

Univerzita Hradec Králové

Pedagogická fakulta

Ústav sociálních studií

Alkohol jako součást životního stylu mladistvých

Bakalářská práce

Autor: Romana Bečičková
Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální pedagogika se zaměřením na výchovnou práci v etopedických zařízeních
Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Daniel Štěpánek, Ph.D.
Oponent práce: PhDr. Jiří Kučírek, Ph.D.



Zadání bakalářské práce

Autor: Romana Bečičková
Studium: P19P0228
Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální pedagogika se zaměřením na výchovnou práci v etopedických zařízeních

Název bakalářské práce: **Alkohol jako součást životního stylu mladistvých**

Název bakalářské práce Alcohol as a part of the teenage life
AJ:

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

ALKOHOL JAKO SOUČÁST ŽIVOTNÍHO STYLU MLADISTVÝCH

Hlavním cílem této bakalářské práce je s oporou odborné literatury a vlastním empirickým šetřením popsat, jaké zkušenosti mají mladiství s alkoholickými nápoji. Dílčími cíli práce je zjistit: od koho jim byl alkohol poskytnut, zkušenosti s opilstí, s kým alkohol konzumují, jak je konzumace alkoholu u mladistvých častá, jaký druh alkoholu pijí, proč pijí a případná primární prevence.

Charakter této práce je teoreticko – empirický.
Teoretická část se věnuje problematice pití alkoholu mezi mladistvými, jeho příčinám, důsledkům, prevenci, právními zákony, postoji mladistvých k alkoholu.

Metoda k vypracování praktické části je kvantitativní výzkum na základě dotazníku s polootevřenými otázkami, s respondenty z devátých tříd a s respondenty z prvních ročníků středních škol, tedy s jedinci ve věku 15-17 let, v Královéhradeckém kraji, kteří svolili zveřejnění jejich odpovědí. Dotazníky budou vyplněny ve škole, pokud to situace dovolí.

GAVORA, P., 2010. Úvod do pedagogického výzkumu. Brno: Paido. 261 s. ISBN 978-80-7315-185-0.

BAR, V. Škola opilstí: stručná historie kultivovaného požitku. Praha: Volvox Globator, 2015. ISBN 978-80-7511-216-3.

JEDLIČKA, R. et al. Poruchy socializace u dětí a dospívajících. Prevence životních selhání a krizová intervence. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5447-5.

LORENCOVÁ, R. Spiritualita uživatelů alkoholu a marihuany. Praha: Dauphin, 2011. ISBN 978-80-7272-247-1.

NEŠPOR, K. Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby. 5. vyd. Praha: Portál, 2018. ISBN 978-80-262-1357-4.

NEŠPOR, Karel. Vaše děti a návykové látky. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 40-53 s. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-515-6

Garantující pracoviště: Katedra sociální pedagogiky,
Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Daniel Štěpánek, Ph.D.

Oponent: PhDr. Jiří Kučírek, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 13.1.2021

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci Alkohol jako součást životního stylu mladistvých vypracovala pod vedením vedoucího práce Mgr. et Mgr. Danielem Štěpánkem, Ph.D., samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 1. 5. 2021

Romana Bečičková

Poděkování

Tímto bych ráda poděkovala vedoucímu práce panu Mgr. et Mgr. Danielovi Štěpánkovi, Ph.D. za podnětné připomínky, metodické vedení a odborné konzultace, které mi poskytl při zpracování mé bakalářské práce. Mé díky také patří základním a středním školám, které se podílely na metodologické části. V neposlední řadě děkuji své rodině za veškerou podporu během studia.

Anotace

BEČIČKOVÁ., Romana. *Alkohol jako součást životního stylu mladistvých*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2022. 47 s. Bakalářská práce.

Tato bakalářská práce „Alkohol jako součást životního stylu mladistvých“ se zabývá problematikou užívání alkoholu mezi mladistvými a také jejich životním stylem. Teoretická část se zabývá obdobím adolescence, životním stylem, alkoholem a také prevencí, která k tomuto tématu neodmyslitelně patří. Intoxikace alkoholem je otázkou nejen u dospělých, ale čím dál častěji právě i u nezletilých. V praktické části je zpracován a vyhodnocen dotazník, který byl rozeslán mladistvým do několika škol v Královéhradeckém kraji. Výzkumného šetření se zúčastnilo 188 respondentů ve věku od 15 do 17 let. Dotazník měl za úkol zmapovat zkušenosti a postoje mladistvých spojené s alkoholem.

Klíčová slova: mladiství, alkohol, životní styl, prevence

Annotation

BEČIČKOVÁ., Romana. *Alcohol as a part of the teenage life*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2022. 47 p. Bachelor Thesis.

This bachelor thesis “Alcohol as a part of teenagers’ lifestyle” deals with teenagers’ usage of alcohol and with their lifestyle. Theoretical part of this thesis deals with adolescence period, lifestyle, alcohol and also prevention, which is an inseparable part of this topic. Nowadays, alcohol intoxication is not just problem of adults, but more and more often also problem of teenagers. In practical part of this thesis the survey is presented, which was send to teenagers into number of schools in Královéhradecký region. There were 188 respondents to the survey from the age of 15 to 17. The survey’s goal was to chart experiences and attitudes of teenagers connected to alcohol. The survey showed that respondents’ experience with alcohol was large.

Keywords: teenagers, alcohol, lifestyle, prevention

Prohlášení

Prohlašuji, že bakalářská práce je uložena v souladu s rektorským výnosem č.13\2017 (Řád pro nakládání s bakalářskými, diplomovými, rigorózními, disertačními a habilitačními pracemi na UHK).

Datum.....

Podpis studenta.....

Obsah

Úvod	9
1 Charakteristika adolescence/dospívání.....	10
1.1 Raná adolescence	10
1.2 Pozdní adolescence	11
1.3 Tělesný vývoj	11
1.4 Emoční vývoj	12
1.5 Socializace v adolescenci	13
1.6 Vrstevnické vztahy	14
1.6.1 Adolescent ve školní třídě	14
2 Životní styl.....	15
2.1 Volný čas.....	15
3 Alkohol.....	18
3.1 Působení návykových látek u dospívajících	18
3.2 Závislost	19
3.3 Faktory, které zvyšují riziko závislosti u dospívajících	19
3.4 Stádia opilosti	22
3.5 Poškození organismu	22
4 Prevence	25
4.1 Alkohol ve škole	25
4.2 Sociálně patologické jevy	26
4.3 Primární prevence	26
4.4 Odborná pomoc s již vniklým problémem.....	27
5 Kvantitativně orientovaný výzkum	29
5.1 Metodologie výzkumu	29
5.2 Prezentace a interpretace výsledků výzkumného šetření	30
5.3 Diskuse.....	42
Závěr	45
Seznam použitých zdrojů	46
Seznam grafů.....	49
Seznam tabulek	50
Seznam příloh.....	51

Úvod

Bakalářská práce se zabývá problematikou konzumace alkoholu mezi mladistvými. Toto téma jsem si zvolila především z toho důvodu, že v současné době alkohol stále některými lidmi není považován za rizikový a jeho užívání se mění na běžné až přijatelné. Osobně se na alkohol dívám s respektem a plně si uvědomuji rizika jeho užívání. Konzumace alkoholu je nebezpečná, a to zejména u dětí a mladistvých.

Tato práce se diferencuje na dvě části, a to teoretickou a praktickou. První část tvoří teoretický základ, kde jsou zpracovány poznatky z odborné literatury. Kapitola první se věnuje popisu adolescenta/dospívajícího, jeho tělesnému vývoji, prožívání a socializaci. Právě socializace může mít na jedince největší vliv v jeho následujícím životě. To, s kým se vídá může mít velký vliv na jeho rozhodování. Druhá kapitola je zaměřena na popis životního stylu a volného času, jelikož spolu úzce souvisí. A právě na základě využití volného času se u mladistvých mnohdy odvíjí i užívání návykových látek. Ve třetí kapitole nalezneme poznatky o alkoholu, co způsobuje, jaká jsou jeho rizika, jaká máme stadia opilost. Poslední kapitolou teoretické části je kapitola o prevenci, jak pracovat s mladistvým, jak komunikovat s jeho rodinou.

Druhou část tvoří výzkumné šetření, jehož hlavním výzkumným nástrojem je dotazník. Dotazník byl rozeslán online formou do celkem jedenácti tříd, základních a středních škol, v Královéhradeckém kraji. Z celkových výsledků výzkumu bych ráda zmapovala, jestli mladiství konzumují alkohol i přes to, že jsou seznámeni s jeho riziky. Také se zaměřím na rodinné a školní prostředí v takové souvislosti, zda nespokojenost v jednom z těchto prostředí může u mladistvého zapříčinit pravidelnou konzumaci alkoholu. Mým dalším cílem je zjistit, zda u nezletilých již došlo k opilosti. Hlavním cílem je zjistit, do jaké míry sahají zkušenosti mladistvých s alkoholem a také důvody, proč k pití dochází.

1 CHARAKTERISTIKA ADOLESCENCE/DOSPÍVÁNÍ

Období adolescence je doba mezi dětstvím a dospělostí. Tedy dekáda od 10 do 20 let života jedince. V mé bakalářské práci se budu zabývat adolescenty, kteří dovršili patnáctý rok života a nepřesáhli však osmnáctý rok života, tedy mladistvými.

V období adolescence dochází ke komplexní proměně osobnosti, a to ve všech směrech. Znamená to, že nastávají změny somatické, sociální i psychické. Většina změn je podmíněna především biologicky, ale vždy hrají významnou roli psychické a sociální faktory, se kterými jsou ve vzájemné interakci.

Celé dospívání je závislé na různých kulturních a společenských podmínkách, ze kterých vyplývají různá očekávání a požadavky společnosti ve vztahu k dospívajícím.

Jde se o období, kdy jedinec hledá sebe samého, přehodnocuje své cíle, jednání i hodnoty. Jedinec se snaží zvládnout vlastní proměnu, mít přijatelné sociální postavení a také vytvořit takovou formu vlastního já, se kterým on sám bude subjektivně spokojený. Mnohdy právě toto bývá pro adolescenta velmi obtížné a může to jedince přivést do stresové situace (Vágnerová, 2012).

Pokud však jedinec pochybuje o sobě samém, pak často dochází ke kriminálním nebo psychickým událostem. Je spousta mladistvých, kteří se nedokáží srovnat s přijatými rolami které jim jsou dány společností, a se svou identitou, kterou si sami vytvořili. Častými projevy bývají například útky ze školy, do skupin či do part, kde mohou najít oporu nebo onu drogovou závislost. Častým znakem dospívajících bývá ztotožnění se s jejich idolem. Obvykle se jedná o herce, hvězdu či sportovce, tento jev pomáhá dospět k vlastní identitě (Fürst, 1997). V dospívání se můžeme setkat s problémem, kdy dospívající vidí konflikt mezi normami, které platí pro dítě a normami, které platí pro dospělé. Dospívající mnohdy nechápou, že tyto role musí akceptovat (Pol, Novotný, 2002).

1.1 Raná adolescence

Jedná se o věkové rozmezí od jedenácti do patnácti let. Hlavním rysem rané adolescence je tělesné dospívání, které je spojené s pohlavním dozráváním. Ve spojení s tím se mění zevnějšek dospívajícího a stává se podnětem ke změně sebepojetí. Pokud se zaměříme na celkový vývoj, tak si všimneme i toho, že dochází i ke změně způsobu myšlení. Toto individuum je již schopno uvažovat abstraktně i o variantách, které ve skutečnosti nejsou reálné, neexistují. V tomto období jsou značně významné vrstevnické

vztahy, první lásky. Jedinec v tomto období experimentuje s partnerskými vztahy, získává první zkušenosti. U starších jedinců můžeme vyzorovat snahu odlišit se od dětí i od dospělých. A to nejen chováním ale i svým stylem oblékání, úpravy vlasů i názory (Vágnerová, 2012).

1.2 Pozdní adolescence

Věkové rozmezí pozdní adolescence je od patnácti let do dvaceti let. Mluvíme tedy o té části života, které se zde budu primárně věnovat, konkrétně věk od patnácti let do sedmnácti let. V této době obvykle dochází k prvnímu pohlavnímu styku. Pozdní adolescence je především dobou komplexnější psychosociální proměny. Mění se jedincova osobnost, dokonce i jeho společenské pozice. Podstatným rozhraním je ukončení profesní přípravy. Jakýmsi smyslem je poskytnout jedinci čas a možnost, aby se naučil rozumět sobě samému a také aby si zvolil, čeho chce v budoucnosti dosáhnout. Také by se jedinec měl naučit osamostatnit v těch oblastech, ve kterých to společnost očekává.

Pozdní adolescence je zaměřena na rozvoj své identity. Měla by alespoň z části odpovídat představě adolescenta. Projevuje se to snahou o sebepoznání, které se koná v rámci vrstevnické skupiny, taková skupina by jedinci měla dát možnost k tomu, aby jedinec projevil sám sebe. Důležitou změnou je aktivnější přístup k seberealizaci a vědomí možnosti ovládat svůj život. Mladiství sami usilují o různé změny a věnují úsilí tomu, aby jich dosáhly. Experimentace s rozdílnými obměnami chování a způsoby vymezení je užitečná, ale může být i riskantní. Adolescenti zkoušejí různé možnosti hledání mezi svých schopností, a proto často činí i velmi riskantně až extrémně.

