

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury



---

Fakulta  
tělesné kultury

**RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ DĚTÍ VE VĚKU 11 – 15 LET NA  
OLOMOUCKU**

Bakalářská práce

Autor: Michal Kozub

Studijní program: Rekreatologie – pedagogika volného času

Vedoucí práce: Mgr. Marek Maráček

Olomouc: 2024



## **Bibliografická identifikace**

**Jméno autora:** Michal Kozub

**Název práce:** Rizikové chování dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku

**Vedoucí práce:** Mgr. Marek Maráček

**Pracoviště:** Katedra rekreologie

**Rok obhajoby:** 2024

### **Abstrakt:**

Tato bakalářská práce se zabývá zkušeností dětí, ve věku 11 – 15 let na Olomoucku, s vybranými formami rizikového chování – alkoholické nápoje, tabákové výrobky a jejich alternativy, kratom a konopné drogy. Rizikové chování je dále srovnáváno dle pohlaví a ročníků studentů základních škol. Jedná se o empirickou práci, přičemž teoretická část práce je věnována charakteristice období dospívání, účinkům vybraných forem rizikového chování na lidský organismus, problematice užívání návykových látek u dospívajících a prevenci rizikového chování. Kvantitativní sběr dat probíhal na 7 základních školách na Olomoucku, za pomoci elektronického dotazníku, který metodologicky vychází z mezinárodní studie HBSC (Health Behaviour in School-aged Children). Dle výsledků je zkušenost dětí s vybranými formami rizikového chování nižší oproti výsledkům studií z předešlých let, a to ve všech zkoumaných kategoriích. Z hlediska pohlaví se ukázalo, že procento dívek se zkušeností s vybranými formami rizikového chování převyšuje ve většině kategorií chlapce.

### **Klíčová slova:**

adolescence, alkoholické nápoje, tabák, kratom, konopí, prevence

Souhlasím s půjčováním práce v rámci knihovních služeb.

## **Bibliographical identification**

**Author:** Michal Kozub

**Title:** Risk Behaviour of Children Aged 11 – 15 Years in the Olomouc Region

**Supervisor:** Mgr. Marek Maráček

**Department:** Department of Recreation and Leisure Studies

**Year:** 2024

### **Abstract:**

This bachelor thesis deals with the experience of children, aged 11 - 15 years in Olomouc region, with selected forms of risky behaviour - alcoholic beverages, tobacco products and their alternatives, kratom and cannabis drugs. Risk behaviour is further compared by gender and year of primary school students. This is an empirical work, the theoretical part of the thesis is devoted to the characteristics of the period of adolescence, the effects of selected forms of risk behaviour on the human organism, the problem of substance use in adolescents and prevention of risk behaviour. The quantitative data collection was carried out in 7 primary schools in the Olomouc region, using an electronic questionnaire, which is methodologically based on the international study HBSC (Health Behaviour in School-aged Children). According to the results, the experience of children with selected forms of risk behaviour is lower than the results of studies from previous years, in all categories studied. In terms of gender, the percentage of girls with experience of selected forms of risk behaviour appeared to exceed boys in most categories.

### **Keywords:**

adolescence, alcoholic beverages, tobacco, kratom, cannabis, prevention

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

Prohlašuji, že jsem tuto práci zpracoval samostatně pod vedením Mgr. Marka Maráčka, uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 30. dubna 2024

.....

Děkuji vedoucímu této bakalářské práce, Mgr. Markovi Maráčkovi za jeho přístup, komunikaci, odborné rady a vedení. Také děkuji své laskavé přítelkyni za neoblomnou podporu při studiu.

## OBSAH

Obsah .....	7
1 Úvod .....	9
2 Charakteristika období dospívání.....	10
2.1 Hlavní znaky vývojového období pubescence .....	10
2.2 Specifika dospívajících v dnešní době – Generace Z.....	12
2.3 Rizikové chování u dospívajících .....	13
2.4 Náchylnost dospívajících k užívání návykových látek.....	14
3 Vybrané formy rizikového chování.....	16
3.1 Užívání alkoholických nápojů .....	16
3.2 Užívání tabákových výrobků.....	17
3.3 Užívání kratomu.....	17
3.4 Užívání konopných drog .....	18
4 Problematika užívání návykových látek u dospívajících.....	20
4.1 Volný čas v kontextu rizikového chování u dospívajících .....	20
4.2 Současná situace užívání návykových látek u dospívajících .....	22
4.3 Důsledky užívání návykových látek u dospívajících.....	25
4.3.1 Somatické důsledky.....	25
4.3.2 Psychické důsledky.....	26
4.3.3 Sociální důsledky .....	26
4.4 Prevence rizikového chování .....	27
4.4.1 Preventivní a intervenční programy na úrovni ČR a Olomouckého kraje .....	28
5 Cíle.....	30
5.1 Hlavní cíl.....	30
5.2 Dílčí cíle .....	30
5.3 Výzkumné otázky.....	30
6 Metodika .....	31
6.1 Výzkumný soubor .....	31
6.2 Metody sběru dat .....	31
6.3 Statistické zpracování dat.....	32

7	Výsledky.....	33
	7.1 Zkušenost dospívajících s alkoholem .....	33
	7.2 Zkušenost dospívajících s tabákovými výrobky a jejich alternativami.....	34
	7.3 Zkušenost dospívajících s kratomem .....	36
	7.4 Zkušenost dospívajících s konopím.....	37
8	Diskuse.....	38
9	Závěry .....	42
10	Souhrn .....	44
11	Summary.....	45
12	Referenční seznam .....	46
13	Přílohy .....	52
	13.1 Vyjádření etické komise .....	52
	13.2 Informovaný souhlas.....	53
	13.3 Administrativní protokol.....	55



# 1 ÚVOD

Rizikové chování dospívajících ve věku 11 až 15 let představuje závažnou problematiku s mnoha důsledky pro jedince i společnost jako celek. Je to však nedílnou součástí dospívání, kdy dochází k formování a upevňování jedince, a to jak z hlediska mentálního, psychického, tak i biologického vývoje. Mezi současné trendy rizikového chování, kterými se práce zabývá řadíme užívání alkoholu, tabákových výrobků a jeho alternativ, kratomu a konopných drog. Tyto aktivity nejenže ohrožují zdraví a rozvoj mladých jedinců, ale mohou také vést k širšímu spektru sociálních a behaviorálních problémů, včetně školního neúspěchu, kriminality či závislosti.

Toto téma jsem si zvolil, jelikož je neustále aktuálním problémem, nejen v Olomouckém kraji, ale i celosvětově. Díky získaným výsledkům máme přehled o daném problému a bude tak snazší k této skutečnosti přistupovat z hlediska prevence. Sběr dat byl proveden formou online dotazníku, který zkoumá volný čas u adolescentů, pod záštitou katedry rekreologie Univerzity Palackého v Olomouci. Dotazník metodologicky vychází ze studie HBSC (Health Behaviour in School – aged Children). Našeho sběru dat se zúčastnilo sedm základních škol z Olomouckého kraje a výzkumný soubor čítal 799 žáků.

Teoretická část práce obsahuje charakteristické znaky zkoumané skupiny dospívajících, vybrané formy rizikového chování a jejich dopad na lidský organismus, užívání návykových látek v kontextu volného času a preventivní programy.

Hlavním cílem této práce je zjistit zkušenosti dětí ve věku 11 – 15 na Olomoucku s vybranými formami rizikového chování. Dílčími cíli práce je tyto zkušenosti popsat a porovnat je dle pohlaví a ročníků.

## 2 CHARAKTERISTIKA OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ

První kapitola nabízí stručný popis stěžejních změn, které charakterizují období pubescence u zdravých jedinců. Zabývá se zejména psychosociálními aspekty tohoto složitého období, které jsou důležité pro pochopení faktorů, jenž mohou být na pozadí rozvoje rizikového chování u dospívajících.

Vzhledem k tomu, že je dospívání poměrně dlouhé časové období, z tohoto důvodu je dílčími autory podle výskytu typických změn dále rozdělováno na kratší fáze. Vágnerová a Lisá (2021) hovoří o období rané adolescence (11 – 15 let) a pozdní adolescence (15 – 20 let). To se částečně shoduje s pojetím Langmeiera a Krejčířové (2006), kteří popisují období pubescence (11 – 15 let) a období adolescence (15 – 22 let). Vzhledem k zaměření této práce bude v textu věk mezi 11. – 15. rokem nazýván jako období pubescence a bude užívána periodizace Langmeiera a Krejčířové (2006), kteří se daným vývojovým obdobím a jeho členěním zabývají více dopodrobna.

### 2.1 Hlavní znaky vývojového období pubescence

Během období dospívání dochází ke komplexní proměně osobnosti, jak po stránce fyzické, tak i po stránce psychické a sociální (Vágnerová & Lisá, 2021). V návaznosti na biologické změny, které jsou s daným věkem spojeny je Langmeierem a Krejčířovou (2006) období pubescence dále rozděleno na první pubertální fázi, tzv. prepubertu (11 – 13 let) a na druhou pubertální fázi, tzv. vlastní pubertu (13 – 15 let). Prepuberta začíná objevením se prvních sekundárních pohlavních znaků a obvykle také náhlým skokem a urychlením růstového vývoje. Končí nástupem menstruace u dívek a výskytem noční poluce u chlapců, přičemž u chlapců je vývoj zpravidla opožděn o 1-2 roky. Fáze vlastní puberty poté trvá až do dosažení plné reprodukční schopnosti, tzn. ustálením menstruace u dívek a vyvinutím sekundárních pohlavních znaků u chlapců.

V období pubescence nedochází pouze ke změnám fyzickým, ale výrazně se mění také psychika (Rašková & Bartošová, 2022). Hormonální proměny vedou ke změně emočního prožívání (Vágnerová & Lisá, 2021), přičemž dochází zejména k oslabení autoregulace emocí, což se děje důsledkem nerovnoměrného dozrávání korových oblastí v mozku (Blatný, 2017). To potvrzují také Langmeier a Krejčířová (2006), dle kterých je pro dospívající typická emoční nestabilita, časté změny nálad (zejména směrem k negativním náladám), impulzivita a nepředvídatelnost reakcí. Pro dané období je charakteristická také zvýšená úzkostnost a dospívající bývají mnohdy velmi senzitivní na různé komentáře od spolužáků nebo dospělých, kterým mnohdy přiřkládají nadměrný význam (Vágnerová & Lisá, 2021). Dle Blatného (2017) má

díky tomu mnoho případů pozdějších závislostí na návykových látkách a poruch příjmu potravy původ právě v době pubescence.

Významným úkolem dospívání je také dosažení vlastní identity, a to zejména vymezení a přijetí vlastních názorů, mezí a hodnot (Orel et al., 2016). Mladý člověk v tomto období hledá odpověď na řadu otázek – kdo jsem, jaký jsem, kam patřím a kam v životě směřuji (Langmeier & Krejčířová, 2006). Blatný (2017) uvádí, že se u dospívajících setkáváme s určitou formou egocentrismu – často se mylně domnívají, že jsou centrem pozornosti druhých osob tak, jako jsou středem vlastní pozornosti. S daným jevem dle autora souvisí nadměrný strach ze ztrapnění, pocity studu a pocit výlučnosti vlastního prožívání a přesvědčení, že nikdo nezažívá podobné pocity, jako oni. Dle Jeana Piageta (1970, citováno v Langmeier & Krejčířová, 2006) je u dospívajících patrný také vývojový posun z hlediska kognitivních funkcí. Dle jeho teorie se dospívající nachází od počátku pubescence ve stádiu formálních operací, které dosahuje svého vrcholu okolo 15. roku. Novou kompetencí, která se rozvíjí v rámci formálních logických operací je schopnost řešit hypotetické problémy, uvažovat abstraktně a manipulovat nejen s konkrétními pojmy, ale i se znaky, které nic určitého neoznačují (např. v matematice jsou čísla nahrazována symboly). Nicméně v běžných situacích takto uvažovat nedovedou, jelikož jejich rozhodování ovlivňují emoce a brát v úvahu více aspektů jsou schopni pouze v situacích, které žádné výraznější emoce nevyvolávají (Vágnerová & Lisá, 2021). Dle Sobotkové (2014) je pro období dospívání typická rychlost interpretací a nedostatečná integrace předchozích zkušeností do procesu rozhodování a posuzování skutečnosti.

Během pubescence se mění také sociální role jedince, což se projevuje častými výpady a vymezování se proti autoritám – nejčastěji proti rodičům a učitelům (Rašková & Bartošová, 2022). V průběhu dospívání lidé přirozeně mění orientaci z rodiny na vrstevníky (Sobotková, 2014). Úkolem dospívajících je emancipovat se od rodiny, zároveň však stále přetrvává určitá míra závislosti na rodičích (Erikson, 1950, citováno v Thorová, 2015). Vliv a význam rodiny postupně klesá ve prospěch vrstevníků, kteří v psychickém a sociálním vývoji dospívajících hrají důležitou úlohu (Sobotková, 2014). Vrstevnická skupina poskytuje dospívajícím funkci tzv. „sociálního zrcadla“, dovoluje jim totiž vyzkoušet si různé role a při experimentování sledovat, jak bude určité jednání ostatními přijímáno, ponecháno bez odezvy či odmítáno (Jedlička, 2017). Pro řadu dospívajících jsou dle autora skupiny vrstevníků jediným sociálním prostředím, kde mohou zažít pocit akceptace, vzájemnosti i sounáležitosti. Důležitou částí sociální identity je také tělesný vzhled, přičemž fyzická atraktivita bývá významnou součástí sebepojetí a slouží jako opora sebevědomí (Vágnerová & Lisá, 2021). Nedílnou součástí dospívání je také formování citových vztahů v oblasti lásky a zamilovanosti (Rašková & Bartošová, 2022). Vlivem

hormonálních změn se u dospívajících postupně začíná probouzet zájem o druhé pohlaví a sexualitu (Macek, 2003).

## 2.2 Specifika dospívajících v dnešní době – Generace Z

Průběh dospívání neprobíhal napříč historií stejně. Podoba dospívání je závislá na kulturních a společenských podmínkách, z nichž vyplývají požadavky a očekávání společnosti směrem k dospívajícím (Vágnerová & Lisá, 2021). Termín Generace Z je společné označení pro skupinu lidí narozených zhruba od poloviny 90. let 20. století, do které spadá i skupina dnešních pubescentů. Narodil od předchozích generací žije tato generace prakticky od narození v digitální době, z tohoto důvodu vykazuje její životní styl určitá specifika (Veselá & Severová, 2021). Mezi mladými lidmi i dětmi je dnes rozšířeno extrémní trávení času na sociálních sítích, které dle současných výzkumů vede nejen k závislosti, ale i k narušení normálního vývoje neuronů v mozku (Sak, 2016). Dle Rohlové (2022) se o nich často hovoří jako o smartphonové a instagramové generaci, která nevnímá hranici mezi online a offline světem. Často se porovnávají s ideály na sociálních sítích, což má za následek strach ze selhání v reálném světě, jelikož chyby nejsou v online prostředí vidět a prezentují se zde jen úspěchy. Mladí lidé si na sítích vytvářejí lepší obraz sebe sama a sebedůvěru jim dodávají „lajky“. Sak (2016) uvádí, že jedním z dalších znaků této generace je orientace na spotřebu a konzumerismus, avšak určitá část tuto orientaci odmítá a hledá alternativní životní styl. Studie zkoumající mezigenerační rozdíly v hodnotách ukázaly, že Generace Z je ve srovnání s předchozími generacemi více otevřená změnám, sebezdokonalování a je celkově více flexibilní (Harari et al., 2023). Charakterizuje ji také zájem o život v zahraničí, u některých s předpokladem pozdějšího návratu do Čech, velká část však s návratem nepočítá vůbec (Sak, 2016).

