

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

DIPLOMOVÁ PRÁCE

(magisterská)

2014

Kateřina Vlková

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

HBSC studie u dětí se zrakovým postižením

Diplomová práce

(magisterská)

Autor: Kateřina Vlková, Aplikované pohybové aktivity

Vedoucí práce: PaedDr. Zbyněk Janečka, Ph.D.

Olomouc 2013/2014

Jméno a příjmení autora: Bc. Kateřina Vlková

Název závěrečné práce: HBSC studie u dětí se zrakovým postižením

Pracoviště: Katedra aplikovaných pohybových aktivit

Vedoucí: PaedDr. Zbyněk Janečka, Ph.D.

Rok obhajoby: 2013/2014

Abstrakt:

Hlavním cílem mé práce bylo zjistit, jak nejčastěji tráví volný čas děti se zrakovým postižením. Dílčími cíli bylo porovnat náplň volného času u dívek a chlapců, posoudit vztah pohlaví a projevy nežádoucího rizikového chování u dětí zrakově postižených a také jak vnímají svůj život dívky a jak chlapci. Výzkum byl prováděn u 22 dětí se zrakovým postižením ve věku od 11 do 15 let. Byl použit dotazník HBSC studie zaměřený na životní způsob žáků, který byl upraven pro děti se zrakovým postižením. Vybrané otázky se týkaly volného času, rizikového chování a také kvality života. Výsledky ukazují, že dívky i chlapci se věnují nejčastěji stejným pohybovým aktivitám, ale již jsou rozdíly v jiných volnočasových aktivitách mezi dívkami a chlapci.

Klíčová slova: volný čas, životní styl, rizikové projevy chování, kvalita života, dítě se zrakovým postižením, HBSC studie

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

Author's first name and surname: Bc. Kateřina Vlková

Title of the thesis: HBSC study among the children with visual impairment

Department: Department of Adapted Physical Activities

Supervisor: PaedDr. Zbyněk Janečka, Ph.D.

The year of presentation: 2013/2014

Abstract:

The main aim of this thesis was to find out how children with visual impairment spend their free time. Partial aims were the comparison of the free time content among boys and girls, research of the relation between gender and unwanted risk behaviour among children with visual impairment and also the reception of the life of girls and boys. The research was carried out with 22 children with visual impairment aged between 11 to 15 years. The HBSC questionnaire aimed to pupil's lifestyle with lay-out for children with visual impairment was used. Chosen questions were related to the free time, risk behaviour and also the quality of life. The results show that girls and boys most often do the same sport activities, but there are differences in other leisure time activities practiced by boys and girls.

Keywords: free/leisure time, lifestyle, risk behaviour signs, quality of life, child with visual impairment, HBSC study

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

Prohlašuji, že diplomovou práci jsem zpracovala samostatně, pod vedením PaedDr. Zbyňka Janečky, Ph.D. uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 3. 1. 2013

.....

Děkuji PaedDr. Zbyňku Janečkovi, Ph.D. za pomoc a cenné rady, které mi poskytl při zpracování diplomové práce. Dále děkuji všem svým malým klientům za pomoc a trpělivost při vyplňování dotazníku.

OBSAH

1	ÚVOD.....	9
2	SYNTÉZA POZNATKŮ	11
2.1	Volný čas	11
2.1.1	Vymezení pojmu volný čas	11
2.1.2	Volný čas dětí	13
2.1.3	Pedagogika volného času	15
2.2	Životní způsob, životní styl a kvalita života	17
2.2.1	Životní způsob	17
2.2.2	Životní styl.....	18
2.2.3	Kvalita života.....	19
2.3	Nežádoucí trávení volného času	20
2.3.1	Sociálně patologické jevy	21
2.3.2	Projevy problémového chování.....	22
2.3.2.1	Dětská neposlušnost a nekázeň	22
2.3.2.2	Vzdorovitost	23
2.3.2.3	Negativismus	23
2.3.2.4	Lhaní	24
2.3.2.5	Záškoláctví, útěky a toulky	25
2.3.2.6	Krádeže.....	27
2.3.2.7	Agresivní chování.....	28
2.3.2.8	Šikana	31
2.3.2.9	Hazardní hra	37
2.3.2.10	Poruchy příjmu potravy.....	38
2.3.2.11	Patologické závislosti	39
2.3.3	Prevence	44
2.4	Jinak zřakově disponované osoby	46
2.4.1	Nejčastější zřakové vady a poruchy	48

3	CÍLE PRÁCE.....	51
3.1	Hlavní cíl práce.....	51
3.2	Dílčí cíle práce.....	51
3.3	Výzkumné otázky.....	51
3.4	Úkoly.....	51
4	METODIKA.....	52
4.1	Sběr dat.....	52
4.2	Dotazník HBSC.....	53
4.3	Zkoumané otázky.....	53
5	VÝSLEDKY.....	54
5.1	Volný čas.....	54
5.2	Nežádoucí projevy rizikového chování.....	99
5.3	Kvalita života.....	108
6	DISKUSE.....	112
7	ZÁVĚR.....	116
8	SOUHRN.....	118
9	SUMMARY.....	119
	REFERENČNÍ SEZNAM.....	120
	PŘÍLOHY.....	124

1 ÚVOD

*Stěžujeme si, jak máme málo času,
ale jednáme tak,
jako bychom ho měli nekonečně mnoho.
Lucius Annaeus Seneca*

Diplomová práce se zabývá problematikou volného času, jeho nejčastější náplní u dětí se zrakovým postižením a rozdílností u dívek a chlapců. Volný čas a jeho trávení může každý chápat jinak. Pro někoho může být náplní volného času sledování televize a počítačové hry, pro někoho jiného pohybová aktivita. To, jakým způsobem trávíme svůj volný čas, vypovídá o našem životním stylu a u dětí hlavně o životním stylu rodiny. Rodiče mají zásadní vliv na trávení volného času dětí. Svým příkladem jim ukazují normu, kterou dítě jako malé bezpodmínečně přijímá a postupně s přibývajícím věkem se s ní může také ztotožnit.

Podle mého názoru v současné době, kdy rodiče mají stále méně času na své děti a jsou vytíženi prací, je o to důležitější si najít čas, který rodina prožívá spolu. Základ je v rodině, ale dále dítě také formuje škola a i mimoškolní volnočasová centra, která nabízejí dětem různé zájmové kroužky a učí děti plnohodnotně využívat volný čas. Velký význam spočívá i v socializaci, kdy je dítě ve skupině vrstevníků a může společně sdílet stejné zájmy.

Jako téma diplomové práce jsem si vybrala HBSC studii u dětí se zrakovým postižením, která je zaměřena na získávání poznatků o způsobu života dětí. Toto téma je mi blízké, protože pracuji jako vychovatelka v dětském domově, kde jsou umístěny děti ve věku od tří do osmnácti let a děti mají ať už zdravotní, nebo psychický handicap. Náplní mé práce mimo jiné je také naučit děti, jak trávit volný čas, pomoci jim objevit a rozvíjet jejich vloh a nadání, podporovat je, aby si vytvořily zdravý životní styl.

