

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

Volný čas a rizikové chování středoškoláků
Bakalářská práce

Autor: Tomáš Nedbal
Rekreologie – Management rekreace a sportu
Vedoucí práce: Mgr. Mária Sarková, Ph.D.

Olomouc 2017

Jméno a příjmení autora: Tomáš Nedbal

Název diplomové práce: Volný čas a rizikové chování středoškoláků

Pracoviště: Katedra rekreologie

Vedoucí diplomové práce: Mgr. Mária Sarková, Ph.D.

Rok obhajoby diplomové práce: 2017

Abstrakt: Cílem práce je analýza problematiky volného času a vybraných forem rizikového chování studentů střední školy ve vazbě na otázky náplně a trávení volného času studentů. Teoretická část je věnována popisu různých pohledů na význam volného času, forem trávení volného času a rizikového chování středoškoláků. Pozornost je věnována také způsobům prevence na středních školách. Praktická část obsahuje popis a analýzu způsobů využívání volného času u středoškoláků a sleduje projevy rizikového chování této skupiny ve vztahu k užívání návykových látek. Ve studii jsem se snažil prokázat souvislosti mezi způsobem využívání volného času a zkušenostmi s návykovými látkami. Zjištění týkající se rizikového chování středoškoláků potvrzuje důležitost preventivních programů na středních školách.

Klíčová slova: volný čas, volnočasové aktivity, rizikové chování, návykové látky, prevence

Souhlasím s půjčováním bakalářské práce v rámci knihovních služeb.

Author's first name and surname: Tomáš Nedbal

Title of thesis: Leisure time and risk behavior of high school students

Department: Department of Recreationology

Supervisor: Mgr. Mária Sarková, Ph.D.

The year of presentation: 2017

Abstract: The aim of this thesis is to analyse the issue of leisure time and particular forms of risk behaviour in high school students in terms of leisure time activities and the ways of spending leisure time. The theoretical part is devoted to description of various perspectives on the purpose of leisure time, the forms of spending leisure time and risk behaviour in high school students. The practical part includes the description and the analysis of ways of spending leisure time in high school students and is focused on risk behaviour manifestations of this group in relation to use of addictive substances. In this study I tried to prove a connection between the ways of spending leisure time and experience with addictive substances. The findings concerning the risk behaviour in high school students confirm the importance of prevention programs in high schools.

Key words: leisure time, leisure time activities, risk behaviour, habit-forming substances, prevention

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem práci zpracoval samostatně pod vedením Mgr. Márie Sarkové, Ph.D. a použil jen uvedených pramenů a literatury, které jsem řádně citoval a uvedl.

V Olomouci dne 13. července 2017

.....
Podpis

Děkuji Mgr. Márii Sarkové, Ph.D. za pomoc a cenné rady, které mi pomohly při zpracování mé bakalářské práce.

Obsah

1.	ÚVOD	8
2.	PŘEHLED POZNATKŮ	9
2.1.	Volný čas	9
2.1.1.	Funkce volného času	9
2.1.2.	Faktory, které působily a působí na vznik volného času	10
2.1.3.	Pedagogika volného času	11
2.1.4.	Formy volnočasových aktivit	13
2.1.4.1.	Aktivní využívání volného času	13
2.1.4.2.	Pasivní využívání volného času	14
2.2.	Možnosti trávení volného času	15
2.2.1.	Neorganizované formy trávení volného času	15
2.2.2.	Organizované formy trávení volného času	15
2.2.2.1.	Junák	16
2.2.2.2.	Pionýr	16
2.2.2.3.	Duha	16
2.2.2.4.	Česká táborská unie	17
2.2.2.5.	Hnutí Brontosaurus	17
2.2.2.6.	Domy dětí a mládeže	17
2.2.2.7.	Základní umělecké školy	18
2.3.	Pojem rizikové chování	19
2.3.1.	Typy rizikového chování	19
2.3.2.	Návykové látky a základní pojmy	20
2.3.3.	Návyk a závislost	21
2.3.4.	Varovná znamení, která signalizují možné užívání drog	21
2.3.5.	Klasifikace a účinky návykových látek	23
2.3.5.1.	Konopné drogy	23

2.3.5.2.	Opiáty.....	25
2.3.5.3.	Stimulační látky.....	25
2.3.5.4.	Halucinogeny.....	26
2.3.5.5.	Organická rozpouštědla.....	26
2.3.5.6.	Alkohol.....	26
2.3.5.7.	Tabák.....	27
2.4.	Prevence.....	29
2.4.1.	Druhy prevence.....	29
2.4.2.	Rodina a prevence.....	30
2.4.3.	Škola a prevence.....	31
3.	CÍLE A HYPOTÉZY.....	32
3.1.	Výzkumné cíle.....	32
3.2.	Hypotézy.....	32
4.	METODIKA.....	33
4.1.	Zpracování dat.....	33
5.	VÝSLEDKY.....	34
5.1.	Prezentace výsledků výzkumného šetření.....	34
5.2.	Prezentace zpracovaných hypotéz.....	45
6.	DISKUZE.....	49
7.	ZÁVĚR.....	50
8.	SOUHRN.....	51
9.	SUMMARY.....	52
10.	REFERENČNÍ SEZNAM.....	53
11.	TABULKY.....	57
12.	PŘÍLOHY.....	59

1. ÚVOD

Téma bakalářské práce je volný čas a jeho možnosti, také rizikové chování středoškoláků. Tuto problematiku jsem si zvolil z důvodu její aktuálnosti, ale i časté konfrontace s touto věkovou skupinou. Problematiky rizikového chování středoškoláků si všimli psychologové již v polovině minulého století a nyní je stále jednou z nejdiskutovanějších otázek naší společnosti. Sklon experimentovat s rizikem je dospívajícím vlastní. V posledních desetiletích přibývá mladých lidí, kteří přijali a nezvládli rizikový způsob života. V západních zemích se také proto začíná mluvit o nové morbiditě mládeže. Sloganem Světové zdravotnické organizace (WHO) se stala věta „klíčem ke zdraví dospívajících je jejich chování“.

Cílem bakalářské práce je zjistit, porovnat a zhodnotit souvislosti mezi využitím volného času a užíváním legálních i nelegálních drog středoškoláků. Dále jsem se snažil zjistit míru informovanosti studentů o problematice drogové závislosti a v jakém prostředí se studenti setkávají s drogou. Získával jsem informace o tom, jak středoškoláci tráví svůj volný čas, s jakými drogami přišli do kontaktu a v kolika letech měli první zkušenost s drogou.

Bakalářská práce je rozdělena do pěti kapitol. První dvě kapitoly se zabývají teoretickou stránkou problematiky, zabývají se funkcí volného času, trávením volného času, rizikovým chováním a prevencí. Zbývající kapitoly řeší praktickou část problematiky, předkládám v nich výsledky šetření, které bylo provedeno dotazníkovou formou, a také konečné shrnutí výsledků.

2. PŘEHLED POZNATKŮ

V prvních kapitolách budu definovat zásadní pojmy jako volný čas, funkce volného času, faktory volného času, pedagogika volného času a jeho formy. Budu zde rozebírat možnosti trávení volného času, rizikové chování a prevenci.

2.1. Volný čas

Nejdříve objasníme pojem „volný čas“, který je doprovodným jevem ve vývojovém stupni lidské společnosti. Existuje velké množství definic volného času, které se měnily v čase podle potřeb společnosti. Můžeme říct, že je to čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí. V životě každého člověka bez ohledu na věk, či pohlaví, představuje důležitou hodnotu a působí jako podnět k dalšímu vývoji osobnosti člověka (Jansa, Helus, Válková, 2012, s. 204).

V této době, kdy se stále hovoří o vyhoření nejen dlouho pracujících lidí, ale i dětí, je důležité upřít pozornost na téma volného času. Sak (2006) uvádí že „Volný čas je potencialitou a prostorem vznikající a rozvíjející se lidské subjektivity, rozvoje myšlení, kreativity, filozofické reflexe a vnášení lidské subjektivity do vnějšího prostředí“. Když člověk nedisponuje dostatkem volného času, nedokáže se rozvíjet, nechat svůj mozek odpočinout, dát si prostor objevit v sobě něco nového.

A právě skupina dospívajících je tou skupinou, které efektivní využívání volného času může přispět k důležitému formování osobnosti. Mladý člověk je už osamostatněný od rodiny, stále víc času věnuje sobě a svým přátelům, hledá si skupinu, kde by mohl zapadnout a někam patřit. To všechno a ještě víc se děje v jeho volném čase. „Volný čas dospívajícího a volba vrstevnické skupiny a dobré přijetí v ní má vliv na jeho společenskou adaptaci. Kvalitní využití volného času, včetně pravidelného pohybového režimu, jsou podmínkou úspěšného vývoje.“ (Kabíček, Csémy, Hamanová, 2014, s. 149).

2.1.1. Funkce volného času

Když hovoříme o volném čase, nemůžeme vynechat ani jeho funkce. Stejně jako definicí je i specifických funkcí volného času mnoho. Pro cíle naší práce jsme si vybrali jednoduché dělení funkcí volného času podla Hofbauera (2004, s. 13). Jak uvádí, funkcemi volného času jsou:

- odpočinek (regenerace pracovních sil)
- zábava (regenerace duševních sil)
- rozvoj osobnosti (spoluúčast na vytváření kultury)

Ve své publikaci Hofbauer zmiňuje i vymezení jiných autorů, kteří vycházejí ze stejných základů. Jednu z prvních souborných prací o volném čase dětí a mládeže vydal již před druhou světovou válkou Michael Damay. Vymezil v ní biologickou, sociální, politickou a pedagogickou dimenzi volného času. Francouzský sociolog Roger Sue uvádí jako funkce volného času:

- psychosociologickou
- sociální
- terapeutickou
- ekonomickou

Funkce psychosociologická zahrnuje rozvoj, zábavu a uvolnění. Funkce sociální socializaci v různých sociálních prostředích, terapeutická zahrnuje zdravotní hledisko, prevenci chorob a zdravý životní styl. Funkce ekonomická oceňuje hospodářský význam volného času pro jednotlivce, ale i společnost.

Rozšířené funkce a možnosti volného času komplexně vymezil německý pedagog volného času Horst W. Opaschowski, který za základní považuje:

- rekreaci (zotavení a uvolnění)
- kompenzaci (odstranění zklamání a frustrací)
- výchovu a další vzdělávání (učení ke svobodě a ve svobodě, sociální učení)
- kontemplaci (hledání smyslu života a jeho duchovní výstavba)
- komunikaci (sociální kontakty a partnerství)
- participaci (podílení se, účast na vývoji společnosti)
- integraci (stabilizaci života rodiny a vrůstání do společenských organismů)
- akulturaci (kulturní rozvoj sebe samých, tvořivé vyjádření prostřednictvím umění, sportu, technických a dalších činností)

2.1.2. Faktory, které působily a působí na vznik volného času

Jedním z faktorů je **zkracování pracovní doby**. Vývoj pracovní doby zaznamenal mnoho změn, neprobíhal jednosměrně. Docházelo jak ke zkracování, tak k prodlužování pracovní doby. Na otázku vývoje pracovní doby se podíváme od středověku, kdy průměrný

počet hodin práce byl 2500 ročně, což činilo v přepočtu na dny 190–215 pracovních dnů díky náboženským svátkům. Vysoký počet svátků se nelíbil absolutistickým panovníkům, a tak se v roce 1750 počet pracovních hodin navýšil na 3167 (Hofbauer, 2004, s. 26).

Jak vypadala situace v naší zemi, popsal rožmitálský kantor Jakub Jan Ryba, který musel brát v úvahu také čas určený pro školní docházku. „Domácí práce nemohou vadit školní docházce, neboť dopřejeme-li dětem denně 7–8 hodin spánku, 2 na jídlo a také 10 k práci, zbývají pro školu stále ještě 4 hodiny.“ (Hofbauer, 2004, s. 26)

Na začátku 19. století byla pracovní doba 12–14 hodin denně. Díky nepřetržitým sociálním bojům se její délka zkrátila na 8 hodin denně, což bylo 48 hodin týdně.

Počátkem 30. let 20. století došlo ke snížení na 40 hodin s perspektivou na další snížení. V následujících desetiletích nastaly změny, které ovlivnily zkrácení pracovního týdne na 5 pracovních dnů. Počátkem 90. let 20. století se začaly objevovat diskuze o zkrácení pracovního týdne na 4 pracovní dny a pružné pracovní době, která je častým předmětem diskuzí i v současnosti. V České republice bylo na konci 20. století 112 nepracovních dnů (z jejich celkového ročního počtu) a délka pracovní doby činila 8,5 hodiny. Zkrácení pracovní doby zásadně přispělo k prodloužení volného času.

Dalším faktorem je **nerovnoměrný růst obyvatel a změna jejich věkové i etnické skladby**. Hofbauer (2004, s. 29) uvádí: „Volný čas a možnosti jeho výchovného využití ovlivňují demografické změny. S dosavadním i předpokládaným růstem světové populace roste a dále poroste také jeho celkový fond. Vývojová křivka počtu obyvatel světa je velmi strmá.“

V 1. století našeho letopočtu bylo podle odhadu na světě 250 milionů obyvatel, v roce 1800 svět dosáhl první miliardy. Za dalších 200 let nás bylo 6 miliard a samozřejmě to není konečný stav. Zvyšující se počet reálných a potenciálních zájemců přináší větší různorodost potřeb volného času a zájmů. Výchovné zhodnocování volného času se tak stává složitějším.

„Volný čas a potřeba jeho výchovného zhodnocování se i z tohoto hlediska stává stále patrněji celoživotním fenoménem a aktualizuje potřebu výchovu k volnému času rozvíjet již od dětství a mládí.“ (Hofbauer, 2004, s. 29)

2.1.3. Pedagogika volného času

60. léta minulého století přinesla poznání, jak důležitou roli v životě hraje volný čas. Zásadní bylo zkrácování pracovní doby dospělých, zavedení pětidenního pracovního i školního týdne a rostoucí počet žáků, kteří se aktivně účastnili na aktivitách volného času.