Adolescent k sobě mívá kritický postoj, ale ten se odehrává pouze uvnitř něho samotného a o pochybnostech se podělí nanejvýš s blízkým vrstevníkem. Důvodem je uchovat si sebeúctu alespoň navenek. Proto pro mladistvého není možné, aby přiznal své chyby ani vědomé nedostatky. Bojí se, že by to mohlo být použito proti němu (Vágnerová, 2012).

1.3 Tělesný vývoj

U chlapců můžeme zpozorovat růst do výšky, a to během tří let (od 15 do 18) až o 7 cm. U dívek je to patrně méně, ve většině případu pouze o 1 cm. Postava adolescenta dostává dospělé proporce. Dívky se mění v ženy, a to především růstem ňader a boků.

Chlapcům mohutní svalstvo a mužní celá postava. Další typickou zvláštností tohoto vývojového období u chlapců je mutace, kdy se obvykle v šestnáctém roce z chraplavého hlasu stane spíše skřehotavý, následně nastává pokles asi o oktávu, hlas se vyrovná a zmohutní (Říčan, 2014).

Tělesná proměna je významným signálem dospívání. Dospívající změny vnímají a prožívají velmi intenzivně, jelikož je zevnějšek součástí jejich identity.

Tělesná proměna má pro každého dospívajícího subjektivní význam, který závisí na představě o přitažlivosti dospělého zevnějšku, na psychické vyspělosti jedince i na sociálních reakcích, které tuto změnu doprovázejí. Pubescent může mít na své dospívání názor, který si utvoří dle reakcí okolí. Vysvětlit si to můžeme tak, že někteří jedinci cítí hrdost a jiní naopak pocítují stud. Proces přijímání svého těla chce svůj čas. Sociální reakce na tělesné změny podmíněné dospíváním ovlivňují sebepojetí dospívajícího. Jestliže z chování lidí, s nimiž se setkávají, vyplývá, že tato proměna má spíše negativní dopad, zvýší se jedincova nejistota a zhorší se tak sebehodnocení. Tělesná atraktivita má značnou sociální hodnotu. Atraktivnější jedinci mají lepší sociální status. Jsou společností lépe vnímáni a akceptováni. Pokud jedinec není společností ani sám sebou vnímán jako dostatečně přitažlivý, může to ovlivnit jeho další životní cestu, jeho hodnoty. Vědomí toho, že není dostatečně poutavý, může být motor k tomu, aby jedinec hledal jiný způsob seberealizace. Může jít tedy paradoxně o výhodu, neboť se stává iniciativou k následnému osobnostnímu rozvoji (Vágnerová, 2012).

Zásadní a zjevná proměna těla může dokonce v krajním případě vyvolat pocit ohrožení integrity vlastní osobnosti a vést ke ztrátě nejistoty. (Vágnerová, 2012, s. 373)

1.4 Emoční vývoj

Dospívání provází hormonální proměna, která stimuluje změny v oblasti citového prožívání. Projevem může být nestabilní emoční ladění či labilita. Můžeme si povšimnout, že emoční reakce dospívajících bývají méně přiměřené, než bývaly kdysi. Jejich citové prožitky bývají intenzivní, avšak spíše krátkodobé a navíc proměnlivé. Sami dospívající tvrdí, že jim jsou jejich změny nálad nepříjemné a nejsou schopni si vysvětlit jejich příčinu. V tomto období nejsou schopni si udržet odstup od svých emocí. Sekundární reakcí bývá opět zhoršení nálady a odchylky v chování, které na okolí působí rušivě. Sebeovládání mladistvých je na velmi nízké úrovni. Pro toto vývojové

období je typická nechuť mluvit o svých problémech a projevovat své city (Vágnerová, 2012).

1.5 Socializace v adolescenci

Pojem socializace můžeme definovat jako proces vývoje osobnosti v daném materiálním a sociálním prostředí, které je dané a typické pro konkrétní společnost. Vychází se z předpokladu, že vzájemný vztah mezi jednotlivcem a společností je prvotně určován právě společností. Současně však i jednotlivec aktivně ovlivňuje své dané sociální prostředí (Macek, 1999).

Důležitou roli v socializaci sehrává rodina. V rámci rodiny se utvářejí základní charakteristiky psychického života jedince. Právě rodina slouží jako zprostředkující skupina mezi dítětem a vnějším světem. Jedinec by si z rodiny měl odnést výchozí pojetí citů a modely chování jako své vlastní dispozice. V rodině si jedinci osvojují stupnici hodnot, kterou často přebírají od rodičů, díky které se připravují na společenský život. (Jedlička, 2015)

Co se týče vztahu mladistvých k dospělým, jsou k nim velmi kritičtí a netolerantní. Velmi lpí na naprosté spravedlnosti, což má ukojit jejich potřeby. Adolescent si stojí za názorem, že určitá pravidla by neměli zastávat jen adolescenti, ale každá věková skupina (Vágnerová, 2012). Pro rozvoj dospívajících jsou důležité sociální skupiny a instituce, jako tomu je v mladším školním věku, byť nyní mají subjektivní význam a změnil se taktéž i jejich vliv. Spadají sem tedy tyto skupiny:

- Rodina, která je velmi významným sociálním zázemím, dospívající se od ní postupně odpoutávají a osamostatňují se.
- Škola, která je důležitá z hlediska budoucího sociálního zařazení, školní úspěšnost se stává podmínkou pro přijetí do vyšší školské instituce.
- Volnočasové instituce, které ovlivňují sociální zařazení dospívajícího, rozvoj jeho schopností a dovedností. Mohou sloužit jako kompenzace negativního vlivu rodiny či neúspěchu ve škole.

1.6 Vrstevnické vztahy

Na budování osobní identity bezprostředně navazuje vytváření sociálních vztahů. Ve vrstevnických vztazích, dle Pola a Novotného (2002), můžeme rozlišit tři klíčové úrovně: přátelství, sexuální vztah a skupina podpory a blízkých vztahů. To vše zajišťují hlavně kamarádi na podkladě vzájemného ztotožnění. Sociální skupiny jsou velmi významné, pokud si mladistvý snaží vybudovat své vlastní já. Tedy ztotožněním se s ostatními jedinci či s prostředím se může adolescentovi podařit získat představu o sobě samém, kým vlastně je. Skupiny přátel pomáhají odstranit jakési pochybnosti, nejasnosti, které osoba cítí vůči sobě samému nebo okolnímu světu.

V kontaktu s vrstevníky získávají dospívající mnohé zkušenosti, které je spojují. Společně experimentují s řešením různých situací, učí se různým sociálním strategiím a rozlišují, jakou mají v různých situacích účinnost. Vrstevníci se stávají neformálními autoritami, které mohou mít za určitých okolností na ostatní větší vliv než dospělí. Vrstevnická kategorie má referenční význam, to znamená, že slouží jako základ pro porovnání zkušeností (Vágnerová, 2012).

1.6.1 Adolescent ve školní třídě

Pokud chceme, aby byla spolupráce s adolescenty efektivní, je nutné vnímat existenci jevů na skupinové úrovni třídy. Fisher (1997) shromáždil charakteristiky sociální atmosféry školní třídy, které podporují bytí učící se komunity, mohou být považovány za zdroje pozitivního prožívání:

- Loajalita-pěstování pocitu sounáležitosti, vyjadřování důvěry
- Důvěra-zapojování členů do rozhodování
- Podpora-nabízení pomoci a povzbuzení v učení
- Dynamičnost-vynakládání sil a nadšení při sledování cílů
- Nároky-stanovení cílů, jasné vyjádření, co se očekává a na co se spoléhá
- Komunikace-informace o úspěších a neúspěších a vzájemné propojení sdíleným poznáním.

Můžeme tvrdit, že adolescence zákonitě nemusí být obtížným obdobím, jak by se dle prožitých zkušeností mohlo zdát. Zvládnutí jedinců v tomto období není věcí situačního zvládnutí jednoho konkrétního problému, jako věcí dlouhodobého pěstování vztahu a rozvoje vhodného a stimulačního prostředí (Pol, Novotný, 2002).

2 ŽIVOTNÍ STYL

Dle psychologického slovníku můžeme životní styl popsat jako soubor postojů, hodnot a dovedností, které se odráží se ve výrobní, umělecké a jiné činnosti člověka. Zahnuje oblast mezilidských vztahů, výživu, tělesný pohyb, organizaci času, zájmy a záliby (Hartl, 2004).

Na problematiku lze nazírat v rovině makrosociální či individuální. O životním stylu se někdy hovoří spíše právě ve spojení s jednotlivci. Tím se myslí názory, postoje, temperamentové vlastnosti a návyky. Ty mají trvalejší ráz a jsou pro každého individuální. Popisují originalitu jeho chování, jelikož se život každého z nás vyvíjí odlišnou cestou, která je stálým uspořádáním mnoha souběžně či propojeně probíhajících aktivit. Každý jedinec má odlišný způsob života, ale v obecné rovině představuje naplňování života a společnosti. Tento životní způsob souvisí s hodnotami, kterými se člověk řídí a ideály, které by rád v životě realizoval (Kraus, 2006).

Životní styl každého jedince závisí především na vnějších faktorech, jako jsou celospolečenské podmínky, ale i užší skupinové životní podmínky, zahrnujeme sem například i rodinné podmínky. Dále závisí i na subjektivním činiteli, to znamená, že je kladen důraz na osobnostní rysy, osobnost jedince jako takovou, jeho hodnoty, zájmy, touhy, dovednosti a schopnosti. Životní předpoklady jako všechny danosti, v nichž se rozvíjí společenská existence v určité etapě historického vývoje, mají roli určitého rámce jakéhosi východiska životního stylu individua. Jednotlivec na tyto životní podmínky reaguje tím, že k nim zaujímá určitý postoj, hodnotí je z hlediska toho, zda a jak odpovídají jeho hodnotám, potřebám. Především tak, že na základě svého postoje k životním podmínkám konkretizuje a specifikuje svůj vlastní životní styl. Životní styl můžeme brát jako reakci člověka na jeho životní podmínky (Fazik, Matějů, 2006).

2.1 Volný čas

Velmi významnou součástí života dospívajících je právě volný čas. Je třeba věnovat pozornost rizikům a problémům, které přináší, stejně jako pedagogickým možnostem ovlivňování trávení volného času.

Dle literatury můžeme pojednávat o dvou rozdílných pojetích volného času, a to zaprvé kvantitativní, negativní vymezení volného času, který chápe volný čas jako zbytek času, který jedinci zbyde po odečtení pracovní doby. A zadruhé kvalitativní, pozitivní vymezení volného času, kde volný čas vymezují na základě jeho kvality, jde tedy o čas,

se kterým může jedinec nakládat dle svých vlastních představ. V současné době se odborníci přiklání ke druhému pojetí (Stašová et al., 2015).

„Volný čas je čas, v němž člověk svobodně volí a dělá takové činnosti, které mu přinášejí radost, potěšení, zábavu, odpočinek, které obnovují a rozvíjejí jeho tělesné a duševní schopnosti, popřípadě i jeho tvůrčí schopnosti. Je to čas, v němž je člověk sám sebou, nejvíce patří sám sobě, kdy koná převážně svobodně a dobrovolně činnosti pro sebe, popřípadě pro druhé, ze svého vnitřního popudu a zájmu“ (Němec, 2002, s 17).

Trávení volného času

Trávení volného času řadíme mezi nesespecificky působící prevenci. Aktuálně se jedná o výzvu nejen pro jednotlivce ale i pro školy i rodiny. Jestliže je dítě od útlého věku vedeno k smysluplnému, aktivnímu trávení volného času, přináší mu to do budoucna určité plusy. Dává mu to pocit, že se může na něco těšit, naučí se něčemu novému, získá nové zkušenosti, potká někoho, s kým může svou radost i nešvary ze záliby sdílet. K této součásti života však patří i stinné stránky, mezi které spadá přemíra koníčků, který může mít za důsledek stres. Dospívající se skrze toto může proměnit v člověka, který je orientován jen na své výkony a sám sebe chápe skrze svou úspěšnost a množství činností, kterých je schopen dosahovat. Velmi důležité je nezapomenout na uchování pozitivního prožitku z realizace koníčku. Je přirozené, že záliba nás někdy naplňuje více a někdy méně. Dítě by mělo být podporováno v tom, aby i přes občasné nešvary setrvalo. Rodina dítě motivuje k překonání překážek, v budoucnu to pro jedince je velmi důležitá dovednost

Někteří mladiství nemají zájem o nic. Často se stává, že při položení otázky, jaké záliby mladistvý má, dostaneme odpověď, že žádné nemá. Mezi jejich náplň dne patří návštěva školy, počítač či mobilní telefony. Nemají se na co těšit. Nemají nic, co by je definovalo a naplňovalo. Nejednou si v obličejích těchto jedinců můžeme povšimnout smutku a zklamání, nedostatku energie. V tomto případě se mnohdy ujme parta, se kterou dochází k pití alkoholu a s tím se pojí příjemné pocity. Dospívající tak svůj volný čas začnou trávit v hospodách či někde v soukromí se zásobou alkoholu. Ve chvíli, kdy chce jedinec s tímto trávením volného času skončit či se vyhnout prostředí, ve kterém se alkohol konzumuje, nemá moc na výběr. Tato zábava obvykle nemá konkurenci. Nové koníčky se hledají složitěji, jelikož všechny záliby vyžadují aktivitu, snahu a výkon, zatímco alkohol poskytuje uvolnění, odsouvá problémy, a to vše bez jakéhokoli úsilí a rychle (Vaňkátová et al., 2010-2014).