Diplomová práce je rozdělena do dvou částí. První část je teoretická a zpracovává problematiku volného času, životního stylu, kvality života a nežádoucí projevy chování. Zde patří například šikana, lhaní, agresivita, drogy a jejich prevence. Dále se zabývá dětmi se zrakovým postižením a nejčastějšími vadami zraku.

Praktická část je tvořena HBSC dotazníkem a jeho zpracováním. Dotazník je upraven pro děti se zrakovým postižením. Protože HBSC studie je velmi rozsáhlá, jsou

použity jen otázky týkající se především náplně volného času, projevů rizikového chování, a také kvality života dětí. HBSC studie je určena jen pro děti ve věku od 11 do 15 let. Výzkum byl proveden u dětí se zrakovým postižením a zapojeni byli žáci základních škol z Opavy, Olomouce, Brna, Prahy, Plzně a Liberce.

2 SYNTÉZA POZNATKŮ

2.1 Volný čas

2.1.1 Vymezení pojmu volný čas

Pro pojem volný čas existuje množství definic. Některé zdůrazňují spíše psychologické, jiné ekonomické, sociologické, filozofické nebo kulturní východisko k definování pojmu volného času.

Podle pedagogického slovníku je volný čas takový čas, se kterým člověk může nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů. Volný čas je doba, která zůstane z 24 hodin běžného dne po odečtení času věnovaného práci, péči o rodinu a domácnost, péči o vlastní fyzické potřeby včetně spánku. (Průcha, Walterová & Mareš, 2003)

„Pod pojem volný čas se běžně zahrnují odpočinek, rekreace, zábava, zájmové činnosti, zájmové vzdělávání, dobrovolná společensky prospěšná činnost i časové ztráty s těmito činnostmi spojené“ (Pávková, Hájek, Hofbauer, Hrdličková & Pavlíková, 2002, 13).

Hodaň a Dohnal (2005) považují za klasika v řešení problematiky volného času francouzského sociologa Joffre Dumazediera, který volnému času přisoudil základní vlastnosti. Volný čas je svobodnou volbou, která osvobozuje od povinností určitého druhu, podléhá však, jako každá jiná činnost, determinujícím faktorům ve společnosti a závisí na společenských vztazích a závazcích. Je nezainteresovaný, nemá zjištný, přesvědčovací, ideologický, politický nebo duchovní cíl. A hlavně také uspokojuje osobní požadavky, což je souhrn činností, kterým se jednotlivec může věnovat podle vlastní vůle. Dále rozlišuje tři základní funkce volného času, a to odpočinek, který slouží k zotavení a reprodukci síly. Rozptýlení, což může být zábava, kompenzace, únik z monotónnosti práce, případně únik do fiktivních činností imaginárního světa. Rozvoj osobnosti, která umožňuje širší účast na společenském dění a bezstarostnější kulturu těla i ducha, rozvíjí citové či rozumové poznatky a schopnosti.

Bull, Hoose a Weed (2003) poukazují na to, že volný čas je důležitý pro jednotlivce, a tím i pro společnost. Za velmi důležitý faktor, který ovlivňuje volný čas, považují hru. Hra je startovacím bodem pro objevování podstaty trávení volného času.

Dětská hra předurčuje styl trávení volného času u dospělých. Když je dětem odpírána možnost hry, je jim tím odpírána i možnost fyzického, kognitivního, emočního a sociálního rozvoje.

Stebbins (2007) rozlišuje dva základní pojmy ve volném čase, a to free time a leisure. Přitom free time je vnímán jako volný čas, který je tráven nicneděláním, kdy se můžeme nudit, nebo aktivitou nezajímavou a nestimulující. Naopak leisure je volný čas, který je tráven smysluplně, aktivně a je naplněn příjemnými očekáváními a vzpomínkami na aktivity a situace.

Všichni autoři se shodují, že volný čas je takový, který slouží jednotlivci a může se zde věnovat svým zájmům atd. Je to čas, kdy jsme také osvobozeni od každodenních činností a povinností.

Hledání uspokojení, radosti i potěšení je jednou z hlavních charakteristik volného času. Podle Švigové (1967) je hlavní náplní volného času:

- Odpočinek, zotavení, zotavení pracovní síly – volný čas osvobozuje od únavy, odstraňuje nervové a fyzické poruchy vyvolané napětím, povinnostmi a prací.
- Rozptýlení, zábava, kompenzace.
- Rozvoj osobnosti fyzický, kulturní, sociální.

Tyto tři funkce spolu navzájem souvisejí a prolínají se.

Hodaň a Dohnal (2005) rozčleňují převládající činnosti ve volném čase do těchto kategorií:

1. činnosti manuální
2. činnosti fyzické – sportovní, cestovní, turistika
3. činnosti estetické
4. činnosti intelektuální
5. činnosti sociální
6. činnosti spotřební

Existují faktory, které limitují svobodu volby trávení volného času. Hodaň a Dohnal (2005) uvádějí tyto: geografické prostředí, stupeň rozvoje konkrétní společnosti, sociální status jednotlivce, kam patří – věk, pohlaví, zdravotní stav, rodinný stav, vzdělání, profese, kvalifikace, ekonomicko-materiální zajištění, podíl na moci. Mezi

další faktory patří místo bydliště, vliv rodinného prostředí, vzorce konkrétní subkultury, hodnotové orientace jednotlivce, jeho psychika, temperament a struktura zájmů.

Všichni žáci, kteří byli zapojeni do HBSC studie jsou zdravotně limitováni při volbě trávení volného času. Jedná se o žáky se zrakovým postižením.

Vážanský (1994) dělí volný čas na negativní a pozitivní pojem. Negativní pojem volného času znamená zbývající dobu celkového denního průběhu, která nám zůstala po práci, povinnostech, studiu a uspokojení biologických potřeb. Pozitivní pojem volného času je charakterizován jako volně disponibilní časový prostor, který může pro jedince znamenat svobodu a v němž může nezávisle na jakýchkoli povinnostech svobodně realizovat, co chce.

Z dosavadních definic a názorů autorů vyplývá, že cílem volného času by měla být regenerace psychických i fyzických sil, celkový rozvoj jedince, růst osobnosti. Podle mého názoru je nejlepší možností jak načerpat fyzických i psychických sil aktivní způsob trávení volného času.

2.1.2 Volný čas dětí

Podle Pávkové et al. (2002) do volného času z hlediska dětí nepatří vyučování a činnosti s ním související, sebeobsluha, základní péče o zevnějšek a osobní věci, povinnosti spojené s provozem rodiny, domácnosti nebo výchovného zařízení, další uložení vzdělávání a další časové ztráty.