Poválečná léta byla pro sociologii kritická, ale v 60. letech došlo k obratu, znovu se u nás uskutečňovala empirická šetření, vycházely první práce a objevovaly se zmínky o pedagogice volného času jako nové disciplíně. Počátkem 90. let se pedagogika volného času a výchova mimo vyučování uskutečňovaly souběžně. Postupně se začal prosazovat přístup, který vycházel z konceptu volného času a uplatňoval se na seminářích a konferencích pracovníků této oblasti, v publikacích včetně učebnic. Volný čas se stával opravdu nedílnou součástí lidského života. **Vznikající pedagogika volného času a příbuzné obory** (např. pedagogika zážitků) se intenzivně věnovaly otázce volného času, jeho významu a výchovným možnostem (Knotová, 2011; Průcha, 2013).

V této souvislosti pokládáme za souhrnný pojem výchovné zhodnocování volného času, který zahrnuje několik oblastí:

Výchova ve volném čase zahrnuje působení v čase, který neslouží realizaci základních biologických potřeb ani pracovních či školních povinností. Děti a mladí lidé vstupují aktivně do výchovného procesu na základě dobrovolné účasti, což umožňuje vytváření nových možností a specifických způsobů jejich formování.

Výchova prostřednictvím aktivit volného času se zaměřuje na utváření individuálních rysů činnosti i na jeho působení mezi druhými lidmi, čímž máme na mysli ve vrstevnické nebo zájmové skupině, v dobrovolnické práci apod. Východiskem a současně cílem aktivit je osvojit si nové znalosti, dovednosti a kompetence.

Výchova k volnému času zahrnuje zvážení samotného volného času, záměrné odkrývání a využívání obsahů činností a různých způsobů jeho uskutečňování. Výchova k volnému času otevírá nové možnosti aktivit a rozvoje jedince.

Výchova formální, informální, neformální – jedná se o nové pojmy, které se v posledních desetiletích objevují zejména v dokumentech a praxi evropských institucí.

„Formální učení probíhá ve vzdělávacích institucích a vede k získání uznávaných certifikátů a kvalifikací. Neformální učení probíhá vedle hlavních vzdělávacích systémů a zpravidla nevede k získání formalizovaného certifikátu. Neformální učení může být poskytováno na pracovišti a prostřednictvím činností organizací a sdružení občanské společnosti. Informální učení je přirozeným doprovodným znakem každodenního života. Na rozdíl od formálního a neformálního učení nemusí být informální učení vždy učním záměrným. Proto ani sami jeho účastníci nemusí snadno rozpoznat, jak přispívá k jejich vědomostem a dovednostem.“ (e- Pedagogium [on-line], 2011, s. 11)

Podle Hofbauera (2004, s. 20) „Výchova formální a neformální se shodují ve svých cílech: v rozvoji osobnosti, sociální integraci a výchově k aktivnímu občanství. Obě rozvíjejí

nejen intelektuální, nýbrž také praktické a sociální kompetence ve znalostech, v umění jednat a v „umění být“.

2.1.4. Formy volnočasových aktivit

Volnočasové aktivity dělíme **na aktivní a pasivní využívání** volného času a **odpočinku**. Současný vývoj volnočasových aktivit dětí a mládeže není příliš příznivý, jelikož se do popředí dostává spíše pasivita, konzumnost a nenáročnost aktivit. Podle MŠMT se jeví jako závažný problém mizení podílu volného času, který mládež věnuje vzdělávání. Tento trend může mít celospolečenský a ekonomický dopad, protože civilizační procesy charakterizuje provázanost ekonomiky, vzdělanosti, vědy a kultury.

2.1.4.1. Aktivní využívání volného času

Výzkum zaměřený na aktivní trávení volného času dětí a mládeže prokázal, že děti trávící svůj volný čas aktivním způsobem se cítí být v životě šťastnější a spokojenější (Caloňová, 2014). Podle MŠMT kvalitní náplň volného času nevyřeší vše, ale když má dítě pestrou nabídku a šanci, že v něčem bude úspěšné, zmenšuje se pravděpodobnost rizikového chování. Nejúčinnějším podnětem pro rozvoj dětské osobnosti ve volném čase je živý vztah mezi dětmi a rodiči či dětmi a jejich vrstevníky.

Aktivní trávení volného času musí splňovat následující funkce:

- aktivní přístup dětí a mládeže k provádění této činnosti
- kompenzace jednotvárné zátěže (při vyučování, dlouhém sezení, nerovnoměrném zatěžování jednotlivých oblastí mozku a nervové soustavy apod.)
- posilování zdravého způsobu života a zdraví

Dále u dětí a mládeže rozlišujeme následující formy aktivit:

- fyzická aktivita realizovaná organizovanou tělovýchovnou a sportovní činností a neorganizovanou tělovýchovnou a sportem
- zájmová činnost s účastí na práci ve výtvarných, přírodovědeckých, technických, hudebních kroužcích apod.
- pohyb na čerstvém vzduchu spojený s fyzickou aktivitou (s turistikou, prací na zahradě)

- společenská činnost prováděná v co nejvyšší míře venku a při pohybové aktivitě
- zábava kompenzující duševní napětí a přispívající k rozvoji osobnosti

2.1.4.2. Pasivní využívání volného času

Pasivní trávení volného času má mnoho forem, např. sledování televize, hraní počítačových her, chatování, brouzdání po internetu. Pro všechny tyto formy ale platí, že se jedná o minimální nebo žádnou fyzickou zátěž. Mládež si neuvědomuje, že tento životní styl s sebou nese zdravotní rizika. Pasivním trávením volného času se zabývá mnoho autorů. Např. Hamřík, Kalman, Bobáková a Sigmund (2012) zjistili, že více než 55 % dívek a 60 % chlapců tráví v pracovním týdnu před obrazovkou více než 2 hodiny denně. Mezi další pasivní činnosti patří návštěvy diskoték, večírků, hospod a také nicnedělání. Životní styl založený na tomto trávení volného času může vést ke vzniku rizikového chování.

2.2. Možnosti trávení volného času

Možností trávení volného času je nespočet. Necháme-li stranou volný čas strávený v domácím prostředí, můžeme trávení volného času rozdělit na formy neorganizované a formy organizované.

2.2.1. Neorganizované formy trávení volného času

Stejně jako organizované formy tak i neorganizované formy nabízejí velký výběr možností pro realizaci dětí a mládeže. „Proto zařízení vytvářejí podmínky i pro neorganizované využití volného času podle aktuálního zájmu jednotlivců i skupin, vymezené pouze provozní dobou zařízení a pedagogicky a organizačně ovlivňované jen nepřímo.“ (Hofbauer, 2004, str. 89)

Patří sem posilovny, různá sportoviště, hřiště, plavecké bazény, koupaliště, lanová centra, lezecké stěny, divadla, kina, knihovny, muzea, galerie či hudební a taneční kluby. Děti a mládež na základě vlastního rozhodnutí volí, zda a kdy tato zařízení navštíví. Nejsou ničím vázáni. Spontánní aktivity jsou velmi oblíbené. Jedním z důvodů může být právě svoboda v rozhodování, kdy si sami určují, čemu se momentálně budou věnovat (Hofbauer, 2004).

„Na rozdíl od členství v oddíle nebo kroužku je neorganizovaný volný čas prostorem pro individuálnější aktivity každého dítěte. Ne snad, že by se jednalo o dobu samoty bez kamarádů a přátel, ba naopak. Jeho trávení však nezaštiťuje žádné zařízení či organizace, a tak nesleduje jiná pravidla než ta společenská.“ (Bocan, Hošková, & Machalík, 2012)

2.2.2. Organizované formy trávení volného času

V České republice máme organizované školní volnočasové aktivity místního rozměru, regionální, celostátní a mezinárodní soutěže, které již potřebují dlouhodobější pozornost i trvalejší zapojení žáků. Nesmíme opomenout jednorázové volnočasové aktivity školy např. návštěvy historických památek, kulturních, sportovních a dalších obdobných akcí, školní slavnosti, zábavy, taneční a plesy; mezitřídní a meziškolní sportovní utkání, jiná soutěžní setkání, lyžařské výcvikové zájezdy a školy v přírodě, putovní i stálé prázdninové tábory nebo zahraniční zájezdy pořádané školou. Neméně důležitou roli hrají pravidelné zájmové činnosti, např. různé sportovní, umělecké, zájmové kroužky (Hofbauer, 2004).

2.2.2.1. Junák

Východiskem skautingu je přesvědčení, že svět můžeme zanechat lepší, než jsme jej poznali. Záleží na každém, co pro to udělá. Skauting se snaží zlepšovat svět skrze děti a mladé lidi. Cílem je vychovat z nich dospělé, kteří mají pevné hodnotové zakotvení, znají své místo ve společnosti, dokážou najít uplatnění, které je bude naplňovat, a budou aktivně vstupovat do společenského dění. Skautská činnost je unikátní. Vychovává, aniž by to holky a kluci postřehli. Je to celoroční práce i zábava, učí se praktickým dovednostem, lásce k přírodě a lidem, nelhostejnosti a aktivitě. Skauti a skautky tak poznávají nejen zákonitosti přírody, ale i fungování zdravého lidského společenství (Hofbauer, 2004; Skaut [on-line]).

2.2.2.2. Pionýr

Pionýr je spolek, který se věnuje výchovné práci s dětmi a mládeží ve volném čase. Jejich oddíly a kluby nabízejí činnost dívkám i chlapcům na více než 600 místech po celé republice. Velká část aktivit Pionýra je otevřená veřejnosti. Pionýr nabízí pestrou paletu aktivit. V oddílech se nejčastěji jedná o pravidelné schůzky a oddílové výpravy, věnují se turistice, táboření, kultuře, sportu, přírodovědě i technice. Nevšední jsou mezinárodní aktivity, které přinášejí nečekané příležitosti. V jejich nabídce jsou akce i pro nečleny a na více než stovce míst jsou otevřené volnočasové kluby (Pionýr [on-line]).

2.2.2.3. Duha

Duha je občanské sdružení, které na principech zážitkové pedagogiky organizuje volnočasové aktivity pro děti a mládež. Duha se zaměřuje na turistiku a táboření, outdoorové sporty, deskové hry, amatérské umění a mezinárodní výměny. Duha je velice úspěšná v projektech pro děti a mládež z dětských domovů, v programech pro neorganizované děti a mládež, v podpoře participace dětí a mládeže, rozvíjení dobrovolné služby a ve zprostředkování workcampů pro mladé lidi (Duha [on-line]).

2.2.2.4. Česká tábornická unie

Česká tábornická unie (ČTU) je organizací volně sdružující na základě společného zájmu děti, mládež a dospělé v tábornických klubech a tramských osadách. Vytváří rovněž podmínky pro rozvíjení zájmů jednotlivců-samotářů.

ČTU vychází z myšlenek lesní moudrosti. Navazuje na tradice České tábornické unie z let 1968–70 a tradice historického tramského hnutí.

ČTU zaměřuje svoji činnost na pobyt v přírodě. Sdružuje zájemce o pobyt v přírodě, kteří chtějí být jejími důvěrnými znalci, vnikat do jejích zákonů, vést ostatní k poznávání přírody a stát se jejími ochránci. Přírodou však není jen les a volnost, ale i člověk a vše krásné, co vytvořil.

ČTU dává prostor všem věkovým skupinám, pomáhá jim v uspokojování jejich zájmů a v získávání dalších znalostí a dovedností a vychovává je v ideálech pravého lidství. Posláním ČTU není něco předepisovat, ale vyjádřit společné potřeby a zájmy tábornických klubů, tramských osad a samotářů. Každý klub a osada je v ČTU samostatnou částí, která si všechny svoje otázky řeší svobodně a samostatně s přihlédnutím k vlastním možnostem a podmínkám (tabornici [on-line]).

2.2.2.5. Hnutí Brontosaurus

Hnutí Brontosaurus je uskupení převážně mladých lidí do 26 let, kterým není lhostejný svět, ve kterém žijí. Propojují proto smysluplnou práci pro přírodu, památky i lidi s netradičními zážitky a zábavou. Jsou nezávislí a otevření novým myšlenkám. Každoročně s nimi vyráží na kosení orchidejových luk, sázení stromů, opravování hradů nebo třeba stavění školy v Himálajích tisíce dobrovolníků. Hnutí Brontosaurus má více než čtyřicetiletou tradici, viditelné úspěchy, jasné cíle a více než 1000 členů, kteří za ním stojí. Ti si mezi sebou sami volí vedení organizace – jde o týmovou záležitost, ve které je přátelství stejně důležité jako důvěra (brontosaurus [on-line]).

2.2.2.6. Domy dětí a mládeže

Jejich posláním je vytvářet podmínky dětem a mládeži pro aktivní trávení volného času, umožnit zájemcům seberealizaci prostřednictvím svých koníčků a to jak na úrovni zábavné a oddechové, tak i vrcholové. Dům dětí a mládeže Olomouc je v Olomouci největším

profesionálním zařízením pro volný čas dětí a mládeže. Během školního roku nabízí téměř 140 kroužků v oblasti hudby, výtvarné výchovy, ekologie a přírodovědy, sportu a tance, techniky a dalších. Nejen pro děti a mládež pak nabízí letní tábory a pobytové kurzy, odpolední, víkendové a prázdninové akce, otevírá další prostory pro ty, kteří se chtějí věnovat svým koníčkům bez přímého dozoru dospělých (dětské hřiště).

2.2.2.7. Základní umělecké školy

Jsou součástí sítě škol, ale výuka probíhá v mimoškolní době a účast je dobrovolná. Zaměřují se na péči o rozvoj a kvalitu uměleckých oborů. Základní umělecké školy nabízejí obory hudební, výtvarné, taneční a literárně-dramatické. Největší oblibě se těší studium hudby, o které je velký zájem.

2.3. Pojem rizikové chování

Rizikové chování můžeme definovat jako „takové chování jedince nebo skupiny, které zapříčiňuje prokazatelný nárůst sociálních, psychologických, zdravotních, vývojových, fyziologických a dalších rizik pro jedince, pro jeho okolí a/nebo pro společnost. Samotný termín je v úzkém spojení s jinými pojmy – delikventní, kriminální, asociální, návykové, antisociální a další chování – přičemž jejich vztahy jsou často velice úzké s rozsáhlými obsahovými překryvy” (Dolejš, 2010, s. 9).