Některé z nynějších studií poukazují na fakt, že je mladší generace v současnosti méně odolná než generace předchozí (Gooding et al., 2012; Ludwig et al., 2020). Řada autorů se v posledních letech věnovala také problematice duševního zdraví adolescentů v souvislosti s pandemií Covid-19 (Ang et al., 2021; Harari et al., 2023). Nicméně studie ukázaly, že ve srovnání s předchozími generacemi vykazovala generace Z i před pandemií Covid-19 vyšší míru deprese, úzkostnosti a potřeby emocionální podpory (Harari et al., 2023). Podle Parker a Igielnik (2020) tráví Generace Z méně času v přímém osobním kontaktu s jinými lidmi, což označují za jeden z důvodů, proč vykazují vůbec nejvyšší prevalenci deprese.

Smith et al. (2013) uvádí, že normativní změny v kontextu, ve kterém jednotlivci žijí během dospívání, mohou přispět ke změnám v rozhodování, a tím pádem k větší pravděpodobnosti podstupování rizik a příklonu k rizikovému chování. Z výzkumů v posledních letech vyplývá,

že dospívající chodí výrazně méně než dříve večer ven s přáteli za zábavou a tráví více času doma, kde je nižší pravděpodobnost užití legálních i nelegálních drog (Chomynová et al., 2020).

### 2.3 Rizikové chování u dospívajících

Rizikové chování je komplexní pojem, kterým se zabývají nejen společenskovední, ale také medicínské obory. V našem pojetí tento pojem označuje takové chování, které přímo či nepřímo ústí v psychosociální nebo zdravotní poškození jedince, jiných osob, majetku nebo prostředí (Macek, 2003). Miovský et al. (2010) hovoří o vzorcích rizikového chování, které můžeme popsat, vědecky zkoumat a ovlivňovat je pomocí preventivních programů a léčebných intervencí. V české literatuře panuje v oblasti rizikových aktivit u dospívajících pojmová nejednotnost a roztříštěnost mezi klasifikacemi jednotlivých autorů (Dolejš, 2010). Nicméně dle MŠMT (Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, 2010), které definuje minimální preventivní program závazný pro české školství, se mezi rizikové chování řadí:

- 1) Agrese, šikana, kyberšikana a další rizikové formy komunikace prostřednictvím multimedii, násilí, vandalismus, intolerance, antisemitismus, extremismus, rasismus, xenofobie a homofobie,
- 2) záškoláctví,
- 3) závislostní chování, užívání návykových látek, *netolismus*<sup>1</sup>, gambling,
- 4) rizikové sporty a rizikové chování v dopravě,
- 5) spektrum poruch příjmu potravy,
- 6) negativní působení sekt,
- 7) rizikové sexuální chování.

S rizikovým a antisociálním chování dětí a dospívajících jsme se setkávali v každé generaci a toto chování lze do jisté míry považovat za normální součást vývoje, jehož projevy jsou ovlivněny kulturním a historickým kontextem (Sobotková, 2014). Nicméně z pohledu etiologie je otázka rizikového chování stále aktuálním tématem, které představuje důležitý výzkumný problém (Čerešník et al., 2018). Podle studií rizikové chování v dospívání signifikantně ohrožuje zdraví, zdárný vývoj dospívajících a zvyšuje pravděpodobnost negativních zdravotních a společenských důsledků v dospělosti (Kabíček et al., 2010). Rizikové aktivity s sebou obvykle nesou možné negativní důsledky pro jedince, který je vyvažuje vnímanými zisky z tohoto chování

---

<sup>1</sup> Pojem netolismus označuje chorobnou závislost na internetu a jeho službách, tzv. na virtuálních drogách. Mezi virtuální drogy patří např. sociální sítě, počítačové hry, různé internetové služby, ale i užívání samotných zařízení jako např. mobilní telefon. Zdroj: <https://www.nzip.cz/>

(Gullone & Moore, 2000, citováno v Dolejš, 2010). Dle Kabíčka et al. (2010) je zvlášť patrný negativní vliv na zdraví a vývoj dospívajícího v oblasti *abúzu*<sup>2</sup> návykových látek.

## 2.4 Náhylnost dospívajících k užívání návykových látek

Během dospívání dochází k nárůstu potřeby vzrušujících zážitků, přičemž tendence k jejich vyhledávání začíná stoupat od 10 let, vrcholí mezi 13. a 16. rokem a poté klesá (Vágnerová & Lisá, 2021). Podle autorů tento jev souvisí se zvýšenou hladinou dopaminu v limbickém systému, ke které v daném věku dochází, a která je pravděpodobně zodpovědná za vyhledávání vzrušujících zážitků a časté riskantní chování (Levine & Munsch, 2016, citováno v Blatný, 2017). Dle Vágnerové a Lisé (2021) může dospívající touha po nových zážitcích na jedné straně motivovat k osvojování nových poznatků, dovedností a navazování nových vztahů. Avšak na druhé straně bývá potřeba vzrušujících zážitků spojena s rychlejším zrání emočního systému a pomalejšího dozrávání centra pro regulaci chování, jehož důsledkem bývá sklon k impulzivnímu reagování bez rozmyslu (Konrad et al., 2013; Vágnerová & Lisá, 2021). Dalším důležitým faktorem je také fakt, že vyvíjející se dětský mozek je vnímavější na vliv návykových látek, a proto je u dětí významně vyšší riziko vzniku závislosti (Kulhánek, 2024).

Jak již bylo zmíněno v kapitole 2.1, kontakt s vrstevníky je v dospívání jednou ze základních potřeb, pro období dospívání je také typická touha být součástí různých skupin a identifikovat se s nimi (Sobotková, 2014). Někteří dospívající mohou při tápavém hledání nové identity nacházet v komunitách své hrdiny a vzory, kteří nabízejí „zpevnění“ vlastní nejisté osobnosti (Jedlička, 2017). Mnohé výzkumy dokazují, že vliv vrstevníků není vždy pozitivního charakteru, např. Gecková et al. (2005) označují vliv vrstevníků na iniciaci konzumování alkoholu, kouření, nebo drog za nejvýznamnější determinantu vůbec. Prokopčáková (2000) uvádí, že strach z vrstevníků a z jejich odsouzení může vést k přizpůsobení se negativním skupinovým normám a k nápodobě jejich rizikového chování. Dle Sobotkové (2014) je „podstatou vrstevnického tlaku aktivní povzbuzování nebo vybízení jedince k určité činnosti ostatními příslušníky vrstevnické skupiny“ (p. 413). Mezi podobně smýšlejícími mohou dospívající mimo dohled rodičů vystoupit z rolí svázaných normami a začít experimentovat se svým vzhledem, sexuálními aktivitami, alkoholem a drogami (Jedlička, 2017). U predisponovaných jedinců může dle autora experimentování s návykovými látkami vést postupně až k chorobné závislosti.

---

<sup>2</sup> Abúzus návykových látek je definován jako maladaptivní vzorec užívání látky vedoucí ke klinicky významnému poškození nebo psychické úzkosti, projevených minimálně jedenkrát za posledních 12 měsíců. Zdroj: <https://www.drogy-info.cz>

Řada autorů se zabývala také vlivem rodičů na výskyt rizikového chování u jejich dětí. Vzhledem k tomu, že je separace od primární rodiny jedním z hlavních úkolů dospívání (Langmeier & Krejčířová, 2006; Macek, 2003), může být situace omezení přirozené separace zdrojem vnitřního konfliktu (Kalina, 2015). Dospívající pak může dle autora prožívat pocity viny, že chce od rodiny odejít, nebo naopak úzkost či prázdnotu z toho, že by se měl více starat o sebe. Pro takový vnitřní konflikt může nabízet řešení právě náhražkové chování - užívání drog nebo pití alkoholu. Toto chování totiž může poskytovat dočasnou úlevu od pocitů bezmoci či zlosti a dává zažít pocit osvobození a odpoutání, které si dospívající jinak nemůže přirozenou cestou zajistit (Kalina, 2015). Z výzkumů také vyplývá, že zranitelnost podlehnout negativním skupinovým normám je vyšší u jedinců, kteří vidí kouření u rodičů samotných (Gecková et al., 2005).

### 3 VYBRANÉ FORMY RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ

V této kapitole budou představeny vybrané formy rizikového chování. S ohledem na zaměření práce bude věnován prostor zejména škodlivému užívání návykových látek, jejich účinkům a jejich důsledkům na lidské zdraví. Dle Sobotkové (2014) je v období dospívání nejčastějšími formami rizikového chování právě konzumace alkoholu, kouření cigaret a zkušenosti s drogami, zejména s marihuanou. Teoretický podklad bude dále doplněn o alternativy těchto látek a také o nově se vyskytující látky, např. kratom.

#### 3.1 Užívání alkoholických nápojů

Alkohol je jednou z nejnáze dostupných drog, která svými převážně negativními následky ovlivňuje velkou spoustu procesů v těle včetně struktur v centrální nervové soustavě (Vavrinčíková, 2012). Působení alkoholu na lidské zdraví závisí na jeho množství a frekvenci. Alkohol v menší míře může na lidské tělo působit stimulačně a ve větší míře má opačný následek – působí sedativně (Kalina, 2015). Nadměrné užívání alkoholických nápojů vyvolává fyzickou i psychickou závislost a v nejhorších případech může dojít k předávkování, které končí smrtí (Titmanová, 2019). Nepřiměřené a pravidelné užívání alkoholu působí nepříznivě i na vnější vzhled jedince, způsobuje například rozšiřování cév a žil v oblasti obličeje, očí a také narůstá tvorba hematomů a tmavých skvrn na kůži (Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje, n.d.). Také můžeme u jedinců závislých na alkoholu pozorovat úbytek tělesné hmotnosti, jelikož díky časté konzumaci může docházet k zánětům slinivky břišní, poškození žaludeční a střevní výstelky, nebo také poruchy pozornosti, podrážděnost, nesoustředěnost, nervozitu nebo výpadky paměti (Vavrinčíková, 2012).

Titmanová (2019) uvádí, že u žen, které v období těhotenství pijí alkohol, může nastat nevratné narušení plodu a u dospívajících způsobuje především omezení fyzického i psychického vývoje. Mezi nejzávažnější onemocnění způsobené alkoholem řadíme například onemocnění jater (zánět, cirhóza nebo rakovina), onemocnění trávicího systému, onemocnění srdce, nebo poškození mozku (Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje, n.d.). U těžce závislého člověka na alkoholu se můžeme setkat také s psychickými a sociálními problémy, jako je například amnézie, alkoholické halucinace, ztráta zaměstnání, rozpad rodiny, dluhy a podobně (Dolejš, 2010).



### 3.2 Užívání tabákových výrobků

Kouření tabáku je historicky společenská záležitost. Nejstarší informace o jeho užívání pocházejí z Nového světa, kde byl zhruba před třemi tisíci lety používán při šamanských rituálech (Dvořák, 2022). Tabákové výrobky, společně s alkoholem, jsou jedny z nejčastěji užívaných drog v České republice, a to i mezi adolescenty, zejména díky jejich snadné dostupnosti (Sobotková, 2014). Dnes už je dokázáno, že tabákové výrobky a jeho alternativy jsou pro naše tělo škodlivé. Povědomí o zdravotních rizicích tabáku se mezi veřejností rozšířilo, a i díky tomu v současné době počet kuřáků klesá (Ministerstvo zdravotnictví České republiky, 2020, 28. května). Pravidelné kouření tabákových výrobků způsobuje především kardiovaskulární onemocnění, nemoci dýchací soustavy (80 % případů rakoviny plic), ale také fyzickou závislost (Chomynová et al., 2020).

Podle Dolejše (2010) je kuřácký návyk sociálním učením, kdy si jedinec fixuje kuřácké situace (podněty), například čekání na dopravní prostředek. Návyk způsobuje nikotin, který je v tabáku obsažen a během dvou let vytvoří v organismu jedince závislost, která může postupem času v těle vyvolat rakovinu plic, poškození pohlavních orgánů, poškození plodu, chronická onemocnění dýchacích cest a další (Csémy et al., 2008, citováno v Dolejš, 2010). Mezi další účinky nikotinu patří zvyšování bdělosti a soustředivosti, a naproti tomu upozadění agresivního chování či chuti k jídlu (Kalina, 2008).

V posledních letech jsou trendem nikotinové sáčky, které se většinou vkládají pod horní ret – postupně se z nich uvolňuje nikotin, který se přes sliznici dostává do těla. Avšak byly zaznamenány i případy vkládání nikotinových sáčků do konečníku, vagíny, nebo pod předkožku (Motyčka, 2021, citováno v Dvořák, 2022). Další rozšířenou alternativou tabákových výrobků jsou elektronické cigarety. Mezi populací se mylně šíří, že elektronické cigarety nejsou vlastně škodlivé. Avšak opak je pravdou – elektronické cigarety produkují škodlivé chemikálie včetně návykového nikotinu, což může způsobit řadu zdravotních komplikací, včetně onemocnění kardiovaskulárního systému (NMS, Úřad vlády ČR, 2023)

### 3.3 Užívání kratomu

Kratom, vyskytující se zejména v oblasti jihovýchodní Asie, je specifická rostlina, která je využívána pro své psychoaktivní účinky (Plačková & Kasal, 2022). Jedná se o poměrně novodobou “drogu” a jeho účinky na lidské zdraví jsou stále v procesu zkoumání, avšak už víme, že jeho účinky v menší míře mohou na centrální nervovou soustavu fungovat stimulačně a větší dávka naopak působí sedativně. Na kratomu může vzniknout závislost a člověk tak přestane

zvládat obyčejné denní úkony, jelikož kratom obsahuje spoustu alkaloidů, které ovlivňují lidskou psychiku (Šuranská, 2022, 26. října). Dle Plačkové a Kasala (2022) jde o návykovou látku, která kloubí psychostimulační účinky a účinky podobné opiátům. Při dlouhodobém užívání kratomu narůstá tolerance organismu a dotyčná osoba je tak nucena zvyšovat dávky, což prohlubuje závislost a může dojít i k poškození jater, ledvin, srdce, plic, nebo neurologickým poruchám. Pokud se závislá osoba rozhodne kratom dále neužívat, nastane takzvaný odvykací stav, který je podobný odvykacímu stavu po opiátech – například bolest hlavy, třes, křeče, záchvaty, deprese, nervozita, podrážděnost nebo třeba nespavost (Nešpor, 2023).

Kratom je v České republice velice diskutovaným tématem, vzhledem k narůstajícímu počtu jeho uživatelů, a to i v řadách nezletilých studentů, jelikož jeho dostupnost zatím není omezena věkem a je distribuován i prostřednictvím automatů nebo eshopů (NMS, Úřad vlády ČR, 2024, 16. února). Jak uvádí Plačková a Kasal (2022), kratom může způsobit velkou řadu psychických i fyzických potíží, jako je například nevolnost, svědění kůže, nechut k jídlu, úbytek váhy, zrychlené bušení srdce, negativní ovlivnění centrální nervové soustavy, nespavost, psychické změny (např. deprese), ale i respirační selhání. Autoři dále uvádí, že je kratom problematický také z důvodu možné variability kvality, čistoty a bezpečnosti jednotlivých produktů z důvodu absence regulace. Na trhu se můžeme setkat s produkty s výrazně odlišným kvantitativním zastoupením alkaloidů či s různými syntetickými aditivy. I z tohoto důvodu se okolní státy, jako je například Slovensko nebo Polsko, rozhodly zařadit kratom na seznam nelegálních látek.