Dále Pávková et al. (2002) uvádějí, že specifickou zvláštností volného času u dětí je to, že z výchovných důvodů je žádoucí jeho pedagogické ovlivňování. Děti nemají dostatek zkušeností, nedovedou se orientovat ve všech oblastech zájmových činností, potřebují citlivé vedení. Podmínkou je, aby vedení bylo nenásilné a nabízené činnosti pestré a přitažlivé. Účast na nich dobrovolná.

„Prostředí, ve kterém děti tráví volný čas, je velmi různorodé. Může to být domov, škola, různé společenské organizace a instituce“ (Pávková et al., 2002, 14).

Pro děti má volný čas velký význam, protože jim dává prostor, kde se mohou svobodně věnovat činnostem podle svých potřeb, zájmů a přání. Děti ovlivňuje hlavně

rodina, škola a okruh přátel, ale také jsou to společenské organizace, instituce a hromadné sdělovací prostředky.

Podle Pávkové et al. (2002) prožívá mnoho dětí své volné chvíle ve veřejných prostranstvích, venku na ulici, často bez jakéhokoliv dohledu. Tato situace ohrožuje výchovu dětí a často i jejich bezpečnost, zvláště to platí pro menší děti žijící ve velkých městech. Děti mají relativně dost volného času a rodiče, ale také společnost by měli mít zájem na tom, jak děti tráví svůj volný čas. Na prvním místě je to záležitost rodiny, ale názor, že výchovu dětí ve volném čase má plně zabezpečit rodina, je mylný. Pro tuto funkci má nejen nedostatek času, ale chybí jí i potřebné materiální vybavení a odborná kvalifikace. Rodina také nemůže uspokojit potřebu dětí sdružovat se ve skupinách vrstevníků.

„Historické zkušenosti i zkušenosti ze zahraničí potvrzují, že prevence je ve výchově účinnější a také levnější než náprava chyb a převýchova“ (Pávková et al., 2002, 14).

To, jak děti tráví volný čas, je také závislé na iniciativě, informovanosti a možnostech jejich rodičů. Souvisí to především se vzdělanostní úrovní a socioekonomickým postavením rodiny. Důležitým faktorem, který rozhoduje o trávení volného času dětí, je velikost obce, ve které žijí. Děti, které žijí v menších obcích, se častěji věnují neorganizovaným činnostem, jako jsou návštěvy kamarádů a sportovní aktivity venku. Autoři se také shodují na tom, že to, jak děti tráví volný čas, na prvním místě ovlivňuje rodina.

Podle mého názoru jestliže jako rodiče ovlivňujeme své děti ve volnočasových aktivitách, ovlivníme tím také celý jejich další život. Ukážeme jim možnosti plnohodnotného trávení volného času, svým příkladem je naučíme správným hodnotám a normám. Základem je trávit čas jako rodina, ve které se děti učí vzorcům chování. Rodina by měla být pro děti zázemím jistoty, bezpečí, lásky a vytvářet podmínky klidu.

2.1.3 Pedagogika volného času

Potřeba a snaha pedagogicky ovlivňovat volný čas dětí vedla k realizování aktivit mimo povinnou školní výuku.

Podle pedagogického slovníku je pedagogika volného času disciplína zaměřená na výchovné a vzdělávací prostředky, napomáhající autonomnímu a smysluplnému využití volného času u dětí. (Průcha, Walterová & Mareš, 2003)

Pávková (2002) uvádí, že výchova mimo vyučování neboli pedagogika volného času probíhá mimo povinné vyučování, mimo bezprostřední vliv rodiny, je institucionálně zajištěná a uskutečňuje se ve volném čase.

Pedagogické ovlivňování volného času, zejména výchova dětí a mládeže v době mimo vyučování, je významnou oblastí výchovného působení. Poskytuje příležitost vést jedince k racionálnímu využívání volného času, formovat hodnotné zájmy, uspokojovat a kultivovat významné lidské potřeby, rozvíjet specifické schopnosti a upevňovat žádoucí morální vlastnosti. Obsah i způsob využívání volného času mají značný význam z hlediska duševní hygieny. Způsob odpočinku, rekreace a zábavy se odráží ve studijních a pracovních výkonech člověka. Hodnotné a trvalé celoživotní zájmy mohou kladně ovlivňovat i partnerské vztahy a výchovu dětí v rodině. Tato oblast výchovy tedy plní funkci výchovnou, vzdělávací, zdravotní i sociální. (Pávková, 2002, 37)

Podle Hofbauera (2004) výchovné zhodnocení volného času zahrnuje výchovu ve volném čase, kam patří působení v časovém prostoru, který neslouží realizaci základních biologických potřeb ani školních nebo pracovních povinností. Dobrovolnost na účasti umožňuje do výchovného procesu včleňovat samy děti jako aktivní činitele a vytvářet tak nové možnosti a specifické způsoby jejich formování. Dále je to výchova prostřednictvím aktivit volného času, která směřuje k utváření individuálních rysů účastníka činnosti a k jeho působení mezi druhými lidmi, a to ve vrstevnické nebo zájmové skupině, podílem na veřejném životě nebo dobrovolnické práci. Cílem je si osvojit nové znalosti, dovednosti a kompetence prostřednictvím rozvoje individuálního zájmu. Výchova k volnému času zahrnuje reflexi samotného volného času, odkrývání a využívání obsahů činností a různých způsobů jeho využívání. Výchovu k volnému času

lze považovat za klíč k otevírání nových možností aktivit a rozvoje člověka, za motor, který dává úsilí potřebnou orientaci a dynamiku.

Posláním pedagogiky volného času je analyzovat dosavadní vývoj právě uvedených oblastí, vnášet do nich nové podněty a iniciativy a harmonizovat jejich řešení, děti a mladé lidi uschopňovat k tomu, aby se za pomoci dospělých (rodičů, vychovatelů, animátorů) a později i samostatně učili vhodné aktivity a realizační způsoby správně volit a zvládat tak, aby byly ve prospěch rozvoje jich samých, jejich sociálního okolí, společnosti, přírody (Hofbauer, 2004, 18).

Pedagogika volného času plní funkci výchovně-vzdělávací, preventivní, zdravotní a sociální. Různé typy výchovných zařízení, institucí a organizací plní tyto funkce v různé míře podle svého zaměření (Pávková, 2002).

Pedagogika volného času podle Hofbauera (2004) rozlišuje výchovu ve volném čase, která je založená na dobrovolné účasti dětí, jejich aktivním zapojení a vytváří tak nové možnosti a způsoby jejich formování. Dále výchovu prostřednictvím aktivit volného času. Ta směřuje k utváření dítěte a cílem je osvojit si nové znalosti, dovednosti a kompetence. Může ale také ovlivňovat volbu budoucího povolání nebo způsob života a hodnoty. Výchova k volnému času zahrnuje reflexi samotného volného času a využívání jeho obsahů a způsobů činností. Je pokládána za motor, který celému úsilí dává potřebnou orientaci a dynamiku.