Sociální normy společně žijících jedinců ve skupině, rodině, kultuře plní speciální funkce. „Norma přináší jedinci informace o optimálním chování vedoucím k dosažení pozitivních cílů, o možném charakteru, rozsahu a pravděpodobnosti vyžadování odpovědnosti a o možných následcích. Společnost prostřednictvím norem stanovuje, mění vlastní cíle a svá hodnocení daných činů.” (Dolejš, 2010, s. 12)

2.3.1. Typy rizikového chování

Jednotlivé formy rizikového chování jsou často vzájemně propojeny a objevují se u jedince ve stejném časovém rámci. Některá rozdělení rizikových forem chování jsou zjednodušená, obecná. Důvodem je v budoucnu možnost zařadit jakoukoliv novou formu rizikového chování do tohoto systému (Dolejš, 2010).

Autoři vedení doktorkou Marádovou (2014) rozdělují rizikové aktivity do osmi skupin:

- a) extrémní a adrenalinové sporty
- b) adrenalinové a hazardní zábavy
- c) experimentování a riskování
- d) zneužívání drog a alkoholu a další závislosti
- e) vztahy a sex, promiskuita, prostituce, sexuální zneužívání
- f) šikana, vzájemná agrese, násilí
- g) protiprávní jednání a kriminalita
- h) další rizikové jevy a problémy dětí a mladistvých

Každou uvedenou skupinu rizikového chování adolescentů autoři dále rozepisují na podskupiny. Například ve skupině „zneužívání drog a alkoholu a další závislosti“ můžeme nalézt projevy jako protiprávní chování, krádeže či prostituce.

Dolejš (2010) rizikové chování dělí na základních sedm kategorií:

- a) užívání a zneužívání legálních a nelegálních látek
- b) kriminalita
- c) šikana, hostilis a agresivní chování
- d) problémové sexuální aktivity
- e) školní problémy a přestupky
- f) extrémistické, hazardní a sektářské aktivity
- g) ostatní formy rizikového chování

Významnou roli hraje i subjektivní vnímání rizikového chování, protože vnímání závažnosti rizikového chování je ovlivněno kontextem, ve kterém probíhá. Jinak budeme u dospívajících hodnotit konzumaci malého množství vína při rodinné oslavě a jinak pravidelné popíjení většího množství alkoholu (Širůčková, 2009).

Dle nejnovějších studií (Miovský, 2015) v nejužším pojetí řadíme do základních typů rizikového chování:

- a) záškoláctví
- b) šikanu a extrémní projevy agrese
- c) extrémní rizikové sporty a rizikové chování v dopravě
- d) rasismus a xenofobii
- e) negativní působení sekt
- f) sexuální rizikové chování
- g) závislostní chování (adiktologie)

V širším pojetí pak k těmto sedmi oblastem přibývají další dva okruhy:

- h) okruh poruch a problémů spojených se syndromem týraného a zanedbávaného dítěte
- i) spektrum poruch příjmu potravy

2.3.2. Návykové látky a základní pojmy

U adolescentů dlouhodobě mezi největší problémy v oblasti legálních drog patří tabákové výrobky (Csémy, Sovinová, Rážová, Provazníková, 2008) a alkoholické nápoje (Lepík, Dolejš a kolektiv, 2010). Mezi látky nelegální řadíme marihuanu, halucinogenní houby, pervitin, extázi, heroin, kokain a další drogy. Právní vymezení „omamných

a psychotropních látek” jsou zakotvena v § 283-289 zákona č. 40/2009 Sb., trestní zákon, ve znění zákona č. 306/2009 Sb., a v navazujících předpisech.

„Pojmové označení droga pochází z arabského slova „durana”, kterým obyvatelé označovali léky. Ve vývoji těchto látek můžeme vidět určitý posun v důvodech užívání. V minulosti lidé využívali drogy jako tišící, léčebné a rituální prostředky, ale na prahu 21. století se důvod užívání přesouvá do roviny zábavně-relaxační. To ale nemění nic na faktu, že v jakémkoliv století se někteří jedinci stávali a stávají na těchto látkách dlouhodobě závislími.” (Dolejš, 2010, s. 42)

2.3.3. Návyk a závislost

Dlouhodobé zkušenosti psychiatrů ukazují, že návyk může vzniknout už po jednorázovém setkání s drogou. Za návyk považujeme stav, „při němž si jedinec drogu přeje, drogu potřebuje za účelem vyvolání příjemných pocitů nebo zbavení se nepříjemných pocitů; nemá-li ji, citelně ji postrádá” (Závorníková, 2014, s. 55).

Výraz závislost je obvykle skloňovaný s pojmem „droga”. Závislost lze charakterizovat jako „chorobný stav spojený s neovladatelnou touhou po opakování prožitku, tj. nekontrolovatelnou potřebou po dalším užití drogy, mnohdy s tendencí zvyšovat dávky. Jde o psychický a někdy i fyzický stav, který je charakterizovaný specifickými změnami chování.” (Marádová, 2014, s. 19)

2.3.4. Varovná znamení, která signalizují možné užívání drog

Často jsme překvapeni, že si nikdo z blízkých nevšimne, že jejich dítě má problém s nějakou drogou. Projevuje se u nich určitý druh slepoty vůči varovným znamením signalizujícím problém. Neměli bychom brát na lehkou váhu níže zmíněné varovné signály (Hajný, 2001).

Náhlá změna nálad, nepřiměřené reakce

Dítě se izoluje od ostatních nebo se naopak stane středem pozornosti. Různé situace řeší až podezřele klidně, nebo velmi podrážděně.

Zhoršování ve škole

Dítě se zhorší v prospěchu, neplní školní povinnosti, výrazně se mu zvýší absence. Přestane navštěvovat zájmové kroužky, špatně zvládá překážky.

Změna okruhu přátel

Dítě se začne kamarádit s naprosto odlišnou skupinou lidí než dosud. V takovém případě bychom měli být na pozoru.

Výrazná změna image a stylu hudby

Je přirozené, že se dítěti v průběhu dospívání mění vkus v oblékání i v hudbě, kterou poslouchá. Je důležité si dítěte více všimnout a mluvit s ním. Výrazná změna v oblékání a hudbě může mít spojitost s užíváním drog.

Skrývání a zakrývání

Dítě se začne zamykat, tráví spoustu času samo, je podrážděné, když někdo vstoupí do jeho pokoje, nosí volné oblečení, dlouhé rukávy nebo brýle. Tyto všechny rysy mohou znamenat, že se snaží zakrýt projevy užívání drog, jako jsou červené oči, zúžené zornice či vpichy.

Častá vyčerpanost, spavost

Uživatel je nadměrně pasivní, v době nejsilnějšího účinku mu často padají víčka a vypadá, že usne.

Lži a předstírání

Dítě ve velké míře lže. Nápadné je to hlavně u jedinců, kteří dříve nelhali. Snaží se tím zakrýt častý pobyt mimo domov či výrazné výdaje peněz. Lži a předstírání jsou jedním z typických příznaků, které naznačují, že je s jedincem něco v nepořádku.

Rychle nastupující sexuální aktivita

Rychle nastupující sexuální aktivita je podezřelá zejména u těch mladých lidí, kteří jsou introvertní a stydliví. Je známé, že alkohol či drogy odbourávají zábrany.

Izolace od rodiny

Dospívající člověk má potřebu sebeidentifikace, odpoutání se od rodiny. Pokud je samota dlouhodobá a dospívající se brání komunikaci s ostatními, může to znamenat jeho nadměrnou zainteresovanost v jiném světě – ve světě drog.

Snížené sebevědomí

Dítě, které si připadá odmítané a kritizované, ve škole spíše v roli outsidera, neoplývá vysokým sebevědomím, a tak často sklouzne k drogám jako k formě úniku.

Chybějící léky či alkohol v domácnosti

Dalším varovným signálem před možným užíváním drog bývá ztráta prášků proti bolesti či léků na spaní v domácnosti. Dospívající zkouší zprvu nejdostupnější drogu. To se týká i alkoholu. Řada uživatelů heroinu uvádí, že před heroinem konzumovali větší množství alkoholu.

Ztrácející se věci a peníze

V domácnosti se začínají ztrácet peníze či věci. Uživatel si potřebuje koupit drogu, řeší to krádeží peněz či věcí, které zastavuje nebo prodává. Výše zmiňované body představují varovná znamení signalizující možné užívání drog. Pokud se vyskytnou společně nebo frekventovaně, je dobré být na pozoru a jednat (Hajný, 2001).

2.3.5. Klasifikace a účinky návykových látek

Existuje mnoho systémů dělení návykových látek. Společensky nejpoužívanější dělení je na zákonné a nezákonné. Dále je můžeme dělit podle vzniku na přírodní, semisyntetické a syntetické, podle typu působení a chemického složení a nakonec podle stupně společenské nebezpečnosti (Zábranský, 2003).

2.3.5.1. Konopné drogy

Produkty konopí marihuany a hašiše obsahují účinnou látku THC přičemž v hašiši je koncentrace této látky mnohem vyšší.

„Konopné drogy jsou užívány především kouřením. V menším měřítku se objevuje také perorální užití, obvykle jako součást pokrmů či nápojů nejrůznějšího druhu. Doba účinku těchto drog je individuální, od 1 do 4 hodin, při požití i déle. Mezi nejčastější projevy intoxikace patří rozšířené zornice, zarudlé oči, zrychlený puls, kašel, pach potu po spálené trávě, zhoršení paměti na nedávné události, únava, nezájem.“ (Marádová, 2014, s. 20)

Podle studie ESPAD 2012 alespoň jednu zkušenost s užitím nelegální drogy v životě uvedlo 43 % dotázaných šestnáctiletých studentů. Nejčastěji se jednalo o konopné látky, tj. marihuanu nebo hašiš (42 % studentů), užití jiné nelegální drogy uvedlo celkem 11 % respondentů. Mezi roky 1995 a 2003 byl sledován výrazný nárůst zkušeností studentů s užitím konopných látek – v roce 1995 uvedlo užití marihuany 22 % studentů, v roce 2003 již 44 % studentů, v roce 2007 byly zkušenosti studentů s marihuanou prakticky stejné jako při výzkumu v roce 2003 (45 %). V roce 2011 byl poprvé zaznamenán nepatrný pokles na 42 %, což může být způsobeno pouze chybou měření. Další v pořadí nejčastěji užitými nelegálními drogami v populaci šestnáctiletých byly v roce 2011 halucinogenní houby (7 %) a LSD (5 %), teprve poté následovalo užití extáze (3 %). Užití pervitinu někdy v životě uvedla 2 % dotázaných (šestnáctiletých studentů), heroin nebo jiné opiáty užilo 1 % respondentů. Relativně rozšířené byly mezi studenty zkušenosti s užitím léků se sedativním účinkem bez doporučení lékaře (10 %), a čichání rozpouštědel (8 %) (Csémy, Chomynová, 2012).

Rizika zneužívání konopných látek podle Marádové (2014):

- poškození mozkových buněk, zhoršená paměť a schopnost soustředit se, podrážděnost
- poruchy koordinace pohybu a udržování rovnováhy
- poruchy zraku (zarudlé oči) a sluchu
- zrychlený puls, dýchací potíže, zvýšené riziko nádorových onemocnění plic (marihuana obsahuje o polovinu více rakovinotvorných látek nežli tabák a s tabákem se často míchá), choroby cévní
- negativní vliv na pleť, snížená obranyschopnost, nepravidelná menstruace
- halucinace, kolísání nálad, deprese
- ztráta kontroly nad sebou, narušené vnímání času
- ztráta zájmu o zevnějšek, pasivita, snížení výkonu, změna vztahu k okolí, ústup ostatních zájmy do pozadí
- přechod na drogy jiné, nebezpečnější (marihuana je považována za tzv. vstupní drogu)

2.3.5.2. Opiáty

K nejčastěji zneužívaným látkám této skupiny patří heroin, opium, morfin, dolsin, kodein a také buprenorfin. V české republice se léta vyráběl z kodeinu „Braun“. Zneužívá se injekčně a vyvolává silnou závislost s výrazným odvykacím syndromem. Dnes byl do značné míry vytlačen dováženým heroinem. Heroin je nejsilnější látkou této skupiny.

Občas se objevují zprávy o léčbě Metadonem. Metadon je návyková látka této skupiny. Má mírnější, ale delší odvykací syndrom. Náhradní podávání je možné jako součást širší léčby u pokročilých závislostí opiátového typu. Metadon se rozhodně nehodí pro ty, kdo drogy pouze zkoušejí.

Na opiáty roste tolerance. To znamená, že k dosažení stejného účinku se musí zvyšovat dávka drogy. Po přestávce ve zneužívání opiátů (např. po uvěznění nebo v situaci, kdy je droga delší čas nedostupná), tolerance (odolnost) vůči opiátům prudce klesá. Použití stejně vysoké dávky jako dřív může vést ke smrtelné otravě (Nešpor, 2003).

2.3.5.3. Stimulační látky

Nejvíce se u nás zneužívá pervitin (metamfetamin). Do této skupiny patří mnoho látek, např. amfetamin, efedrin, fermetrazin a dexfermetrazin a běžný, i když slabší, kofein. Tyto látky zvyšují bdělost a vybičovávají organismus po stránce tělesné i duševní. Někdy bývají zneužívány jako doping. Pervitin vyvolává dosti často halucinace a pocity pronásledování. Efedrin je obsažen v některých lécích proti kašli. U nás se pervitin mnoho let vyrábí pokoutně právě z efedrinu a příbuzných látek (např. z přípravku Modafen). Při výrobě se používá mimo jiné fosfor a jód, který nebývají výrobci schopni odstranit z konečného produktu, což zvyšuje jeho jedovatost. Pervitin se používá šňupáním nebo nitrožilně. Jde o mimořádně silnou drogu. Nitrožilní způsob podání zvyšuje riziko náhlé otravy, zanesení infekce do těla, přenos žloutenky a nověji AIDS. Závislost na kokainu se u nás dříve vyskytovala vzácně. V současnosti je kokain dostupný, v porovnání s pervitinem, který má podobný účinek, je ale podstatně dražší. Tradičně se kokain považuje za drogu prostitutek. Ohromná množství kokainu zabavila policie i u nás. Kokain má podobné účinky jako pervitin, hlavním rozdílem je to, že kokain působí kratší dobu (Nešpor, 2003).