### **3.4 Užívání konopných drog**

Za drogu se obecně dle Titmanové (2019) považuje „chemická látka, která způsobuje tělesné, duševní, emoční změny nebo změny v chování jednotlivce. Droga je přírodní nebo syntetická látka, která působí psychotropně a je schopna vyvolat závislost“ (p. 71). Právě konopí a jeho deriváty jsou v České republice nejčastější nelegálně užívanou drogou, a to i u adolescentů (Mravčík et al., 2011, citováno v Sobotková, 2014).

Žlunková (2010) uvádí, že marihuana jakožto konopná psychoaktivní droga obsahuje THC (tetrahydrocannabinol), který ovlivňuje naše myšlení, může způsobovat stavy euforie, pohody, blaženosti, ale také úzkosti, paniky, agrese a podobně. Dle Kaliny (2008), řadíme mezi krátkodobé nežádoucí účinky například sucho v ústech, pocit hladu, obsedantní myšlenky, stavy zmatenosti, změny vnímání času, zhoršení jemné motoriky a další. Marihuanu lze užít několika způsoby, například ve formě balené cigarety (joint), kouřením ve vodní dýmce, ve fajce, přidáním do jídla, čaje a podobně. Z konopí, respektive z jeho pryskyřice lze také získat hašiš (THC

obsaženo až pětkrát více), který může způsobovat pocity euforie, pohody, otupělost, zpomalené vnímání času a při dlouhodobém užívání může působit karcinogenně na dýchací trakt, narůstá riziko psychické i fyzické závislosti a také se zvyšují sklony k agresivitě a nezodpovědnému chování (Titmanová, 2019). Navzdory tomu je pozitivní zprávou, že atraktivita marihuany a kouření klasických cigaret u adolescentů v České republice pozvolna klesá, což zmenšuje riziko podlehnutí těmto látkám v dospělém věku (Zdravá generace, 2018) (viz kapitola 4.2).

## 4 PROBLEMATIKA UŽÍVÁNÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK U DOSPÍVAJÍCÍCH

Mezi autory existuje několik konceptů, které se zabývají původem rizikového chování. Patří mezi ně například teorie založená na biologických proměnných, jiné se zaměřují na sociální kontrolu či konflikty nebo na strukturu společnosti (Skopal et al., 2014). Zneužívání alkoholu a drog může být vysvětlováno jako dočasná úleva od problémů, útěk z neuspokojivé reality, touha po mimořádných zážitcích nebo snaha vyprovokovat žádoucí pozornost (Jedlička et al., 2018). Experimentování a konzumace návykových látek u dospívajících je také jakousi „součástí“ dospívání v rizikové formě (Sobotková, 2014). Další studie zaměřená na abúzus návykových látek například potvrdila, že výskyt rizikového užívání souvisí s mírou subjektivní pohody, duševního zdraví a s počtem prožívaných zdravotních těžkostí a nesouvisí s výskytem vážného onemocnění (Gecková et al., 2000, citováno v Sobotková, 2014).

Užívání drog může u mladistvých dle Preslové a Hankové (2010) souviset s následujícími scénáři:

- 1) Dospívající užívá drogy v souvislosti s potřebou naplnění svých vývojových úkolů (forma odporu, vyjádření nového názoru, navázání vztahu s opačným pohlavím, droga jako značka dospělosti).
- 2) Užívání drog jako samoléčba, kdy droga pomáhá buď na prožité trauma, nebo na rozvíjející se duševní onemocnění.
- 3) Užívání návykových látek jako společenský rituál našeho společenství – díky tomu drogu užíváme, ale nezneužíváme, její užívání má jasná pravidla – místo, dobu, čas, četnost, osoby.

### 4.1 Volný čas v kontextu rizikového chování u dospívajících

V kontextu literatury se můžeme setkat s různými definicemi volného času. Jedno z mnoha pojetí definuje tento čas jako dobu, ve které člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, které vyplývají z jeho sociálních rolí (Hofbauer, 2004, citováno v Hamřík, 2022). Dle World Leisure Organization (2024) je volný čas charakterizován snahou o uspokojení, potěšení, objevování a socializaci. Hamřík (2022) uvádí, že volný čas hraje klíčovou roli v životě dětí a dospívajících a má zásadní vliv na jejich psychické, fyzické i sociální zdraví. Z tohoto důvodu je v současnosti aspektům volného času u dětí věnována pozornost řadou českých i zahraničních výzkumů.

Ze studií, které se zabývaly souvislostí organizovaných aktivit ve volném čase v kontextu rizikového chování vyplývá, že i v případě, kdy tyto aktivity zabírají jen malou část volného času, jsou organizované volnočasové aktivity protektivním faktorem před rizikovým chováním (Farb & Matjasko, 2012; Viau et al., 2015). Dle studie Farb a Matjasko (2012) je u účastníků organizovaných volnočasových aktivit obecně méně pravděpodobné, že se zapojí do zneužívání návykových látek, delikvence nebo šikany ostatních. Čas strávený organizovanými aktivitami může přispívat ke snížení stresu a příslušnost k určitému klubu či spolku může odvrátit potřebu stabilizace sociální pozice prostřednictvím rizikového chování (Viau et al. 2015). Nicméně některé studie naopak poukazují na to, že u členů sportovních klubů (zejména pokud jde o týmové sporty) bylo pozorováno, že jsou náchylnější k pití alkoholu a násilnému jednání (Kreager 2007).

Monitorováním náplní volného času u dětí ve věku 11 – 15 let se zabývala studie HBSC. Nejrozšířenější volnočasovou aktivitou u chlapců jsou dle výsledků studie týmové sporty (58 %), u dívek jsou to pak umělecké aktivity (60 %). Přibližně polovina z výzkumného souboru pak kombinuje více organizovaných aktivit, nicméně se zvyšujícím se věkem takových dětí ubývá. Výzkum ukázal, že děti, které tráví svůj volný čas organizovanými aktivitami vykazují známky vyšší životní spokojenosti a jsou úspěšnější ve škole. U těchto dětí bylo také patrné zhruba poloviční množství pravidelných kuřáků i těch, kteří mají zkušenost s opakovanou opilostí. Důležitou roli v životě mladých lidí hrají také neorganizované aktivity, mezi které patří např. četba, hraní stolních nebo karetních her, návštěvy kina, čas strávený „jen tak“ s vrstevníky v parku, na sídlišti, v nákupních centrech nebo obyčejné nicnedělání. Významnou část volného času současných dětí a dospívajících tvoří čas u obrazovek, ať už na sociálních sítích, nebo při hraní počítačových her apod. Hranici čtyř a více hodin denně před obrazovkou překročí dle studie sledováním televize a videí ve všedních dnech 19 % chlapců a 15 % dívek, o víkendech se pak jedná o třetinu chlapců a 27 % dívek (Zdravá generace, 2019).

Trávením volného času u českých dospívajících se zabýval také výzkum autorů Baďury et al. (2017), přičemž závěry této studie obecně ukazují na souvislost mezi účastí na organizovaných volnočasových aktivitách a nižším výskytem pravidelného užívání návykových látek a záškoláctví. Strukturovaný obsah organizovaných volnočasových aktivit by tedy mohl sloužit jako jedna z možností řešení těchto problémů, a to zejména u dívek, které, jak se zdá, ze své účasti více profitují z hlediska nižšího výskytu rizikového chování. Zejména umělecké aktivity, ať už samotné nebo v kombinaci se sportem, se jeví v tomto ohledu jako nejpřínosnější (Baďura et al., 2017).

## 4.2 Současná situace užívání návykových látek u dospívajících

Monitorováním užívání tabáku, alkoholu a dalších návykových látek u dětí a mládeže se zabývají především dvě celonárodní studie – Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) a The Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), která mapuje rizikové chování u dětí ve věku 11 – 15 let. Jedná se o mezinárodní výzkumné studie zaměřené na školní populaci. Mírou užívání tabákových výrobků mezi školními dětmi se speciálně zaměřuje mezinárodní studie GYTS (Global Youth Tobacco Survey – Mezinárodní šetření užívání tabáku mezi mladistvými) (Rolová et al., 2018).

Co se týče konzumace alkoholu, Macek (2003) uvádí, že většina adolescentů udává první zkušenost s alkoholem již mezi 9. a 11. rokem. Alkohol je pro děti a mladistvé nebezpečný nejen v akutním stádiu, tedy při intoxikaci, ale závažnější rizika vyplývají zejména z dlouhodobých následků (Hladík, 2009). Pozitivním zjištěním je, že dle Zdravé generace (2018), experimentování a konzumace alkoholických nápojů u adolescentů v České republice rapidně klesá a také se zvyšuje průměrný věk s první zkušeností s alkoholem. Výsledky studie ESPAD z roku 2019 potvrdily mezi českými dospívajícími pokles v užívání alkoholu, i když ve srovnání s obdobím 2011 – 2015 se pokles zpomalil. Dle studie ale došlo v posledních letech k nárůstu rizikové konzumace alkoholu u dívek, potvrdil se tak trend vyrovnávání rozdílů zkušeností mezi chlapci a dívkami (Rous et al., 2020). Dle výzkumu HBSC má zkušenost s konzumací alkoholu přes 40 % 13letých dětí a čtvrtina 15letých dětí se v životě nejméně dvakrát opila (Chomynová et al., 2022). Alkohol pak někdy v životě pilo 95,1 % 16letých studentů. Vysoká je i prevalence konzumace alkoholu v posledních 30 dnech (62,7 %) včetně časté konzumace (15,0 % 6krát nebo častěji) (Rous et al., 2020). I když míra rizikového užívání alkoholu u dospívajících pomalu klesá, dle studií HBSC a ESPAD zůstávají zkušenosti české mládeže s alkoholem v evropském kontextu stále na vysoké úrovni, stejně jako míra rizikového užívání (Chomynová et al. 2023b). Někteří autoři označují alkohol za rizikový (podobně jako tabák nebo marihuanu) také z důvodu, že často bývá tzv. „startovací drogou“, jelikož část dětí od něj přechází k rizikovějším návykovým látkám (Hladík, 2009).

### Tabulka 1

*První zkušenost českých dětí s pitím alkoholických nápojů před čtrnáctým rokem*

	2002	2006	2010	2014
ČR	73,6 %	68,6 %	57,9 %	25,0 %
Evropa	46,2 %	44,7 %	38,8 %	28,0 %

Zdroj: Zdravá generace, 2014

V roce 2019 dosahoval průměrný věk první zkušenosti s kouřením cigaret 13 let, k začátku denního kouření dochází průměrně ve věku 14,3 let (Rous et al., 2020). Výsledky studie HBSC v roce 2018 ukázaly výrazný pokles zkušenosti s kouřením napříč věkovými skupinami, a to u obou pohlaví. Avšak stejně jako u alkoholu se potvrdilo, že kouřit zkouší nepatrně častěji dívky, zatímco v dospělosti mezi kuřáky výrazně dominují muži (Zdravá generace, 2018). Zkušenosti s kouřením však stále udává 40 % 15letých dětí a 54 % 16letých. Pravidelné denní kouření uvádí 10 – 11 % dospívajících, z toho 3 % kouří 11 a více cigaret denně (Chomynová et al. 2023b). Snižující se atraktivita kouření byla zaznamenána také u nejmladší věkové kategorie, přičemž v roce 2006 udávala první zkušenost s tabákovými výrobky bezmála třetina jedenáctiletých chlapců, v roce 2018 se jedná už jen o 5 % stejně starých chlapců (Zdravá generace, 2018).

### Tabulka 2

*Zkušenost českých dětí s cigaretami ve věku patnácti let*

	2006	2010	2014	2018
Chlapci (15 let)	71 %	70 %	50 %	37 %
Dívky (15 let)	68 %	75 %	55 %	40 %

Zdroj: Zdravá generace, 2018

V posledních letech se začaly dostávat do popředí také elektronické cigarety, o jejichž atraktivitě mluví i fakt, že elektronickou cigaretu vyzkoušelo alespoň jednou v životě více studentů než těch, co uvedli kouření klasických cigaret (Chomynová et al., 2020). Po vlně elektronických cigaret a zahříváního tabáku uvedl tabákový průmysl na trh zcela nový produkt, který se nezapaluje ani nekouří. V posledních letech se u dětí stále častěji setkáváme s nikotinovými sáčky, které se u nás začaly objevovat mezi lety 2018 a 2019 a kvůli jejich snadné dostupnosti, nízké ceně, diskretnosti a atraktivitě se staly velmi rychle populární mezi dětmi i dospívajícími. Obaly sáčků a jejich propagace používá barevný a stylový design, příchutě sáčků se

podobají sladkostí, které svojí chutí přitahují právě dětské uživatele. Užívání sáčků navíc není nijak cítit ani navenek poznat, proto je pro rodiče či pedagogy obtížné rozpoznat, zda dítě sáček užilo či užívá (Kulhánek, 2024). V roce 2022 opět proběhlo mezinárodní šetření GYTS, které monitoruje užívání tabáku a nikotinu mezi žáky ve věku 13 – 15 let. Z dat vyplývá, že celkem 21,5 % žáků v současné době užívá nějaký tabákový výrobek. Z toho 7,6 % žáků v současné době užívá bezdýmny tabák, 10,9 % žáků v současné době užívá zahříváný tabák, 8,1 % žáků v současné době užívá nikotinové sáčky a 21,4 % žáků v současné době užívá elektronické cigarety (Státní zdravotní ústav, 2023, 19. července).

Studie HBSC (výsledky z roku 2022) dlouhodobě sleduje také trendy v užívání konopných drog. Dle výsledků má zkušenost s konopnou látkou celkem 16,1 % dospívajících ve věku 15 let, což představuje mírný pokles oproti roku 2018, kdy zkušenost s konopím uvedlo 18,8 % dospívajících. Obecně se zkušenost s užitím konopných látek od roku 2010 snižuje, a to jak u chlapců, tak u dívek. V posledních 30 dnech udává požití konopné látky celkem 7,7 % dospívajících (Chomynová et al., 2023a). Kouření marihuany u dětí je dle odborníků značně rizikové také z toho důvodu, že bývá často bránou k užívání jiných nelegálních drog (Zdravá generace, 2018).

V roce 2022 byly nově sledovány mezi 15letými také zkušenosti s užitím kratomu, který se v posledních letech v rostoucí míře objevuje na trhu (Chomynová et al., 2023b). Tato látka momentálně není v ČR zakázána ani nelegální, nespadá však do kategorie léků ani potravin (NMS, Úřad vlády ČR, 2023). Dle HBSC (výsledky z roku 2022) kratom někdy v životě užilo celkem 8,5 % dospívajících, v posledních 30 dnech 2,2 %, v tom alespoň jednou týdně a častěji 0,7 %. Chlapci uváděli zkušenosti s kratomem výrazně častěji (přibližně 2krát) než dívky – 10,2 % vs. 6,2 % někdy v životě, 2,9 % vs. 1,5 % v posledních 30 dnech, resp. 1,0 % vs. 0,4 % s frekvencí 1krát týdně a častěji (Chomynová et al., 2023a).