Vážanský (1994) poukazuje na to, že volný čas musí umožňovat pocit nějak k něčemu patřit, rozvíjet pozitivní vlastnosti individuality, zprostředkovat různé funkce jedince a uvést je v soulad, být společností a jedinci užitečný, neumožňovat negativní zážitky a podněcovat tvůrčí síly člověka.

2.2 Životní způsob, životní styl a kvalita života

2.2.1 Životní způsob

Hodaň a Dohnal (2005) vnímají zásadní rozdíl mezi životním způsobem a životním stylem. Životní styl je určitým způsobem nadřazeným termínem, týká se totiž skupiny, třídy, populace. Má tedy skupinový charakter a může představovat určitou úroveň nebo dokonce normu, která je pro danou skupinu typická.

Podle Velkého sociologického slovníku (1996) je životní způsob také chápán jako synonymum pro životní styl a někdy jako pojem širší s jinými významovými akcenty. Životní způsob je zaměřen na hledání vztahu mezi společností a jednotlivcem.

Marádová (1997) zahrnuje do zdravého životního způsobu především vyrovnaný a pravidelný denní režim. Znamená to dodržování zdravé životosprávy, dostatek spánku, pravidelnou životosprávu, pohybovou aktivitu, osobní i duševní hygienu. Patří sem také ochrana před úrazy a nemocemi a co nejmenší kontakt se škodlivými a návykovými látkami.

Životní způsob tedy můžeme chápat jako širší pojem než je životní styl. Je to způsob života, který je typický pro určitou skupinu lidí, což může být etnická skupina nebo senioři, životní způsob venkovské populace nebo životní způsob manažerů atd. Každá skupina se může lišit svým způsobem života a jednotlivci také životním stylem.

Hodaň a Dohnal (2005) uvádějí podmiňující činitele vývoje životního způsobu. Patří zde:

1. Historický vývoj
2. Úroveň dané kultury
3. Významné hodnoty
4. Společenské tradice
5. Změny výrobního procesu
6. Vlastnické vztahy
7. Postavení socioprofesní skupiny
8. Životní úroveň dané skupiny
9. Vliv různých druhů kultur a jiných skupin
10. Převažující filozofická orientace

2.2.2 Životní styl

Ivanová (2006) uvádí, že životní styl je termín, který označuje projevy života jednotlivých částí společnosti jednotlivců i skupin. Je spjat s konkrétními podmínkami jejich práce, společenským životem, vzděláním, kulturními jevy i trávením volného času.

Podle Velkého sociologického slovníku v sobě životní styl zahrnuje životní zvyky, normy, chování i individuální zájmy. (Maříková, Petrusek & Vodáková, 1996)

„Na rozdíl od životního způsobu se tedy životní styl týká jednotlivce. Je od životního způsobu odvozen, je individualizován (Hodaň & Dohnal, 2005, 77).

Do obsahové stránky životního stylu Hodaň a Dohnal (2005) zahrnují:

- soustavu činností ve všech sférách života
- tvorbu a uspokojování životních potřeb
- všechny sociální a životní vztahy
- životní hodnoty a ideje, kterými jsou jednotlivé činnosti podmíněny

Podle Dufkové, Urbana a Dubského (2008) můžeme říci, že životní styl je ovlivněn dvěma faktory, což jsou faktory vnější a vnitřní.

1. Vnější faktory – jsou to vlastně životní podmínky, které nám tvoří mantinely, v nichž se jedinec pohybuje. Jestliže změníme životní podmínky, nemusí se nám změnit životní styl okamžitě. Příčinou je setrvačnost navyklého dosavadního způsobu života, neochota či snížená schopnost změnit své chování.
2. Vnitřní faktory – zahrnují samotného jedince, jeho osobnost, potřeby, dovednosti, zkušenosti a hodnoty.

Marádová (1999) uvádí, že náš životní styl do značné míry určuje, jaké bude naše tělesné i duševní zdraví a také zda se budeme cítit šťastně a spokojeně.

Podle mého názoru má rodinné prostředí hlavní roli také ve výchově ke zdravému životnímu stylu. U dětí je možné v průběhu života ovlivňovat životní styl a také tlumit rizikové faktory, jako je například kouření, užívání alkoholu, záškoláctví, šikana, lhaní atd. Harmonické prostředí působí pozitivně na fyzické i psychické zdraví.

2.2.3 Kvalita života

Mareš a kol. (2006) uvádějí, že kvalitou života je míněna kombinace objektivního a subjektivního posouzení pocitu pohody, a to v různých oblastech života. Subjektivní kvalitou života je míněna všeobecná spokojenost s životem, která vychází z vlastního hodnocení a emočního prožívání. Objektivní kvalitou života je myšleno splnění základních sociálních a materiálních podmínek pro život, dále také sociální status a fyzické zdraví.

Podle Hodaně a Dohnala (2005) patří mezi sociální ukazatele kvality života:

- životní prostředí
- zdraví a nemoc
- bydlení a rekreace
- mezilidské vztahy
- volný čas
- sociální a technický charakter práce
- možnost podílet se na řízení
- osobní a kolektivní bezpečnost
- sociální jistota
- občanská svoboda

Ze závěrů Ješiny, Hamříka a kol. (2011) vyplývá, že zásadní roli v posuzování kvality života má osobní spokojenost.

Podle Blahutkové (2003) kvalita života úzce souvisí se zdravím. Zdraví bývá považováno za ideální stav člověka. Za zdravou osobnost považujeme především takového jedince, který nemá patologické znaky v oblasti tělesné, psychické i sociální.

Autoři se shodují v tom, že kvalita života je posuzována subjektivně jedincem, je spojena se zdravím a celkovou pohodou a spokojeností. Kvalita života se také odvíjí od životního způsobu a životního stylu.

2.3 Nežádoucí trávení volného času

Podle Vágnerové (2005) se dítě v průběhu života učí rozlišovat žádoucí a nežádoucí chování i vhodnost tohoto chování ve vztahu k určité situaci. Nestačí, aby dítě určité normy znalo, ale aby se podle nich chovalo. Zpočátku je usměřováno rodiči, ale později je již dítě schopné regulovat své chování samo, i když jej právě nikdo nekontroluje. Cítí pocit viny, pokud udělá něco špatně. Dodržování norem je spjato s rozvojem psychických kompetencí a dítě musí být natolik rozumově vyspělé, aby chápalo význam a podstatu normy chování.

Smysluplné trávení volného času pozitivně působí na celkový rozvoj dětí, což je žádoucí.

„Obecná pravidla péče o děti lze vyjádřit třemi slovy – péče, důslednost a kontrola“ (Elliott & Place, 2002, 11).