Důležitým faktorem pro dospívající je rodina. Pokud se celá rodina společně věnuje nějakým aktivitám nebo má společné zájmy, je to vzor pro dospívajícího a snadněji v tom setrvá v průběhu života. Jakmile jedinci začnou ztrácet svůj zájem o veškeré své koníčky, rodiče by to neměli nechat být a měli by tomu věnovat dostatek pozornosti. Je jasné, že v průběhu života dítě přichází na to, co ho baví a co naopak ne. Je však důležité zmínit, že jakmile si jedinec nehledá žádnou novou aktivitu, která by ho naplňovala, může jít o důsledek užívání návykové látky (Vaňkátová et al., 2010-2014).

Všechn mimopracovní čas zahrnuje zásadní oblast z hlediska životního stylu, a to je právě volný čas. Téma volný čas je stále více aktuálnější a více řešeným tématem. V životě každého z nás sehrává čím dál větší roli, a to zejména proto, že dochází k jeho nárůstu. Volný čas už tedy nemá pouze socializační funkci, ale mezi ty hlavní se řadí i funkce kompenzační, seberealizační a preventivní. Jedinci využívají své osobní a hodnotové orientace ve volném čase právě jako ochranu před negativními společenskými jevy. Volný čas se v průběhu posledních let razantně změnil. Pro dospívající generaci je těžištěm informací stal internet, a to především na mobilním zařízení. Pokud je kvalitní nabídka volnočasových aktivit pestrá, je větší šance, že si jedinec najde něco, co ho bude zajímat a bude v tom dobrý. V posledních letech již mladí lidé netráví většinu svého volného času mimo domovy ale právě doma, v domácnostech samotných, a to zejména u médií. Tímto se mění celá povaha dětství. Rodiče jako důvody pro takto trávená volný čas často zmiňují nebezpečí na ulici a domov naopak považují za bezpečné místo (Kraus, 2015).

3 ALKOHOL

Jestliže mluvíme o alkoholu, máme na mysli nápoje, které jsou z největší části směsí ochucené vody a lihu. Alkohol je sloučenina získaná kvašením cukru. Chemická látka, kterou lidé pijí je ethylalkohol, složený z vodíku, uhlíku a kyslíku. Alkohol společně s cigaretami řadíme do legálních drog. Lidé si alkohol oblíbili především z toho důvodu, že člověka dokáže zbavit jeho zábran v chování a také jedinci dodá dobrou náladu, která dospívajícím často chybí. Ve skutečnosti však alkohol působí jako otupující a ohlupující látka, která může způsobit i agresivitu. Alkohol je tolerován a legální, jelikož bylo zjištěno, že se nikdy nespojuje s novým způsobem myšlení a jednání. Známost látky sahá až do středověku. Jeho objev je přisuzován italským alchymistům již ve 12. století (Tyler, 1988).

Důvodem, proč nejen mladiství pijí alkohol může být ten, že dokáže umlčet naše pochybnosti a obavy. Mnohdy pod vlivem alkoholu nehraje roli ani čas ani starosti. V tuto chvíli je naše já pouze tady a teď. To mnohdy bývá důvodem, proč se jedinci ke konzumaci alkoholu vrací a nejde jim s pitím přestat (Bar, 2015).

Obvykle se první užívání alkoholu objevuje právě v období dospívání. V tomto věku jedinci začínají být nezávislí na rodičích, tráví více času mimo své domovy a názory rodičů už je tolik nezajímají. Na jedince mají vliv především přátelé. Alkohol je jedna z nejdostupnějších a nejrozšířenějších psychoaktivních látek, proto je u mladistvých tak oblíbená (Inchley et al., 2018).

3.1 Působení návykových látek u dospívajících

Závislost na návykových látkách se u dospívajících vytváří oproti dospělému mnohem rychleji. Dospívající se může stát závislým během několika měsíců. Vyskytuje se zde i vyšší riziko otrav alkoholem s ohledem na nižší toleranci, menší zkušenosti a sklon k riskování, který je v tomto období častým. K nejčastějším příčinám smrti u dospívajících patří úrazy, otravy. S tím úzce souvisí zneužívání návykových látek, především alkoholu. U té skupiny dospívajících, která je závislá na alkoholu nebo alkohol jen zneužívá, bývá patrné zaostávání v psychosociálním vývoji, to znamená v oblasti vzdělávání, citového vyžívání, sebekontroly, sociálních dovedností a další. I pouhé experimentování s návykovými látkami je u dospívajících spojeno s většími problémy v různých oblastech života (rodina, škola, trestná činnost).

Vyskytuje se častější tendence zneužívat širší spektrum návykových látek a přecházet od jedné ke druhé nebo více látek současně. To opět zvyšuje riziko otrav a dalších komplikací. Alkohol a patrně i jiné drogy narušují vytváření sítí mozkových buněk, které probíhá v dospívání a vedou k znevýhodnění těchto dospívajících (Nešpor, 2011).

3.2 Závislost

Projevem závislosti je zejména craving a ztráta kontroly, to znamená neschopnost zanechat další konzumace. Každá odměna vede k posílení motivace, především když je nepravidelná, znamená to, že není jisté, zda nastane. Závislost bývá fyzická nebo psychická. Pokud jde o náš organismus, může jít taktéž o pustošení psychické i fyzické. Psychické často uniká naší pozornosti. Tedy zneužívání látek není jen čistě chemické ovlivnění, protože často zahrnuje chuťové vjemy, stereotypy v chování. Je taktéž náplní volného času, je vstupenkou do určité společnosti, která mladistvé posiluje v přesvědčení, že zneužívat tyto látky je v pořádku a naprosto normální. Léčení se musí opírat nejen o zabránění užívání látky, ale taktéž o získání nové motivace, jiné aktivity k dosažení resocializace a nového životního programu (David et al.,2019).

3.3 Faktory, které zvyšují riziko závislosti u dospívajících

V této podkapitole se zaměříme na rizikové faktory, které snižují odolnost vůči alkoholu. Dle Nešpora (2001), můžeme zmínit hned několik faktorů, které zvyšují riziko užívání návykových látek.

Osobnost dítěte a dědičnost

- Problémy s návykovými látkami a duševní nemoci u členů rodiny
- Komplikovaný porod
- Chronická traumatizace (dítě je dlouhodobě týráno, zneužíváno nebo šikanováno)
- Sklon k násilí, špatné sebeovládání, impulsivnost
- Poruchy pozornosti s nadbytečnou aktivitou
- Nižší inteligence
- Setkání s návykovou látkou v mladém věku
- Zvládání stresových situací je pro něj obtížné, neúspěch, zklamání
- Nemá sociální dovednosti

- Má nízké sebevědomí
- Sklon k sebelítosti, depresím

Pokud problémy s užíváním alkoholu vznikají v rodině, mnohdy to bývají důvody jako:

- Nedostatek času na dítě zvláště v časném dětství
- Nedostatečné citové vazby
- Nedostatečná péče, nedostatečný dohled
- Nesoustavná a přehnaná přísnost střídaná se zanedbáváním dítěte
- Nepřesná pravidla týkající se chování dítěte
- Dlouhodobý konflikt mezi rodiči
- Rodiče schvalují alkohol nebo ho dítěti dokonce nabízí
- Někdo z rodiny zneužívá alkohol
- Malá očekávání od dítěte, podceňování ho nebo naopak přehnaná ctižádost rodičů
- Špatné duševní a společenské fungování rodičů
- Časté stěhování rodiny
- Duševní problémy, postižení nebo nevyrovnanost rodičů
- Sexuální zneužití nebo týrání v rodině
- Rodiče nejsou schopni vytvořit kvalitní prostor pro zájmy a záliby jedince
- Vychovává pouze jeden z rodičů
- Dítě žijící bez rodiny a bez domova
- Špatné mezigenerační vztahy a mezigenerační spolupráce

Jestliže problémy se závislostmi začínají ve škole, může to být právě jeden z těchto důvodů:

- Škola prevenci neprovádí nebo nevyužívá účinné nástroje
- Pokusy o prevenci mají neinteraktivní charakter
- Škola při prevenci problémů s návykovými látkami dostatečně nespolupracuje s rodiči a s prospěšnými organizacemi
- Neexistují jasná a prosazovaná pravidla týkající se zákazu návykových látek
- Alkohol, (i jiné návykové látky), je žákům velmi snadno dostupný

- Učitelé bývají vnímáni jako nepřátelští a zdůrazňují především stinné stránky žáků
- Atmosféra na škole je odcizená, postrádá nabídku pozitivních hodnot
- Neexistují návaznosti na kvalitní mimoškolní aktivity a vhodné způsoby trávení volného času

Mezi vrstevníky bývají častým důvodem tyto znaky chování:

- Skupina vrstevníků je významná především v období dospívání
- Kamarádi konzumují nápoje, které obsahují alkohol
- K návykovým látkám se staví pozitivně, látky zneužívají v brzkém věku
- Mívají problém s autoritami
- Chovají se protispolečensky
- Jsou mnohem více ovlivňováni kamarády než rodiči
- Mají sklon dítě zesměšňovat, snižovat jeho sebevědomí nebo dokonce šikanovat
- Mezi zájmy a záliby mladistvých patří aktivity, které mají blízko k užívání alkoholu
- Vrstevníci se mezi sebou aktivně vyzývají pít alkohol

Mladiství mohou být ovlivněni také prostředím a společností:

- Dětem bývají návykové látky lehké dostupné
- Aktivní nabízení návykových látek (alkoholu, tabáku) reklamou, sponzorováním sportovních akcí, koncertů
- V některých případech nízká cena alkoholu
- Nedostatek příležitosti k vzdělání a uplatnění, náhlé sociální a politické změny, nestabilita
- Společnost nenabízí dobré možnosti, jak trávit volný čas
- Nedostatečná zdravotní a sociální péče
- Ve společnosti převládá cynický postoj ke zdraví
- Společenské normy a zákony stavící se k alkoholu, tabáku, drogám kladně
- Rasová nebo jiná diskriminace
- Nedostatečné sociální zajištění, chudoba, špatné bytové podmínky
- V okolí je vysoká kriminalita

- Nevládní organizace jsou málo aktivní nebo používají neefektivní postupy
- Velkoměsto nebo oblast s vysokou koncentrací obyvatel
- Soukromí sektor se na efektivní prevenci nepodílí, nebo jen málo
- Společnost je vnímána v zásadě jako špatná a nepřátelská

3.4 Stádia opilosti

Taková dávka alkoholu v krvi, která není vyšší než 0,6 – 0,8 promile, vyvolává v psychice člověka, téměř vždy, žádoucí účinky. Zatímco dávky způsobené koncentrací alkoholu nad 0,8 promile obvykle působí právě naopak. Dlouhodobý abúzus alkoholu se negativně projevuje především při řešení problémů, ověřování domněnek a také při rychlém zpracování nových informací.

První stadium opilosti je takové, ve kterém je člověk spokojený a upovídaný. Mezi projevy tohoto stádia řadíme úsměv na tváři, živou mimiku, sdílnost a v neposlední řadě smích. Jedinec snadno a rád uzavírá nové přátelské vztahy. Neodmyslitelnou součástí je i vysoké sebevědomí a pocit, že překoná všechny své trable. Právě pro tyto pocity sahají jedinci po alkoholu opakovaně a považují ho za útěchu.

Ve druhém stadiu opilosti se jedinci stávají hlučnými, nekritickými a netaktními společníky, nedbají na své okolí. Tato individua jednají impulsivně, nejsou schopni naslouchat, nekontrolují svou řeč a stejně tak je špatná i koordinace pohybů, dvojité vidění.

Jedinci ve třetím stadiu opilosti bývají unavení, spaví a často jsou tyto stavy doprovázeny zvracením. V horších případech dochází až k úplnému bezvědomí, necitlivosti, mimovolnému močení či pokálení. Svalstvo je uvolněné, tep měkký a dýchání pomalé. Jedinci nereagují na světlo. V nejtěžších případech dochází k umrtví s následkem ochrnutí dýchacího centra v prodloužené míše či z nedostatečného dohledu k udušení vlastními zvrátky. (Alkoholik.cz, n.d.)

3.5 Poškození organismu

V této kapitole chci zmínit důsledky alkoholu, protože jsou často opomíjené a alkohol spoustu lidí vnímá pouze jako zdroj zábavy.

U mladých lidí nebývá časté, že by se stávaly závislími na alkoholu, mnohem riskantnější je toxické působení alkoholu a následné důsledky opilosti. Důsledkem může být vzájemné ubližování si při rvačkách či ničení majetku jiných. Chronické užívání

alkoholu, nemusí jít hned o závislost, s sebou nese linii zdravotních rizik. Mezi nejcitlivější orgány na alkohol patří játra, mozek a slinivka břišní.

Mezi důsledky abúzu alkoholu tedy patří známky poškození trávicího systému, různé záněty žaludku, poruchy polykání, jaterní cyrhózy, zvýšené riziko karcinomu jater, jícnu a žaludku, poruchy výživy, poškození slinivky břišní, poruchy krvetvorby a poruchy srážení krve, poškození oběhového systému, tedy vysoký krevní tlak poškození srdeční svaloviny, poškození nervového systému a v neposlední řadě také poruchy sexuální funkce a u těhotných žen hrozí poškození plodu (FAS) (Kikalová, Kopecký, 2014).