Během posledního desetiletí se objevil neuvěřitelně vysoký počet nových psychoaktivních látek jako alternativy k regulovaným drogám a nové se neustále objevují neuvěřitelně vysokou rychlostí, zejména na internetu, sociálních sítích a aplikacích pro chytré telefony (Fattore et al. 2020). V posledních letech se mezi mladými lidmi v rostoucí míře rozšiřuje právě kratom a v poslední době také syntetický kanabinoid HHC, nicméně rozsáhlejší výzkumné studie na toto téma prozatím chybí. Syntetické kanabinoidy typicky přitahují dospívající a mladé dospělé kvůli jejich dostupné ceně, vnímané legálnosti a jejich nemožnosti detekovat při screeningu drog v moči (Fattore et al., 2020). U těchto látek hraje významnou roli jejich prodej v online prostředí nebo prostřednictvím prodejních automatů. Omezení jejich dostupnosti je nicméně v současné době předmětem diskuze odborné veřejnosti (Chomynová et al., 2023b). V únoru 2024 vláda schválila zařazení HHC na seznam návykových látek, přičemž zákaz by měl platit od začátku



března (Seznam zprávy, 2024), nicméně o zavedení přísnějších pravidel pro prodej a distribuci kratomu se stále diskutuje.

### **4.3 Důsledky užívání návykových látek u dospívajících**

Návykové látky jsou obecně významným zdravotním rizikovým faktorem a uvádí se, že jsou globálně zodpovědné za 10 – 15 % všech ztracených let života v důsledku nemoci a úmrtnosti. Na úmrtnosti se podílí přibližně pětinou, v nejvyšší míře kouření tabáku (Rous et al., 2020). Jedním ze závažných důsledků abúzu návykových látek je bezesporu vznik závislosti na těchto látkách. Dle Preslové a Hankové (2010) je mladistvý závislý, když naplňuje diagnostická kritéria závislosti, kterými jsou:

- 1) Silná touha užívat látku,
- 2) potíže v kontrole užívání látky,
- 3) nutkání užívat návykovou látku k odstranění tělesných odvykacích příznaků,
- 4) nárůst tolerance (potřeba vyšších dávek drogy k dosažení žádoucího stavu),
- 5) zanedbávání jiných zájmů a potěšení, než je užívání drog,
- 6) pokračování v užívání i přes jasný výskyt škodlivých následků užívání (depresivní stavy, cirhóza jater při užívání alkoholu apod.).

Negativní důsledky plynoucí z problematického užívání návykových látek se z většiny shodují se symptomy u dospělých, které jsou již popsány ve 3. kapitole, nicméně následující podkapitoly prezentují některé specifické důsledky, se kterými se u dospívajících můžeme setkat. Užívání návykových látek přináší jeho konzumentovi mnoho zdravotních, psychických i sociálních problémů a komplikací (Vykopalová, 2001, citováno v Dolejš, 2010). Následující podkapitoly se proto zabírají vlivy právě na tyto oblasti života dospívajících.

#### **4.3.1 Somatické důsledky**

Dospívání je vývojová fáze zrání mozku, ve které dochází k důležitým strukturálním a funkčním změnám synaptické plasticity a neurální konektivity v různých oblastech mozku (Guerra & Pascual, 2019). Nezralost dospívajícího mozku ho činí zranitelnějším vůči účinkům zneužívání alkoholu a jiných drog. Vystavení těmto látkám v dospívání může způsobit dysfunkce v oblastech mozku, které podléhají zrání, což vede k řadě negativním účinkům (Winters et al., 2012). Několik studií jasně ukazuje, že nadměrné pití alkoholu v dospívání mění plasticitu mozku a způsobuje jeho strukturální a funkční změny, které mají za následek kognitivní a behaviorální deficity (Montesinos et al., 2015). U adolescentů s nadměrným užíváním alkoholu i

konopí byl pak popsán horší výkon v mnoha neurokognitivních doménách, včetně pozornosti a zpracování informací, paměti, vizuoprostorového fungování, jazykových schopností a exekutivního fungování (Jacobus & Tapert, 2013; Jacobus & Tapert, 2014). Žlunková (2010) uvádí, že u dospívajících můžeme pozorovat i některé fyziologické symptomy spojené s užíváním drog, jako je např. oslabený imunitní systém, bledost, ospalost a vyčerpanost.

#### **4.3.2 Psychické důsledky**

Co se týče psychických důsledků nadužívání návykových látek, Dolejš (2010) hovoří o krátkodobých psychických problémech (spojené s bezprostředním užitím látky - stav intoxikace, halucinace, změny nálad apod.) a dlouhodobých psychických problémech (změny v osobnostních rysech, poškození kognitivních funkcí, inteligence apod.). Výzkumy prokázaly, že užívání konopí u dospívajících souvisí s neúspěšným vzděláváním, přetrvávajícími problémy s duševním zdravím a s častým přechodem k užívání jiných návykových látek (Jacobus & Tapert, 2014). Žlunková (2010) hovoří o možných signálech závislosti u dětí, které by rodiče ani učitelé neměli přehlížet, řadí mezi ně například: nápadné změny v chování, nevysvětlitelné střídání nálad, podrážděnost, ztráta zájmů, ztráta či změna kamarádů, agresivní reakce, ztráta motivace, zhoršení prospěchu či změna stylu oblékání. Chadwick et al. (2013) uvádí, že THC a další příbuzné látky mohou predisponovat mladé lidi užívající konopí k psychickým poruchám. Dalším faktem potvrzeným několika studii je, že zahájení užívání alkoholu nebo drog v raném věku je důležitým prediktorem rozvoje pozdějšího problémového užívání návykových látek (Aiken et al., 2018). Dle Nešpora (2007) hraje významnou roli také fakt, že se u dětí a dospívajících závislost na návykových látkách vytváří podstatně rychleji než u dospělých.

#### **4.3.3 Sociální důsledky**

Dolejš (2010) uvádí, že problémové užívání drog u dospívajících bývá spojeno s postupnou změnou sociálních zvyků a vzorců. Tito jedinci dle autora často přestávají plnit své sociální povinnosti (např. chodit do školy), postupně také dochází k sociální izolaci a sblížení se s podobně smýšlejícími vrstevníky. Žlunková (2010) uvádí, že u dětí ve věku 11 – 12 let se se závislostí jako takovou setkáváme zřídka, nicméně i u nich se v praxi setkáváme se symptomy závislostního chování. Dle autorky se objevují často potíže v sebeovládání či zanedbávání jiných zájmů a povinností. Nešpor (2007) uvádí, že u dospívajících je také obecně vyšší riziko těžkých otrav s ohledem na nižší toleranci, menší zkušenosti a sklon k riskantnímu chování, který je pro dospívání typický. Užívání drog a alkoholu mimo jiné zvyšuje u dospívajících riziko nechráněného

pohlavního styku, nákazy sexuálně přenosnými chorobami, sexuálního zneužití (napadení) a nechtěného těhotenství (Úřad vlády ČR, 2010).

Na tomto místě je však dobré zmínit, že experimentování s drogami nemusí nutně zanechat na dospívajících negativní následky, v některých případech dle Dolejše (2010) může naopak dojít k jeho pozitivnímu ovlivnění (uvědomění, že drogy nejsou cestou, proniknutí do změněných stavů vědomí apod.).

#### **4.4 Prevence rizikového chování**

Za prevenci rizikového chování považujeme jakoukoliv aktivitu směřující k předcházení výskytu rizikového chování, zamezujícího jeho další progresi či zmírňující již existující formy a řešení jeho důsledků (Titmanová, 2019). Adiktologická prevence zaměřená na děti a mládež je u nás součástí širšího rámce prevence rizikového chování, přičemž systém prevence rizikového chování ve školství je na národní úrovni koordinován Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) (Chomynová, et al., 2023a). Na úrovni krajů působí krajsí školští koordinátoři prevence, v rámci okresů jsou to metodici prevence v pedagogicko-psychologických poradnách (PPP) a v rámci škol působí školní metodici prevence (ŠMP) (Chomynová, et al., 2022). Základním kamenem školské prevence rizikového chování je preventivní program školy, který na každé ZŠ a SŠ každoročně vypracovává ŠMP ve spolupráci s vedením školy a dalšími pedagogy (Chomynová, et al., 2023a).

Prevence se všeobecně dělí na tři úrovně (Caloňová, 2014):

- 1) Základem primární prevence je předcházení vzniku rizikového chování u osob, u kterých se ještě doposud neprojevilo.
- 2) Cílem sekundární prevence je předcházet vzniku, rozvoji a přetrvávání rizikového chování u těch osob, které jsou tímto chováním již v současné době ohroženy (např. jsou již přítomny počínající znaky).
- 3) Terciární prevence zahrnuje předcházení zdravotním a sociálním důsledkům již vzniklého rizikového chování.

Pro úplnost zde uvádíme také druhé často užívané dělení prevence (Hutyrová et al., 2013):

- 1) Všeobecná prevence: zaměřuje se na celou populaci, cílem je působit obecně na mladé lidi, aby nezačali užívat návykové látky.
- 2) Selektivní prevence: zaměřuje se na určité skupiny populace, u nichž je riziko rozvoje užívání návykových látek (např. pro děti s problémovým chováním). Jsou

zde stanoveny konkrétní cíle dle zakázky školy (diagnostika, pravidla, získání náhledu, možnosti řešení apod.).

- 3) Indikovaná prevence: zaměřuje se na žáky s výraznými rizikovými faktory a žáky, u nichž se rizikové chování již vyskytlo. Cílem je zamezení nebo minimalizace dopadů rizikového chování.

#### **4.4.1 Preventivní a intervenční programy na úrovni ČR a Olomouckého kraje**

Prevence zneužívání návykových látek je u nás tedy zatím realizována především ve školách, kde má převážně skupinovou formu (Úřad vlády ČR, 2010). Na území České republiky působí mnoho organizací nabízejících preventivní programy pro dospívající na úrovni škol. Tyto organizace nabízejí cílené programy primární prevence, přičemž svým rozsahem se neomezuji pouze na děti a mládež (případně jejich rodiče), ale zahrnují i zbytek veřejnosti. Školy a školská zařízení využívají jejich služeb nejčastěji v oblastech, které nejsou již schopny saturovat vlastní činností. Tyto organizace se nejčastěji orientují na selektivní a indikovanou primární prevenci. Jejich síť je v Olomouckém kraji stabilní, v každém okrese působí minimálně jedna z nich (Krajský plán PPRCH v Olomouckém kraji na období 2023 – 2026, 2022).

Příkladem takové organizace je nezisková organizace Národní síť podpory zdraví. Na úrovni Olomouckého kraje nabízí například program „Legální drogy - nikotin a alkohol“ pro žáky druhého stupně ZŠ. Cílem tohoto programu je podat žákům základní informace o alkoholismu a tabakismu, vliv těchto látek na lidské zdraví ale také například nácvik asertivních technik, jak odmítnout drogu. Dalším realizovaným programem v Olomouckém kraji je např. „Opilý pozemšťan“ – interaktivní beseda zaměřená na problematiku pití alkoholu pro žáky 6. a 7. tříd (Národní síť podpory zdraví, 2024). V Olomouci zabezpečuje programy primární prevence pro školy například spolek P-centrum. Tato organizace nabízí prožitkové programy všeobecné primární prevence určené běžným třídním kolektivům, u kterých se nepředpokládá zvýšené ohrožení rizikovým chováním, než jaké vyplývá z věku žáků a struktury kolektivu. Z hlediska včasnosti a všeobecnosti jejich programy odpovídají požadavkům Minimálně preventivního programu a jsou realizovány podle odborných doporučení a platné legislativy (P-centrum, 2024).

V oblasti nelegálních drog jsou průběžně realizovány také preventivní kampaně a projekty (Chomynová et al., 2023a). Jedním z nich je projekt Revolution Train (Protidrogový vlak) Nadačního fondu Nové Česko, který byl spuštěn jako nástroj primární prevence zaměřený proti užívání psychoaktivních látek (tabák, alkohol, další ilegální látky). Program je určený zejména pro cílovou skupinu dětí a mladistvých ve věku od 12 do 17 let a zároveň zahrnuje rodinu, školu i provázanost s lokální komunitou s cílem stimulace ke smysluplným volnočasovým aktivitám.

Program se odehrává v reálné vlakové soupravě, uvnitř které je interaktivní a působivou formou realizován samotný preventivní program. Vlaková souprava se skládá z šesti železničních vagonů, z nichž čtyři jsou přestavěny na multimediální kinosály a zážitkové prostory. Na základě skutečného příběhu je návštěvníkům popsán různorodý několikafázový vývoj užívání návykových látek, poruch způsobených jejich užíváním a možných následků. Součástí projektu je dlouhodobá práce s cílovými skupinami a koordinace činností s partnerskými organizacemi i místními experty na prevenci. V letech 2020 až 2023 vlak navštívil také několik měst v Olomouckém kraji (Jeseník, Mohelnice, Zábřeh na Moravě, Olomouc, Prostějov) (Revolution train, 2023).

Dalším realizovaným preventivním programem je protidrogový program pro školy s názvem Tvoje cesta načisto, který od roku 2021 zaštiťuje Policie ČR. Cílem programu je interaktivní formou vysvětlit trestněprávní odpovědnost v důsledku užívání návykových látek a posílit tak u dospívající mládeže právní vědomí, podnítit diskuzi o rizicích závislosti a zvýšit u cílové skupiny motivaci ke zdravému životnímu stylu a společenské odpovědnosti. Program je realizován formou interaktivní přednášky za využití promítání skutečného příběhu a soutěžní hry (Ministerstvo vnitra České republiky, 2021, 25. listopadu).

Již od roku 2017 funguje také kampaň s názvem „Zůstaň nad vlivem“, která si klade za cíl informovat děti, teenagery a dospělé o rizicích konzumace návykových látek a o závislostním chování. Kampaň je primárně zaměřena na děti a mladistvé ve věku 14 – 17 let a probíhá zejména v online prostředí a na sociálních sítích. Jedním z cílů je také informovat veřejnost o existujících službách prevence a léčby závislostí v ČR se záměrem oslovit dospívající, kteří se s problémem závislosti setkali či se s ním aktuálně potýkají, a to tak, aby mohli vyhledat radu či odpovídající formu pomoci (Zůstaň nad vlivem, 2017).

Novým preventivním počinem bylo vytvoření deskové hry Vzhůru proti drogám, která je určena pro děti od 5. ročníku ZŠ až po dospělé. Hra byla uvedena na trh v roce 2023 a jejím principem je nasbírat za správné odpovědi na otázky kompromitující informace na drogové dealery. Prostřednictvím hry jsou pak dětem předávány odstrašující informace o účincích návykových látek, hazardním hraní a digitálních závislostech (Chomynová et al., 2023a).

## **5 CÍLE**

### **5.1 Hlavní cíl**

Hlavním cílem této bakalářské práce je zjistit zkušenosti dětí ve věku 11 – 15 na Olomoucku s vybranými formami rizikového chování.

### **5.2 Dílčí cíle**

- 1) Porovnat míru zkušeností vybraných forem rizikového chování dle pohlaví.
- 2) Porovnat míru zkušeností vybraných forem rizikového chování dle ročníků.

### **5.3 Výzkumné otázky**

- 1) Popsat zkušenost dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku s alkoholem.
- 2) Popsat zkušenost dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku s tabákovými výrobky a jeho alternativami.
- 3) Popsat zkušenost dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku s kratomem.
- 4) Popsat zkušenost dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku s konopnými drogami.

## 6 METODIKA

Sběr dat probíhal formou online dotazníku, pod záštitou katedry rekreologie Univerzity Palackého v Olomouci. Tato longitudinální studie, která se zabývá volným časem u adolescentů, sbírá data již od roku 2017 – po současnost. Metodika sběru dat vychází ze studie HBSC, která se ve svém výzkumu zaměřuje na shromažďování vědeckých poznatků, které napomáhají porozumění faktorů ovlivňujících zdraví mladých lidí v jejich sociálním kontextu.