Elliott a Place (2002) také uvádějí, že existuje mnoho faktorů, které na dítě působí a ovlivňují jeho chování.

1. Genetická výbava, kterou dítě zdědilo po rodičích.
2. Temperament dítěte.
3. Osobní historie, což znamená, že v osobní historii dítěte jsou významné okamžiky, které měly silný vliv na formování současného způsobu chování.
4. Rodinná atmosféra.
5. Vliv skupiny vrstevníků a subkultury.

Některé aktivity mohou být pro děti těžce dostupné, neznámé, neatraktivní nebo nepředstavitelné. Děti pak využívají činnosti, které nejsou náročné např. na fyzickou zdatnost nebo přemýšlení. To může vést k nežádoucímu trávení volného času a ke vzniku sociálně patologických jevů.

Také Pokorný, Telcová a Tomko (2003) zdůrazňují, že základem pro vývoj a růst osobnosti dítěte je rodina. Musí být uspokojovány potřeby dítěte, dále musí cítit lásku, bezpečí, jistotu a žít v takovém prostředí, které mu umožní rozvíjet schopnosti a seberealizovat se. Dítě musí mít stanoveny hranice a vědět, co smí a co ne. Mnoho dětí má problémy, protože nemá pocit bezpečí. Nezaměstnanost v rodině, konflikty, to vše

má na dítě vliv. Je důležité s dítětem trávit volný čas, často si s ním povídat o jeho problémech. Velmi důležitý je příklad rodičů, kdy se dítě naučí řešit konflikty a rozpory nenásilně. Neurovnané vztahy v rodině, nedostatek času a citu, nemoc, může způsobit u dětí sklon k sociálně patologickému chování. Nebezpečný je také vliv sdělovacích prostředků. V literatuře, filmu i televizi se objevuje stále více násilí a to má nepříznivý vliv na dětskou psychiku. Tím, že rodiče sledují zájmy svých dětí, s kým se stýkají, jak se projevují ve škole, jaké mají vztahy s kamarády, mohou před těmito negativními vlivy děti chránit a pomáhat jim k pocitu sebedůvěry a bezpečí.

2.3.1 Sociálně patologické jevy

Sociálně patologickým jevem se obecně rozumí takové chování jedince, které je charakteristické především nezdravým životním stylem, nedodržováním nebo porušováním sociálních norem, zákonů, předpisů a etických hodnot, chování a jednání, které vede k poškozování zdraví jedince, prostředí, ve kterém žije a pracuje, a ve svém důsledku pak k individuálním, skupinovým či celospolečenským poruchám a deformacím (Pokorný, Telcová & Tomko, 2003, 9).

Podle Skopalové (2000) bývá termín sociálně patologické jevy užíván pro nezdravé, nenormální, obecně nežádoucí společenské jevy.

Sociální patologické jevy tedy můžeme chápat jako jevy zaměřené proti společnosti a jejím normám. Nebo také jako negativní odchylku od prospěšného.

Poruchy chování můžeme dělit podle Renotiérové, Ludíkové a kol. (2004) na:

1. Disociální chování - je nespolečenské, nepřiměřené chování, které se dá zvládnout přiměřenými pedagogickými postupy. Objevuje se v rodinné a školní výchově, kdy se jedná nejčastěji o kázeňské přestupky proti školnímu řádu, neposlušnost, vzdorovitost, lži a další poruchy normy.

2. Asociální chování – je v rozporu se společenskou morálkou a odlišuje se od společenského průměru, ale nepřekračuje právní předpisy. Většinou tímto chováním jedinec škodí sám sobě. Patří zde útky, záškoláctví, sebepoškozování, tabakismus, alkoholismus a jiné závislosti.
3. Antisociální chování – zahrnuje veškeré protisociální jednání bez ohledu na věk jedince, původ a intenzitu činu a svými důsledky poškozuje společnost i jedince. Antisociální chování porušuje zákony společnosti. Patří zde veškerá trestná činnost, jako jsou krádeže, vandalství, zabití, dále vystupňované násilí a agresivita, terorismus, organizovaný zločin atd.

2.3.2 Projevy problémového chování

2.3.2.1 Dětská neposlušnost a nekázeň

Podle Renotiérové et al. (2004) se jedná o neplnění pokynů rodičů a pedagogů, opakované porušování výzev nebo norem, prosazování vlastních záměrů. Nevhodné chování působí dítěti problém, dává mu pocit nejistoty, úzkosti, napětí a strachu. Dítě se může bránit pasivně únikem, nebo aktivně agresí, také se může stát, že se reakce zafixují a stanou se naučenými. Nedostatky v kázni mohou být důsledkem nedostatečné motivace nebo jeho nedostatečné zaměstnanosti. Mezi příčiny patří vliv výchovy v rodině a na to navazují nedostatky v práci ve škole.

Elliott a Plance (2002) uvádějí, že opoziční vzdor je opakovaný způsob, kdy dítě dává najevo negativistické, neposlušné a nepřátelské chování vůči autoritám. Je charakterizován následujícími způsoby chování:

1. děti se neovládají
2. hádají se s dospělými
3. aktivně odporují a odmítají se řídit pravidly
4. provádějí věci, které ostatní obtěžují

5. obviňují druhé z vlastních chyb
6. jsou vznětlivé
7. bývají zlostné a podrážděné
8. bývají škodolibé a mstivé

2.3.2.2 Vzдорovitost

Renotierová et al. (2004) uvádějí, že nadměrné zákazy, příkazy a perfekcionista výchova může vyústit ve vzdorovitost, kterou vnímáme jako formu vystupňované neposlušnosti. Projevy tvrdosti a nelásky vůči dítěti vedou ke vzdorovitosti, ale také nadměrně zhýčkané dítě se může projevit jako vzdorovité, když přestaneme plnit jeho požadavky. Vzдорovitost by se dala charakterizovat jako forma chování, kdy jedinec má odpor k výchovnému snažení a autoritě vůbec. Konflikt se snaží řešit buď pasivní formou, a to únikem do izolace a negativismem, anebo aktivní formou, a to agresivitou verbální až fyzickou.

2.3.2.3 Negativismus

Renotierová et al. (2004) shrnují, že negativismus můžeme pozorovat u dětí ve vývojových krizích, kde se projevuje jako tvrdohlavost. Jedinec zůstává netečný vůči všem podnětům, ať už výchovným nebo citovým. Uzavírá se do sebe, vyhledává samotu, přestává s ostatními komunikovat. V některých případech má negativismus výběrový charakter, což znamená, že jedinec se negativně projevuje jen vůči některým osobám anebo v určitém prostředí.

V období puberty se zvyšuje kritičnost k existujícím požadavkům a normám, jak uvádí Vágnerová (1997). Jedinci mají potřebu projevit svůj názor a někdy se projevuje pubertálním negativismem. Mají tendenci zkoušet zakázané aktivity, neidentifikují se již s rodinou, ale s vrstevnickou skupinou.