Trávicí soustava

Alkohol v první řadě způsobuje velké škody na trávicím ústrojí. Dochází ke změnám na žaludeční a střední sliznici a ke změnám žaludečních št'áv. Složení žaludečních št'áv souvisí s poškozením sliznice, které může být malým ale i v o něco větším rozsahu. To má pochopitelně velký význam při trávení a využívání potravy. Porucha trávení vede následně ke změnám chutí a jídelního lístku a končí to nechutenstvím, zácpou či průjmami.

Těžší abuzéry často postihují vředy. Je časté, že se u konzumentů alkoholu setkáváme s operacemi žaludku. V tomto případě není vinen jen alkohol, je to spojeno s poruchou nervového systému, alkohol však celou situaci zhorší. Proto není vhodné, jak se lidé s žaludečním vředem domnívají, dát si sklenku alkoholu, po které jejich subjektivní potíže na čas zmizí.

Funkci jater lze vyšetřovat trojím způsobem. První možností je zevní vyšetření, díky kterému zjistíme, že játra bývají zvětšená o šíři dvou i více prstů a současně jsou i citlivá. Jistotu o skutečném stavu každého pijáka nebo závislého na alkoholu lze získat jaterní punkcí, při níž se odebere malý kus jaterní tkáně, který se vyšetřuje mikroskopicky. Jedná se o stoprocentní vyšetření.

Oběhová soustava

Jelikož do sebe popíječi vína nebo piva dostávají příliš mnoho tekutin, způsobují se tak změny na srdci. Mluvíme o takzvaném ztučnění srdce. V tomto stavu se pijáci značně více zadýchávají, nesnesou větší námahu. Srdeční sval musí vykonávat daleko více práce, pokud je zatížen tolika litry vody a přiotráven alkoholem.

Nervová soustava

Nervový systém je na alkohol nejcitlivější. Určování škoda v tomto systému je mnohem náročnější než u ostatních. Z hrubých příznaků porušení nervové činnosti sem spadá třes prstů, noční pocení, nespavost, celková dráždivost, slabost, malátnost a také

bolesti hlavy. Dalšími příznaky jsou tzv. okna, kdy si piják nevzpomíná na určité momenty, které proběhly v opilosti.

Nesmíme zapomenout na příznak, jako je oslabení paměti. V pokročilých stádiích závislosti dochází k zánětům nervů, které se mohou ohlašovat mravenčením v končetinách, křečemi v lýtkách až jejich necitlivostí. Mezi hrubé poruchy nervového systému patří pomočování nebo pokálení a všechny stavy, které zařazujeme do duševních nemocí zaviněných alkoholem (Danko, 2003).

Zpráva NTA „zneužívání návykových látek mezi mladými lidmi 2010-11“ uvádí, že „alkohol a konopí zůstávají zdaleka nejvíce zneužívanými látkami“, specializovaných adiktologických služeb pro mladé jedince, což představuje 90% léčené populace ve srovnání se 4%, léčených především pro drogy kategorie A. Definice pojmu „problémové užívání drog či alkoholu“ pro mladé lidi se od vymezení pro dospělé liší. Zčásti proto, že se jedná o mladší jedince. To, co by se mohlo zdát jako „normální“ adolescentní experimentování mezi sedmnáctiletými může být příčinou intervence v partě dvanáctiletých. Podstatným se jeví skutečnost, že užívání nelegálních návykových látek a alkoholu mezi mladými lidmi je často problematické, protože má vztah k jiným oblastem a problémům v životě dospívajícího. NTA „zneužívání návykových látek mezi mladými lidmi 2010-11“ vysvětluje, že „zneužívání drog a nadměrné pití alkoholu mezi teenagery je obvykle spíše důsledkem než příčinou jejich náchylnosti ke zneužívání“ a váže se k jiným problémům v jejich životě, jako jsou „rozpad rodiny, nedostatečné bydlení, problematické chování, záškoláctví, antisociální chování, dosažené minimální vzdělání a duševní problémy včetně sebepoškozování“ (Gilvary et al., 2016).

4 PREVENCE

Na prevenci lze nahlížet jako na soubor intervencí, který má za cíl zamezit či eliminovat výskyt a šíření rizikového chování (Miovský et al., 2010).

Prevenci obecně dělíme na prevenci primární, sekundární a terciární. Primární prevence se snaží o předejití vzniku rizikového chování u těch osob, u kterých se rizikové chování neprojeví. U sekundární prevence se jedná o předcházení vzniku, rozvoji, přetrvávání rizikového chování u osob, které jsou rizikovým chováním ohroženi. Záměrem prevence terciární je předcházení sociálním či zdravotním potížím v důsledku rizikového chování (Klinika adiktologie, 2019).

4.1 Alkohol ve škole

Pokud se u žáka ve škole najde alkohol, uvědomí se vedení školy a sepíše se záznam o události. Zápis obvykle zpracovává metodik prevence. Škola má povinnost o této události informovat zákonného zástupce žáka. Pokud se jedná o opakovaný nález, musí škola taktéž informovat i orgán sociálně-právní ochrany dětí dle zákona č. 359/1999 Sb. Zákon o sociálně-právní ochraně dětí.

Velkou výhodou pro školská zařízení je to, že má možnost dlouhodobého sledování svých žáků, a to především v té chvíli, pokud má podezření na opakovanou konzumaci alkoholu, zejména ve školním prostředí. Škola má tedy příležitost zaznamenat určité změny, které mohou být významné pro včasné zachycení problému s alkoholem.

Při konzumaci alkoholu rozlišujeme jednak akutní intoxikaci alkoholem, která může nastat v různé míře. Jednat se může o lehkou podnapilost, ale v horším případě i o těžkou opilost, při které dochází i k otravě. Také se může jednat o experimentování s alkoholem, ke kterému povětšinou dochází ze zvědavosti a bývá jednorázové. Pokud u jedince v posledních dvanácti měsících vyzorujeme jeden z následujících bodů, může se jednat o závislost. Spadá sem tedy silná touha po alkoholu, potíže v sebeovládání, tělesné odvykací stavy, rostoucí tolerance či zanedbávání jiných aktivit ve prospěch alkoholu.

Obvykle se u žáků potýkáme s alkoholem jednorázově. Dominuje u nich zvědavost, experiment či jednorázový výstřelek. Jedinec si v tomto případě dokáže přiznat svou chybu. Mnohdy jde o situaci ovlivněnou okamžitou ideou, a to například v partě. Také se může jednat o druh řešení problému, se kterým si jedinec neví rady a chce své myšlenky utlumit pomocí alkoholu. Pro řešení problému s mladistvým je podstatné, abychom

navodili pocit důvěry a klidnou atmosféru. Mnohdy je důsledkem užívání alkoholu u mladistvého právě problém v rodině a v rodinných vztazích. Pokud se tedy problém týká celé rodiny, je dobré rodině nabídnout vhodným způsobem spolupráci se zařízením, zaměřeným právě na práci s rodinami (Vaňkátová et al., 2010-2014).

4.2 Sociálně patologické jevy

Za sociálně patologické jevy považujeme takové chování, ve kterém se jedinec liší od obecně přijímaných norem. Spadá sem tedy především nezdravý životní styl, nedodržování a porušování stanovených norem, zákonů, prohřešky proti etickým a morálním hodnotám společnosti. Takové chování poškozuje zdraví jedince, jeho vývoj může být deformován a často takové chování ničí vztahy, návyky a chování. Sociálně patologické jevy se mohou vyskytovat v různých podobách. Mezi ně tedy spadají kriminální činnosti, gambling, poruchy sexuality. K nejčastěji vyskytujícím se jevům mezi dospívajícími se řadí šikana, záškoláctví, delikvence, a především experimentování s návykovými látkami, a to jak tvrdými, tak i s alkoholem. Tyto jevy se mnohdy vyskytují i kombinovaně (Fisher, Škoda, 2014). Příčinou tohoto chování v dospívání může být převaha rizikových faktorů nad těmi ochrannými (Machová, Kubátová, 2009).

4.3 Primární prevence

Důležitou složkou, která se snaží zabránit užívání návykových látek je primární prevence. V tomto případě by se jednalo o primární prevenci na téma užívání alkoholu. Ke strukturovanému a cílenému primárně preventivnímu působení má skvělou příležitost právě škola. Škola působí preventivně samotným svým působením. Preventivní program by měli provádět školení lektoři. Program by neměl probíhat formou přednášky ani na základě krátkodobého emotivního působení například zastrašení. Lektoři by měli procházet intervizemi a supervizemi.

Během primární prevence je podstatné zmínit, že je možné alkohol konzumovat s mírou tak, aby neohrožoval zdraví. Jedinci si časem sami ověří, že alkohol nemusí být vždy špatným pánem, pokud ale budou respektovat určitá pravidla. Nesmíme však opomíjet ani negativní dopady při nadměrné konzumaci, kdy se jedinci snaží řešit své pocity selhání, neúspěch či samotu pomocí alkoholu. Jakmile se jedinec naučí nějaký svůj nedostatek kompenzovat pomocí alkoholu, ale neřeší ho doopravdy, přinese mu to do budoucího života spousty dalších problémů.

Další cenný pohled na problematiku s alkoholem, který lze zprostředkovat pomocí primární prevence je zdůraznění možnosti volby. Můžeme vést diskuse o vrozených předpokladech k alkoholismu, jedinci mohou mít v rodině osobu závislou na alkoholu, ale vždy je pití pouze otázkou vlastního rozhodnutí. Ve skupině vrstevníků se dospívající musí naučit odolávat nabídkám a pobídkám ke konzumaci alkoholu. Jedinci by měli být schopni alkohol nekompromisně odmítnout a dokázat se vyhnout místu či okolnosti, kde by mohli být ke spotřebě nuceni. Pokud dítě vyrůstá v takové rodině, ve které je jeden z rodičů, nebo oba rodiče, alkoholik, tak je vystavováno spoustě obtížným situacím. Chod domácnosti je narušen a fungování rodiny rovněž. Vztah mezi partnery obvykle nabývá patologických rysů. To často vede ke ztrátě času na dítě, neřeší se obvyklé potřeby dítěte. Stav může dozrát až k závažnému zanedbání dítěte a jeho potřeb (Vaňkátová et al., 2010-2014).

Strategie	Účinnost
zastrašování	neúčinné
citové apely	neúčinné
prosté informování	neúčinné
nabízení lepších možností než alkohol či jiné návykové látky	účinné u dětí se zvýšeným rizikem
dovednosti potřebné pro život (umět odmítat alkohol i drogy, rozhodovat se, zvládat stres i nepříjemné duševní stavy atd.)	účinné
programy s aktivní účastí předem připravených vrstevníků	účinné u skupin se středním rizikem (normální populace)
prevence založená ve společnosti (community based prevention), tj. spolupráce různých složek společnosti	účinné
snižování dostupnosti návykových látek včetně alkoholu	účinné, zejména pokud je provázeno snižováním poptávky
léčba anebo mírnění následků	účinné, zvláště když je pomoc poskytnuta včas

Tabulka 1 :Strategie prevence

(Zdroj: Hladík, www.pediatriepropraxi.cz)

Tabulka číslo 1 nám ukazuje, jaké strategie prevence jsou dle Hladíka účinné a které fungují, upozorňuje nás také na to, které strategie v praxi funkční nejsou. Neúčinné je tedy zastrašování, citové apely a prosté informování.

4.4 Odborná pomoc s již vniklým problémem

Rodina, která si neví rady s řešením problému s alkoholem u dítěte či mladistvého, má možnost obrátit se na instituce, které nabízí odbornou a profesionální pomoc. Kdokoli z rodiny se může dostavit do psychologické či psychiatrické ambulance. Jednat se může o jednorázovou konzultaci, která rodině pomůže situaci zmapovat. Také je možné navštívit i větší centra, kde je možné situaci zhodnotit a společně hledat možná řešení.

Pokud problém pití alkoholu u mladistvého souvisí se školním prostředím, měla by škola nabídnout kontakt buď na školního psychologa, speciálního pedagoga či etopeda (Vaňkátová a kol., 2010-2014). Doporučení pro rodiče mladistvého, který opakovaně konzumuje alkohol dle Hladíka (2009) jsou taková, aby si v první řadě rodič připustil problém, jeho skrýváním se problém mnohdy prohloubí. Problém by rodina měla přijmout a začít ho včas řešit. Není dobré hledat viníka, a především nepropadat sebeobviňování. Pokud jde o financování dítěte, rodiče by se měli vyhnout nadstandardnímu přísunu financí, aby dítě peníze neutrácelo právě za alkohol. Vhodné je vyhýbat se fyzickým trestům a zkratkovitému jednání. Rodič by zkrátka měl být ochoten dítěti podat pomocnou ruku.

5 KVANTITATIVNĚ ORIENTOVANÝ VÝZKUM

5.1 Metodologie výzkumu

Pro mé šetření jsem jako metodu výzkumného šetření zvolila dotazník. Dotazník byl určen žákům devátých tříd základních škol, také prvním a druhým ročníkům středních škol v Královéhradeckém kraji.

