michal, kol. 2015. *Kvalita a efektivita v prevenci rizikového chování dětí a dospívajících*. Vydání první. Praha: Univerzita Karlova, 170 s. ISBN 978-80-7422-391-4.
- PÁVKOVÁ, Jiřina, a kol. 1999. *Pedagogika volného času: Trendy, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Vydání první. Praha: Portál, 224 s. ISBN 80-7178-295-5.

POWELL, John, 2018. *Emoční síla krásných zvuků: aneb proč máme rádi hudbu*. Vydání první. Olomouc: ANAG, 271 s. ISBN 978-80-7554-162-8.

SEDLÁK, František, VÁŇOVÁ, Hana, 2018. *Hudební psychologie pro učitele*. Vydání druhé. Praha: Karolinum, 408 s. ISBN 978-80-246-2303-0.

SVOBODOVÁ, Zuzana, 2023. *Svobodný čas: pedagogika volného času jako výchova ke svobodě*. Vydání první. Praha: Karolinum, 186 s. ISBN 978-80-246-5497-3.

ŠAFRÁNKOVÁ, Dagmar, 2019. *Pedagogika*. Vydání druhé, aktualizované a rozšířené. Praha: Grada, 368 s. ISBN 978-80-271-1189-3.

ŠÁRNÍKOVÁ, Gabriela, 2010, Kapitola 2: Zdůvodnění a charakteristika činnosti pedagoga volného času v práci s mladými lidmi. In: POSPÍŠILOVÁ, Helena, 2010. *Mládež, hodnoty a volný čas*. Vydání první. Olomouc: HANEX, 272 s. ISBN 978-80-7409-036-3.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk, 2003. Pár slov o historii muzikoterapie, In: ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk, 2003. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Vydání druhé. Praha: Portál, 248 s. ISBN 978-80-7367-339-0.

PÁVKOVÁ, Jiřina, 2015. Volný čas – pole působnosti vychovatele. In: BENDL, Stanislav, kolektiv, 2015. *Vychovatelství: Učebnice teoretických základů oboru*. Vydání první. Praha: Grada, 312 s. ISBN 978-80-247-9762-5.

POSPÍŠIL, JIŘÍ, 2023. *Hodnoty a volný čas: Nové výzvy pro sociální pedagogiku a pedagogiku volného času*. Vydání první. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 544 s. ISBN 978-80-244-6236-3.

POTMĚŠILOVÁ, Petra, 2010, Kapitola 1: Volný čas, hodnoty a výchova. In: POSPÍŠILOVÁ, Helena, 2010. *Mládež, hodnoty a volný čas*. Vydání první. Olomouc: HANEX, 272 s. ISBN 978-80-7409-036-3.

PROCHÁZKA, Miroslav, 2012. *Sociální pedagogika*. Vydání první. Praha: Grada, 208 s. ISBN 978-80-247-3470-5.

ŘÍČAN, Pavel, 2007. *Psychologie osobnosti: Obor v pohybu*. Vydání šesté, revidované a doplněné. Praha: Grada, 208 s. ISBN 978-80-247-1174-4.

SMÉKAL, Vladimír, 2005. *O lidské povaze: Krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*. Vydání první. Brno: Cesta, 204 s. ISBN 80-7295-069-X.

SMILEY, Calvin John, 2017. *Addict rap?: The Shift from Drug Distributor to Drug Consumer in Hip Hop*. New York City: Journal Hip Hop studies, 25 s. ISSN 2331-5563.

ŠERÁK, Michal, 2009. *Zájmové vzdělávání dospělých*. Vydání první. Praha: Portál, 208 s. ISBN 978-80-7367-551-6.

VYKOPALOVÁ, Hana, 2001. *Sociálně patologické jevy v současné společnosti*. Vydání první. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 154 s. ISBN 80-244-03374.

ZELEIOVÁ, Jaroslava, 2002. *Muzikoterapia - dialóg s chvením. Východiská, koncepty, princípy a praktická aplikácia*. Vydání první. Bratislava: Ústav hudobnej vedy Slovenskej akadémie vied, 254 s. ISBN 80-968279-6-0.