2.3.2.4 Lhaní

Podle Dalloz (2002) je lhaní úmyslné zatajování pravdy za účelem vědomého oklamání druhého, je to výrok, který neodpovídá pravdě a který má někoho uvést v omyl.

Renotiérová et al. (2004) uvádějí, že lhaní je vědomé a záměrné zkreslování skutečnosti za účelem ochránit se nebo vyhnout povinností. Je to únik z nepříjemné situace, kterou dítě nedokáže vyřešit jinak, a záměrem také může být snaha ublížit někomu jinému.

Lewis a Saarni (1993) popisují lhaní tak, že je to podvod za účelem vyhnutí se trestu a je to schopnost, kterou se děti naučí již v raném věku. Podle autorů děti s vyšší inteligencí jsou schopné lhát lépe. Lhaní za účelem vyhnutí se trestu může být pudem sebezáchovy, to ale neznamená, že by mělo být považováno za přijatelné chování za účelem adaptace nebo přežití.

Renotiérová et al. (2004) rozlišují lež bájivou a pravou.

1. Bájivá lež, která se projevuje vymyšlením nepravdivých příběhů a dítě zde hraje atraktivní roli. Dítě se může vžít natolik do své role, že věří, že je pravdivá. Bájivá lež se snaží uspokojovat ty potřeby, které ve skutečnosti uspokojeny nejsou, a nejedná se o poruchu chování.
2. Pravá lež je charakteristická úmyslem a většinou se jedná o obranný mechanismus, který má nějaký účel. Dítě ve školním věku již rozliší pravdu od lži a mělo by vědět, že lhát se nemá.
3. Lži záměrné a poškozující ostatní, nebo s úmyslem dosažení vlastního prospěchu a znevýhodnění ostatních je zvláštní kategorie a nelze je považovat za obranu v nouzi. Často jsou spojeny s dalšími negativními projevy, jako je egoismus a necitlivost. Někdy může být sklon k lhavosti osobnostním rysem.

Martínek (2012) dělí lež na tyto kategorie:

1. Smyšlenka – konfabulace – u dětí hlavně předškolního věku. Dítě si neuvědomuje nepravdivost svého výroku, a proto tuto lež nepovažujeme za něco patologického nebo zvláštního. Svě představy zaměňuje za skutečné události.
2. Bájná lež – dítě chce vzbudit senzaci, a proto vypráví dlouhé nesmyslné příběhy, ve kterých často hraje hlavní roli a snaží se na sebe strhnout pozornost. Objevuje se většinou u dětí do deseti let, v období dospívání je většinou spojena s některou z psychických poruch.
3. Pravá lež – je vždy vědomá a sleduje nějaký cíl. Vyskytuje se u jedinců, kdy si již plně uvědomují rozdíl mezi pravdou a lží. Většinou jí využívají, když se chtějí vyhnout nepříjemné situaci nebo pokud se pokoušejí manipulovat s dospělými.

„Při hodnocení dětských lží je významná frekvence, dále výběr osob, kterým dítě lže, a specifčnosti situací, ve kterých obvykle lže. Důležitý je též účel, který dítě ke lhaní vedl“ (Renotiérová et al. 2004, 256).

Lze tedy shrnout, že lež můžeme také považovat za způsob úniku z nepříjemné situace, kterou dítě neumí jinak řešit. Pravá lež je charakteristická úmyslem.

Vágnerová (2004) uvádí, že sklon ke lhavosti může být trvalejším rysem a patologická lhavost jedním ze symptomů poruch osobnosti, kdy pro tyto jedince je tendence k řešení problémů lhaním a podváděním typická.

2.3.2.5 Záškoláctví, útky a toulky

Podle Renotiérové et al. (2004) je záškoláctví útek ze školní výuky, nebo nedostavení se do školy bez omluvy. Může být v individuální nebo ve skupinové formě. Povinností žáka je chodit do školy a záškoláctví představuje porušení základních pravidel, která vymezují roli žáka.

Elliott a Place (2002) uvádějí, že záškoláctví je spojeno s delikvencí a rozvratným způsobem chování. Záškoláci navštěvují školu spíš sporadicky. Většinou nemají strach nebo úzkost z chození do školy, dokážou absenci dlouho tajit před rodiči. Toulají se během dne ulicemi a často se chovají i asociálně.

Definice záškoláctví podle pedagogického slovníku uvádí, že je to: „Jev, kdy se žák úmyslně, bez omluvitelného důvodu a bez vědomí, popř. souhlasu rodičů nezúčastňuje vyučování a zdržuje se mimo domov“ (Průcha, Walterová & Mareš, 2003, 310).

Záškoláctví je podle Martínka (2012) v současné době jeden z nejvážnějších problémů školství. Je to úmyslné zameškávání školního vyučování. Žák o své vůli, bez vědomí rodičů nechodí do školy a neplní školní docházku.

Martínek (2012) rozlišuje záškoláctví impulzivního charakteru, kdy dítě předem neplánuje, že nepůjde do školy, ale reaguje náhle nebo odejde v průběhu vyučování. Dále záškoláctví účelové, plánované, které se objevuje tehdy, kdy se dítě chce vyhnout písemné práci nebo zkoušení.

Příčiny záškoláctví se dají rozdělit podle Martínka (2012) do tří základních skupin:

1. Negativní vztah ke škole
2. Vliv rodinného prostředí
3. Trávení volného času a vliv party

Autoři se shodují, že záškoláctví může mít obranný a únikový charakter, kdy cílem je vyhnout se zátěži. Záškoláctví je signálem nějakého nevyřešeného problému a může být i projevem nerespektování norem.

Vágnerová (2004) rozlišuje tyto typy útěků:

1. Impulzivní útky, kdy smyslem je potřeba úniku před trestem nebo od člověka, se kterým dítě nechce žít.
2. Chronické útky bývají opakované, často plánované. Vyplývají z dlouhodobých problémů. Útky z dětského domova, diagnostických

nebo výchovných ústavů jsou reakcí na omezení svobody, nebo reakcí na vytržení z prostředí, které je dítěti známé a představuje pro něj zázemí.

3. Toulání je charakteristické opuštěním domova, trvá zpravidla delší dobu, je výrazem nedostatečné citové vazby k lidem a k zázemí.

Dítě řeší svůj problém útekem z prostředí, které jej nějak ohrožuje, nebo je pro něj jinak nepřijatelné. Pokud dítě utíká z domova, zpravidla to znamená, že rodina nefunguje pro dítě jako zdroj jistoty a bezpečí.

2.3.2.6 Krádeže

Renotierová et al. (2004) popisují, že krádeže jsou charakteristické svým záměrem. O krádeži mluvíme tehdy, když dítě je natolik rozumově vyspělé, že dokáže pochopit pojem vlastnictví a akceptovat normu chování.