### 6.1 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvořilo 7 základních škol z Olomouckého kraje. Jednalo se o základní školy ze čtyř měst (ZŠ Dr. Horáka Prostějov, ZŠ Heyrovského Olomouc, ZŠ Mlýnská Mohelnice, ZŠ Vítězná, Litovel), jednoho městyse (ZŠ Pod Školou Dub nad Moravou) a dvou obcí (ZŠ Troubky Dědina a ZŠ Slatinice). Do výzkumu byly zapojeni žáci z 5., 7. a 9. tříd. Celkem bylo registrováno 1008 žáků, z toho 271 žáků z 5. ročníků, 324 žáků ze 7. ročníků a 322 dětí z 9. ročníků. Sběru dat se účastnilo 897 dětí, které byly přítomny, omluveno bylo 111 žáků. Po kontrole bylo vyřazeno 98 nevalidních dotazníků, které byly neúplné, obsahovaly nevěrohodné odpovědi nebo nesly známky ledabylého vyplnění.

Výzkumný soubor tedy tvoří 799 respondentů (tzn. response rate = 79,3 %) v zastoupení 426 chlapců (53 %) a 373 dívek (47 %). Zastoupení výzkumného souboru z hlediska ročníků je následující: 237 žáků (30 %) z pátých tříd, 306 žáků (38 %) ze sedmých tříd a 256 žáků (32 %) z devátých tříd.

### 6.2 Metody sběru dat

Sběr dat probíhal kvantitativní formou prostřednictvím elektronického dotazníku, který byl žákům administrován na PC přímo ve školách. Sběr našich dat proběhl v období listopad až prosinec 2023. Žákům byl administrován dotazník katedry rekreologie Univerzity Palackého v Olomouci, zkoumající volný čas adolescentů. Na jeho vyplnění měli žáci jednu vyučovací jednotku (45 minut). Žáci dotazník vyplňovali za přítomnosti tazatelů, kteří jim dotazník představili a byli žákům k dispozici k dovysvětlení případných nejasností. V úvodní části dotazníku jsme se ptali na základní demografické údaje žáků: pohlaví, třída, věk, rodinné zázemí, výška, váha apod. Další oblasti se týkaly pohybových aktivit žáků, náplně volného času, rizikového chování, spánku, stravovacích zvyklostí apod. Dotazník obsahoval uzavřené i otevřené otázky, kde museli respondenti své odpovědi vepsat. Vzhledem ke komplexnosti dotazníku a

zaměření naší práce jsme si z dotazníku vybrali pouze položky týkající se rizikového chování, které jsme dále analyzovali.

### **6.3 Statistické zpracování dat**

Získaná data elektronické podoby byla po kontrole vložena do programu IBM SPSS Statistics, kde byla dále vyhodnocována. Nejprve byly popsány demografické charakteristiky výzkumného souboru (relativní podíl respondentů dle pohlaví, ročníku). K popisu vztahu mezi dvěma kategoriálními proměnnými jsme dále použili speciální typ tabulky nazývaný cross-tabulation (nebo-li zkráceně „crosstab“). V křížové tabulce kategorie jedné proměnné určují řádky tabulky a kategorie druhé proměnné určují sloupce. Buňky tabulky pak obsahují, kolikrát se vyskytla určitá kombinace kategorií. S ohledem na cíle práce jsme porovnávali míru zkušeností s vybranými formami rizikového chování dle pohlaví a dle jednotlivých ročníků.



## 7 VÝSLEDKY

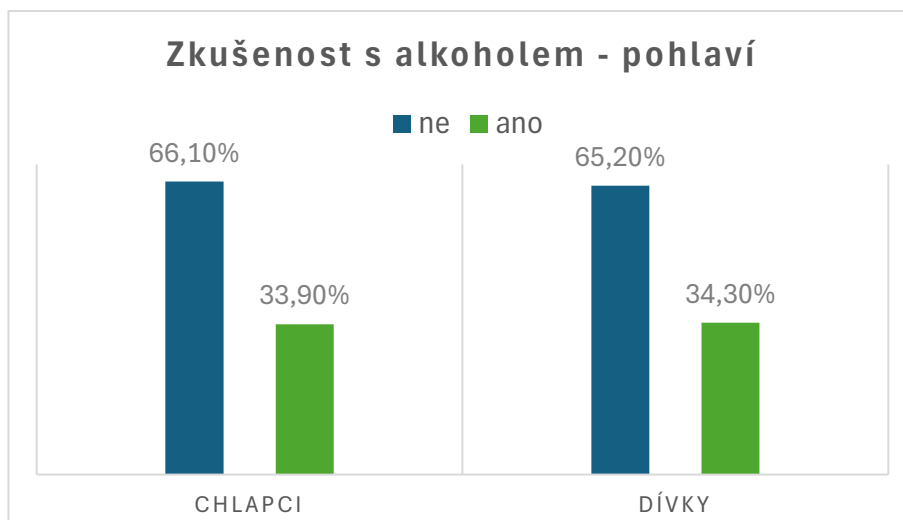
Hlavním cílem této bakalářské práce bylo zjistit zkušenosti dětí ve věku 11 – 15 na Olomoucku s vybranými formami rizikového chování. Ve výzkumu jsme se zaměřovali na alkohol, tabákové výrobky a jejich alternativy, kratom a konopné drogy. Získaná data u jednotlivých kategorií rizikového chování byla porovnáвана napříč pohlavími a napříč ročníky základních škol, tzn. 5., 7. a 9. ročníků. V následující kapitole budou prezentovány samotné výsledky našeho výzkumu. Výsledná data byla převedena na procenta a budou dále prezentována pomocí grafů.

### 7.1 Zkušenost dospívajících s alkoholem

Obrázek 1 popisuje zkušenost dospívajících z výzkumného souboru s alkoholickými nápoji v závislosti na pohlaví. Z grafu je patrné, že dívky (34,3 %) v rámci našeho výzkumného souboru nepatrně převyšují ve zkušenosti s alkoholem chlapce (33,9 %).

**Obrázek 1**

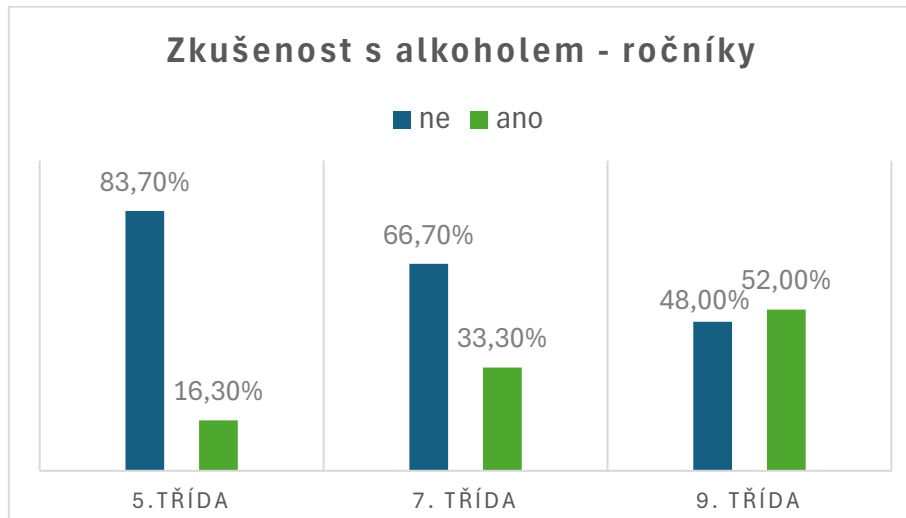
*Zkušenost dospívajících s alkoholem dle pohlaví*



Obrázek 2 ukazuje míru zkušeností s alkoholickými nápoji dospívajících, dle 5., 7. a 9. ročníků základních škol. Ze získaných dat vyplývá, že zkušenost s alkoholem má 16,3 % 11letých dětí, 33,3 % 13letých dětí a 52 % 15letých dětí.

**Obrázek 2**

*Zkušenost dospívajících s alkoholem dle ročníků*

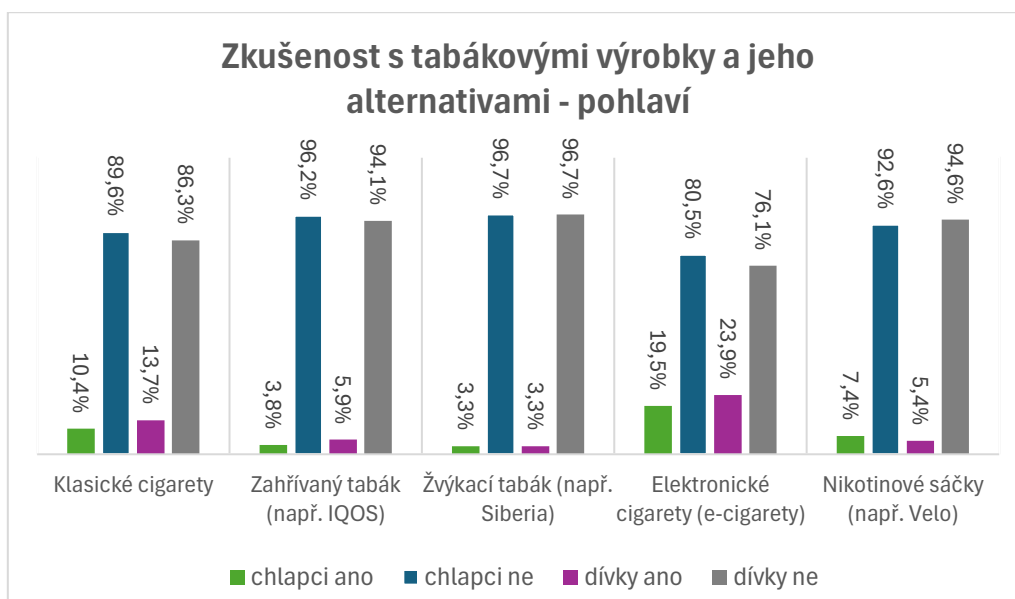


## 7.2 Zkušenost dospívajících s tabákovými výrobky a jejich alternativami

Obrázek 3 prezentuje míru zkušeností dospívajících s tabákovými výrobky a jejich alternativami v závislosti na pohlaví. Obě pohlaví udávají největší zkušenost s elektronickými cigaretami. V rámci celkového výzkumného souboru dětí mezi 11. – 15. rokem uvádí zkušenost s e-cigaretami 23,9 % dívek, oproti 19,5 % chlapců, u klasických cigaret je to 13,7 % dívek a 10,4 % chlapců. Z grafu je patrné, že i zde dívky převyšují ve zkušenostech chlapce.

**Obrázek 3**

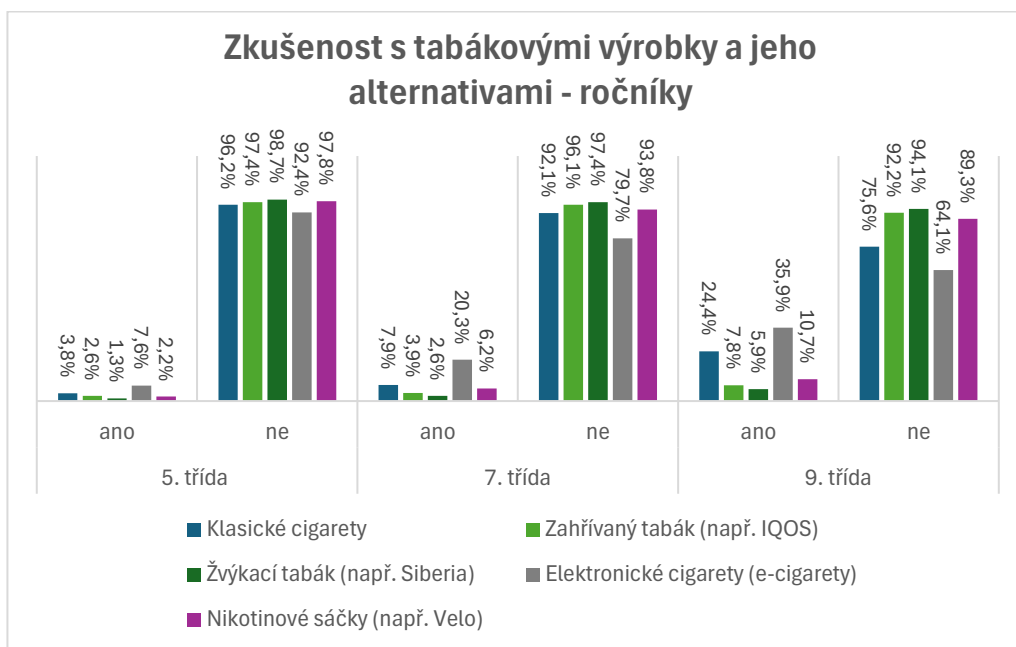
*Zkušenost dospívajících s tabákovými výrobky a jejich alternativami dle pohlaví*



Obrázek 4 nabízí srovnání zkušeností dospívajících s různými kategoriemi tabákových výrobků a jejich alternativami mezi jednotlivými ročníky. Napříč 5., 7. i 9. ročníky můžeme v každé z věkových kategorií opět pozorovat nejvyšší oblibu elektronických cigaret. Z tabákových výrobků má nejvíce 11letých dětí v našem výzkumném souboru zkušenost s elektronickými cigaretami (7,6 %), na druhém místě se pak umístily klasické cigarety (3,8 %). Děti ve věku 13ti let alespoň jednou v životě vyzkoušely e-cigarety ve 20,3 % a klasické cigarety v 7,9%. Ve věkové kategorii 15 let 35,9 % deváťáků uvedlo zkušenost s e-cigaretami, na druhém místě jsou klasické cigarety (24,4 %) a na třetím pak nikotinové sáčky (10,7 %).

**Obrázek 4**

*Zkušenost dospívajících s tabákovými výrobky a jejich alternativami dle ročníků*

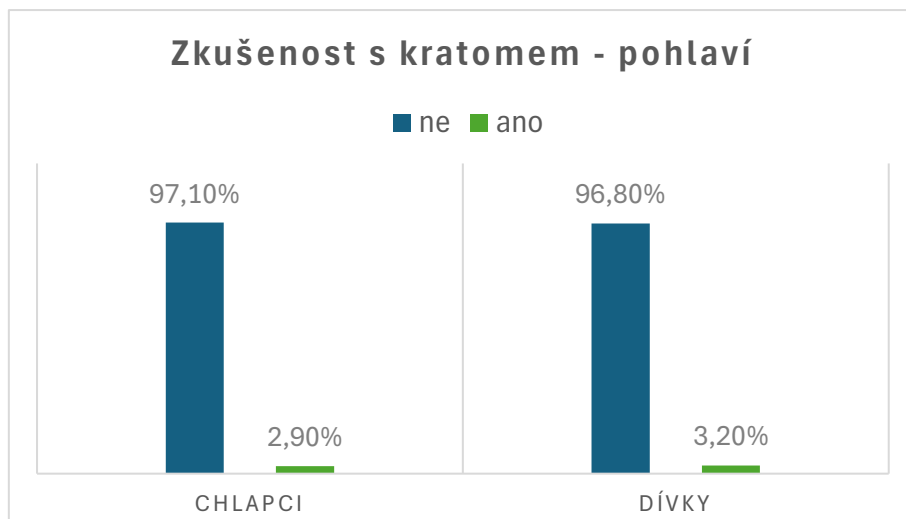


### 7.3 Zkušenost dospívajících s kratomem

Obrázek 5 znázorňuje porovnání zkušenosti dospívajících s kratomem u obou pohlaví. I u kratomu můžeme pozorovat trend mírné převahy procenta dívek se zkušeností s touto látkou nad chlapci. Alespoň jednou vyzkoušelo kratom 3,2 % dívek a 2,9 % chlapců v našem výzkumném souboru.