## INTERNETOVÉ ZDROJE

CIESLAR, Jan, 2021. Český statistický úřad: *Zájem Čechů o placený streaming hudby roste* [online]. Praha: Český statistický úřad [cit. 2024-03-15]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/zajem-cechu-o-placeny-streaming-hudby-roste>

CIESLAR, Jan, 2022. Český statistický úřad: *Návštěvnost kultury klesla v prvním covidovém roce o 55 %* [online]. Český statistický úřad [cit. 2024-03-15]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/navstevnost-kultury-klesla-v-prvnim-covidovem-roce-o-55>

KALMAN, Michal, 2024. Drogy – info. *Rizikové chování: S čím experimentují české děti? (tisková zpráva, studie HBSC)* [online]. Praha: Drogy-info [cit. 2024-03-27]. Dostupné z: <https://www.drogy-info.cz/article/press-centrum/rizikove-chovani-s-cim-experimentuji-ceske-deti-tiskova-zprava/>

LEŠTINOVÁ, Zuzana Tion, 2019. Zaostřeno [online]. Praha: Úřad vlády České republiky. Dostupné z: [https://www.drogy-info.cz/data/obj\\_files/33119/869/Zaostreno\\_2019-06\\_v02.pdf](https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33119/869/Zaostreno_2019-06_v02.pdf)

Národní zdravotnický informační portál, 2024 [online]. Praha: Ministerstvo zdravotnictví ČR a Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR [cit. 2024-03-15]. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/249-jak-predchazet-uzivani-drog>

PAVLAS MARTANOVÁ, Veronika, 2014. Všeobecná X selektivní X indikovaná školská primární prevence. In: Národní ústav pro vzdělávání [online]. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, 2022 [2024-02-24]. Dostupné z: <http://archiv-nuv.npi.cz/t/co-je-skolska-primarni-prevence-rizikoveho-chovani/vseobecna-x-selektivni-x-indikovana-skolska-primarni-1.html>

RYŠAVÁ, Michaela, 2022. Česká národní banka. *V rytmu hudebního průmyslu* [online]. Praha: Česká národní banka, 2024 [cit. 2024-03-09]. Dostupné z: [https://www.cnb.cz/cs/o\\_cnb/cnblog/V-rytmu-hudebniho-prumyslu](https://www.cnb.cz/cs/o_cnb/cnblog/V-rytmu-hudebniho-prumyslu)

SKALICKÁ, Andrea, 2022. iRozhlas. *Každé čtvrté dítě poprvé ochutnalo alkohol s rodiči, hrozí u nich vyšší riziko závislosti* [online]. Praha: Český rozhlas [cit. 2024-03-27]. Dostupné z: [https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/zdravi/deti-rodice-alkohol-zavislost-riziko-alkoholismus-nechmel-deti-sucej-unor\\_2205091130\\_elev](https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/zdravi/deti-rodice-alkohol-zavislost-riziko-alkoholismus-nechmel-deti-sucej-unor_2205091130_elev)

Úřad vlády České republiky, 2022. Souhrnná zpráva o závislostech v České republice 2021 [online]. Praha: Úřad vlády České republiky, 102 s. [cit. 2024-03-09]. Dostupné z:

[https://www.drogy-info.cz/data/obj\\_files/33592/1131/Souhrnna\\_zprava\\_o\\_zavislostech\\_2021\\_fin.pdf](https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33592/1131/Souhrnna_zprava_o_zavislostech_2021_fin.pdf)

VANDA, Vojtěch, 2021. Refresher. *Sexismus je problém i v českém rapu. Proč rapeři tak často ponižují ženy a objektivizují je?* [online]. Praha: Refresher [cit. 2024-03-27]. Dostupné z: <https://refresher.cz/98462-Sexismus-je-problem-i-v-ceskem-rapu-Proc-raperi-tak-casto-ponizuji-zeny-a-objektivizuji-je>

VEDRALOVÁ, Jarmila, 2020. Tisková zpráva. *Čeští teenageři užívají návykové látky stále méně, ukazují výsledky české části mezinárodní studie ESPAD* [online]. Praha: Úřad vlády České republiky, Odbor protidrogové politiky. Dostupné z: [https://www.drogy-info.cz/data/obj\\_files/33297/1060/Tisková%20zpráva%202020-09-03\\_ESPAD.pdf](https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33297/1060/Tisková%20zpráva%202020-09-03_ESPAD.pdf)

Zdravá generace, 2018. Frekvence pití alkoholu u patnáctiletých Čechů klesá [online]. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci [cit. 2024-03-15]. Dostupné z: <https://zdravagenerace.cz/reporty/konzumace-alkoholu/>