Díky vyvinutým technologiím se otevřely nové možnosti i při dotazníkovém šetření. Internet by měl být dostupný všem a je tak snadnější sehnat vhodné respondenty pro daný výzkum. Důležité je, aby byl dotazník napsán srozumitelně a úměrně pro věkovou kategorii, které je dotazník určen. Před zahájením výzkumného šetření bychom měli dotazník vyzkoušet na malém vzorku, zda respondenti otázkám rozumí stejně jako my. Do svého dotazníku jsem užila otázky uzavřené, které nabízí varianty odpovědí a respondent nemá možnost vlastní volby. Dále byly také použity polouzavřené otázky, které mají připravené odpovědi, ale jedinec má i možnost odpovědět svými slovy. Nechybí ani otevřené otázky, ve kterých respondent odpovídá sám. Díky těmto otázkám bychom měli lépe poznat respondentovo přemýšlení a pocity. V dotazníkovém šetření jsem použila také identifikační otázky, které zjišťují pohlaví a věk respondentů. Etickým rizikem může být vyplnění dotazníku někým, kdo nedovršil 15 let, a nebo přesáhl 17 let. (Gavora, 2010)

Cílovou skupinou byli mladiství ve věku 15-17 let. Pro výzkum bylo osloveno celkem 11 tříd, tři třídy devátých tříd ZŠ, tři třídy prvních ročníků SŠ a pět druhých ročníků SŠ z celkem pěti různých škol v Královéhradeckém kraji. Šetření probíhalo pomocí online dotazníku během února a března 2022. Nejprve byl proveden předvýzkum, abych si ověřila kvalitu dotazníku. Předvýzkumu se zúčastnilo 10 respondentů. Díky předvýzkumu byla upravena formulace otázek tak, aby byly srozumitelné. Dotazník jsem dle domluvy s řediteli škol či s třídními učiteli zaslala na emailovou adresu a učitelé následně dotazník rozeslali svým žákům.

Očekávaný počet vyplněných dotazníků byl 216 a z toho se mi vyplnilo 188 dotazníků, což je 87 %. Čas na vyplnění dotazníku měl každý dle svých potřeb.

Výsledky byly zpracovány pomocí online dotazníkové platformy [Survio.com](https://www.surveymonkey.com).

K realizaci výzkumného šetření byly stanoveny tyto hypotézy:

1. Hypotéza: Předpokládám, že většina z těch jedinců, tj. více než 51 %, kteří se necítí dobře doma/ ve škole, konzumují alkohol pravidelně.
2. Hypotéza: Předpokládám, že většina dotazovaných, tj. více než 51 %, konzumovala alkohol i přes to, že znala důsledky konzumace alkoholu.
3. Hypotéza: Více než polovina z dotazovaných, tj. více než 51 %, již konzumovala alkohol v takové míře, aby došlo k opilosti.

5.2 Prezentace a interpretace výsledků výzkumného šetření

Otázka číslo 1.: Pohlaví

Tabulka číslo 2 nám ukazuje počet všech respondentů.

Zastoupení respondentů podle pohlaví	
Muži	57
Ženy	131
Celkem	188

Tabulka 2 :Pohlaví

Otázka číslo 2.: Věk

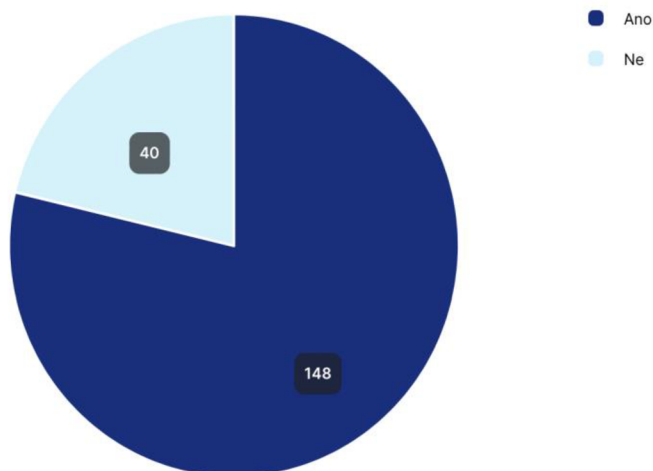
Tabulka číslo 3 znázorňuje věkové kategorie respondentů.

Zastoupení respondentů podle věku				
Věk	15	16	17	Celkem
Muži	4	11	42	57
Ženy	21	26	84	131
Celkem	25	37	126	188

Tabulka 3 :Věk

Otázka číslo 3.: Cítíte se spokojen/á ve svém rodinném prostředí?

Z grafu číslo 1 je patrné, že se 78,7 % jedinců ve svém rodinném prostředí cítí dobře zbylých 21,3% se necítí konfortně.



Graf 1 :Spokojenost v rodinném prostředí

Otázka číslo 4.: Z jakého důvodu se ve své rodině ne/cítíte spokojen/a?

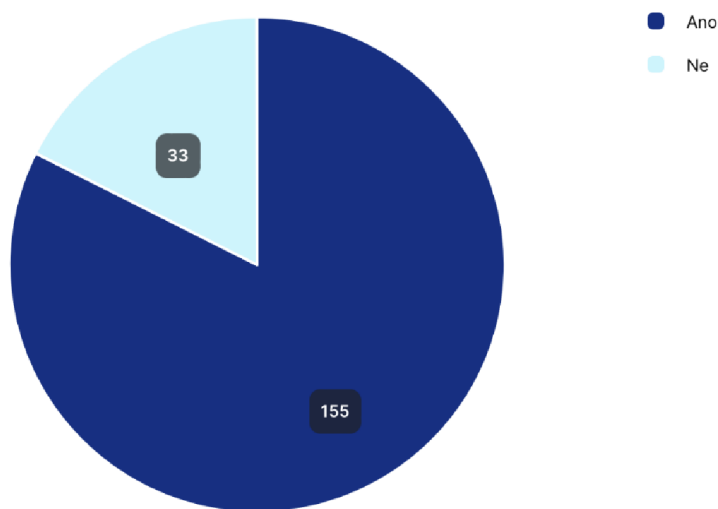
Tato otázka navazuje na otázku číslo 3. Otázka byla otevřená a respondenti se tak mohli volně vyjádřit. V tabulce číslo 4 jsou shrnuty výsledky volných odpovědí. Výsledky jsou rozřazeny do dvou sloupců, každý z nich obsahuje osm kategorií důvodů, které byly nejčastěji zmiňovány.

Ne/spokojenost respondentů v rodinném prostředí	
Spokojení	Nespokojení
Láska	Chybí vzájemná láska
Spolehlivost	Nefungující vztahy – dítě x rodič, rodič x rodič
Zázemí	Rodič alkoholik
Důvěra	Příliš zaneprázdněný rodič
Blížkost	Chybí jeden z rodičů
Společné zájmy	Časté hádky/bití
Podpora	Nepochopení
Tolerance/porozumění	Demotivace

Tabulka 4 :Důvody ne/spokojenosti v rodině

Otázka číslo 5.: Cítíte se dobře mezi svými spolužáky?

Z grafu číslo 2 je patrné, že celkem 82,4 % jedinců mezi svými spolužáky cítí dobře, jde tedy o většinu z dotazovaných avšak 17,6 % jedinců se mezi svými spolužáky dobře necítí.



Graf 2 :Spokojenost ve školním prostředí

Otázka číslo 6.: Z jakého důvodu se ne/cítíte dobře mezi svými spolužáky?

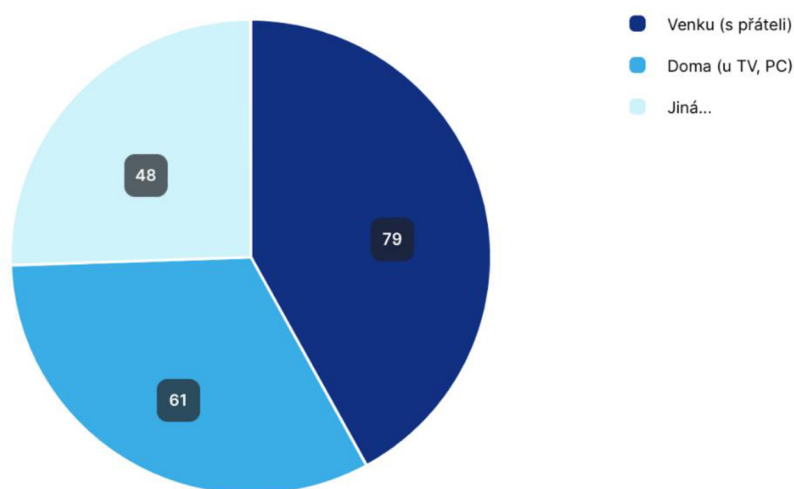
Jelikož jsem se v předchozí otázce ptala na spokojenost ve školní třídě, tak mě zajímaly i důvody, proč se cítí tak, jak se cítí. Tato otázka zjišťovala důvody odpovědi otázky číslo 5. Odpověď byla volná a zde je pomocí tabulky číslo 5 vytvořeno vyhodnocení nejčastějších odpovědí.

Ne/spokojenost respondentů ve školní třídě	
Spokojení	Nespokojení
Zábava	Strach
Přátelství	Oddálení se během Covidu
Soudržnost	Mnoho skupinek bez vzájemné tolerance
Dobrý kolektiv	Odlíšné názory
Vzájemná podpora	Výsměch/pomluvy/faleš/závist
Náhrada za rodinu	Nezapadl/a jsem
Společné zájmy	Šikana

Tabulka 5 :Důvody ne/spokojenost ve školní třídě

Otázka číslo 7.: Jak obvykle trávíte svůj volný čas?

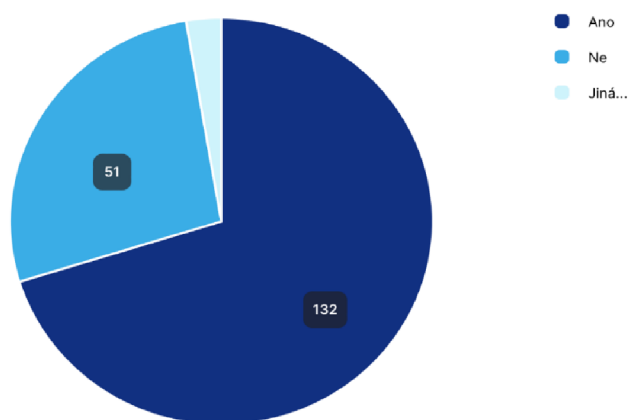
Dle grafu číslo 3 je nejčastější odpovědí možnost „venku“, kterou zvolilo 42 % respondentů, tedy méně než polovina. Možnost „doma“ zvolilo celkem 32,4 % jedinců. Odpověď „jiná“ zvolilo celkem 25,5 % respondentů, kteří ve své odpovědi zmiňovali také sport či brigádu.



Graf 3 :Volný čas

Otázka číslo 8.: Věnujete se nějakému sportu či koníčku?

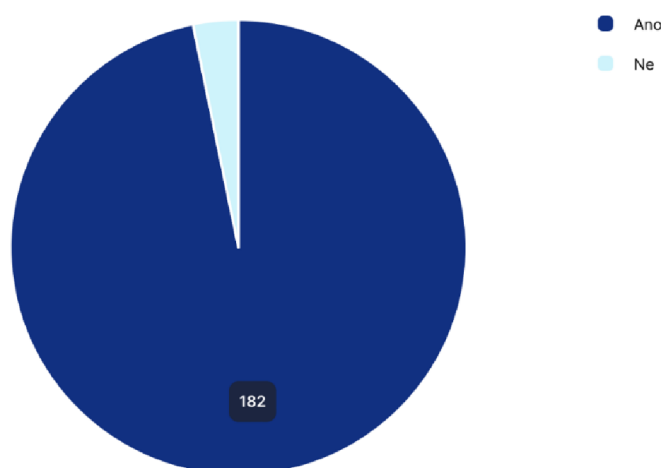
Graf 4 nám ukazuje, že celkem 70,2 % respondentů má něco, na co by se mohli těšit, tedy věnují se nějakému sportu či mají koníček. Dalších 27,1 % odpovědělo, že se žádnému sportu či koníčku nevěnuje. 2,7 % z dotazovaných uvedlo, že koníček sice mají, ale nevěnují se mu pravidelně.



Graf 4 :Sport, koníček

Otázka číslo 9.: - Ochutnal/a jste někdy nápoj, který obsahoval alkohol?

Z grafu 5 je patrné, že z celkových 188 dotazovaných zodpovědělo 96,8 %, že již ochutnali nápoj, který obsahoval alkohol a to i přes to, že nedovršili osmnácti let. Ti, kteří odpověděli na tuto otázku odpovědí „ne“, tj. 3,2 %, neodpovídali na následujících třináct otázek.



Graf 5 :Ochutnávka alkoholického nápoje

Otázka číslo 10.: O jaký alkoholický nápoj se jednalo?

Tato otázka byla otevřená. Mezi nejčastější odpovědi patří pivo a víno. Nechyběl zde však ani tvrdý alkohol, jako je vodka, rum či jagermeister. Další častou odpovědí bylo frisco, zelená či šampaňské. Dalo by se tedy říci, že nezletilí mají s alkoholem bohaté zkušenosti. Znázornění procentuálních výsledků alkoholu, který je konzumován mezi respondenty.