2.3.5.4. Halucinogeny

V minulosti se LSD u nás jeden čas používalo v rámci výcviku psychologů a psychiatrů. Předpokládalo se, že prožitek halucinací jim lépe pomůže vcítit se do duševního stavu jejich pacientů. Kromě LSD, jehož škodlivé užívání se u nás v posledních letech rozšířilo, existuje řada dalších látek této skupiny. K nejnebezpečnějším patří MDMA, při jejímž předávkování může dojít k poškození mozku. Tato droga má velmi nepředvídatelné účinky. Za „extázi“ se u nás ovšem někdy vydával do tablet zpracovaný pervitin nebo jiné ještě nebezpečnější látky. Halucinogeny, pervitin i marihuana, mohou vyvolávat tzv. „flashback“. Při něm se dostavuje pocit jako po požití drogy, i když požitá nebyla (Nešpor, 2003).

2.3.5.5. Organická rozpouštědla

Organická rozpouštědla mohou být z mnoha důvodů velmi nebezpečná. Jestliže dítě nebo mladistvý upadne do bezvědomí a zůstane v atmosféře prosycené jejich parami, hrozí smrtelná otrava. Při delším zneužívání dochází k poškození jater, krvetvorby i mozku. Organická rozpouštědla nejčastěji zneužívají děti a dospívající mladšího věku. Část z nich drog zanechává, další část přechází k alkoholu nebo k jiným drogám, určitá menší část si vytvoří závislost a ve zneužívání těkavých látek pokračuje i v pozdějším věku. Jedná se o velice riskantní způsob braní drog s rizikem smrtelných otrav. Kromě organických rozpouštědel jsou nebezpečná i některá lepidla, včetně těch, která se používají v modelářství. Pozor na největší rizika: když už někdo drogy této skupiny zneužívá, neměl by to dělat na opuštěném místě, kde není dostupná pomoc. Zneužívání těkavých látek by neměla předcházet tělesná námaha nebo stres. Jinak hrozí srdeční zástava (Nešpor, 2003).

2.3.5.6. Alkohol

V metodickém pokynu MŠMT ČR (2010) je alkohol uveden jako droga, se kterou se dítě setká nejdříve – nejčastěji v rodině nebo u vrstevníků. Je to vysoce tolerovaná droga, jejíž užívání může vést k jinému rizikovému chování. Alkohol je snadno dostupný. České děti začínají s konzumací alkoholu nejdříve z EU (přibližně v 11 letech). Česko patří mezi státy s největší spotřebou alkoholu na světě, především piva. Alkohol má vliv na psychiku a mozek, což se projevuje v chování podle množství požitého alkoholického nápoje. Při nižších

dávkách má stimulační efekt – zlepšuje náladu, sebevědomí, mnohmluvnost, při vyšších dávkách se snižuje sebekritičnost a zábrany, zvyšuje se agresivita. Pouhé informace a vzdělávání o alkoholu svádí ztracenou bitvu se sociálními normami v České republice, které užívání alkoholu podporují. Zákonné normy jsou nedostatečně dodržovány a uplatňovány. K pravidelnému pití alkoholu se přiznávají nejčastěji studenti v těch zemích, kde je zároveň nejvyšší celoživotní prevalence užití alkoholu.

„Škodlivé užívání alkoholu se může postupně vyvinout v závislost. Přechod od škodlivého užívání k závislosti na alkoholu probíhá většinou poměrně nenápadně. Příznakem rozvinuté závislosti bývá výrazná změna tolerance vůči alkoholu, následovaná výskytem abstinčních příznaků a poruchami paměti (tzv. okénka).” (Mlčochová, 2012, s. 340)

Podle studie ESPAD (Csémy, Chomynová, 2012) alkohol v životě pilo téměř 98 % dotázaných, přibližně 60 % (66 % chlapců a 50 % dívek) lze považovat za pravidelné konzumenty alkoholu (pili alkohol více než 20krát v životě).

2.3.5.7. Tabák

Kouření vzniklo v Americe, jeho historie je velmi stará. Vyvinulo se z náboženských kultů indiánů, kteří vdechovali kouř z tabákových listů při rozdmýchávání svatých ohňů. Za první kuřáky tabáku považujeme kmen Huronů. Tabák považovali za jednu z nejdůležitějších plodin. I u nich bylo kouření tabáku spojeno s náboženským obřadem. Indiáni používali tabák nejen ke kouření, ale i k léčení. Listy tabáku se přikládaly ve formě obkladu nebo pasty k léčbě vředů na kůži. Do Evropy se kouření dostalo po objevu nového světadílu. Jak rozkvétal obchod mezi národy a kontinenty, kouření tabáku se rozšířilo do Evropy, Asie, Afriky a Austrálie. Objevení první cigarety tak, jak ji známe dnes, přisuzujeme egyptskému dělostřelectvu. Na začátku 20. století již bylo na výběr z více než 160 značek cigaret. Agresivní a efektivní reklama tabákového průmyslu přispěla k rozšíření kouření cigaret po celém světě (Povová, 2015).

„Kouření tabáku patří mezi nejzávažnější známé a preventabilní rizikové faktory současné doby. Významným způsobem zvyšuje chronickou nemocnost a podílí se na předčasných úmrtích. Odhaduje se, že z dnešní populace na následky kouření zemře asi 500 milionů lidí, v našem století miliarda lidí, ročně v důsledku kouření umírá okolo 5 milionů lidí, přičemž se v průběhu příštích 15 let očekává jejich zvýšení na 10 milionů ročně.” (Hodačová, 2015, s. 149)

Alarmující je přímý vztah mezi kouřením a pitím alkoholu dospívajících. „Adolescenti, kteří kouří, pijí alkohol 5x častěji. Kuřáci ve věku 12–17 let mnohem častěji konzumují alkohol (v 59 %), než jejich nekouřící vrstevníci (v 11 %). Vědecká studie prokázala, že nikotin v tabákových výrobcích působí strukturální a chemické změny vyvíjejícího se mozku, což může u mladých lidí zvýšit vnímavost a touhu vůči alkoholu i jiným drogám a následně duševním nemocem” (Mlčochová, 2012, s. 340).

2.4. Prevence

V následující kapitole popíšeme hlavní typy prevence. Za prevenci rizikového chování „považujeme jakékoli typy výchovných, vzdělávacích, zdravotních, sociálních či jiných intervencí směřujících k předcházení výskytu rizikového chování, zamezujících jeho další progresi, zmírňujících již existující formy a projevy rizikového chování nebo pomáhajících řešit jeho důsledky” (Miovský, 2015, s. 67).

„Obecně prevenci členíme na prevenci primární, sekundární a terciální. Podstatou primární prevence je předcházení vzniku rizikového chování u osob, u kterých se ještě rizikové chování nevyskytlo. Např. předcházení užití návykových látek u osob, které dosud nejsou s drogou v kontaktu. U sekundární prevence se jedná o předcházení vzniku, rozvoji a přetrvávání rizikového chování u osob, které jsou rizikovým chováním ohroženi. Např. předcházení vzniku a rozvoji závislosti u osob, které již drogu užívají. Cílem terciální prevence je předcházení zdravotním nebo sociálním potížím v důsledku rizikového chování. Např. předcházení vážnému nebo trvalému zdravotnímu nebo sociálnímu poškození v souvislosti s užíváním drog.” (Nevoralová, 2011)

2.4.1. Druhy prevence

Rozlišujeme tři základní úrovně členění preventivních programů:

Program všeobecné prevence zaměřující se na tzv. obecnou populaci či její část, která není identifikována podle individuálních rizikových faktorů.

Programy selektivní prevence, které jsou zaměřeny na specifické skupiny např. školáky se zvýšeným rizikem problémů s chováním a užíváním návykových látek.

Programy indikované prevence, jež jsou zaměřeny na jednotlivce, kteří podle diagnostických kritérií nemají problémy se závislostí, ale vykazují určité rysy a charakteristiky rizikového chování (Miovský, 2015).

Pro případ, že preventivní program nezabere, existují služby nebo „terénní programy, nízkoprahové kontaktní a poradenské služby, detoxikace, stacionární programy léčby, metadonová substituční léčba, ambulantní léčba, krátkodobá a střednědobá ústavní léčba, rezidenční péče v terapeutických komunitách, ambulantní doléčovací programy a chráněné bydlení, domy na půl cesty, programy pracovní rehabilitace, sociální práce, práce s rodinnými příslušníky, nabídka volnočasových aktivit” (Závorníková, 2014, s. 57).

2.4.2. Rodina a prevence

Rodina hraje v otázce prevence jednu ze zásadních rolí. Podle Nešpora (2012) je důležité, aby rodina oslabovala působení rizikových činitelů a naopak posílila vliv ochranných činitelů. Některé činitele rodiče ovlivní jen obtížně, např. ty na celospolečenské nebo biologické úrovni. Vliv rodiny je nejsilnější před dosažením adolescence, pak získává na významu skupina vrstevníků, škola a širší společnost.

„Správná výchova dětí a dospívajících v rodině je interakční. Rodiče působí na své děti a děti na rodiče. Čím bohatší je vztahové předivo všeho, co interakci vytváří, tím lépe se v rodině všem daří. Děti a později dospívající mají v takové rodině dobrý předpoklad, aby všemi vývojovými etapami zdárně prošli, a byli tak připraveni na samostatné vykročení do světa jako dospělí.“ (Kabíček, 2014, s. 224)

Zásady prevence v rodině – přehled jsem převzal z publikace „Alkohol, drogy a Vaše děti“ (Nešpor a Csémy, 2003):

- Získat důvěru dítěte, umět mu naslouchat a vyhradit si pro dítě dostatek času.
- S dítětem o alkoholu a drogách hovořit přiměřeně jeho věku. Před tím je třeba si opatřit informace z důvěryhodných zdrojů. Nezletilé dítě by mělo vědět, že rodiče jsou za to, zda pije alkohol nebo zneužívá jiné látky, podle platných zákonů do velké míry odpovědní. Mají tedy nejen právo, ale i povinnost na dítě dohlížet.
- Dobře organizovat dítěti čas. Předcházet nudě, ale i vyčerpání nebo únavě v důsledku jednostranné a nadměrné zátěže.
- Pomáhat dítěti nacházet hodnoty, které usnadní odmítání alkoholu a drog. Takovými hodnotami jsou nejčastěji zdraví, dobré sebeovládání nebo duchovní hodnoty.
- Vytvořit zdravá rodinná pravidla a trvat na jejich prosazování.
- Pomoci dítěti bránit se nevhodné společnosti a najít si mezi vrstevníky bezpečné přátele. To souvisí se sociálními dovednostmi, např. jak navázat kontakt, jak odmítat nebo jak se zdravě prosadit.
- Posílit sebevědomí dítěte, např. ho při vhodných příležitostech pochválit a povzbudit.
- Spolupracovat s dalšími dospělými (širší rodina, další dospělí v místě bydliště, škola).

Prevence v rodině je důležitá, ale není všemocná. Díky prevenci se podstatně snižuje pravděpodobnost vzniku rizikového chování, což je v zájmu rodičů, jejich dětí i celé společnosti (Nešpor, 2012).

2.4.3. Škola a prevence

Děti tráví ve škole nejvíc času ze svého života – vytváří si tam základní vztahy s vrstevníky, učí se učit, ale i modelově chovat. Zároveň některým rodičům vinou pracovního nasazení nezbyvá příliš času na jejich děti. Značný vliv na řadu věcí tak přebírá školní prostředí.

Třídní atmosféra, způsoby výuky a řešení výchovných problémů či přístup učitele mají určitý vliv na vztah dětí k drogám. Pocit neúspěšnosti, přetěžování, nuda, neporozumění, nadměrná náročnost, ale i příliš nízké nároky mohou vést k tomu, že žáci ztrácí chuť něco zkoumat, objevovat a získávají dojem své vlastní neúspěšnosti. V takových případech se často obrací k činnostem, které jeho přirozené potřeby naplňují.

Učitelé by měli být na pozoru, pokud dochází k výrazným změnám chování, izolace od spolužáků, změně kamarádů, nepozornosti či apatii. Pokud jde o problémy, které jsou v rozporu se školním řádem, učitelé obvykle informují rodiče. Stává se ale, že chování připisují pouze dočasnému výpadku nebo projevům puberty. Pro předcházení rizikového chování dítěte je stěžejní vzájemná komunikace a spolupráce mezi školou a rodinou.

Od poloviny 90. let se objevilo mnoho programů, které se snaží působit na žáky a informovat je o rizicích vyplývajících z užívání drog. Takové programy zprostředkovávají živější a realističtější kontakt se světem drog. Jiné projekty usilují o odstranění důvodů experimentování s drogou a závislosti. Rozhodnutí o volbě programu náleží řediteli, případně protidrogovému koordinátorovi školy (Hajný, 2001).

„Vnímám jako důležité, že prevence ve školách není založena primárně pouze na působení v oblasti návykových látek, ale že je poskytována komplexně, čímž myslím průřezově přes celou šíři rizikového chování. Není možné budovat pozitivní návyky bez cíleného působení na oblast mezilidských vztahů a budování pozitivního klimatu ve třídách a školách. Příčiny všech forem rizikového chování spolu svým způsobem souvisejí a je třeba primární prevenci poskytovat optikou celostního působení na děti, žáky a studenty.“ (Kabíček, 2014, s. 120)

3. CÍLE A HYPOTÉZY

3.1. Výzkumné cíle

Cílem práce je zjistit, jak cílová skupina tráví svůj volný čas a míru vybraného rizikového chování studentů středních škol a případnou souvislost mezi využitím volného času a situací v rodině. Také jsem se snažil zjistit rozdíly ve způsobu trávení volného času a zkušenostech s návykovými látkami v rozdílných rodinných zázemích a s rizikovým chováním.

3.2. Hypotézy

H1: Mezi respondenty žijícími s oběma rodiči bude méně uživatelů návykových látek než mezi těmi, kteří žijí v neúplné rodině.

H2: Respondenti, kteří uvádějí, že mají svůj volný čas vyplněný organizovanou zájmovou činností, budou užívat návykové látky méně často než ti, kteří uvádějí, že žádnou organizovanou zájmovou činnost nemají.

H3: Respondenti, kteří během svého života neměli žádnou zkušenost s užíváním tabáku, budou mít méně zkušeností s drogami než ti, kteří během svého života užili tabákových výrobků.

H4: Respondenti, kteří během svého života neměli žádnou zkušenost s užíváním alkoholu, budou mít méně zkušeností s drogami než ti, kteří během svého života alkohol užili.

H5: Nejčastějším distributorem drog bude kamarád.