Martínek (2012) mluví o pravé krádeži tehdy, když dítě odcizí nějaký předmět vědomě a uvědomuje si nesprávnost svého chování. Velký vliv má na dítě prostředí, kde dítě vyrůstá, parta nebo touha získat lepší pozici v partě.

Podle Heřmanské (1994) je důležitý způsob provedení krádeže. Menší význam dává neplánovaným a příležitostným krádežím, kdy se převážně jedná o impulzivní reakci a nezvládnutí potřeby vlastnit nějakou věc, která se dítěti líbí. Závažnější však jsou plánované a předem promyšlené krádeže. Za nejzávažnější považuje autorka opakované krádeže v partě. Důležité je také rozlišovat cíl a motivaci ke krádeži. Dítě může krást pro sebe, pro druhé, nebo krade, aby ukázalo, že se vyrovná ostatním. Také může krást s partou nebo pro partu, kdy nejde jen o porušení norem, ale jejich odmítání, a asociální chování se stává normou.

Renotierová et al. (2004) uvádějí, že krádeže bývají různé a závažnost vyplývá z místa, způsobu, cíle a frekvence krádeží.

1. Příležitostné krádeže - jsou impulzivní reakcí dítěte. Dítě má nezvládnutelnou potřebu vlastnit nějakou věc a dopředu o svém činu nepřemýšlí.

2. Promyšlené krádeže – neboli tzv. pravé krádeže se vyskytují ve starším věku dítěte. Nejzávažnější jsou krádeže v partě, kdy zloděj má podporu ostatních členů party a krádež ani nepovažuje za porušení normy.
3. Impulzivní krádeže – působí mnohdy nesmyslně a podivně, jedná se o kleptomanií. Jedná se o poruchu, kdy jedinci cítí nutkavou potřebu odcizovat věci, které mají malou nebo nulovou hodnotu.

Krádež tedy můžeme chápat jako porušení normy a respektu k vlastnictví jiné osoby. Je charakteristická záměrem. V některých rodinách mohou být nastaveny jiné normy a krádež není považována za závažnější přestupek. Děti proto nemají pocit, že by jejich čin byl špatný, protože normy v rodině jej tolerují. Také se může stát, že šikanované děti jsou agresory nuceny krást peníze, sladkosti, cigarety nebo alkohol. U starších dětí se objevují také krádeže jízdních kol i automobilů. Může se jednat o touhu předvést se před ostatními dětmi, nebo touhu zapadnout do party, nebo se takového chování dopouštějí děti s poruchami chování.

2.3.2.7 Agresivní chování

Martínek (2012) rozlišuje dva termíny, a to agresivitu a agresi.

1. Agresivita – je to útočnost, postoj nebo vnitřní pohotovost k agresi. Dá se říci, že se takto označuje schopnost organismu mobilizovat síly k zápasu a schopnost vzdorovat těžkostem.
2. Agrese – je výpad, útok, jednání, které se projevuje násilím, nepřátelstvím se záměrem ublížit. Agrese je také projev agresivity v chování jedince.

Portmannová (1996) popisuje agresivní chování dětí a mládeže jako rušivé a nevládnutelné. Podle autorky je agresivní chování spíše problémem chlapců než dívek.

„Agresivita, sklon k útočnému jednání vůči věcem, zvířatům a lidem, většinou souvisí s vnitřní nepohodou, s rozpory mezi prožíváním a jednáním“ (Šimanovský, 2008, 11).

Connor (2002) uvádí, že agrese a související chování se v současné době projevuje stoupající dětskou kriminalitou, delikvencí a střelbou ve škole. Podle autora agresivitu mládeže vystihují i tyto pojmy jako násilnický, porucha chování, nepřátelský, psychopatický, delikventní nebo antisociální chování.

Podle Šimanovského (2008) předchází násilnému jednání symbolická agrese, a to výhružky, nadávání a demonstrace odvahy. Nejčastější příčinou agresivního chování je frustrace, dále násilné jednání odráží situaci v rodině, kdy vliv má i sledování agresivních filmů. Určitá míra agresivity v rámci pravidel je žádoucí např. pro úspěch ve sportu, jen nesmí být překračovány meze morálky a ve sportu fair-play.

Šimanovský (2008) uvádí, že jednou z hlavních příčin je frustrace, tedy když nedochází k uspokojování základních potřeb, a to podle teorie A. Maslowa jsou:

1. Základní fyziologické potřeby
2. Pocit bezpečí a jistoty
3. Pocit lásky a sounáležitosti
4. Uznání a úcta
5. Seberealizace
6. Potřeba estetických vjemů

Mezi hlavní příčiny zvýšené agresivity u dětí patří podle Martínka (2012):

1. Genetika – významnou roli mají genetické faktory, až 60%.
2. Vliv prostředí – vliv vrstevnické skupiny, médií.
3. Organické poškození mozku.
4. Rodinná výchova – dítě nemá hranice, nesoulad ve výchově, nejasná pravidla ve výchově.

Martínek (2012) uvádí také směry, kterými se agrese u dětí ubírá:

1. Agrese vybitá na neživém předmětu – terčem útoku se stává např. školní vybavení, sešit, pravítko, skříně. Agrese uvolněná na neživém předmětu se stává demonstrací fyzické síly jedince.

2. Agrese vybitá na zvířeti – dítě si netroufne vybit si svůj vztek na spolužáku nebo učiteli, ale vybije si vztek na bezbranném zvířeti. Dítě se může naučit, že zvíře se neumí bránit, a považuje jej za slabšího jedince. Tím se také naučí, že pokud je ve třídě někdo slabší, můžu si k němu víc dovolit, on se totiž nedokáže bránit.
3. Autoagrese - je to agrese namířená proti sobě samému. Projevem autoagrese může být sebevražedné chování dětí, trichotilomanie, což je jev, kdy si dítě natáčí vlasy na tužky a trhá si je. Dále také se může projevovat jako onychofagie, která se projevuje okusováním nehtů až k poškození nehtového lůžka.

Čermák (1999) definuje Moyerovu klasifikaci agresí.

1. Predátorská agrese – u zvířat je to vztah mezi silnějším a slabším. Ve školním prostředí se s tímto jevem můžeme setkávat v podobě šikany, nebo predátorem může být i vyučující, jestliže je ve třídě pro něj nesympatický jedinec.
2. Agrese mezi samci (nebo samicemi) – v přírodě slouží k nastolení dominantního samce nebo samice. Ve školním prostředí existuje vždy nějaké dítě, které rozhoduje o tom, kdo bude patřit do party a kdo ne.
3. Agrese vyvolaná strachem – se u dítěte vyskytuje, pokud cítí, že je v situaci, která neumožňuje únik.
4. Agrese dráždivá – spočívá v tom, že dětem nenastavíme hranice, kolik toho po nich budeme chtít. Nedáváme jasné instrukce, jak dlouho budou muset danou činnost dělat.
5. Rodičovská agrese – je to reakce matky v situaci, kdy je ohroženo její dítě. Ve školním prostředí se to projevuje agresí rodičů nevhodným chováním nebo přístupem z důvodu špatného prospěchu dítěte.