Nejčastěji konzumovaný alkohol mezi respondenty	
Pivo, víno, frisco	53 %
Tvrdý alkohol (rum, vodka)	25,3 %
Zelená, Jägermeister	14,6 %
Šampaňské, avanti	7,1 %

Tabulka 6 :Nejčastěji konzumovaný alkoholický nápoj

Otázka č. 11 V kolika letech to bylo?

Tabulka číslo 7 nám ukazuje, v kolika letech došlo u respondentů k první konzumaci alkoholu. Nejčastější odpovědí bylo v patnácti letech, kterou uvedlo 34,1 % z dotazovaných. Šokující je, že 0,5 % užilo alkohol už ve svých osmi letech.

První konzumace alkoholu	
8 let	0,5 %
10 let	1,6 %
11 let	1,6 %
12 let	3,8 %
13 let	13,5 %
14 let	19,2 %
15 let	34,1 %
16 let	17 %
17 let	8,2 %

Tabulka 7 :Věk, kdy nápoj užili

Otázka č. 12 Z jakého důvodu jste alkoholický nápoj požil/a ?

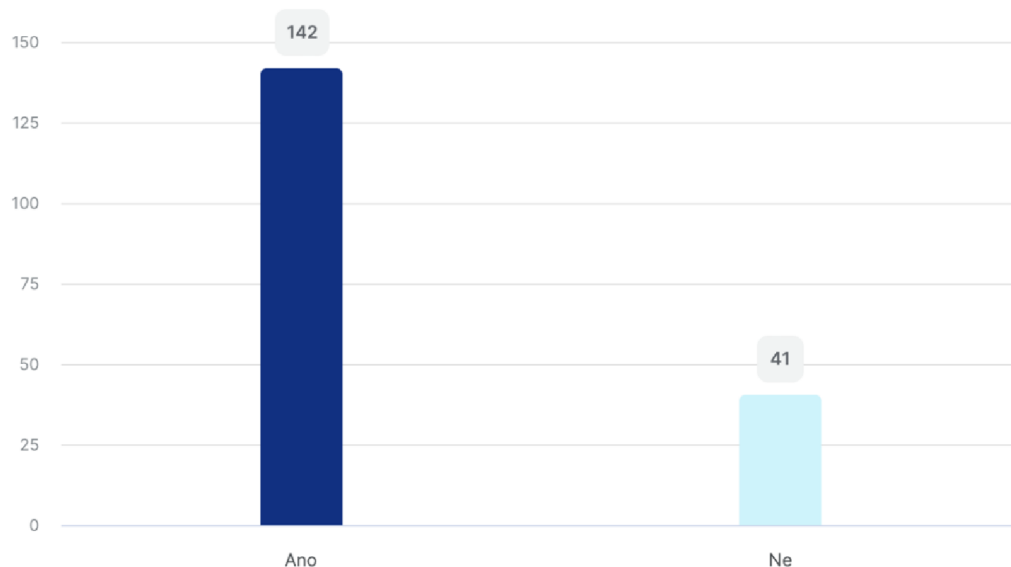
Obvyklou odpovědí na tuto otázku je, že respondentům byl alkohol nabídnut doma rodiči při rodinných oslavách, přípitky. Nechybí ani odpovědi typu, že respondenti ochutnali alkohol na party, venku s kamarády. Častou odpovědí je také zvědavost a zábava. Tabulka číslo 8 shrnuje důvody konzumace alkoholu.

Důvody konzumace alkoholu mezi mladistvými	
Rodinné oslavy	37,2 %
Party s kamarády	21,5 %
Venku s kamarády	20,6 %
Z nudy	10,4 %
Zvědavost	10,3%

Tabulka 8 :Důvody konzumace

Otázka číslo 13.: Cítil/a jste se někdy po konzumaci alkoholu opilý/opilý?

Tato otázka zjišťuje, zda jedinci konzumovali takové množství, aby se po něm cítili opilí. Graf číslo 6 ukazuje, že 78 % respondentů odpovědělo, že se po konzumaci alkoholu cítili opilí a 22 % dotazovaných opilost necítilo.



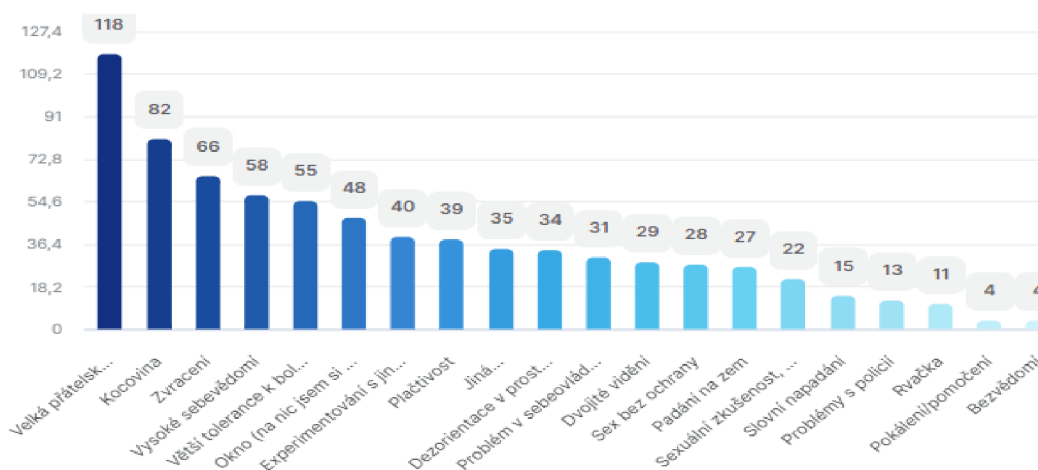
Graf 6 :Opilost

Otázka číslo 14.: Jak často u vás dochází ke konzumaci alkoholu?

Tato otázka byla otevřená a zjišťovala, jak často u mladistvých dochází ke konzumaci alkoholu. Jsou jedinci, kteří uvádí, že u nich ke konzumaci alkoholu nedochází vůbec nebo zcela výjimečně, pokud se konají nějaké významné akce, to znamená 3x-5x do roka. Dále respondenti uvádí, že konzumují alkohol jednou za dva měsíce, jednou za měsíc. Někteří pak uvádí že několikrát měsíčně, obvykle každý víkend. A v neposlední řadě se vyskytly odpovědi, ve kterých respondenti přiznávají konzumaci alkoholu několikrát týdně, dokonce obden. Někteří dokonce s alkoholem před osmnáctým rokem již přestali.

Otázka číslo 15.: Pokud jste pod vlivem alkoholu, je Vaše chování obvykle spojeno s některou z možností? (označ vše, co si u sebe vypořezoval/a)

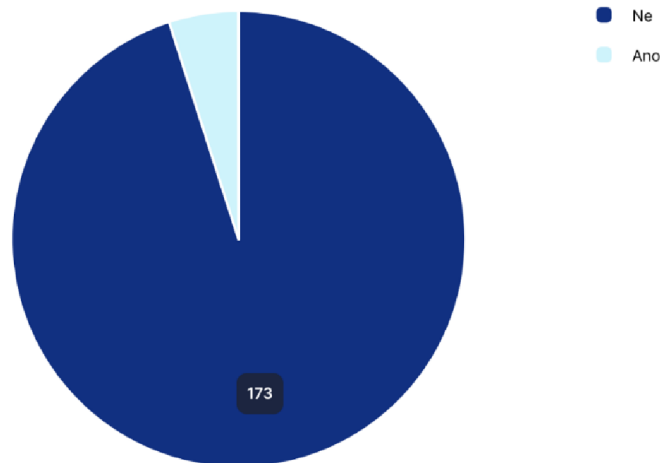
Tato otázka zjišťovala stadium opilosti, které jedinci prožili. Dotazovaní měli vybrat z nabízených příznaků. Z grafu číslo 7 je patrné, že problémy s policií mělo 7,1 %, experimentování s jinými návykovými látkami (cigarety, marihuana) zažilo 22 %, sex bez ochrany 15,4 %, sexuální zkušenost, které později litovali dokonce 12,1 %, problém v sebeovládání 17 %, rvačka 6 %, slovní napadání 8,2 %, velká přátelskost/veselost 64,8 %, kocovina 45,1 %, okno 26,4 %, zvracení 36,3 %, vysoké sebevědomí 31,9 %, plačtivost 21,4 %, dvojité vidění 15,9 %, padání na zem 14,8 %, bezvědomí 2,2 %, pokálení/pomočení 2,2 %, větší tolerance k bolesti 30,2 %, dezorientace v prostoru 18,7% a dále měli také možnost volné odpovědi, kterou si zvolilo 19,2% respondentů. V těchto odpovědích jsem však zaznamenala stejné chování, které bylo na výběr, akorát byla odpověď zaznamenána vlastními slovy.



Graf 7 :Chování pod vlivem alkoholu

Otázka číslo 16.: Byl/a jste někdy hospitalizován/a v důsledku konzumace alkoholu?

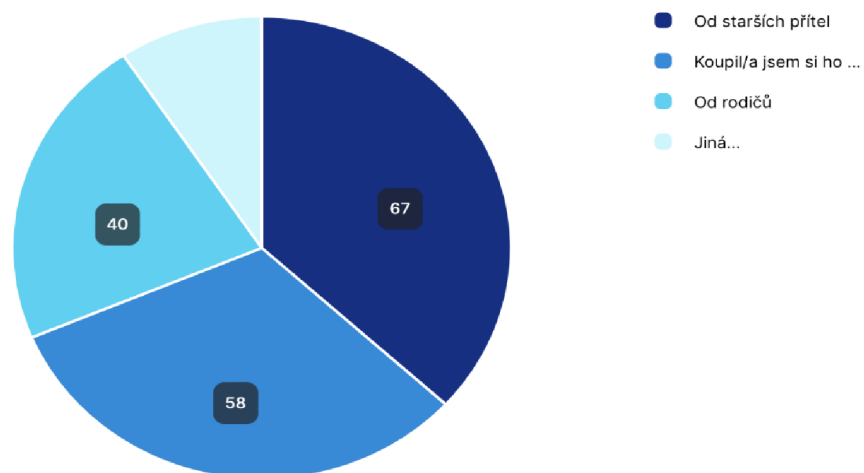
Hospitalizováno bylo dle odpovědí 4,9 % respondentů. Většina tj. 95,1 % s hospitalizací v důsledku konzumace alkoholu zkušenost nemá. Viz graf číslo 8.



Graf 8 :Hospitalizace

Otázka číslo 17.: Kým Vám byl alkohol poskytnut ?

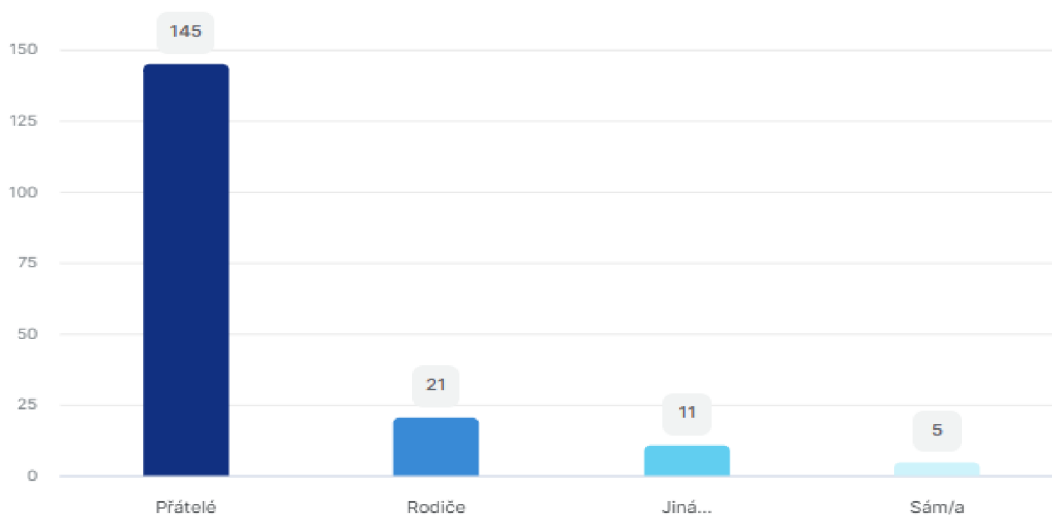
Graf číslo 9 nám jasně ukazuje, že 31,9 % uvedlo, že si alkohol koupili sami. Od starších přátel ho získalo 36,8 % a od rodičů až 22 %. Jinou odpověď zvolilo 9,3 %, kteří následně uvedli, že jim byl alkohol poskytnut všemi, které jsou v možnostech na výběr.



Graf 9 :Poskytnutí alkoholu

Otázka číslo 18.: S kým alkohol obvykle konzumujete?