4. METODIKA

Průzkum byl prováděn formou kvantitativního výzkumu. K získání informací byl použit anonymní dotazník, který se skládal z 26 otázek. Obsahoval 18 otázek uzavřených (dotazovaný vybíral jen jednu odpověď z nabízených možností), 4 otázky polouzavřené (dotazovaný měl možnost vybírat jednu nebo více odpovědí a dále je upřesňoval svým vyjádřením) a nakonec 4 otázky otevřené (dotazovaný uváděl vlastní odpověď).

Výzkum byl prováděn v 1. – 4. ročnících Střední průmyslové školy Přerov, Havlíčkova 2, Přerov (<http://sps-prerov.cz/>). Dotazníkového šetření se zúčastnilo 193 respondentů. Vyplňování dotazníků se uskutečnilo pod vedením vyučujícího. Dotazovaní byli seznámeni s cílem výzkumu i postupem při vyplňování. Čas potřebný k vyplnění dotazníků byl stanoven na 20 minut. Šetření se uskutečnilo v dubnu roku 2017. Ze strany školy jsem se setkal se vstřícným jednáním.

4.1. Zpracování dat

Všechny zodpovězené dotazníky jsem převedl do elektronické podoby ve formátu Microsoft Excel, který jsem dále upravil do finální podoby.

Z celkového počtu 193 respondentů jsem vyřadil 3 dotazníky (1,55 % výzkumného souboru), jejichž odpovědi nebyly vyhodnotitelné.

5. VÝSLEDKY

Prezentované výsledky vycházejí z dotazníkové studie, která byla zaměřena na vybrané formy rizikového chování (užívání tabákových výrobků, alkoholu a marihuany) a způsoby trávení volného času a jejich vlivu na respondenta.

5.1. Prezentace výsledků výzkumného šetření

Z vyhodnocených dat týkajícího se charakteristiky výběrového vzorku vyplývá, že se zúčastnilo 190 respondentů, z toho 154 chlapců (81 %) a 36 dívek (19 %).

Tab. 1: Charakteristika výběrového souboru dle pohlaví a školního ročníku

Chlapci	154 (81 %)
Dívky	36 (19 %)
Celkem	190 (100 %)

Celkem 119 (62,6 %) chlapců a dívek žije s oběma rodiči, s jedním rodičem a jeho partnerem žije 48 (25,3 %) studentů, jen s matkou bydlí 17 (9 %) studentů, s otcem žije pouhých 5 (2,6 %) studentů, sám nebydlí nikdo. Jednoho respondenta (0,5 %) vychovávají prarodiče.

Tab. 2: Přehled odpovědí na otázku s kým respondenti bydlí

Žiji	Dívky	Chlapci	Celkem
S oběma rodiči	25 (69,4 %)	94 (61 %)	119 (62,6 %)
S jedním rodičem a jeho partnerem	7 (19,5 %)	41 (26,6 %)	48 (25,3 %)
Jen s matkou	4 (11,1 %)	13 (8,4 %)	17 (9 %)
Jen s otcem	0 (0 %)	5 (3,4 %)	5 (2,6 %)
Jinde – uveď	0 (0 %)	1 (0,6 %)	1 (0,5 %)

Nejmladšími dětmi v rodině je 68 (35,7 %) respondentů. Nejstarším dítětem v rodině je 74 (39 %) dotazovaných. Mladšího i staršího sourozence má 27 (14,2 %) respondentů a nejméně – 21 (11,1 %) – je jedináčků.

Tab. 3: Přehled odpovědí na otázku týkající se pozice v rodině z hlediska sourozenců

V rodině jsem	Dívky	Chlapci	Celkem
Jedináček	2 (5,5 %)	19 (12,3 %)	21 (11,1 %)
Nejmladší dítě	13 (36,2 %)	55 (35,7 %)	68 (35,7 %)
Prostřední dítě	6 (16,6 %)	21 (13,6 %)	27 (14,2 %)
Nejstarší dítě	15 (41,7 %)	59 (38,4 %)	74 (39 %)

O aktivitách svých dětí má přehled vždy 74 (38,9 %) rodičů, občas 108 (56,9 %) a nikdy 8 (4,2 %) rodičů.

Tab. 4: Přehled odpovědí na otázku: Rodiče vědí, jak a s kým trávím volný čas

Rodiče vědí, jak a s kým trávím volný čas	Dívky	Chlapci	Celkem
Vždy	13 (36,1 %)	61 (39,6 %)	74 (38,9 %)
Občas	21 (58,4 %)	87 (56,5 %)	108 (56,9 %)
Nikdy	2 (5,5 %)	6 (3,9 %)	8 (4,2 %)

V další otázce mohli respondenti zvolit více odpovědí současně. Nejvíce respondentů – 147 (27,4 %) – tráví svůj volný čas neorganizovaným způsobem, venku či v hospodě s přáteli. Možnost „televize a počítač“ uvedlo 141 (26,3%) studentů. Rekreačním sportem vyplňuje volný čas 74 (13,8%) dotázaných, vrcholovým sportem 32 (6%). Ve volném čase se do školy připravuje 77 (14,3%) žáků. Nejméně respondentů se věnuje organizované zájmové činnosti v kolektivu 33 (6,1%) a zájmové činnosti samostatně 33 (6,1%).

Tab. 5: Přehled odpovědí na otázku: Svůj volný čas trávím

Svůj volný čas trávím (možno více odpovědí)	Dívky	Chlapci	Celkem
Vrcholovým sportem	8 (8,1 %)	24 (5,5 %)	32 (6 %)
Rekreačním sportem	15 (15,3 %)	59 (13,4 %)	74 (13,8 %)
Organizovanou zájmovou činností v kolektivu	7 (7,1 %)	26 (5,9 %)	33 (6,1 %)
Zájmovou činností samostatně	9 (9,2 %)	24 (5,5 %)	33 (6,1 %)
S přáteli (venku, v hospodě)	24 (24,5 %)	123 (28 %)	147 (27,4 %)
U televize a pc	26 (26,6 %)	115 (26,2 %)	141 (26,3 %)
Přípravou do školy	9 (9,2 %)	68 (15,5 %)	77 (14,3 %)

Ze 190 respondentů navštěvuje 40 (21,1 %) nějakou níže zmíněnou organizaci. Možnost „Dům dětí a mládeže“ zvolilo 7 (3,7 %), „Základní umělecká škola“ zvolilo 16 (8,4 %) žáků. Členy „Pionýra“ jsou 2 (1 %) respondenti a organizaci „Brontosaurus“ navštěvuje 6 (3,2 %) dotázaných. „Českou táborskou unii“ navštěvují 2 (1 %), organizaci „Duha“ navštěvují 3 (1,6%) a „Junáka“ 4 (2,1%). Jiné organizace uvedlo 74 (39 %), jednalo se o různé registrované sporty. Žádnou organizaci nenavštěvuje 76 (40 %) respondentů.

Tab. 6: Přehled odpovědí na otázku: Ve volném čase navštěvuji organizaci

Ve volném čase navštěvuji organizaci (možno více odpovědí)	Dívky	Chlapci	Celkem
Dům dětí a mládeže	1 (2,8 %)	6 (3,9 %)	7 (3,7 %)
Junák	0 (0 %)	4 (2,6 %)	4 (2,1 %)
Pionýr	0 (0 %)	2 (1,3 %)	2 (1 %)
Brontosaurus	1 (2,8 %)	5 (3,2 %)	6 (3,2 %)
Duha	2 (5,5 %)	1 (0,6 %)	3 (1,6 %)
Česká táborská unie	0 (0 %)	2 (1,3 %)	2 (1 %)
Základní umělecká škola	4 (11,1 %)	12 (7,8 %)	16 (8,4 %)
Jiné – uved'	12 (33,3 %)	62 (40,4 %)	74 (39 %)
Nenavštěvuji žádnou organizaci	16 (44,5 %)	60 (38,9 %)	76 (40 %)

Alespoň 1x za týden tráví čas s rodinou 58 (30,5 %) dotázaných, 1x za 2 týdny 53 (27,9 %) respondentů. Jednou měsíčně podniká společné aktivity s rodiči 41 (21,6 %) studentů. Dohromady 38 (20 %) žáků tráví čas s rodinou méně často než 1x za měsíc nebo dokonce vůbec.

Tab. 7: Přehled odpovědí na otázku: S rodiči trávím svůj volný čas (výlety, kultura)

S rodiči trávím svůj volný čas (výlety, kultura)	Dívky	Chlapci	Celkem
Alespoň 1x týdně	12 (33,3 %)	46 (29,9 %)	58 (30,5 %)
Alespoň 1x za 2 týdny	4 (11,1 %)	49 (31,8 %)	53 (27,9 %)
1x za měsíc	9 (25 %)	32 (20,8 %)	41 (21,6 %)
Méně často	7 (19,5 %)	21 (13,6 %)	28 (14,7 %)
Vůbec	4 (11,1 %)	6 (3,9 %)	10 (5,3 %)

Odpověď 'spokojeno nebo spíše spokojeno' uvedlo 182 (95,7 %) respondentů. Jen 8 (4,3 %) dotázaných je nespokojeno.

Tab. 8: Přehled odpovědí na otázku: Doma se cítím

Doma se cítím	Dívky	Chlapci	Celkem
Spokojený	15 (41,7 %)	52 (33,8 %)	67 (35,2 %)
Spíše spokojený	19 (52,8 %)	96 (62,4 %)	115 (60,5 %)
Spíše nespokojený	2 (5,5 %)	5 (3,2 %)	7 (3,8 %)
Nespokojený	0 (0 %)	1 (0,6 %)	1 (0,5 %)

Většina respondentů, 107 (56,3 %) se v případě nějakého problému obrátí nejčastěji na jednoho z rodičů. Překvapivé pro mě bylo zjištění, že se také velká část respondentů obrací na kamaráda nebo kamarádku 82 (43,2 %), jen 1 uvedl, že se nesvěřuje nikomu.

Tab. 9: Přehled odpovědí na otázku: V případě nějakého problému se nejčastěji obrátím na:

V případě nějakého problému se nejčastěji obrátím na:	Dívky	Chlapci	Celkem
Matku	17 (47,2 %)	43 (27,9 %)	60 (31,6 %)
Otce	6 (16,7 %)	41 (26,7 %)	47 (24,7 %)
Kamaráda, kamarádku	13 (36,1 %)	69 (44,8 %)	82 (43,2 %)

Prostřednictvím médií se dozvědělo o návykových látkách 41 (21,6 %) respondentů. Od svého kamaráda poprvé slyšelo o návykových látkách 54 (28,5 %) dotázaných. V případě 47 (24,7 %) studentů to byl učitel, kdo je prvně informoval o návykových látkách. Od rodičů se dozvědělo o návykových látkách 39 (20,5 %) respondentů. Jinde uvedlo 9 (4,7 %) respondentů např. v počítačové hře GTA.

Tab. 10: Přehled odpovědí na otázku: Kde jsi poprvé slyšel(a) o návykových látkách (tabák, alkohol, pervitin, kokain)?

Kde jsi poprvé slyšel(a) o návykových látkách (tabák, alkohol, pervitin, kokain)?	Dívky	Chlapci	Celkem
Z médií	12 (33,4 %)	29 (18,8 %)	41 (21,6 %)
Od rodičů	4 (11,1 %)	35 (22,8 %)	39 (20,5 %)
Od kamarádů	11 (30,6 %)	43 (27,9 %)	54 (28,5 %)
Ve škole od učitele	7 (19,4 %)	40 (25,9 %)	47 (24,7 %)
Jinde – uveď	2 (5,5 %)	7 (4,6 %)	9 (4,7 %)

Skoro polovina – 90 (47,4 %) – dotazovaných středoškoláků se poprvé setkala s návykovou látkou u kamaráda. Druhá nejčastější odpověď je, dle předpokladů, na diskotéce 80 (42,1 %) respondentů. Trochu alarmující jsou čísla u odpovědi „ve škole“ – 16 (8,4 %) studentů.

Tab. 11: Přehled odpovědí na otázku: Kde ses poprvé setkal(a) s návykovou látkou?

Kde ses poprvé setkal(a) s návykovou látkou?	Dívky	Chlapci	Celkem
Ve škole	4 (11,1 %)	12 (7,8 %)	16 (8,4 %)
U kamaráda	19 (52,8 %)	71 (46,1 %)	90 (47,4 %)
Na diskotéce	12 (33,4 %)	68 (44,2 %)	80 (42,1 %)
Jinde – uveď	1 (2,7 %)	3 (1,9 %)	4 (2,1 %)

Z celkového počtu dotazovaných již okusilo cigaretu 103 (54,2 %). Do 16 let zkusilo poprvé cigaretu 82 (43,1 %) respondentů. Nejčastěji žáci poprvé kouřili mezi 10. a 13. rokem 44 (23,2 %). V méně než deseti letech to byl pouze jeden respondent. Povzbudivé je, že dosud nekouřilo 87 (45,8 %) dotazovaných.

Tab. 12: Přehled odpovědí na otázku: V kolika letech jsi poprvé zkusil(a) cigaretu?

V kolika letech jsi poprvé zkusil(a) cigaretu?	Dívky	Chlapci	Celkem
v méně jak deseti letech	0 (0 %)	2 (1,3 %)	2 (1 %)
ve 10-13 letech	8 (22,2 %)	36 (23,4 %)	44 (23,2 %)
ve 13-16 letech	7 (19,5 %)	29 (18,8 %)	36 (18,9 %)
ve více než 16 letech	2 (5,5 %)	19 (12,3 %)	21 (11,1 %)
dosud jsem nekouřil(a)	19 (52,8 %)	68 (44,2 %)	87 (45,8 %)

Pozitivní je zjištění, že skoro tři čtvrtiny respondentů – 134 (70,5 %) – nekouří. Příležitostnými kuřáky je 34 (17,9 %) studentů. Za pravidelné kuřáky se označilo 22 (11,6 %) dotazovaných.

Tab. 13: Přehled odpovědí na otázku: Jak často kouříš?

Jak často kouříš?	Dívky	Chlapci	Celkem
příležitostně (s kamarády v hospodě, oslavy)	9 (25 %)	25 (16,2 %)	34 (17,9 %)
jsem pravidelný kuřák:	7 (19,4 %)	15 (9,8 %)	22 (11,6 %)
nekouřím	20 (55,6 %)	114 (74 %)	134 (70,5 %)

Téměř všichni respondenti už mají zkušenost s alkoholem 171 (81 %). Nejrizikovější věk pro experimentování s alkoholem je mezi 13. a 16. rokem, v tomto věku poprvé pilo alkohol něco přes polovinu 97 (51,1 %) dotazovaných. Dosud neochutnalo alkohol 19 (10 %) žáků.