## SEZNAM PŘÍLOH

### **Příloha č. 1: Dotazník**



## **Příloha č. 1: Dotazník**

# VÝZKUM SOUVISLOSTI PRODUKCE HUDBY VE VOLNÉM ČASE A KONZUMACE NÁVYKOVÝCH LÁTEK

Dobrý den, jmenuji se Lucie Strohbachová a jsem studentka třetího ročníku Sociální pedagogiky na Cyrilometodějské fakultě Univerzity Palackého v Olomouci. Obracím se na Vás s prosbou o vyplnění tohoto krátkého dotazníku, který slouží jako podklad k mé bakalářské práci. Práce je zaměřena na téma: Produkce hudby ve volném čase jako nástroj prevence. Dotazník má sloužit ke zjištění souvislostí mezi produkcí hudby ve volném čase a konzumací návykových látek.

**Děkuji Vám za Váš čas a ochotu.**

V následujících otázkách zakroužkujte, prosím, pouze jednu odpověď.

1. Uvedte, prosím, pohlaví

Muž

Žena

2. Kolik je Vám let?

15 – 16

17 – 18

19 – 20

Více.....

3. Na jakou střední školu chodíte?

Gymnázium

Střední odborná škola

Střední odborné učiliště s maturitou

Odborné učiliště

4. Máte zkušenost s konzumací jakýchkoli návykových látek? (alkohol, cigarety, marihuana, aj...)

Ano

Ne

**Pokud jste na otázku č. 4 odpověděli NE, přesuňte se k otázce č. 11.**

5. Pokud jste na otázku č. 4 odpověděl/a ano, zaškrtněte, prosím, všechny druhy návykových látek, s jejichž konzumací máte zkušenost (můžete označit více odpovědí):

Alkohol

Tabák (cigarety, žvýkací,...)

Marihuana

Lysohlávky

Kratom

Jiné (napíšte, prosím, které).....

**V následujících otázkách opět označte jen jednu odpověď:**

6. Pokud jste na otázku č. 4 odpověděl/a ano, jak často tyto látky užíváte?

Jednou za měsíc

Méně než jednou za týden

1 – 2x týdně

2 – 3x týdně

4 – 6x týdně

Každý den

7. Jak často se Vám stává, že dostanete chuť užít nějakou návykovou látku ?

Nestává se mi

Jednou za měsíc

1 – 2x do týdne

3 – 4x do týdne

5 – 6x do týdne

Každý den

Vícekrát denně

8. Kde jste se s návykovými látkami setkal/a poprvé?

V rodině

Ve škole

Ve volnočasových aktivitách

Ve skupině kamarádů

Na diskotéce, v baru, klubu...

9. Kolik Vám bylo let, když jste se s návykovou látkou setkal/a poprvé?

Méně než 10 let

10 – 15 let

16 – 19

10. Kde se s návykovými látkami setkáváte nejčastěji?

V rodině

Ve škole

Ve volnočasových aktivitách

Ve skupině kamarádů

Na diskotéce, v baru, klubu...

11. Posloucháte hudbu?

Ano

Ne

12. Jaký styl hudby nejčastěji posloucháte?

Pop

Rock

Metal

Rap

Jazz

Jiné (napište, prosím, co posloucháte) .....

13. Věnujete se hudbě (hraní na hudební nástroj, zpěv)?

Ano

Ne

14. Pokud jste na otázku č. 13 odpověděl/a ano, uveďte hlavní důvody, proč se hudbě věnujete:

Nátlak ze strany rodiny

Je to pro mě odpočinek

Hudba mi dělá radost

chci se hudbou žít

jiné.....

15. Kolik času týdně se věnujete produkci hudby? (nepočítá se poslech hudby! – tomuto tématu se věnuje další otázka)

Do 1 hodiny

1 – 2 hodiny

3 – 4 hodiny

5 – 6 hodin

6 – 7 hodin

Více (uveďte kolik).....

16. Kolik času týdně věnujete POSLECHU hudby?

Do 1 hodiny

1 – 2 hodiny

3 – 4 hodiny

5 – 6 hodin

6 – 7 hodin

Více (uveďte kolik).....

17. Navštěvujete nebo jste v poslední době navštívil/a nějaký koncert nebo hudební představení?

Ano

Ne

*18. Pokud jste na otázku č. 16 odpověděl/a ano, uveďte, prosím, jestli tento typ akce navštěvujete pravidelně:*

Ano

Ne