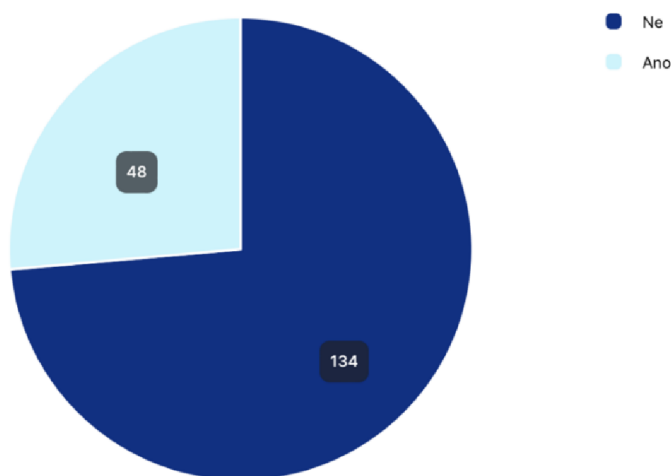
Z grafu číslo 10 vyplývá, že nejvyšší procento z dotazovaných uvedlo, tj. 79,7 %, že alkohol obvykle konzumují s přáteli. S rodiči dochází ke konzumaci u 11,5 % dotazovaných. Možnost sám/a zvolilo 2,7 % respondentů. Jinou možnost uvedlo zbylých 6 %, kteří následně uvedli, že je to stejně často jak přáteli tak i s rodiči.



Graf 10 :Konzumace alkoholu

Otázka číslo 19.: Konzumujete alkohol pravidelně?

Jak můžeme vidět na grafu číslo 11, tak většina z dotazovaných odpověděla, že alkohol pravidelně nezneužívá, tj. 73,6 %. Zbylých 26,4 % dotazovaných alkohol konzumuje pravidelně.



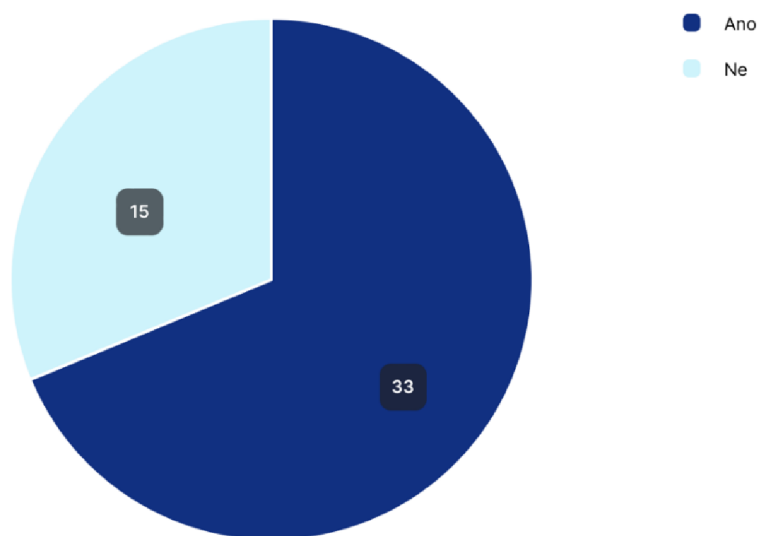
Graf 11 :Pravidelnost konzumace

Otázka číslo 20.: Z jakého důvodu konzumujete alkohol pravidelně?

Tato otázka navazuje na předchozí otázku a snaží se zjistit, proč 26,4% z dotazovaných konzumuje alkohol pravidelně. Nejčastějším zmiňovaným důvodem u těchto respondentů je zdroj zábavy, u více než 51%, následně jsou zmiňovány důvody jako nástroj pro relaxaci, pocity méněcennosti, zapomenutí nebo že jim samotný alkohol zkrátka chutná.

Otázka číslo 21.: Považujete konzumaci alkoholu za neodmyslitelnou součást Vašeho životního stylu?

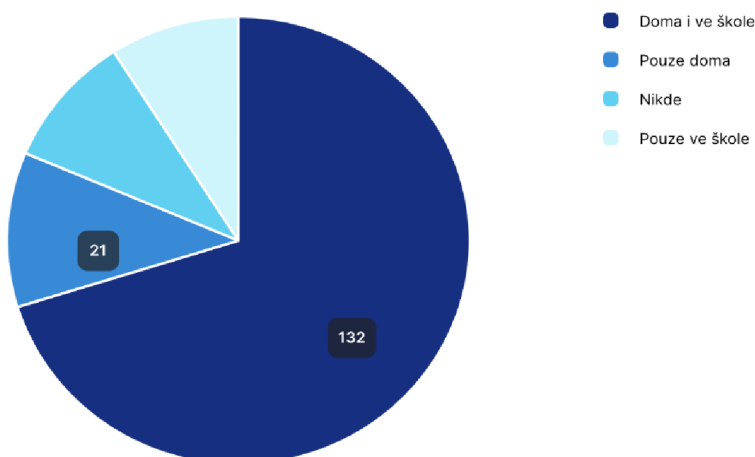
Ti, kteří alkohol konzumují pravidelně uvedli v 68,8 %, že považují alkohol i jako součást svého životního stylu. Pouze 31,3 % respondentů uvedlo, že alkohol do jejich životního stylu nepatří. Viz graf 12.



Graf 12 :Konzumace alkoholu jako životní styl

Otázka číslo 22.: Byla Vám ve škole nebo doma sdělena rizika užívání alkoholu?

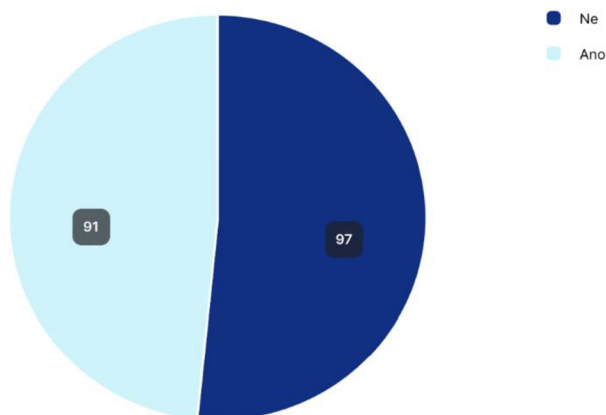
Graf číslo 13 nám ukazuje, že více než 90% jedinců zná rizika, která jsou spojena s užíváním alkoholu. Nejčastěji, tj. v 70,2% je uvedeno, že respondentům byla sdělena rizika i ve škole i doma. Odpověď „pouze doma“ uvedlo 11,2%, možnost pouze ve škole zvolilo 9 % z dotazovaných. Zbýlých 9,6 % uvedlo, že jim nebyla sdělena rizika užívání alkoholu nikde.



Graf 13 :Rizika alkoholu

Otázka číslo 23.:Byl na Vaší škole proveden preventivní program na užívání alkoholu

Dle grafu číslo 14 vidíme překvapivou odpověď, že více než polovina respondentů, tj. 51,6 % uvedla, že u nich na škole nebyl proveden preventivní program o užívání alkoholu. U 48,4 % jedinců preventivní program proveden byl.



Graf 14 :Primární prevence

5.3 Diskuse

Z porovnání vlastního šetření s určenými předpoklady vyplynuly následující závěry.

1. Hypotéza: Předpokládám, že většina z těchto jedinců, tj. více než 51 %, kteří se necítí dobře doma/ ve škole, konzumují alkohol pravidelně.

Tento předpoklad byl ověřen otázkami 3,4,5,6,9,13,14,19 a 21.

Na otázku „Cítíte se spokojen/á ve svém rodinném prostředí?“ jsem dostala odpověď, že se necítí dobře 21,3 % z dotazovaných a z toho 97,5 % uvedlo, že u nich došlo ke konzumaci alkoholu, pouze jeden z těchto jedinců alkohol neochutnal, což potvrzuje otázka číslo 9. Otázka číslo 13 zjišťovala, zda se po konzumaci alkoholu jedinci cítili opilí, 76,9 % z těch, kteří se necítí dobře ve svém rodinném prostředí přiznalo, že se opilí cítili. Na otázku číslo 14, jak často konzumují alkohol, bylo 43,6 % respondenty odpovězeno, že jednou či vícekrát do týdne, tedy většina, tj. 56,4 % jedinců alkohol pije jen ve výjimečných situacích. Na otázku číslo 19 „Konzumujete alkohol pravidelně?“ byla tatáž odpověď, tedy 43,6 %, méně než polovina, respondentů uvedlo, že alkohol konzumují pravidelně. Jedinců, kteří odpověděli, že konzumují alkohol pravidelně jsem se zeptala na otázku číslo 21 „Považujete konzumaci alkoholu za neodmyslitelnou součást Vašeho životního stylu?“, na kterou mi 70,6 % respondentů odpovědělo, že ano. Z tohoto vyplývá, že jedinci, kteří se necítí dobře doma ve většině případu alkohol pravidelně nepijí.

Na otázku číslo 5 „Cítíte se dobře mezi svými spolužáky?“ odpovědělo 17,6 %, že se necítí dobře. Celých 100 % z těchto jedinců uvedlo, že ochutnalo alkohol, což opět potvrzuje otázka číslo 9. Zda jedinci cítili opilost zjišťovala otázka číslo 13, přičemž 75,8 % uvedlo, že byli opilí. Na otázku číslo 14 „Jak často u Vás dochází ke konzumaci alkoholu?“ odpovědělo 66,7 %, že se nejedná o pravidelnou konzumaci, nýbrž o výjimečné události párkrát do roka, či jednou za pár měsíců. Jestli svou konzumaci alkoholu považují za pravidelnou zjišťovala otázka číslo 9, ve které bylo 30,3 % jedinců, kteří si myslí, že jejich pití alkoholu je pravidelné. Z otázky číslo 21 – „Považujete konzumaci alkoholu za neodmyslitelnou součást Vašeho životního stylu?“ plyne, že 60 % z těchto respondentů bere alkohol jako součást jejich životního stylu. Z výsledků šetření vyplývá, že jedinci, kteří se necítí dobře ve škole či v rodinném prostředí ve většině případu (tj. více než 51 %) alkohol nekonzumují pravidelně. Na základě výše uvedených informací je předpoklad považován za nepotvrzený.

Výsledek této hypotézy mě překvapil. Myslela jsem si, že většina z jedinců, kteří konzumují alkohol, ho konzumují právě proto, že unikají před problémy, které pramení právě z domácího nebo školního prostředí.

2. Hypotéza: Předpokládám, že většina dotazovaných, tj. více než 51 %, konzumovala alkohol i přes to, že znala důsledky konzumace alkoholu.

Tento předpoklad byl ověřen otázkami číslo 9,22 a 23.

Z dotazníkového šetření lze konstatovat, že valná většina respondentů alkohol ochutnala. Toto tvrzení nám potvrzuje otázka číslo 9. Někdy se však jednalo o jednorázovou záležitost, někteří jedinci naneštěstí konzumují alkohol pravidelně. Z otázky číslo 21 plyne, že více než 90 % jedinců zná rizika, která jsou spojena s užíváním alkoholu. Za zmínku stojí to, že největším zdrojem informací je mezi respondenty škola. Z výsledků otázky číslo 23, kde 51,6 % respondentů odpovědělo, že jejich škola neměla preventivní program, jsem došla k závěru vytvořit kontingenční tabulku, ve které byly porovnány odpovědi otázky číslo 22 a 23 viz tabulka číslo 7. Na základě této tabulky jsem došla k výsledku, že celkový počet neinformovaných o rizicích spojené s alkoholem je pouze 9 %. Z toho vyplývá, že se hypotéza potvrdila.

1. OTÁZKA

2. OTÁZKA

23. Byl na Vaší škole proveden preventivní program na užívání alk.?

22. Byla Vám ve škole nebo doma sdělena rizika užívání alkoholu?

	Ano	Ne	Celkem
Pouze doma	1	20	21
Pouze ve škole	13	4	17
Doma i ve škole	76	56	132
Nikde	1	17	18
Celkem	91	97	188

Tabulka 9 :Kontingenční tabulka

Tento výsledek mě nepřekvapil. Troufám si říci, že většina mladistvých alkohol užívá i při vědomí jeho rizik právě ze zvědavosti a z touhy zažít něco nového. Je tedy otázkou, jestli preventivní programy či besedy jdou správným směrem.

3. Hypotéza: Předpokládám, že více než polovina z dotazovaných, tj. více než 51 %, již konzumovala alkohol v takové míře, aby došlo k opilsti.

Tento předpoklad byl ověřen na základě otázky číslo 9, 13, 15 a 16

Otázka číslo 9 vypovídá, že alkohol ochutnalo 96,8 % respondentů a z toho 78 % uvedlo, že se po konzumaci cítili opilí, což nám dokazuje otázka číslo 13. Mezi nejčastější příznaky opilsti mezi těmito respondenty byla přátelskost a veselost, kterou jako příznak opilsti uvedlo 15,5 % respondentů, také kocovina, která byla zvolena 10,8 % respondentů. Celý přehled výsledků můžeme vidět pod otázkou číslo 15. Dobrou zprávou je, že do bezvědomí se dostalo pouze 0,5 % respondentů a hospitalizováno v důsledku konzumace alkoholu bylo také méně respondentů, přesněji tedy 4,9 %.

Tento předpoklad považuji za potvrzený.

I přes to, že výsledky ESPAD 2020 ukazují, že užívání látek u české mládeže klesá, tak si myslím, že by tento problém neměl být opomíjen a měl by na něj být kladen stále stejně velký důraz. Osobně se často setkávám s názory mladistvých, že užívání návykových látek, a to nejen alkoholu, je „v pohodě a normální“.

Pokládám si otázku, jak je možné, že má tolik jedinců zkušenosti s opilstí, když je v České republice alkohol povolen až od osmnácti let. Dostupnost alkoholu je na dosah ruky a to, dle mého názoru, není správné. Studie ESPAD uvedla, že až 80 % šestnáctiletých si bez problému dokáže obstarat pivo. Pod vlivem alkoholu jedinci často dělají rozhodnutí, kterých později litují a mnohdy je toto rozhodnutí provází celý život.