Tab. 14: Přehled odpovědí na otázku: V kolika letech jsi poprvé pil(a) alkohol?

V kolika letech jsi poprvé pil(a) alkohol?	Dívky	Chlapci	Celkem
v méně než 10 letech	0 (0 %)	1 (0,6 %)	1 (0,5 %)
ve 10-13 letech	9 (25 %)	37 (24 %)	46 (24,2 %)
ve 13-16 letech	18 (50 %)	79 (51,3 %)	97 (51,1 %)
ve více než 16 letech	3 (8,3 %)	24 (15,6 %)	27 (14,2 %)
dosud jsem nepil(a) alkohol	6 (16,7 %)	13 (8,5 %)	19 (10 %)

Většina respondentů – 157 (82,6 %) – konzumuje alkohol příležitostně. Pravidelné pití alkoholu přiznalo 10 (5,3 %) dotazovaných. Alkohol vůbec nepije 23 (12,1 %) dotazovaných.

Tab. 15: Přehled odpovědí na otázku: Jak často piješ alkohol?

Jak často piješ alkohol?	Dívky	Chlapci	Celkem
příležitostně (s kamarády v hospodě, oslavy)	29 (80,6 %)	129 (83,8 %)	157 (82,6 %)
Pravidelně piji alkohol:	0 (0 %)	9 (5,8 %)	10 (5,3 %)
Nepiji alkohol	7 (19,4 %)	16 (10,4 %)	23 (12,1 %)

Více než polovině respondentů – 125 (65,8 %) – byla droga nabídnuta. Naopak 65 (34,2 %) respondentů nemá zkušenost s tím, že by jim někdo nabízel drogu. Je třeba žáky informovat o negativních důsledcích užívání drog, aby případné nabídky odmítali a s drogami vůbec neexperimentovali.

Tab. 16: Přehled odpovědí na otázku: Stalo se ti, že ti někdo nabídl drogu (kromě cigaret a alkoholu)?

Stalo se ti, že ti někdo nabídl drogu (kromě cigaret a alkoholu)?	Dívky	Chlapci	Celkem
Ano	16 (44,4 %)	109 (70,8 %)	125 (65,8 %)
ne	20 (55,6 %)	45 (29,2 %)	65 (34,2 %)

Na další otázku odpovídali ti respondenti, kterým byla droga nabídnuta, tj. 125 dotázaných. Podle tabulky je jasné, že respondentům nejčastěji nabídl drogu jejich kamarád. Bylo tomu tak v 83 (66,4 %) případech. U zbytku respondentů 42 (33,6 %), se jednalo o neznámého člověka nebo jinou osobu.

Tab. 17: Přehled odpovědí na otázku: Kdo ti drogu (kromě cigaret a alkoholu) prvně nabídl?

Kdo ti drogu (kromě cigaret a alkoholu) nabídl?	Dívky	Chlapci	Celkem
kamarád	11 (68,7 %)	72 (66,1 %)	83 (66,4 %)
neznámý člověk	2 (12,5 %)	16 (14,7 %)	18 (14,4 %)
jiná osoba – uveď	3 (18,8 %)	21 (19,2 %)	24 (19,2 %)

Na další otázku odpovídali ti respondenti, kterým byla droga nabídnuta, tj. 125 dotázaných. Téměř všem respondentům – 113 (90,4 %) – byla prvně nabídnuta marihuana, u 3 (2,4 %) žáků se jednalo o tzv. taneční drogu, tedy extázi, 6 (4,8 %) studentům byl nabídnut hašiš a 2 (1,6 %) respondentům LSD.

Tab. 18: Přehled odpovědí na otázku: Jaká droga (kromě cigaret a alkoholu) ti byla prvně nabídnuta?

Jaká droga (kromě cigaret a alkoholu) ti byla nabídnuta?	Dívky	Chlapci	Celkem
marihuana	16 (100 %)	97 (89,1 %)	113 (90,4 %)
hašiš	0 (0 %)	6 (5,5 %)	6 (4,8 %)
extáze	0 (0 %)	3 (2,7 %)	3 (2,4 %)
LSD	0 (0 %)	2 (1,8 %)	2 (1,6 %)
Jiné – uved'	0 (0 %)	1 (0,9 %)	1 (0,8 %)

Na další otázku odpovídali ti respondenti, kterým byla droga nabídnuta, tj. 125 dotázaných. Nejčastěji byla droga nabídnuta respondentům v 15 letech. Je tomu tak u 67 (61,5 %) žáků. Tento věk označili nejvíce chlapci i dívky. Nejnižším věkem, který respondenti uváděli, bylo 13 let – 1 (0,9 %) žák.

Tabulka 19

Přehled odpovědí na otázku: Kolik ti bylo let, když ti byla droga (kromě cigaret a alkoholu) nabídnuta?

Kolik ti bylo let, když ti byla droga (kromě cigaret a alkoholu) nabídnuta?	Dívky	Chlapci	Celkem
13 let	0 (0 %)	1 (0,9 %)	1 (0,9 %)
14 let	2 (12,5 %)	7 (6,5 %)	9 (8,3 %)
15 let	9 (56,2 %)	76 (69,7 %)	67 (61,5 %)
16 let	3 (18,8 %)	19 (17,4 %)	22 (20,2 %)
17 let	2 (12,5 %)	6 (5,5 %)	10 (9,1 %)

Na další otázku odpovídali ti respondenti, kterým byla droga nabídnuta, tj. 125 otázaných. Nejčastějším místem, kde se dotazovaní prvně setkali s drogou, je ulice 45 (36 %). Druhá nejčastější odpověď je diskotéka 44 (35,2 %), 34 (27,2 %) respondentů uvedlo kamaráda a 2 (1,6 %) dotázaným byla droga prvně nabídnuta přímo ve škole. Neorganizovaná činnost venku s kamarády představuje pro mládež nejrizikovější způsob, jak nakládat s volným časem.

Tab. 20: Přehled odpovědí na otázku: Kde ti byla droga (kromě cigaret a alkoholu) nabídnuta?

Kde ti byla droga (kromě cigaret a alkoholu) nabídnuta?	Dívky	Chlapci	Celkem
škola	0 (0 %)	2 (1,8 %)	2 (1,6 %)
diskotéka	7 (43,8 %)	37 (33,9 %)	44 (35,2 %)
ulice	3 (18,7 %)	42 (38,6 %)	45 (36 %)
u kamaráda	6 (37,5 %)	28 (25,7 %)	34 (27,2 %)

Na tuto otázku odpovídali ti, kteří drogu již zkusili, jedná se o 62 respondentů z celkového souboru. Nejohroženější skupinou jsou respondenti ve věku 15 až 16 let.

Tab. 21: Přehled odpovědí na otázku: Drogu (kromě cigaret a alkoholu) jsem poprvé zkusil(a) v.....letech

Drogu (kromě cigaret a alkoholu) jsem poprvé zkusil(a) v:	Dívky	Chlapci	Celkem
14 letech	0 (0 %)	3 (5,5 %)	3 (4,8 %)
15 letech	3 (37,5 %)	21 (38,9 %)	24 (38,7 %)
16 letech	4 (50 %)	23 (42,6 %)	27 (43,5 %)
17 letech	1 (12,5 %)	7 (13 %)	8 (12,9 %)

Na tuto otázku odpovídali ti, kteří drogu již zkusili, v našem případě se jedná o 62 respondentů z celkového souboru. Výsledek je jednoznačný. Všichni respondenti – 62 (100 %) – vyzkoušeli jako první marihuanu.

Tab. 22: Přehled odpovědí na otázku: Kterou z následujících drog jsi zkusil(a) jako první?

Kterou z následujících drog jsi zkusil(a) jako první?	Dívky	Chlapci	Celkem
marihuanu	8 (100 %)	54 (100 %)	62 (100 %)

Na tuto otázku odpovídali ti, kteří drogu již zkusili, v našem případě se jedná o 62 respondentů z celkového souboru. U otázky bylo možné zaškrtnout více možností. Dívky mají zkušenosti převážně jen s marihuanou, hašišem, extází. Druhou nejčastěji zvolenou odpovědí byl hašiš, zvolilo ji 9 (15 %) dotázaných. Pervitin užilo 4 (6,7 %) respondentů a s kokainem má zkušenost 1 (1,7 %) respondentů mužského pohlaví.

Tab. 23: Přehled odpovědí na otázku: Kterou z následujících drog už jsi vyzkoušel(a)?

Kterou z následujících drog už jsi vyzkoušel(a)? (možno více odpovědí)	Dívky	Chlapci	Celkem
marihuanu	8 (100 %)	54 (85,1 %)	62 (100 %)
hašiš	1 (12,5 %)	8 (14,8 %)	9 (15 %)
kokain	0 (0 %)	1 (1,9 %)	1 (1,7 %)
pervitin	0 (0 %)	4 (7,4 %)	4 (6,7 %)
extází	1 (12,5 %)	3 (5,6 %)	4 (6,7 %)
LSD a jiné halucinogeny	0 (0 %)	3 (5,6 %)	3 (5 %)

Na tuto otázku odpovídali ti, kteří drogu již zkusili, v našem případě se jedná o 62 respondentů z celkového souboru. Příležitostnými uživateli drog je 26 (20,8 %) respondentů. Pravidelně nikdo z respondentů nebere drogy. Většina – 99 (79,2 %) – dotázaných v současné době drogu neužívá.

Tab. 24: Přehled odpovědí na otázku: V současné době užívám drogu (kromě cigaret a alkoholu):

V současné době užívám drogu (kromě cigaret a alkoholu):	Dívky	Chlapci	Celkem
příležitostně	3 (18,8 %)	23 (21,1 %)	26 (20,8 %)
neužívám	13 (81,2 %)	86 (78,9 %)	99 (79,2 %)

Na tuto otázku odpovídali ti, kteří v současné době drogu užívají, tj. 26 respondentů. Nejčastěji – 23 (88,4 %) – dotazovaní užívají drogu z jiných důvodů např. cítí se lépe, je pak větší sranda, a protože hledají zpestření. Pouze 2 (7,7 %) žáci užívají drogu z toho důvodu, že kamarádi ji užívají také.

Tab. 25: Přehled odpovědí na otázku: Drogu užívám, protože:

Drogu (kromě cigar. a alkoh.) užívám, protože:	Dívky	Chlapci	Celkem
mí kamarádi ji užívají také	1 (10 %)	1 (6,2 %)	2 (7,7 %)
řeším tak své problémy	1 (10 %)	0 (0 %)	1 (3,9 %)
hledám zpestření	2 (20 %)	4 (25 %)	6 (23 %)
z jiného důvodu-uvěď	6 (60 %)	11 (68,8 %)	17 (65,4 %)

Na tuto otázku odpovědělo 169 respondentů, nejčastější odpovědí bylo velmi snadné – 111 (65,6 %) – a druhou nejčastější celkem snadné – 52 (30,8 %). Někteří respondenti k odpovědi ještě dopsali, že „těžší si je už koupit rohlík“ nebo „lehčí to už snad být ani nemůže“.

Tab. 26: Přehled odpovědí na otázku: Jak těžké je pro tebe sehnat marihuanu?

Jak těžké je pro tebe sehnat marihuanu?	Dívky	Chlapci	Celkem
Celkem obtížné	1 (6,2 %)	5 (3,3 %)	6 (3,6 %)
Celkem snadné	2 (12,5 %)	50 (32,7 %)	52 (30,8 %)
Velmi snadné	13 (81,3 %)	98 (64 %)	111 (65,6 %)

5.2. Prezentace zpracovaných hypotéz

Hypotéza 1: Mezi respondenty žijícími s oběma rodiči, bude méně uživatelů návykových látek než mezi těmi, kteří žijí v neúplné rodině.

Ke zpracování hypotézy jsem použil údaje z výše doložených tabulek č. 2, 13, 15, 24. Dílčí výsledky jsou uvedeny v následující tabulce.

Tab. 27: Vztah užívání návykových látek v úplných a neúplných rodinách

	Úplná rodina (119)	Neúplná rodina (71)
Příležitostný nebo pravidelný kuřák	34 (28,6 %)	22 (30,1 %)
Příležitostný nebo pravidelný konzument alkoholu	106 (89,1 %)	61 (85,9 %)
Příležitostné nebo pravidelné užívání drog	14 (11,7 %)	12 (16,9 %)

Tabulka 26 rozdělila respondenty do dvou skupin, na žijící v úplné nebo neúplné rodině. Dále jsem zjišťoval kolik z těchto respondentů pravidelně nebo příležitostně užívá alkohol, tabákové výrobky nebo drogy. Na základě těchto výsledků nepřijímám hypotézu 1.

Hypotéza 2: Respondenti, kteří uvádějí, že mají svůj volný čas vyplněný organizovanou zájmovou činností, budou užívat návykové látky méně často než ti, kteří uvádějí, že žádnou organizovanou zájmovou činnost nemají.

Ke zpracování hypotézy jsem použil údaje z výše doložených tabulek č. 5, 13, 15, 24. Dílčí výsledky jsou uvedeny v následujících tabulkách.

Tab. 28: Vztah mezi užíváním tabákových výrobků a způsobem trávení volného času

Kouření cigaret	Vrchol. sport (32)	Rekr. sport (74)	Org. zájmová činnost v kolektivu (33)	Zájmová činnost samost. (33)	S přáteli (147)	TV a PC (141)	Příprava do školy (77)
Příležitostně	1 (3,1 %)	4 (6,8 %)	2 (6 %)	3 (9 %)	16 (10,9 %)	15 (10,6 %)	8 (10,4 %)
Pravidelně	0 (0 %)	6 (8,1 %)	2 (6 %)	2 (6 %)	26 (17,7 %)	29 (20,6 %)	4 (5,2 %)
Nekuřák	15 (46,9 %)	9 (12,2 %)	14 (42 %)	13 (39,4 %)	23 (15,6 %)	21 (14,9 %)	14 (18,1 %)

Tab.29: Vztah mezi užíváním alkoholu a způsobem trávení volného času.