**Obrázek 5**

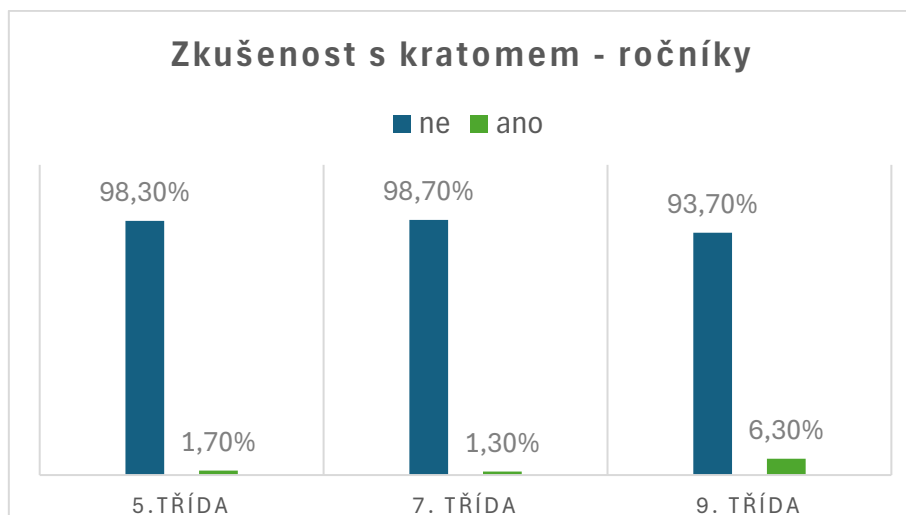
*Zkušenost dospívajících s kratomem dle pohlaví*



Obrázek 6 nabízí porovnání zkušenosti dospívajících s kratomem v závislosti na ročníku základních škol.

**Obrázek 6**

*Zkušenost dospívajících s kratomem dle ročníků*

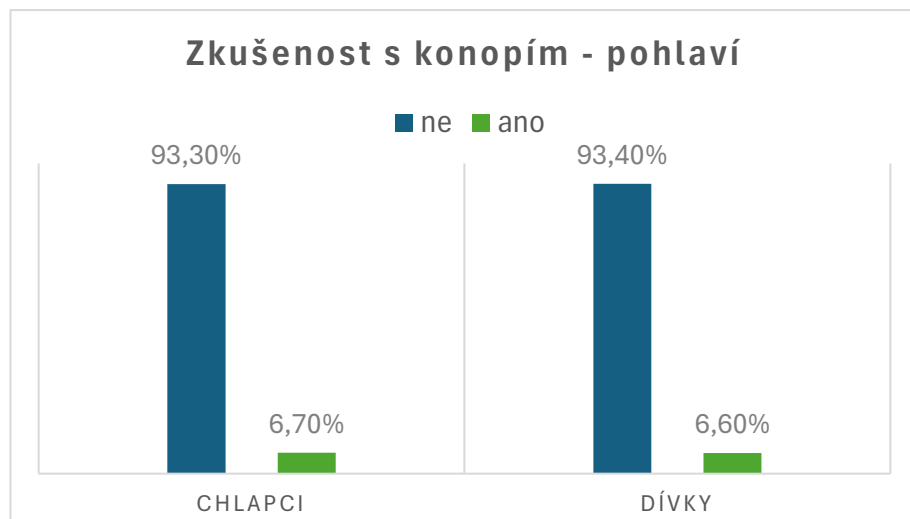


## 7.4 Zkušenost dospívajících s konopím

Obrázek 7 znázorňuje srovnání zkušenosti dospívajících s konopím v závislosti na pohlaví. V této kategorii rizikového chování pozorujeme mírnou převahu chlapců, kteří tuto látku alespoň jednou v životě vyzkoušeli. Data ukázala, že alespoň jednou v životě konopí vyzkoušelo 6,7 % chlapců a 6,6 % dívek.

**Obrázek 7**

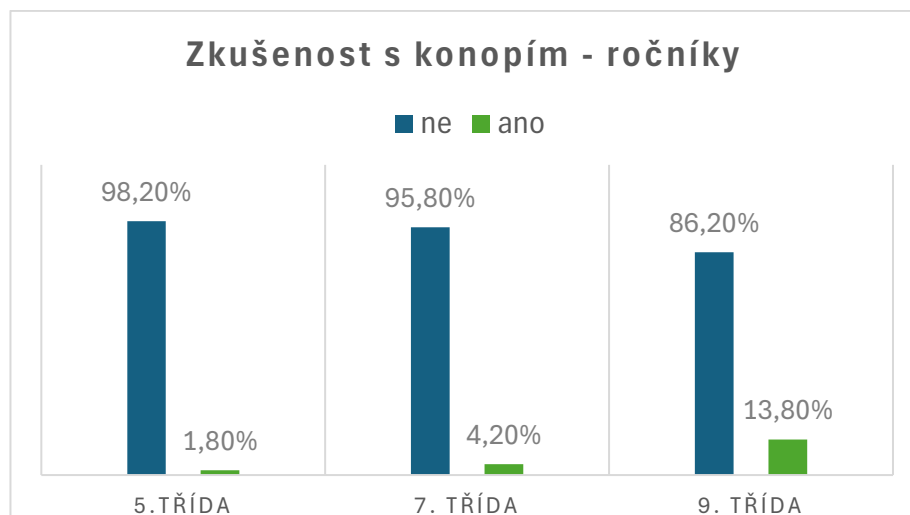
*Zkušenost dospívajících s konopím dle pohlaví*



Obrázek 8 znázorňuje srovnání zkušenosti dospívajících s konopím u jednotlivých ročníků základních škol.

**Obrázek 8**

*Zkušenost dospívajících s konopím dle ročníků*



## 8 DISKUSE

V této kapitole budou shrnuta získaná data a jejich výsledky v kontextu aktuálních vědeckých poznatků o daném tématu a budou porovnána s daty z minulých let. Cílem této bakalářské práce bylo zjistit zkušenosti dětí ve věku 11 – 15 na Olomoucku s vybranými formami rizikového chování. Dílčími cíli bylo porovnat míru zkušeností vybraných forem rizikového chování dle pohlaví a dle jednotlivých ročníků.

Co se týče konzumace alkoholu, v rámci našeho výzkumného souboru se potvrdilo zjištění Zdravé generace (2018), že experimentování a konzumace alkoholických nápojů u dospívajících rapidně klesá a také se zvyšuje průměrný věk s první zkušeností s alkoholem. Ze získaných dat vyplývá, že zkušenost s alkoholem má 16,3 % 11letých dětí, 33,3 % 13letých dětí a 52 % 15letých dětí. V 90. letech platilo, že první experiment s alkoholem za sebou měli téměř všichni 15letí (98 % chlapců a 97 % dívek v roce 1998), dnes alkohol téměř polovina stejně staré populace ještě nevyzkoušela. Nicméně alkohol je stále nejčastěji konzumovanou a společensky tolerovanou drogou (Zdravá generace, 2024). Souhrnná zpráva o závislostech v České republice z roku 2021 uvádí, že zkušenost s konzumací alkoholu má přes 40 % 13letých dětí, kde oproti našim výsledkům u stejně starých dětí (33,3 %) pozorujeme také výrazný pokles. Překvapujícím faktem je také rozdíl zkušenosti s alkoholem v závislosti na pohlaví. V našem výzkumném souboru dětí ve věku 11 – 15 let uvádí celkově nepatrně vyšší procento dívek zkušenost s alkoholem (34,3 %), oproti chlapcům (33,9 %). To potvrzuje výsledky Rous et al. (2020), dle kterých v posledních letech dochází k nárůstu rizikové konzumace alkoholu u dívek a pozorujeme trend vyrovnávání rozdílů zkušeností mezi chlapci a dívkami.

Zdravá generace (2018) uvedla, že v roce 2006 udávala první zkušenost s tabákovými výrobky třetina jedenáctiletých chlapců, v roce 2018 se jednalo už jen o 5 % stejně starých chlapců. Z tabákových výrobků má nejvíce 11letých dětí v našem výzkumném souboru zkušenost s elektronickými cigaretami (7,6 %), na druhém místě se pak umístily klasické cigarety (3,8 %). Z dat Zdravé generace (2018) také vyplývá, že zkušenost s cigaretami v roce 2018 uvedlo 37 % chlapců a 40 % dívek ve věku 15 let. V této věkové kategorii je z našich výsledků patrná nejvyšší oblíbenost elektronických cigaret (35,9 % deváťáků uvedlo zkušenost s e-cigaretami), na druhém místě jsou klasické cigarety (24,4 %) a na třetím pak nikotinové sáčky (10,7 %). Jak uvádí Chomynová et al. (2020), v posledních letech se začaly dostávat do popředí právě elektronické cigarety, které vyzkoušelo alespoň jednou v životě více studentů než těch, co uvedli kouření klasických cigaret. Podobný trend jako u alkoholu, ovšem ještě s větším rozdílem, pozorujeme také ve srovnání mezi pohlavími, přičemž i u tabákových výrobků se ukázalo, že napříč jednotlivými tabákovými alternativami dívky převyšují chlapce (jedinou výjimkou jsou nikotinové

sáčky). V rámci celkového výzkumného souboru dětí mezi 11. – 15. rokem uvádí zkušenost s e-cigaretami 23,9 % dívek, oproti 19,5 % chlapců, u klasických cigaret je to 13,7 % dívek a 10,4 % chlapců.

Náš výzkum se zaměřoval také na míru zkušenosti dětí s kratomem. Dle výsledků HBSC z roku 2022 kratom někdy v životě užilo celkem 8,5 % dospívajících, přičemž chlapci uváděli alespoň jednu zkušenost s kratomem výrazně častěji (přibližně 2krát) než dívky – 10,2 % vs. 6,2 % (Chomynová et al., 2023a). Oproti tomu je z našich dat patrný pokles oblíbenosti této látky – zkušenost udává 1,7 % 11letých a 6,3 % 15letých. Nicméně zatímco v roce 2022 byla přibližně dvakrát vyšší zkušenost u chlapců než u dívek, z našich dat můžeme pozorovat trend převahy dívek nad chlapci, stejně jako u ostatních pozorovaných forem rizikového chování. Alespoň jednou vyzkoušelo kratom 3,2 % dívek a 2,9 % chlapců v našem výzkumném souboru.

Studie HBSC (2022) dlouhodobě sleduje také trendy v užívání konopných drog, přičemž zkušenost s marihuanou má dle dat z roku 2022 skoro každý šestý deváťák (16 %), což představuje mírný pokles oproti roku 2018, kdy zkušenost s konopím uvedlo 18,8 % dospívajících (Chomynová et al., 2023a; Zdravá generace, 2024). Z našich dat je oproti přechozím rokům opět patrný pokles zkušeností s touto látkou, přičemž alespoň jednou tuto látku vyzkoušelo 13,8 % 15letých dětí. Z našeho výzkumu vyplývá, že jsou konopné drogy a nikotinové sáčky jedinými zkoumanými látkami, kde převyšují chlapci nad dívkami, a to zanedbatelně u konopí, které vyzkoušelo 6,7 % chlapců a 6,6 % dívek.

V posledních letech výzkumné studie (Johnston et al., 2019; White, 2020) ukazují na snižování rozdílů v užívání návykových látek mezi chlapci a dívkami, nicméně z našich výsledků můžeme pozorovat, že dívky ve většině kategorií chlapce dokonce převyšují. K podobným závěrům došli i Johnston et al. (2019), dle kterých se rozdíl mezi pohlavími obrátil, přičemž v jejich výzkumu užívání návykových látek u adolescentů v USA uvedlo 22 % dívek užívání alkoholu v posledním měsíci, ve srovnání se 17 % chlapců. Mezi dospívajícími se rozdíl v pití zmenšily především proto, že spotřeba alkoholu u chlapců klesla více než u dívek (White, 2020). Dle Peltier et al. (2019) tento jev souvisí s narůstající mírou úzkosti a deprese mezi dospívajícími, zejména mezi dívkami, a zdá se, že ženy obecně častěji pijí alkoholické nápoje než muži, aby se s tím vyrovnaly. To potvrzuje také Fonseca et al. (2021), dle kterých dívky obvykle začínají užívat alkohol a jiné drogy jako strategii zvládnání deprese, úzkosti a negativních pocitů, zatímco chlapci obvykle zahajují užívání drog nebo hledáním senzací (Fonseca et al., 2021).

White (2020) uvádí, že ačkoli více chlapců (19 %) než dívek (13 %) začíná pít před dosažením věku 14 let, dívky, které začnou pít v rané adolescenci, vykazují mezi prvním pitím a první epizodou záchvatovitěho pití kratší dobu. Stejně tak Fonseca et al. (2021) uvádí, že zatímco ženy, které užívají návykové látky obvykle začnou s užíváním látek později než muži, avšak

jakmile již začnou látky užívat, mají ženy tendenci zvyšovat míru spotřeby alkoholu i jiných návykových látek rychleji než muži. Tento fakt je znepokojující z mnoha důvodů. Nedávné studie naznačují, že ženy jsou náchylnější než muži k zánětům jater způsobeným alkoholem, kardiovaskulárním onemocněním, potížím s pamětí, kocovině a některým druhům rakoviny (White, 2020). Fattore et al. (2020) uvádí, že ženy, které chronicky zneužívají alkohol mají dokonce úmrtnost o 50 až 100 % vyšší než muži se stejnými vzorci užívání alkoholu. To může souviset s rozdíly v účinnosti mezi pohlavími a metabolismu návykových látek, tudíž některé látky mohou být účinnější u žen než u mužů nebo naopak (Farkouh, et al., 2020).

Výsledky užívání návykových látek dětí ve věku 11–15 let na Olomoucku poukazují na celkový pokles míry užívání i věku prvního užití. Zatímco před dvaceti lety české děti patřily k nadprůměrným konzumentům tabáku, alkoholu i marihuany, dlouhodobé trendy ukazují přibližování životního stylu českých školáků a dětí z dalších padesáti zemí světa zapojených do studie HBSC (Zdravá generace, 2024). Také výsledky studie ESPAD z roku 2019 potvrdily pokles v užívání alkoholu mezi českými dospívajícími, i když ve srovnání s obdobím 2011 – 2015 se pokles zpomalil (Rous et al., 2020). Nicméně i když míra rizikového užívání alkoholu u dospívajících pomalu klesá, výsledky studií HBSC a ESPAD se shodují, že zkušenosti české mládeže s alkoholem zůstávají v evropském kontextu stále na vysoké úrovni (Chomynová et al. 2023b). Právě alkohol je mezi autory považován za rizikový z důvodu, že často bývá tzv. „startovací drogou“, jelikož část dětí od něj přechází k rizikovějším návykovým látkám (Hladík, 2009). Důležitou roli hraje také fakt, že vyvíjející se dětský mozek je vnímavější na vliv návykových látek, a proto je u dětí významně vyšší riziko vzniku závislosti (Kulhánek, 2024).