Závěr

V dnešní době je alkohol velkou součástí životního stylu spousty lidí, bohužel i těch nezletilých. Tato problematika se postupem času stává upozaděnou, jelikož se do popředí dostává tematika tvrdších drog a atraktivnější témata. Užívání alkoholu se stává přijatelným, pro mnohé normálním. Stále více mladých lidí užívá alkohol i přes to, že jsou obeznámeni s riziky, která jsou spojena s jeho užíváním a absolvovali preventivní přednášky. Spousta mladistvých má bohatou zkušenost s různými druhy alkoholu. Tito jedinci v alkoholu vidí určitou jistotu, druh zábavy a relaxu. Dalo by se říci, že někteří jedinci se dokáží bavit pouze pod vlivem alkoholu. Nemůže pro mě být překvapením časté užívání alkoholu mezi mladistvými, jestliže na ně vlivy alkoholu působí téměř denně ze všech stran. Působit na jedince může v reklamách, na sociálních sítích a mnohdy i doma, jako přípitek při různých oslavách nebo dlouhých večerech. Právě rodina bývá jedním z nejčastějších činitelů první nabídky alkoholu. Dostupnost alkoholu v ČR je bezbřehá, a to je jeden z hlavních problémů. Mezi další rizika, která jsou podceňována je síla alkoholu a dopady účinků na lidský organismus.

Bakalářská práce se zabývala problematikou užívání alkoholu mezi mladistvými a jejich životním stylem. V teoretické části bylo popsáno období dospívání, tělesný a emoční vývoj dospívajících a byla přiblížena socializace v tomto období. Druhá kapitola se zabývala definicí životního stylu a volného času. Třetí kapitola byla věnována alkoholu, specifikům působení, faktorům, které zvyšují rizika závislosti, byla popsána stádia opilosti a také bylo popsáno možné poškození organismu, v neposlední řadě byl popsán pojem závislost. Poslední kapitola z teorie pojednává o prevenci.

V rámci praktické části bylo provedeno kvantitativně orientované šetření, kterého se zúčastnilo 188 respondentů. V rámci empirického šetření byly zkoumány zkušenosti žáků základních a středních škol s alkoholem, do jaké míry zkušenosti sahají a z jakého důvodu k pití dochází. Tato část se svými výsledky snaží přispět ke zmapování postojů a zkušeností mladistvých s konzumací alkoholu v Královéhradeckém kraji. V dotazníkovém šetření byly stanoveny 3 hypotézy, které byly následně na základě výsledků šetření vyhodnoceny.

Omezením pro tuto práci mohl být strach z toho, že odpovědi nebudou stoprocentně anonymní.

Seznam použitých zdrojů

Aktuální problémy životního stylu: sborník referátů a příspěvků ze semináře sekce Sociologie integrálního zkoumání člověka a sekce Sociologie kultury a volného času. Praha: Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, [200-]^^^, ISBN 8073081318

BAR, Victoria. *Škola opilosti: stručná historie kultivovaného požitku.* Přeložil Zdeňka BŘEZINOVÁ. Praha: Volvox Globator, 2015. ISBN 978-80-7511-216-3.

Co dělat, když: praktické náměty k prevenci a intervenci rizikového chování. 2010-2014. Praha: Raabe, 2010. ISSN 1804-5537.

Co je prevence - Klinika Adiktologie . Klinika Adiktologie [online]. Dostupné z: https://www.adiktologie.cz/co-je-prevence?fbclid=IwAR1qV5iAQ6PGmLbk0rUqjBzYGvwVtRkBNVHkCN7aKELoBOf80J4reT_JeT8

DANKO, Pavel. Alkohol – poškození organismu. 2003. Dostupné na: (http://www.paveldanko.com/alkohol/index.htm#poskozeni_organismu)

DAVID, Ivan, Jakub FRYDRYCH, Libor CHVÍLA, Jiří KOBZA, Pavel KUŘÁTKO, Tomio OKAMURA, László SÜMEGH a Pavel TŮMA. *Děti a drogy: legislativa, praxe, léčba, prevence.* [Rudná]: Medias res, 2019. Sborník (Medias res). ISBN 978-80-87957-20-2.

Drogy- info, 2020 [online]. Dostupné na: (<https://www.drogy-info.cz/article/press-centrum/cesti-teenageri-uzivaji-navykove-latky-stale-mene-ukazuji-vysledky-ceske-casti-mezinarodni-studie-espad/>)

FISCHER, Slavomil a Jiří ŠKODA. *Sociální patologie: závažné sociálně patologické jevy, příčiny, prevence, možnosti řešení.* 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2014. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-50-460.

FISHER, Robert. *Učíme děti myslet a učit se: praktický průvodce strategiemi vyučování.* Praha: Portál, 1997. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-120-7.

FÜRST, Maria. *Psychologie: včetně vývojové psychologie a teorie výchovy*. Olomouc: Votobia, 1997. ISBN 80-7198-199-0.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu. 2., rozš. české vyd.* Přeložil Vladimír JŮVA, přeložil Vendula HLAVATÁ. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0.

GILVARRY, Eilish, Paul MCARDLE, Anne O'HERLIHY, K. A. H. MIRZA, Dickon BEVINGTON a Norman MALCOLM, ed. *Doporučené postupy pro práci s mladými lidmi s problémy souvisejícími s užíváním návykových látek*. Přeložil Silvia MIKLÍKOVÁ. Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze, 2016. ISBN 9788073262723.

HARTL, Pavel. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-803-1.

HAVLÍK, Michal. *Alkohol: problém u dětí a mladistvých*. Solen Medical Education. Ostrava, 2009, 2009(10), 3. ISSN 1803-5310.

INCHLEY, Jo, Dorothy CURRIE, Alessio VIENO, Torbjørn TORSHEIM, Carina Ferreira BORGES, Martin M WEBER, Vivian BARNEKOW a João BREDÁ, ed. *Adolescent alcohol-related behaviours: trends and inequalities in the WHO European Region* [online]. WHO Regional Office for Europe, 2018 [cit. 2022-03-21]. ISBN 978 92 890 5349 5. Dostupné z: https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0007/382840/WH15-alcohol-report-eng.pdf

JEDLIČKA, Richard. *Poruchy socializace u dětí a dospívajících: prevence životních selhání a krizová intervence*. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5447-5.

KIKALOVÁ, Kateřina a Miroslav KOPECKÝ. *Úvod do studia prevence závislosti dětí a dospívajících*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2014. ISBN 978-80-244-3928-0.

KALINA, Kamil. *Klinická adiktologie*. Praha: Grada Publishing, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4331-8.

KRAUS, Blahoslav. *Středoškolská mládež a její svět na přelomu století*. Brno: Paido, 2006. ISBN 80-7315-125-1.

KRAUS, Blahoslav. *Životní styl současné české rodiny*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-80-7435-544-8.

MACEK, Petr. *Adolescence: psychologické a sociální charakteristiky dospívajících*. Praha: Portál, 1999. ISBN 807178348x

MACHOVÁ, Jitka a Dagmar KUBÁTOVÁ. *Výchova ke zdraví*. Praha: Grada, 2009. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2715-8.

NĚMEC, Jiří. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.

NEŠPOR, K.: *Návykové chování a závislost*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2011. 176 s. ISBN 978-80-262-0189-2

Opilost - stádia, příznaky, počet promile alkoholu v krvi - Alkoholik.cz. [online]. Copyright ©[cit.23.02.2022]. Dostupné z :https://www.alkoholik.cz/zavislost/psychika_a_telo/opilost_stadia_priznaky_pocet_promile_alkoholu_v_krvi.html

POL, Milan a Petr NOVOTNÝ, ed. *Vybrané kapitoly ze školní pedagogiky*. Brno: Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, 2002. ISBN 80-210-3020-8.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem: [vývojová psychologie]* : přepracované vydání. 3. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0772-6.

STAŠOVÁ, Leona, Gabriela SLANINOVÁ a Iva JUNOVÁ. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-567-7.

TYLER, Andrew. *Drogy v ulicích: mýty - fakta - rady*. Praha: I. Železný, 2000. ISBN 80-237-3606-x.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vydání druhé, doplněné a přepracované. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.

Seznam grafů

Graf 1 :Spokojenost v rodinném prostředí	31
Graf 2 :Spokojenost ve školním prostředí	32
Graf 3 :Volný čas	33
Graf 4 :Sport, koníček	33
Graf 5 :Ochutnávka alkoholického nápoje	34
Graf 6 :Opilost.....	36
Graf 7 :Chování pod vlivem alkoholu	37
Graf 8 :Hospitalizace	38
Graf 9 :Poskytnutí alkoholu	38
Graf 10 :Konzumace alkoholu	39
Graf 11 :Pravidelnost konzumace	39
Graf 12 :Konzumace alkoholu jako životní styl.....	40
Graf 13 :Rizika alkoholu	41
Graf 14 :Primární prevence	41

Seznam tabulek

Tabulka 1 :Strategie prevence	27
Tabulka 2 :Pohlaví.....	30
Tabulka 3 :Věk	30
Tabulka 4 :Důvody ne/spokojenosti v rodině.....	31
Tabulka 5 :Důvody ne/spokojenost ve školní třídě.....	32
Tabulka 6 :Nejčastěji konzumovaný alkoholický nápoj	34
Tabulka 7 :Věk, kdy nápoj užili	35
Tabulka 8 :Důvody konzumace.....	35
Tabulka 9 :Kontingenční tabulka	43

Seznam příloh

Alkohol jako součást životního stylu mladistvých

Dobrý den,

ráda bych Vás požádala o vyplnění krátkého a zcela anonymního dotazníku, jehož výsledky použiji ve své bakalářské práci, která se věnuje problematice užívání alkoholu mezi mladistvými a jejich trávení volného času. Vyplnění dotazníku by Vám nemělo zabrat více než 15 minut.

Děkuji Vám za Váš čas a ochotu.

Romana Bečičková, studentka Pedagogické fakulty, UHK

1 Pohlaví

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Žena Muž

2 Věk

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

15 16 17

3 Cítíte se spokojen/á ve svém rodinném prostředí ?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano Ne

4 Z jakého důvodu se ve své rodině ne/cítíte spokojen/a?

5 Cítíte se dobře mezi svými spolužáky?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano Ne

6 Z jakého důvodu se ne/cítíte dobře mezi svými spolužáky?

7 Jak obvykle trávíte svůj volný čas?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Doma (u TV, PC) Venku (s přáteli)

Jiná...

8 Věnujete se nějakému sportu či koníčku?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano Ne

Jiná...

9 Ochutnal/a jste někde nápoj, který obsahoval alkohol?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano Ne

10 O jaký alkoholický nápoj se jednalo?

11 V kolika letech to bylo?

Nápověda k otázce: *napište číslem nikoli slovem*

12 Z jakého důvodu jste alkoholický nápoj požil/a?

13 Cítil/a jste se někdy po konzumaci alkoholu opilá/opilý?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

Ano Ne

14 Jak často u vás dochází ke konzumaci alkoholu?

15 Pokud jste pod vlivem alkoholu, je Vaše chování obvykle spojeno s některou z možností? (označ vše, co si u sebe vypožoroval/a)

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- | | | | | |
|---|--|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> Problémy s policií | <input type="checkbox"/> Experimentování s jinými návykovými látkami (cigarety, marihuana) | <input type="checkbox"/> Sex bez ochrany | <input type="checkbox"/> Sexuální zkušenost, které jsem později litoval/a | <input type="checkbox"/> Problém v sebeovládání |
| <input type="checkbox"/> Rvačka | <input type="checkbox"/> Slovní napadání | <input type="checkbox"/> Velká přátelskost | <input type="checkbox"/> Kocovina | <input type="checkbox"/> Okno (na nic jsem si další den nemohl/a vzpomenout) |
| <input type="checkbox"/> Zvracení | <input type="checkbox"/> Vysoké sebevědomí | <input type="checkbox"/> Plačtivost | <input type="checkbox"/> Dvojitě vidění | <input type="checkbox"/> Padání na zem |
| <input type="checkbox"/> Bezvědomí | <input type="checkbox"/> Pokálení/pomočení | <input type="checkbox"/> Větší tolerance k bolesti | <input type="checkbox"/> Dezorientace v prostoru | |
| <input type="checkbox"/> Jiná... | <input type="text"/> | | | |

16 Byl/a jste někdy hospitalizován/a v důsledku konzumace alkoholu?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ano Ne

17 Kým Vám byl alkohol poskytnut?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Koupil/a jsem si ho sám/sama Od starších přátel Od rodičů
- Jiná...

18 S kým alkohol obvykle konzumujete?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Rodiče Přátelé Sám/a
- Jiná...

19 Konzumujete alkohol pravidelně?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ano Ne

20 Z jakého důvodu konzumujete alkohol pravidelně?

21 Považujete konzumaci alkoholu za neodmyslitelnou součást Vašeho životního stylu?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano Ne

22 Byla Vám ve škole nebo doma sdělena rizika užívání alkoholu?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Pouze doma Pouze ve škole Doma i ve škole Nikde

23 Byl na Vaší škole proveden preventivní program na užívání alkoholu?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano Ne