Alkohol	Vrchol. sport (32)	Rekr. sport (74)	Org. zájmová činnost v kolektivu (33)	Zájmová činnost samost. (33)	S přáteli (147)	Tv a pc (141)	Přípra. do školy (77)
Příležitostně	4 (12,5 %)	21 (28,4 %)	10 (30,3 %)	7 (21,2 %)	65 (44,2 %)	69 (48,9 %)	16 (20,7 %)
Pravidelně	0 (0 %)	4 (5,4 %)	2 (6 %)	2 (6 %)	7 (4,7 %)	5 (4,3 %)	3 (3,9 %)
Nepiju	5 (15,6 %)	2 (2,7 %)	8 (24,2 %)	7 (21,2 %)	5 (3,4 %)	3 (2,1 %)	3 (3,9 %)

Tab. 30: Vztah mezi užíváním drog a způsobem trávení volného času

Drogy	Vrchol. sport (32)	Rekr. sport (74)	Org. zájmová činnost v kolektivu (33)	Zájmová činnost samost. (33)	S přáteli (147)	TV a PC (141)	Příprava do školy (77)
Příležitostně	1 (3,1 %)	7 (9,5 %)	1 (3,1 %)	2 (6,2 %)	15 (10,2 %)	13 (8,8 %)	9 (11,7 %)
Pravidelně	0 (0 %)	1 (1,4 %)	0 (0 %)	0 (0 %)	9 (6,1 %)	7 (4,7 %)	0 (0 %)
Neužívám	28 (87,5 %)	61 (82,4 %)	23 (69,7 %)	24 (72,7 %)	106 (72,1 %)	116 (78,9 %)	56 (72,7 %)

Tabulky 27, 28, 29 rozdělily respondenty podle způsobu trávení volného času. Dále jsem zjišťoval, jestli způsob trávení volného času má vliv na užívání alkoholu, tabákových výrobků nebo drog. Výsledky ukazují, že rodiče věnující se svým dětem, přispívají ke snížení rizikového chování. Na základě těchto výsledků přijímám hypotézu 2.

Hypotéza 3: Respondenti, kteří během svého života neměli žádnou zkušenost s užíváním tabáku, budou mít méně zkušeností s drogami než ti, kteří během svého života užili tabákových výrobků.

Ke zpracování hypotézy jsem použil údaje z výše doložených tabulek č. 12, 13, 15, 24. Dílčí výsledky jsou uvedeny v následující tabulce.

Tab. 31: Zkušenost s užitím tabáku a jeho vliv na užívání drog

	Má zkušenost (103)	Nemá zkušenost (87)
Příležitostný nebo pravidelný konzument alkoholu	90 (87,3 %)	67 (77 %)
Příležitostné nebo pravidelné užívání drog	17 (16,5 %)	9 (10,3 %)

Tabulka 30 rozdělila respondenty do dvou skupin, na ty co nemají žádnou zkušenost s užíváním tabáku a na respondenty užívající tabákových výrobků. Zjišťoval jsem, kolik respondentů užívá alkohol nebo drogy. Na základě těchto výsledků přijímám hypotézu 3.

Hypotéza 4: Respondenti, kteří během svého života neměli žádnou zkušenost s užíváním alkoholu, budou mít méně zkušeností s drogami než ti, kteří během svého života alkohol užili.

Ke zpracování hypotézy jsem použil údaje z výše doložených tabulek č. 12, 13, 15, 24. Dílčí výsledky jsou uvedeny v následující tabulce.

Tab. 32: Zkušenost s užitím alkoholu a jeho vliv na užívání drog

	Má zkušenost (157)	Nemá zkušenost (23)
Příležitostný nebo pravidelný kuřák	51 (32,5 %)	5 (21,7 %)
Příležitostné nebo pravidelné užívání drog	24 (15,3 %)	2 (8,6 %)

Tabulka 31 rozdělila respondenty do dvou skupin, na ty co nemají žádnou zkušenost s alkoholem a na respondenty užívající alkohol. Zjišťoval jsem, kolik z těchto respondentů užívá tabákové výrobky nebo drogy. Na základě těchto výsledků přijímám hypotézu 4.

Hypotéza 5: Nejčastějším distributorem drog bude kamarád.

Ke zpracování hypotézy jsem použil údaje z výše doložené tabulky č. 17. Dílčí výsledky jsou uvedeny v následující tabulce.

Tab. 17: Přehled odpovědí na otázku: Kdo ti drogu (kromě cigaret a alkoholu) prvně nabídl?

Kdo ti drogu (kromě cigaret a alkoholu) nabídl?	Dívky	Chlapci	Celkem
kamarád	11 (68,7 %)	72 (66,1 %)	83 (66,4 %)
neznámý člověk	2 (12,5 %)	16 (14,7 %)	18 (14,4 %)
jiná osoba – uveď	3 (18,8 %)	21 (19,2 %)	24 (19,2 %)

Z tabulky číslo 17 lze vyčíst, že respondenti se nejčastěji setkali s drogou prostřednictvím kamarádů. Na základě výsledků tabulky 17 přijímám hypotézu 5.

Hypotéza 6: Respondenti užívají drogy proto, aby se oprostili od reality dnešního světa.

Ke zpracování hypotézy jsem použil údaje z výše doložené tabulky č. 25. Dílčí výsledky jsou uvedeny v následující tabulce.

Tab. 25: Přehled odpovědí na otázku: Drogu užívám, protože:

Drogu (kromě cigar. a alkoh.) užívám, protože:	Dívky	Chlapci	Celkem
Mí kamarádi ji užívají také.	2 (14,3 %)	6 (6,5 %)	8 (7,5 %)
Řeším tak své problémy.	1 (7,1 %)	4 (4,3 %)	5 (4,7 %)
Hledám zpestření.	2 (14,3 %)	18 (19,6 %)	20 (18,9 %)
Z jiného důvodu – uveď	9 (64,3 %)	64 (69,6 %)	73 (68,9 %)

Z tabulky číslo 25 lze vyčíst, že respondenti užívají drogu, protože hledají zpestření (18,9 %), ale také z jiných důvodů (68,9 %), např. cítí se lépe, je pak větší sranda, aby si zvedli náladu. Na základě těchto výsledků přijímám hypotézu 6.

6. DISKUZE

Provedeným dotazníkovým šetřením se podařilo potvrdit všechny hypotézy, týkající se vlivu rodičů na snížení rizikového chování. Studie nám potvrdila důležitou a nezastupitelnou roli rodiny v prevenci užívání návykových látek. Studie také potvrdila pozitivní vliv funkční rodiny na zdravý a aktivní životní styl respondentů.

Na úrovni výzkumné můžeme v České republice pozorovat pozitivní trend v realizaci výzkumných projektů – HBSC (Csémy a kolektiv), ESPAD (Csémy a kolektiv), Dolejš (2010), Vacek (2008) a dalších, které přinášejí řadu využitelných poznatků k řešení primární prevence a rizikového chování.

M. Dolejš (2010) se ve své práci domnívá, že „rizikové chování“ zahrnuje nejen problémové chování na nejnižší úrovni rizika, ale i delikventní chování s vysokým rizikem. Na jedné straně může žák vyrušovat, opisovat, neposlouchat během školní výuky (problémové chování) a na druhé straně nedokáže své aktivity udržet mezi společenskými sociálními hranicemi (delikventní chování). V obou případech jsou tyto aktivity společností vnímány negativně a přinášejí jí nebo svému autorovi negativní důsledky (poznámky, tresty) a můžeme je tedy prohlásit za rizikové.

V rámci této práce jsem se také zabýval srovnáním některých forem rizikového chování s jinými studii. Srovnání s výsledky těchto obdobných studií je poměrně snadné z důvodů použití velmi podobných otázek. Z naší studie vyplývá, že alespoň jednou v životě kouřilo 64,2 % respondentů. Celkově 11,6 % dotázaných je pravidelnými kuřáky. Oproti tomu výzkum ESPAD (Csémy, Chomynová, 2012) ukazuje, že alespoň jednou v životě kouřilo 75 % šestnáctiletých.

Na závěr diskuze můžu konstatovat, že uvedené formy rizikového chování ukazují na potřebu podporovat rozvoj zdravého životního stylu a nabízet alternativy pro trávení volného času.

7. ZÁVĚR

V teoretické části práce svou pozornost soustředím na pojmové a obsahové vymezení problematiky. V rámci této práce jsem se zabýval problematikou užívání návykových látek ve vazbě na otázky forem a náplně volného času u středoškolských studentů a porovnával, zda respondenti, kteří tráví volný čas s rodiči či organizovanou zájmovou činností užívají návykové látky méně často než studenti, kteří žádné aktivity nepodnikají a volný čas vyplňují neorganizovanou činností (kamarádi, televize, počítač).

Mezi respondenty, kteří se ve volném čase věnují organizované zájmové činnosti (samostatně i v kolektivu), se vyskytuje 10 pravidelných kuřáků a také 8 pravidelných konzumentů alkoholu a jenom 1 pravidelný uživatel nelegálních návykových látek. Ve skupině studentů, kteří čas tráví neorganizovaným způsobem, nalézáme 59 pravidelných kuřáků, 15 pravidelných konzumentů alkoholu a 16 pravidelných uživatelů nelegálních drog. V našem případě se jedná o marihuanu. V současné době užívá 17 studentů pravidelně nelegální návykovou látku (marihuana), z výsledků vyplývá, že všichni kromě 1 tráví volný čas neorganizovanou činností. Studenti, kteří žijí s oběma rodiči, v 34 případech (28,6 %) kouří příležitostně nebo pravidelně cigarety, ve 106 případech (89,1 %) pijí alkohol příležitostně nebo pravidelně a 14 (11,7 %) uvedlo, že příležitostně nebo pravidelně užívají nelegální drogu. Mezi respondenty žijícími v neúplné rodině se vyskytuje 22 (30,1 %) příležitostných nebo pravidelných kuřáků, 61 (85,9 %) příležitostných nebo pravidelných konzumentů alkoholu a 12 (16,9 %) příležitostných nebo pravidelných uživatelů drog.

Z celkového počtu dotázaných 56 (29,5 %) kouří cigarety příležitostně 34, pravidelně 22, zbylých 134 (70,5 %) nekouří. Alkohol konzumuje 167 (87,9 %) studentů (příležitostně 157, pravidelně 10), pouze 23 (12,1 %) respondentů je abstinenty.

Drogy a jejich užívání představují závažný problém. Zpočátku nevinné pokusy s drogami mohou mít katastrofální následky. V tomto směru je velmi důležitá prevence, na které se podílí stát, škola i rodina. Úloha rodiny je nejdůležitější, měla by poskytovat dítěti lásku, oporu, zázemí a jistoty, snažit se naplnit jeho čas smysluplnými aktivitami, které ho budou bavit. Klíčová je důvěra, kterou si musí rodiče k dítěti získat. Školy by měly preventivně působit proti drogám, snažit se působit na žáky a informovat je o rizicích, která s sebou užívání drog přináší. V experimentování s drogami mladým lidem asi nezabráníme, ale můžeme je informovat o problematice drog, aby sami neměli potřebu s drogami začínat.

8. SOUHRN

Bakalářská práce rozebírá problematiku vybraných druhů rizikového chování studentů na střední škole ve vazbě na otázky forem a náplně volného času studentů. Práce je rozdělena na část praktickou a teoretickou. Cílem teoretické části práce je popsat různé pohledy na význam volného času, zachytit aktuální náhled na roli volného času a popsat formy trávení volného času současných středoškoláků a rizikové chování u této věkové skupiny. Pozornost byla věnována také způsobům prevence na středních školách. Praktická část práce obsahuje analýzu způsobů využívání volného času u středoškoláků a bude v tomto kontextu sledovat projevy vybraných způsobů rizikového chování této skupiny ve vztahu k užívání návykových látek. Pokusil jsem se prokázat případnou souvislost mezi způsobem využívání volného času a zkušenostmi s návykovými látkami.

9. SUMMARY

The bachelor thesis analyses particular forms of risk behaviour in high school students in terms of the forms of leisure time and leisure time activities of the students. The thesis consists of a practical and a theoretical part. The aim of the theoretical part is to describe various perspectives on the purpose of leisure time. I attempted to monitor contemporary perspective on the purpose of leisure time, and furthermore to describe the forms of leisure time activities of today's high school students and risk behavior of this age group. Attention was also aimed at the methods of prevention in high schools. The practical part comprises the analysis of ways of using the leisure time of high school students and, in this context, it is to pursue the risk behavior manifestation of this group in relation to use of addictive substances. I tried to prove a possible connection between the ways of spending leisure time and experience with addictive substances.

10. REFERENČNÍ SEZNAM

Bocan, M., Hošková, I., & Machalík, T. (Eds.). (2012). *Děti v ringu dnešního světa*. Praha: NIDM.

Caloňová, D. (2014) *Možnosti zážitkové pedagogiky v primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže. / Options of experiential education in the prevention of risky behavior of children and youth*. Physical Culture / Telesna Kultura. Vol. 37 Issue 1, p23-13p.

Csémy, L., Chomynová, P. (2012) *Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) a podtitul Přehled hlavních výsledků studie v České republice v roce 2011*. Praha: Úřad vlády České republiky.

Csémy, L., Sovinová, H., Rážová, J., Provazníková, H. (2008). Trendy v kuřáctví dětí a dospívajících v České republice v období 1994 až 2006 a vybrané souvislosti kouření mezi adolescenty. *Hygiena*, 53 (2), 48-52.

Dolejš, M. (2010). *Efektivní včasná diagnostika rizikového chování u adolescentů*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Hajný, M. (2001). *O rodičích, dětech a drogách*. Praha: Grada. Pro rodiče. ISBN 80-247-0135-9

Hamřík, Z., Kalman, M., Bobáková, D., & Sigmund, E. (2012). Sedavý životní styl a pasivní trávení volného času českých školáků [Sedentary lifestyle and passive leisure in Czech school-aged children]. *Tělesná kultura*, 35(1), 28–39.

Hodačová, L., Čermáková, E., Šmejkalová, J., Hlaváčková, E., Kalman, M. (2015) Prevalence kouření v populaci českých dětí. *General Practitioner / Praktický Lekar*. Vol. 95 Issue 4, p148-153. 6p.

Hájek, B., Hofbauer, B., Pavláková, J. (2011). *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. Vyd. 2, aktualiz. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0030-7.