Nicméně znepokojivým výsledkem plynoucím z našich výsledků je nárůst rizikového chování u dívek. To potvrzuje také Rous et al. (2020), dle kterých v posledních letech pozorujeme trend vyrovnávání rozdílů zkušeností mezi chlapci a dívkami. Budoucí výzkumy by se proto mohly dále zabývat tímto tématem více do hloubky. Jak uvádí White (2020), v souvislosti s vyšším užíváním návykových látek u dívek je na zvážení zařazení preventivních strategií, které se zaměří na nárůst spotřeby alkoholu (a jiných látek) a specifická zdravotní rizika pro dívky.

Mezi limity této práce patří zejména zobecnitelnost výsledků. Data byla sbírána v základních školách pouze na Olomoucku, tudíž výsledky nelze generalizovat na celou cílovou populaci. Pro větší reprezentativnost výsledků by bylo na místě rozšířit měření o více základních škol z různých regionů. Dalším limitem, který mohl potenciálně zkreslit výsledky, je nehomogenost v početním zastoupení u jednotlivých zkoumaných kategorií. V našem výzkumném souboru se lišil počet skupiny dívek a chlapců, a stejně tak se lišil počet dětí v jednotlivých ročnících ZŠ, které se výzkumu zúčastnily. Limitem práce může být také fakt, že data byla sbírána v průběhu vyučovacích hodin, kde byli přítomni všichni žáci, což mohlo na



některé působit při vyplňování rušivě. Limitací byla také časová dotace, kterou byla jedna vyučovací hodina, což mohlo být pro některé žáky náročné, a to zejména pro mladší děti z 5. ročníků. Nicméně i z těchto důvodů byli u každého sběru dat přítomni tazatelé, kteří průběh vyplňování pozorovali a v případě potřeby žákům pomáhali a odpovídali jim na jejich dotazy.

## 9 ZÁVĚRY

Tato kapitola představuje přehled hlavních výsledků našeho výzkumu. Hlavním cílem této bakalářské práce bylo zjistit zkušenosti dětí ve věku 11 – 15 na Olomoucku s vybranými formami rizikového chování. Na základě získaných dat došlo ve vztahu k výzkumným otázkám k následujícím zjištěním:

### **Výzkumná otázka č. 1: Popsat zkušenost dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku s alkoholem.**

Ze získaných dat vyplývá, že zkušenost s alkoholem má 16,3 % 11letých dětí, 33,3 % 13letých dětí a 52 % 15letých dětí z našeho výzkumného souboru. Z hlediska pohlaví v této kategorii dívky převyšují chlapce. Alespoň jednou v životě vyzkoušelo alkohol a 34,3 % dívek a 33,9 % chlapců. Alkohol se dle získaných dat ukázal jako nejčastěji konzumovaná droga mezi mladými.

### **Výzkumná otázka č. 2: Popsat zkušenost dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku s tabákovými výrobky a jeho alternativami.**

Z tabákových výrobků má nejvíce 11letých dětí v našem výzkumném souboru zkušenost s elektronickými cigaretami (7,6 %), na druhém místě se pak umístily klasické cigarety (3,8 %). Děti ve věku 13 let mají v 20,3 % zkušenost s elektronickými cigaretami, 7,9 % uvedlo zkušenost s klasickými cigaretami a 6,2 % s nikotinovými sáčky. U patnáctiletých dětí je z našich výsledků patrná nejvyšší oblíbenost elektronických cigaret (35,9 %) na druhém místě jsou klasické cigarety (24,4 %) a na třetím pak nikotinové sáčky (10,7 %). Celkově tedy můžeme říct, že ve věkové kategorii 11 – 15 let jsou z tabákových výrobků nejvíce oblíbené elektronické cigarety.

Stejně jako u alkoholu, také u tabákových výrobků se ukázalo, že napříč jednotlivými tabákovými alternativami dívky převyšují chlapce (jedinou výjimkou jsou nikotinové sáčky). V rámci celkového výzkumného souboru dětí mezi 11. – 15. rokem uvádí zkušenost s e-cigaretami 23,9 % dívek, oproti 19,5 % chlapců, u klasických cigaret je to 13,7 % dívek a 10,4 % chlapců.

### **Výzkumná otázka č. 3: Popsat zkušenost dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku s kratomem.**

Z našich výsledků vyplývá, že s kratomem má zkušenost 1,7 % 11letých, 1,3 % 13letých a 6,3 % 15letých dětí. I u kratomu můžeme pozorovat trend převahy dívek nad chlapci, stejně jako u ostatních zkoumaných forem rizikového chování. Alespoň jednou vyzkoušelo kratom 3,2 % dívek a 2,9 % chlapců z výzkumném souboru.

**Výzkumná otázka č. 4: Popsat zkušenost dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku s konopnými drogami.**

Alespoň jednou vyzkoušelo nějakou formu konopné drogy 1,8 % 11tiletých dětí, 4,2 % 13tiletých dětí a 13,8 % 15tiletých dětí z našeho výzkumného souboru. Narozdíl od dalších kategorií rizikového chování, na které jsme se v této práci zaměřovali (vyjma tabákové alternativy v podobě nikotinových sáčků), jsou konopné drogy jedinou látkou, kde převyšují chlapci nad dívkami, i když pouze nepatrně. Naše data ukázala, že alespoň jednou konopí vyzkoušelo 6,7 % chlapců a 6,6 % dívek.

Výsledky užívání návykových látek dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku ukazují na celkový pokles míry zkušeností i snížení věku prvního užití daných látek. Celkově můžeme zhodnotit zkušenost s vybranými formami rizikového chování jako nižší oproti výsledkům studií z předešlých let, a to ve všech zkoumaných kategoriích. Z hlediska pohlaví se ukázalo, že procento dívek se zkušeností s vybranými formami rizikového chování převyšuje ve většině kategorií chlapce. Jedná se o zkušenost s alkoholem, tabákovými výrobky a kratomem. Jedinou výjimku tvoří konopné drogy, kde udávají vyšší míru zkušeností chlapci.

## 10 SOUHRN

Bakalářská práce se zabývá problematikou rizikového chování u dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku. Výzkum byl proveden pod záštitou katedry rekreologie Univerzity Palackého v Olomouci.

Teoretická část práce popisuje stěžejní psychosociální aspekty období pubescence, vybrané formy rizikového chování a jejich dopad na lidský organismus, užívání návykových látek v kontextu volného času a specifika užívání návykových látek ve vybrané věkové skupině. V práci se zabýváme zejména užíváním alkoholu, tabákových výrobků a jeho alternativ, kratomu a konopných drog. Právě konzumace alkoholu, kouření cigaret a zkušenosti s drogami, zejména s marihuanou jsou dle Sobotkové (2014) v období dospívání nejčastějšími formami rizikového chování.

Hlavním cílem této práce bylo zjistit zkušenosti dětí ve věku 11 – 15 na Olomoucku s vybranými formami rizikového chování. Na to dále navazovaly dílčí cíle, kterými bylo porovnat míru zkušeností dětí s vybranými formami rizikového chování dle pohlaví a dle ročníků ZŠ.

Výzkumu se zúčastnilo celkem sedm základních škol z Olomouckého kraje a zapojeni byli žáci z 5., 7. a 9. tříd. Výzkumný soubor tvořilo celkem 799 respondentů. Sběr dat probíhal kvantitativní formou prostřednictvím elektronického dotazníku, který byl žákům administrován na PC přímo ve školách. Sběr našich dat proběhl v období listopad až prosinec 2023. Získaná data elektronické podoby byla po kontrole vložena do programu IBM SPSS Statistics, kde byla dále vyhodnocována.

Na základě analýzy našich dat můžeme konstatovat, že výsledky užívání návykových látek dětí ve věku 11 – 15 let na Olomoucku ukazují na pokračování v poklesu celkové míry zkušeností i snížení věku prvního užití daných látek. Napříč zkoumanými kategoriemi pozorujeme procentuální pokles dětí, které alespoň jednou v životě danou látku vyzkoušely, což je ve shodě s výsledky studií z loňských let (Zdravá generace, 2018; 2024). Alkohol se dle našich dat opět ukázal jako nejčastěji konzumovaná droga mezi dospívajícími v dané věkové skupině. Co se týče tabákových výrobků, nejvyšší procentuální zastoupení napříč všemi zkoumanými věkovými kategoriemi zaujímají elektronické cigarety. V posledních letech výzkumné studie (Johnston et al., 2019; White, 2020) ukazují na snižování rozdílů v užívání návykových látek mezi chlapci a dívkami, nicméně z našich výsledků můžeme pozorovat, že dívky ve většině kategorií chlapce dokonce převyšují. Jedná se o zkušenost s alkoholem, tabákovými výrobky a kratomem, jedinou výjimku tvoří konopné drogy, které procentuálně vyzkoušelo více chlapců.

## 11 SUMMARY

The bachelor thesis deals with the issue of risky behaviour in children aged 11 - 15 years in the Olomouc region. The research was conducted under the auspices of the Department of Recreationology of Palacký University in Olomouc.

The theoretical part of the thesis describes the main psychosocial aspects of puberty, selected forms of risky behaviour and their impact on the human body, substance use in the context of leisure time and specifics of substance use in the selected age group. In the bachelor thesis, we are particularly concerned with the use of alcohol, tobacco products and its alternatives, kratom and cannabis drugs. According to Sobotka (2014), alcohol consumption, cigarette smoking and experiences with drugs, especially marijuana, are the most common forms of risky behaviour during adolescence.

The main aim of this study was to determine the experiences of children aged 11 - 15 in the Olomouc region with selected forms of risky behaviour. This was followed by sub-objectives to compare the level of children's experience with selected forms of risk behaviour by gender and by year of primary school.

Seven primary schools from the Olomouc Region participated in the research and pupils from grades 5, 7 and 9 were involved. The research sample consisted of 799 respondents. The data collection was quantitative through an electronic questionnaire administered to pupils on PCs directly in the schools. The collection of our data took place between November and December 2023. The electronic data obtained was entered into IBM SPSS Statistics software after checking and there were further analyzed.

Based on the analysis of our data, we can conclude that the results of substance use among children aged 11-15 years in Olomouc show a continued decline in the overall rate of experience and a decrease in the age of first substance use. Across the categories we observe a decrease in the percentage of children who have tried the substance at least once in their lives, which is consistent with the results of studies from previous years (Zdravá generace 2018; 2024). According to our data, alcohol again emerged as the most commonly consumed drug among adolescents in the age group. In terms of tobacco products, e-cigarettes have the highest percentage representation across all age categories. In recent years, research studies (Johnston et al., 2019; White, 2020) show a narrowing gap in substance use between boys and girls, however, our results show that girls even outnumber boys in most categories. This is the case for the experience of alcohol, tobacco products and kratom, the only exception being cannabis drugs, which were tried by a higher percentage of boys.

## 12 REFERENČNÍ SEZNAM

- Aiken, A., Clare, P. J., Wadolowski, M., Hutchinson, D., Najman, J. M., Slade, T., ... & Mattick, R. P. (2018). Age of alcohol initiation and progression to binge drinking in adolescence: a prospective cohort study. *Alcoholism: clinical and experimental research*, 42(1), 100-110.
- Ang, W. H. D., Shorey, S., Lopez, V., Chew, H. S. J., & Lau, Y. (2021). Generation Z undergraduate students' resilience during the COVID-19 pandemic: a qualitative study. *Current Psychology*, 1–15.
- Baďura, P., Sigmundova, D., Sigmund, E., Madarasova Geckova, A., van Dijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2017). Participation in organized leisure-time activities and risk behaviors in Czech adolescents. *International journal of public health*, 62, 387-396.
- Blatný, M. (2017). *Psychologie celoživotního vývoje*. Charles University in Prague, Karolinum Press.
- Caloňová, D. (2014). Možnosti Zážitkové Pedagogiky v Primární Prevenci Rizikového Chování U Děti a Mládeže. *Physical Culture/Tělesná Kultura*, 37(1), 23–35.
- Čerešník, M., Tomšík, R., Dolejš, M., & Suchá, J. (2018). Impulzivita Ako Prediktor Rizikového Správania Adolescentov. *Ceskoslovenska Psychologie*, 62(5), 503–512.
- Dolejš, M. (2010). *Efektivní včasná diagnostika rizikového chování u adolescentů*. Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta.
- Dvořák, O. (2022). *Já, droga*. Grada.
- Farb, A. F., & Matjasko, J. L. (2012). Recent advances in research on school-based extracurricular activities and adolescent development. *Developmental Review*, 32(1), 1-48.
- Farkouh, A., Riedl, T., Gottardi, R., Czejka, M., & Kautzky-Willer, A. (2020). Sex-related differences in pharmacokinetics and pharmacodynamics of frequently prescribed drugs: a review of the literature. *Advances in therapy*, 37(2), 644-655
- Fattore, L., Marti, M., Mostallino, R., & Castelli, M. P. (2020). Sex and gender differences in the effects of novel psychoactive substances. *Brain Sciences*, 10(9), 606.
- Fonseca, F., Robles-Martínez, M., Tirado-Muñoz, J., Alías-Ferri, M., Mestre-Pintó, J. I., Coratu, A. M., & Torrens, M. (2021). A gender perspective of addictive disorders. *Current addiction reports*, 8, 89-99.
- Gecková, A. M., Stewart, R., van Dijk, J. P., Orosová, O., Groothoff, J. W., & Post, D. (2005). Influence of Socio-Economic Status, Parents and Peers on Smoking Behaviour of Adolescents. *European Addiction Research*, 11(4), 204–209.
- Gooding, P. A., Hurst, A., Johnson, J., & Tarrier, N. (2012). Psychological resilience in young and older adults. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 27(3), 262–270.

- Guerri, C., & Pascual, M. (2019). Impact of neuroimmune activation induced by alcohol or drug abuse on adolescent brain development. *International Journal of Developmental Neuroscience*, 77, 89-98.
- Hamřík, Z. (2022). *Volný čas dětí a mládeže: zábava, odpočinek a příležitost pro rozvoj*. Palacký University Olomouc.
- Harari, T. T. E., Sela, Y., & Bareket-Bojmel, L. (2023). Gen Z during the COVID-19 crisis: A comparative analysis of the differences between Gen Z and Gen X in resilience, values and attitudes. *Current Psychology*, 42(28), 24223-24232.
- HBSC studie. (2022). *O studii*. Univerzita Palackého v Olomouci. Získáno z <https://hbsc.cz/ostudii/>
- Hladík, M. (2009). Alkohol–problém u dětí a mladistvých. *Pediatrica pro prax*, 10(2), 91-93.
- Hutyrová, M., Růžička, M., & Spěváček, J. (2013). *Prevence rizikového a problémového chování*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Chadwick, B., Miller, M. L., & Hurd, Y. L. (2013). Cannabis use during adolescent development: susceptibility to psychiatric illness. *Frontiers in psychiatry*, 4, 129.
- Chomynová, P., Csémy, L. & Mravčík, V. (2020). Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) 2019. *Zaostřeno* 6(5), 1–20.
- Chomynová, P., Grohmannová, K., Dvořáková, Z., Černíková, T., Orliková, B., Rous, Z., ... & Vopravil, J. (2023a). *Zpráva o nelegálních drogách v České republice 2023*. Praha: Úřad vlády České republiky.
- Chomynová, P., Grohmannová, K., Dvořáková, Z., Orliková, B., Rous, Z., & Černíková, T. (2023b). *Souhrnná zpráva o závislostech v České republice 2022*.
- Chomynová, P., Grohmannová, K., Janíková, B., Rous, Z., Černíková, T., Cibulka, J., & Mravčík, V. (2022). *Souhrnná zpráva o závislostech v České republice 2021*.
- Jacobus, J., & F Tapert, S. (2014). Effects of cannabis on the adolescent brain. *Current pharmaceutical design*, 20(13), 2186-2193.
- Jacobus, J., & Tapert, S. F. (2013). Neurotoxic effects of alcohol in adolescence. *Annual review of clinical psychology*, 9, 703-721.
- Jedlička, R. (2017). *Psychický vývoj dítěte a výchova: jak porozumět socializačním obtížím*. Grada.
- Jedlička, R., Koťa, J., & Slavík, J. (2018). *Pedagogická psychologie pro učitele: psychologie ve výchově a vzdělávání*. Grada.
- Johnston, L. D., Miech, R. A., O'Malley, P. M., Bachman, J. G., Schulenberg, J. E., & Patrick, M. E. (2019). Demographic Subgroup Trends among Adolescents in the Use of Various Licit and Illicit Drugs, 1975-2018. Monitoring the Future Occasional Paper Series. Paper 92. *Institute for Social Research*.