Hofbauer, B. (2004). *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-927-5.

Jansa, P., Helus, Z., Válková, H. (2012). *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2026-8.

Kabíček, P., Csémy, L., Hamanová, J. (2014). *Rizikové chování v dospívání a jeho vztah ke zdraví*. Praha: Trion. ISBN 978-80-7387-793-4.

Knotová, D. (2011). *Pedagogická dimenze volného času*. Brno: Padio. ISBN 978-80-7315-223-9.

Lepík, F., Dolejš, M., Miovský, M., Vacek, J. (2010). *Školní dotazníková studie o návykových látkách, dalších formách rizikového chování a pilotní studie o užívání těkavých látek na základních školách praktických*. Karlovarský kraj. Tišnov: Scan.

Marádová a kol. (2014). *Rizikové chování dětí a mladistvých*. Retrived from http://detstvibezurazu.cz/wp-content/uploads/2014/04/DBU_rizikove_chovani.pdf

Mioviský, M. (2015). Vývoj národního systému školské prevence rizikového chování v České republice: Reflexe výsledků 15letého procesu tvorby. *Adiktologie*, 15(1), 62-87.

Mioviský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P. (Eds) (2010). *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Sdružení SCAN, Univerzita Karlova v Praze & Togga.

Mlčochová, V., Papežová, K. (2012) *Vztah konzumace alkoholu a kouření cigaret*. *General Practitioner / Prakticky Lekar*. Vol. 92 Issue 6, p339-341.3p.

MŠMT ČR, Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních (č. j. 21291/2010-28)

MŠMT ČR, Metodický pokyn MŠMT k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže (č. j. 28275/2000-51).

MŠMT ČR, Strategie prevence rizikových projevů chování u dětí a mládeže v působnosti resortu školství, mládeže a tělovýchovy na období 2009–2012.

Nešpor, K. (2012) Preventing illicit drug use in a family. *Czecho-Slovak Pediatrics / Cesko-Slovenska Pediatrie*. Vol. 67 Issue 4, p288-290. 3p.

Nešpor, K., Csémy, L., (2003). Alkohol, drogy a vaše děti. Jak problémům předcházet, jak je rozpoznávat, jak je zvládat. 5. revidované vydání. Sportpropag, Praha. Retrived from www.drnespor.eu

Nevoralová, M. (2011). Co je prevence? Retrived from <http://www.adiktologie.cz/cz/articles/detail/377/3071/Co-je-prevence>

Policie ČR (2016). Retrived February 15, 2016. Retrived from <http://www.policie.cz/policie-cr-web-informacni-servis-statistiky.aspx>

Povová, J., Dalecká, A., Hývnarová, L., Tomášková, H., Ambroz, P., Vařechová, K., Janout, V. (2015). Srovnání rizika z kouření cigaret a vodní dýmky. *General Practitioner / Prakticky Lekar*. 95 Issue 3, p127-130. 4p.

Průcha, J., Walterová, E., Mareš, J. (2013). *Pedagogický slovník*. Sedmé rozšířené a aktualizované vydání slovníku. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0403-9.

Sak, P. (2006). Proměny volného času a zaostávání pedagogiky. Referát přednesený na mezinárodní konferenci v Brně: O výchově a volném čase. Retrived from http://www.insoma.cz/index.php?id=1&n=1&d_1=paper&d_2=2006_06a

Širůčková, M. (2009). *Psychosocialni souvislosti rizikoveho chovani v adolescenci: role vrstevnickych a rodinnych vztahu*. Brno: Masarykova univerzita.

WHO Regional Comitee for Europe, 66. zasedání, Malta, 10–13. září 2012. Retrived from www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0009/169803/RC62wd09-Eng.pdf.

Zábranský, T. (2003). *Drogová epidemiologie*. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 80-244-0709-4.

Závorníková, A. (2014). Co víme o drogové problematice. *Revision & Assessment Medicine / Revizní a Posudkové Lékařství*. Vol. 7 Issue 2/3, p54-57. 4p.

Internetové zdroje

e- Pedagogium, *Výchova formální, informální, neformální* [on-line]. 2011. Citováno dne 3. 1. 2014. Retrived from http://old.pdf.upol.cz/fileadmin/user_upload/PdF/e-pedagogium/2011/e-pedagogium_1-2011.pdf

Pionýr, *Pionýr* [on-line]. Citováno dne 5. 1. 2014. Retrived from <http://pionyr.cz/o-pionyru>

Junák, *Junák* [on-line]. Citováno dne 5. 1. 2014. Retrived from <http://www.skaut.cz/skauting/o-skautingu>

Duha, *Duha* [on-line]. Citováno dne 5. 1. 2014. Retrived from <http://www.duha.cz/o-nas>

Brontosaurus, *Brontosaurus* [on-line]. Citováno dne 5. 1. 2014. Retrived from <http://www.brontosaurus.cz/o-nas>

Česká tábornická unie, *Táborníci* [on-line]. Citováno dne 5. 1. 2014. Retrived from <http://www.tabornici.cz/info-o-ctu/co-je-ctu/>

11. TABULKY

Tab. 1: Charakteristika výběrového souboru dle pohlaví a školního ročníku.

Tab. 2: Přehled odpovědí na otázku s kým respondenti bydlí.

Tab. 3: Přehled odpovědí na otázku týkající se pozice v rodině z hlediska sourozenců.

Tab. 4: Přehled odpovědí na otázku: Rodiče vědí, jak a s kým trávím volný čas:

Tab. 5: Přehled odpovědí na otázku: Svůj volný čas trávím:

Tab. 6: Přehled odpovědí na otázku: Ve volném čase navštěvuji organizaci:

Tab. 7: Přehled odpovědí na otázku: S rodiči trávím svůj volný čas (výlety, kultura):

Tab. 8: Přehled odpovědí na otázku: Doma se cítím:

Tab. 9: Přehled odpovědí na otázku: V případě nějakého problému se nejčastěji obrátím na:

Tab. 10: Přehled odpovědí na otázku: Kde jsi poprvé slyšel(a) o návykových látkách (tabák, alkohol, pervitin, kokain)?

Tab. 11: Přehled odpovědí na otázku: Kde ses poprvé setkal(a) s návykovou látkou?

Tab. 12: Přehled odpovědí na otázku: V kolika letech jsi poprvé zkusil(a) cigaretu?

Tab. 13: Přehled odpovědí na otázku: Jak často kouříš?

Tab. 14: Přehled odpovědí na otázku: V kolika letech jsi poprvé pil(a) alkohol?

Tab. 15: Přehled odpovědí na otázku: Jak často piješ alkohol?

Tab. 16: Přehled odpovědí na otázku: Stalo se ti, že ti někdo nabídl drogu (kromě cigaret a alkoholu)?

Tab. 17: Přehled odpovědí na otázku: Kdo ti drogu (kromě cigaret a alkoholu) prvně nabídl?

Tab. 18: Přehled odpovědí na otázku: Jaká droga (kromě cigaret a alkoholu) ti byla prvně nabídnuta?

Tab. 19: Přehled odpovědí na otázku: Kolik ti bylo let, když ti byla droga (kromě cigaret a alkoholu) nabídnuta?

Tab. 20: Přehled odpovědí na otázku: Kde ti byla droga (kromě cigaret a alkoholu) nabídnuta?

Tab. 21: Přehled odpovědí na otázku: Drogu (kromě cigaret a alkoholu) jsem poprvé zkusil(a) v.....letech?

Tab. 22: Přehled odpovědí na otázku: Kterou z následujících drog jsi zkusil(a) jako první?

Tab. 23: Přehled odpovědí na otázku: Kterou z následujících drog už jsi vyzkoušel(a)?

Tab. 24: Přehled odpovědí na otázku: V současné době užívám drogu (kromě cigaret a alkoholu):

Tab. 25: Přehled odpovědí na otázku: Drogu užívám, protože.

Tab. 26: Přehled odpovědí na otázku: Jak těžké je pro tebe sehnat marihuanu?

Tab. 27: Vztah užívání návykových látek v úplných a neúplných rodinách.

Tab. 28: Vztah mezi užíváním tabákových výrobků a způsobem trávení volného času.

Tab. 29: Vztah mezi užíváním alkoholu a způsobem trávení volného času.

Tab. 30: Vztah mezi užíváním drog a způsobem trávení volného času.

Tab. 31: Zkušenost s užitím tabáku a jeho vliv na užívání drog.

Tab. 32: Zkušenost s užitím alkoholu a jeho vliv na užívání drog.

12. PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Dotazník

DOTAZNÍK

Všechny údaje zde uvedené jsou naprosto anonymní a budou použity výhradně jako podklad pro diplomovou práci studentky pedagogické fakulty v Českých Budějovicích. Diplomová práce je zaměřena na způsoby trávení volného času a rizikové chování žáků středních škol. Zvolte vždy jednu možnost, pokud není uvedeno jinak.

Ročník:

1. Jakého jsi pohlaví?

- a) ženské
- b) mužské

2. Žiji:

- a) s oběma rodiči
- b) s jedním rodičem a jeho partnerem (partnerkou)
- c) jen s matkou
- d) jen s otcem
- e) sám
- f) jinde – uveď, kde.....

3. V rodině jsem:

- a) jedináček
- b) prostřední dítě
- c) nejmladší dítě
- d) nejstarší dítě

4. Rodiče vědí, jak a s kým trávím volný čas:

- a) vždy
- b) občas
- c) nikdy

5. Svůj volný čas trávím: (možno více odpovědí)

- a) vrcholovým sportem
- b) rekreačním sportem
- c) organizovanou zájmovou činností v kolektivu
- d) zájmovou činností samostatně
- e) s přáteli (venku, v hospodě)
- f) u televize a počítače
- g) přípravou do školy

6. Ve volném čase navštěvuji organizaci: (možno více odpovědí)

- a) Dům dětí a mládeže
- b) Junák
- c) Pionýr
- d) Brontosaurus
- e) Duha
- f) Česká tábornická unie
- g) Základní umělecká škola
- h) Žádnou takovou organizaci

7. S rodiči trávím svůj volný čas: (výlety, kultura)

- a) alespoň 1x týdně
- b) alespoň 1x za 2 týdny
- c) 1x za měsíc
- d) méně často
- e) vůbec

8. Doma se cítím:

- a) spokojený
- b) spíše spokojený
- c) spíše nespokojený
- d) nespokojený

9. V případě nějakého problému se nejčastěji obrátím na:

- a) matku
- b) otce
- c) někoho jiného z rodiny – uveď, na koho.....
- d) kamaráda, kamarádku
- e) učitele, učitelku
- f) nikoho, nesvěřuji se

10. Kde jsi poprvé slyšel(a) o návykových látkách (tabák, alkohol, pervitin, kokain)?

- a) z médií
- b) od rodičů
- c) od kamarádů
- d) ve škole od učitele
- e) jinde – uveď, kde.....

11. Kde ses poprvé setkal(a) s návykovou látkou?

- a) ve škole
- b) u kamaráda
- c) na diskotéce
- d) jinde – uveď, kde.....

12. V kolika letech jsi poprvé zkusil(a) cigaretu?

- a) v méně než deseti letech
- b) v 10–13 letech
- c) ve 13–16 letech
- d) ve více než 16 letech
- e) dosud jsem nekouřil(a) cigaretu

13. Jak často kouříš?

- a) příležitostně (s kamarády v hospodě, oslavy)
- b) jsem pravidelný kuřák, vykouřím denně asi.....cigaret
- c) nekouřím

14. V kolika letech jsi poprvé pil(a) alkohol?

- a) v méně než deseti letech
- b) v 10–13 letech
- c) ve 13–16 letech
- d) ve více než 16 letech
- e) dosud jsem nepil(a) alkohol

15. Jak často piješ alkohol?

- a) příležitostně (s kamarády v hospodě, oslavy)
- b) pravidelně – uveď, jak často a jaký alkohol.....
- c) nepiju alkohol

16. Stalo se ti, že ti někdo nabídl drogu (kromě cigaret a alkoholu)?

- a) ano
- b) ne

17. Kdo ti drogu (kromě cigaret a alkoholu) prvně nabídl? Pokud ti nebyla droga nabídnuta, otázku přeskoč.

- a) kamarád
- b) neznámý člověk
- c) jiná osoba – uveď, kdo.....

18. Jaká droga (kromě cigaret a alkoholu) ti byla nabídnuta?

..... Pokud ti nebyla droga nabídnuta, otázku přeskoč.

19. Kolik ti bylo let, když ti byla droga (kromě cigaret a alkoholu) nabídnuta?

..... Pokud ti nebyla droga nabídnuta, otázku přeskoč.

20. Kde ti byla droga (kromě cigaret a alkoholu) nabídnuta?

..... Pokud ti nebyla droga nabídnuta, otázku přeskoč.

21. Drogu (kromě cigaret a alkoholu) jsem poprvé zkusil(a) vletech.

Pokud jsi nikdy drogu nezkusil, otázku přeskoč.

22. Kterou z následujících drog jsi zkusil(a) jako první? Pokud nemáš s drogami zkušenosti, otázku přeskoč.

- a) marihuanu
- b) hašiš
- c) heroin a jiné opiáty
- d) kokain
- e) pervitin
- f) extáze
- g) LSD a jiné halucinogeny
- h) jinou látku – uveď název.....

23. Kterou z následujících drog už jsi vyzkoušel(a)? (možno více odpovědí): Pokud nemáš s drogami zkušenosti, otázku přeskoč.

- a) marihuanu
- b) hašiš
- c) heroin a jiné opiáty
- d) kokain
- e) pervitin
- f) extáze
- g) LSD a jiné halucinogeny
- h) jinou látku – uveď název.....

24. V současné době užívám drogu (kromě cigaret a alkoholu): Pokud nemáš s drogami zkušenosti, otázku přeskoč

- a) příležitostně – uveď, jakou.....
- b) pravidelně – uveď, jakou a jak často.....
- c) neužívám

25. Drogu (kromě alkoholu a cigaret) užívám, protože: Pokud nemáš s drogami zkušenosti, otázku přeskoč.

a) mí kamarádi ji užívají také

b) řeším tak své problémy

c) hledám zpestření

d) z jiného důvodu – uveď důvod.....

26. Jak těžké je pro tebe sehnat marihuanu?

a) nemožné

b) velmi obtížné

c) celkem obtížné

d) celkem snadné

e) velmi snadné