- Kabíček, P., Sulek, Š., & Mizerová, L. (2010). Syndrom rizikového chování v dospívání (možnosti efektivní prevence v oblasti abúzu návykových látek). *Pediatric pro praxi*, 11(1), 46-48.
- Kalina, K. (2008). *Základy klinické adiktologie*. Grada.
- Kalina, K. (2015). *Klinická adiktologie*. Grada.
- Konrad, K., Firk, C., & Uhlhaas, P. J. (2013). Brain development during adolescence: neuroscientific insights into this developmental period. *Deutsches Ärzteblatt International*, 110(25), 425. doi:10.3238/arztebl.2013.0425
- Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje. (n.d.). *Alkohol a zdraví*. Získáno 9. března 2024 z <https://www.khsova.cz/homepage/zdravi2020-detail/12608>
- Krajský plán PPRCH v Olomouckém kraji na období 2023 – 2026. (2022). *Dokumenty MP*. PPP a SPC Olomouc.
- Kreager, D. A. (2007). Erratum: Unnecessary roughness? School sports, peer networks, and male adolescent violence (*American Sociological Review* (2007) vol. 72 (705-724)). *American sociological review*, 72(6).
- Kulhánek, A. (2024, 11. ledna). *Co jsou nikotinové sáčky a proč se staly „dětským“ fenoménem?* Šance Dětem. Získáno z <https://sancedetem.cz/co-jsou-nikotinove-sacky-proc-se-staly-detskym-fenomem>
- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Grada.
- Ludwig, C. M., Geisler, A. N., Fernandez, J. M., Battaglia, G., Andorfer, C., & Hinshaw, M. A. (2020). The challenge of change: Resilience traits in Women's Dermatological Society Forum participants by generation. *International Journal of Women's Dermatology*, 6(4), 277–282.
- Macek, P. (2003). *Adolescence*. (Druhé, upravené vydání). Portál.
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2010). *Metodická doporučení a metodické pokyny*. Získáno z <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>
- Ministerstvo vnitra České republiky. (2021, 25. listopadu). Tisková zpráva ze zasedání Republikového výboru pro prevenci kriminality. Získáno z <https://www.mvcr.cz/clanek/tiskova-zprava-ze-zasedani-republikoveho-vyboru-pro-prevenci-kriminality-558793.aspx>
- Ministerstvo zdravotnictví České republiky. (2020, 28. května). *Výsledky národního výzkumu SZÚ o užívání tabáku v ČR potvrdily, že českých kuřáků ubývá, povědomí o zdravotních rizicích kouření se zvýšilo*. Získáno z <https://www.mzcr.cz/tiskove-centrum-mz/vysledky-narodniho-vyzkumu-szu-o-uzivani-tabaku-v-cr-potvrdily-ze-ceskych-kuraku-ubyva-povedomi-o-zdravotnich-rizicich-koureni-se-zvysilo/>



- Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., & Novák, P. (2010). Primární prevence rizikového chování ve školství. *Sdružení SCAN, Univerzita Karlova v Praze & Togga*, 70-74.
- Montesinos, J., Pascual, M., Pla, A., Maldonado, C., Rodríguez-Arias, M., Miñarro, J., & Guerri, C. (2015). TLR4 elimination prevents synaptic and myelin alterations and long-term cognitive dysfunctions in adolescent mice with intermittent ethanol treatment. *Brain, behavior, and immunity*, 45, 233-244.
- Národní síť podpory zdraví. (2024). *Nabídka programů pro školy*. Získáno z [https://nspz.cz/nabidka\\_data/nabidka\\_zakladni\\_skoly.pdf](https://nspz.cz/nabidka_data/nabidka_zakladni_skoly.pdf)
- Nešpor, K. (2007). *Návykové chování a závislost*. Portál.
- Nešpor, K. (2023, 14. srpna). *Kratom. Šance dětem*. Získáno z <https://sancedetem.cz/kratom>
- NMS, Úřad vlády ČR. (2023). *Tisková zpráva ze 14. listopadu 2023*. Získáno z <https://www.drogy-info.cz/article/press-centrum/tz-2023-11-14/>
- NMS, Úřad vlády ČR. (2024, 16. února) *Hodnocení rizik spojených s kratomem a dalšími psychoaktivními látkami*. Získáno z <https://www.drogy-info.cz/nms/o-nas/system-vcasneho-varovani/informace-ze-setkani-pracovni-skupiny-system-vcasneho-varovani-pred-novymi-drogami-ews-4.-10.-2022/>
- Orel, M., Obereignerů, R., & Mentel, A. (2016). *Vybrané aspekty sebepojetí dětí a adolescentů*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Parker, K., & Igielnik, R. (2020). On the cusp of adulthood and facing an uncertain future: What we know about Gen Z so far. *Pew Research Center*, May, 14.
- P-centrum. (2024). Centrum primární prevence. *Programy pro ZŠ*. Získáno z <https://www.p-centrum.cz/programy-pro-zs/>
- Peltier, M. R., Verplaetse, T. L., Mineur, Y. S., Petrakis, I. L., Cosgrove, K. P., Picciotto, M. R., & McKee, S. A. (2019). Sex differences in stress-related alcohol use. *Neurobiology of stress*, 10, 100149.
- Plačková, M., & Kasal, M. (2022). Kratom: slibný lék, nebo nebezpečná droga? *Česká a Slovenská Psychiatrie*, 118(5).
- Preslová, I., & Hanková, O. (2010). Mladiství a drogy. In *Sborník odborné konference Mladiství a drogy*. Praha: Občanské sdružení Sananim.
- Prokopčáková, A. (2000). Rodičia a priatelia – ich vplyv na maladjustačné správanie adolescentov. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 35, 2, 174–181
- Rašková, M., & Bartošová, M. (2022). Puberta z pohledu žáků v období prepubescence. *Magister: Reflexe Primárního a Preprimárního Vzdělávání ve Výzkumu*, 1, 32–51.
- Revolution train. (2023). *REVOLUTION TRAIN - Krátký popis programu*. Nadační fond Nové Česko. Získáno z <https://www.revolutiontrain.cz/v2/projekt.php>

- Rohlová, I. (2022). Generace Z přichází. Jak s ní komunikovat a pracovat? *Insurance Horizon/Pojistny Obzor*, 3, 48.
- Rolová, G., Miovský, M., Barták, M. (2018). Veřejně dostupné zdroje dat a prevalence užívání návykových látek u rodiček, dětí a mladistvých a možnosti využití těchto dat pro prevalenční odhady pacientů a klientů. *Adiktol. prevent. léčeb. praxi*, 1(4), 224–235.
- Rous, Z., Chomynová, P., & Mravčík, V. (2020). Návykové látky v České republice v roce 2019. *Zaostřeno*, 6(6), 1-20.
- Sak, P. (2016). Generace, mládež a její výzkum. *Mládež a společnost*, 2.
- Seznam zprávy. (2024). *Evropská komise potvrdila rozhodnutí vlády o zákazu HHC. Bude platit od března*. Získáno z <https://www.seznamzpravy.cz/clanek/domaci-zivot-v-cesku-evropska-komise-potvrdila-rozhodnuti-vlady-o-zakazu-hhc-bude-platit-od-brezna-246614>
- Skopal, O., Suchá, J., & Dolejš, M. (2014). *Vybrané osobnostní rysy a rizikové formy chování u českých žáků a žákyň* (1. vyd.). Univerzita Palackého.
- Smith, A. R., Chein, J., & Steinberg, L. (2013). Impact of socio-emotional context, brain development, and pubertal maturation on adolescent risk-taking. *Hormones and behavior*, 64(2), 323-332.
- Sobotková, V. (2014). *Rizikové a antisociální chování v adolescenci* (Vydání první). Grada.
- Státní zdravotní ústav. (2023, 19. července). *Studie GYTS: 21,5 % dětí ve věku 13-15 let užívá tabákové výrobky*. Státní zdravotní ústav. Získáno z <https://szu.cz/aktuality/studie-gyts-215-deti-ve-veku-13-15-let-uziva-tabakove-vyrobyky/>
- Šuranská, P. (2022, 26. října). *Pozor na oblíbený KRATOM. Pro děti i dospělé je nebezpečný!* Dobrý den s kurýrem, a. s. Získáno z <https://www.idobryden.cz/cteni/pozor-oblibeny-kratom-je-nebezpecny-56675.html>
- Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt* (Vydání první). Portál.
- Titmanová, M. (2019). *Prevence rizikového chování*. Charles University, Faculty of Education Press.
- Úřad vlády ČR. (2010). Syndrom rizikového chování dospívajících. *Zaostřeno na drogy*, 3.
- Vágnerová, M., & Lisá, L. (2021). *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Charles University in Prague, Karolinum Press.
- Vavrinčíková, L. (2012). *Harm reduction a alkohol*. Klinika adiktologie. TOGGA.
- Veselá, K., & Severová, L. (2021). Sladký život - životní styl generace Z? *Listy Cukrovarnické a Reparské*, 9/10, 326–331.

- Viau, A., Denault, A. S., & Poulin, F. (2015). Organized activities during high school and adjustment one year post high school: Identifying social mediators. *Journal of youth and adolescence, 44*, 1638-1651.
- White, A. M. (2020). Gender differences in the epidemiology of alcohol use and related harms in the United States. *Alcohol research: current reviews, 40*(2).
- Winters, K. C., Fahnhorst, T., Botzet, A., Lee, S., & Lalone, B. (2012). Brief intervention for drug-abusing adolescents in a school setting: Outcomes and mediating factors. *Journal of substance abuse treatment, 42*(3), 279-288.
- World Leisure Organization. (2024). *Who we are*. Získáno z <https://www.worldleisure.org/about-us/>
- Zdravá generace. (2014). *Frekvence pití alkoholu u patnáctiletých Čechů klesá*. Získáno z <https://zdravagenerace.cz/reporty/konzumace-alkoholu/>
- Zdravá generace. (2018). *České děti už nepatří mezi největší konzumenty tabáku a marihuany*. Získáno z <https://zdravagenerace.cz/reporty/koureni/>
- Zdravá generace. (2019). *Mladí Češi jsou ve volném čase aktivní*. Získáno z <https://zdravagenerace.cz/reporty/pohyb/>
- Zdravá generace. (2024). *Méně pijí a kouří. Děti ale objevily vaping a holdují energetickým nápojům*. Získáno z <https://zdravagenerace.cz/reporty/rizikove-chovani/>
- Zůstaň nad vlivem. (2017). *APAS – Asociace poskytovatelů adiktologických služeb. Asociace poskytovatelů adiktologických služeb, z.s.* Získáno z <https://www.asociace.org/aktuality/zustan-nad-vlivem/>
- Žlunková, J. (2010). *Co do školy nepatří*. Univerzita Palackého v Olomouci.

## 13 PŘÍLOHY

### 13.1 Vyjádření etické komise



Fakulta  
tělesné kultury

#### Vyjádření Etické komise FTK UP

Složení komise: doc. PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D. – předsedkyně  
Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.  
Mgr. Michal Kudláček, Ph.D.  
Mgr. Filip Neuls, Ph.D.  
prof. Mgr. Erik Sigmund, Ph. D.  
doc. Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph. D.  
Mgr. Jarmila Štěpánová, Ph.D.

Na základě žádosti ze dne **5. 1. 2023** byl projekt výzkumné práce

Autor (hlavní řešitel): **Mgr. Jaroslav Kohoutek**  
s názvem

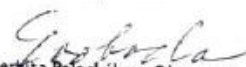
**Vývoj a adaptace české verze dotazníku Global Adolescent and Child Physical Activity (GAC-PAQ) – pilotní studie**

schválen Etickou komisí FTK UP pod jednacím číslem: **7 / 2023**  
dne: **12. 1. 2023**

Etická komise FTK UP zhodnotila předložený projekt a **neshledala žádné rozpory** s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnicemi pro výzkum zahrnující lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu etické komise.

za etickou komisí FTK UP  
doc. Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph.D.  
člen komise

  
Univerzita Palackého v Olomouci  
Fakulta tělesné kultury  
Komise etická  
třída Míru 117 | 771 11 Olomouc

Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci  
třída Míru 117 | 771 11 Olomouc | T: +420 585 636 009  
www.ftk.upol.cz

## 13.2 Informovaný souhlas

### Informovaný souhlas

**Název projektu: VOLNOČASOVÉ AKTIVITY A JEJICH VLIV  
NA ZDRAVÍ U ADOLESCENTŮ - LONGITUDINÁLNÍ STUDIE  
2017-2023**

**Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci**

Jméno:

Datum narození:

1. Já, níže podepsaný(á) nesouhlasím s účastí svého dítěte (dětí) ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem informován(a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se od mého dítěte očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že účast svých dětí ve studii mohou kdykoliv přerušit či odstoupit. Účast mého dítěte ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou osobní data mého dítěte uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti osobních dat mého dítěte. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být osobní údaje mého dítěte poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. S účastí mého dítěte ve studii není spojeno poskytnutí žádné odměny.
6. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno ani jméno mého dítěte se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.
7. Sběr dat bude probíhat v rámci jedné z vyučovacích hodin.
8. Po zpracování dat bude zúčastněným školám poskytnuta zpětná vazba o výsledcích formou anonymizovaných grafických karet.

Já níže podepsaný **nesouhlasím** s tím, aby se:

**můj syn/dcera\***:.....narozen/a (měsíc/rok).....

zúčastnil/a výzkumu na „Volnočasové aktivity a jejich vliv na zdraví u adolescentů“.

---

Matka

(jméno/a podpis/y rodiče/ů)

Otec

\* *nehodící škrtněte*

### 13.3 Administrativní protokol



Univerzita Palackého  
v Olomouci



**hbSC**  
HEALTH BEHAVIOUR IN  
SCHOOL-AGED CHILDREN  
ČESKÁ REPUBLIKA /  
CZECH REPUBLIC



Fakulta  
tělesné kultury

### Administrativní protokol – Volný čas 2023

#### Informace o třídě – záznamový arch

Datum sběru ..... Čas sběru (od–do) .....

Název školy .....

Třída .....

Typ třídy .....

Celkový počet žáků registrovaných ve třídě .....

Počet chybějících žáků z důvodu nemoci .....

Počet chybějících žáků z jiného důvodu .....

Počet žáků, kteří vyplnili dotazník .....

Administrátor: .....

**Poznámky** (zaznamenejte, prosím, které otázky nebyly dětem během vyplňování dotazníku jasné – ptaly se na význam otázky či slova, žádaly vysvětlení, popř. jiné zaznamenaníhodné situace, které mohly eventuálně ovlivnit průběh sběru dat, kvalitu dat apod.):

-  
-  
-  
-