6. Sexuální agrese – ve školním prostředí se s touto agresí setkáváme jen zřídka, jedná se o sexuální napadení, znásilnění.
7. Agrese jako obrana teritoria – jedná se o narušení našeho osobního prostoru. Ve školním prostředí se to projevuje tehdy, pokud dítě často střídá třídu nebo i místo v lavici a nemá své stálé místo.

2.3.2.8 Šikana

Martínek (2012) rozlišuje dva základní termíny, a to šikanu a teasing.

1. Teasing – je to chování, které může šikanu připomínat. Jedná se ale o nevinné škádlení mezi dětmi. Hlavně v období na druhém stupni základní školy chlapci škádlí děvčata, a i když si děvčata stěžují, tak je to stěžování jen formální.
2. Šikana – je úmyslné a většinou opakované týrání spolužáka jedním nebo více žáky a používá k tomu agresi a manipulaci.

Šikana podle Martínka (2012) musí splňovat tyto základní podmínky:

1. Převaha síly nad obětí – nemusí se vždy jednat o fyzickou sílu, kdy silnější trápí slabšího. Může se jednat o převahu psychickou, kdy psychicky odolnější jedinec trápí méně odolného jedince.
2. Oběť vnímá útok jako nepříjemný – může se projevat i tak, že dítě dostane nechtěnou a nepříjemnou přezdívku, kvůli ní se brání, vzteká a zuří. Třída dětí schválně spolužáka touto přezdívkou provokuje, dítě se někdy až agresivně brání, a proto se může stát, že přehlédneme, že on je obětí.

3. Útok může být dlouhodobý, ale i krátkodobý – může se projevat jako jednorázový, krátkodobý akt, ale také to může být postupně se rozvíjející negativní chování vůči spolužákovi.

„Jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně týrá a zotročuje spolužáka či spolužáky a používá k tomu agresi a manipulaci“ (Kolář, 2001, 27).

Koukolík a Drtilová (2008) definují šikanu jako svévolné psychologické, emoční nebo fyzické ohrožování jednoho žáka jiným. Odehrává se ve škole a na cestě domů ze školy. Tak jak se týká žáků, tak stejně se týká studentů, vojáků i zaměstnanců.

Také Kuykendall (2012) popisuje šikanu tak, že se jedinec snaží oběti ublížit údery, kopáním, bitím, krádeží, posmíváním, rozšiřováním sprostých pomluv nebo záměrným vyčleňováním oběti ze skupiny vrstevníků. Tyranové se nezastaví u fyzických, verbálních či emočních útoků, kromě toho, že ničí své oběti, se snaží manipulovat i s přáteli a rodinou. Týrání proto není neshoda či mezilidský spor, jedná se o mezilidské násilí. Tito lidé si užívají fakt, že škodí svým obětem, protože se potom cítí lepší, větší, silnější a mocnější. Využívají své moci k tomu, aby přesvědčili ostatní, aby se také účastnili útoků, řídí své stoupence k tomu, aby ublížili oběti. Ponížená oběť se cítí bezmocná a velmi osamělá.

Kolář (2011) rozlišuje základní projevy šikany:

1. Fyzická agresivita a používání zbraní
2. Slovní agrese a zastrašování zbraněmi
3. Krádeže, ničení a manipulace s věcmi
4. Násilné a manipulativní příkazy
5. Zraňování izolací, oklikou a „uměleckými“ výtvary

Podle Koukolíka a Drtilové (2008) může šikana zahrnovat gesta, slovní a fyzické útoky, olupování, vydírání, vynucování si nějakého prospěchu nebo vyloučení ze skupiny. Nejčastější obětí šikany bývají děti se sklonem k úzkosti, stažení do sebe nebo pasivní. Dále to jsou děti, které mají vývojové poruchy učení, tělesné nebo smyslové vady.

„Lidé, kteří za výskyt šikany ve škole i na pracovištích odpovídají, často šikany bagatelizují nebo přímo popírají, včetně rodičů šikanujících jedinců“ (Koukolík & Drtilová, 2008, 205).

Renotiérová et al. (2004) definují šikany jako násilně ponižující chování jednotlivce nebo skupiny vůči slabšímu jedinci. Ten není schopen ze situace uniknout a nemůže se účinně bránit. Šikana bývá nenápadná a vyskytuje se mimo dohled učitele. Mnoho dětí tak trpí v tichosti. Může mít podobu slovního napadání, kdy dochází k zesměšňování, ponižování nebo vyloučení z kolektivu. Hlavním cílem šikany je někomu ublížit.

Kolář (2011) klasifikuje pět stadií vývoje šikany:

1. Ostrakismus – jedná se o převážně mírné psychické formy násilí, kdy je okrajový člen skupiny neoblíbený a neuznávaný. Ostatní jej odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají, zesměšňují atd. Toto chování je již začátek šikany a je zde riziko dalšího negativního vývoje.
2. Přitvrzování manipulace a psychická agrese – pokud ve skupině stoupá napětí, ostrakizovaní žáci mohou sloužit jako ventil, kdy se na nich spolužáci odreagovávají. Také žáci, pokud spolu tráví hodně času, například na horách, táboře nebo výletě, pro zpestření vymýšlejí zábavu na úkor nejzranitelnějšího žáka. Nebo se v jedné skupině sejde několik agresivních asociálních jedinců a ti používají násilí pro uspokojování svých potřeb pro zahnání nudy.
3. Klíčový moment – vytvoření jádra agresorů. Pokud se šikana neřeší, může se vytvořit jádro agresorů neboli jádro týrání. Agresoři začnou spolupracovat a systematicky šikanovat oběti.
4. Většina přijímá normy agresorů – stávají se nepsaným zákonem a málokdo se dokáže tlaku postavit. I hodní žáci se můžou začít chovat krutě a nemilosrdně a při ubližování spolužákovi prožívají uspokojení.

5. Totalita neboli dokonalá šikana – normy agresorů jsou přijaty nebo uznávány všemi. Dochází ke stadiu vykořisťování, což je nastolení totalitní ideologie šikanování. Jedná se o rozdělení žáků na dvě skupiny, kdy jedni fungují jako otrokáři a druzí jako otroci. Žáci agresoři sami sebe označují jako otrokáře a oběti jako méněcenné, jako své poddané. Násilí v této skupině je již považováno za úplně normální. Tuto situaci dítě může řešit absencemi, odchodem ze školy, nebo pokusem o sebevraždu.

Martínek (2012) uvádí následující směry šikany:

1. Učitel x žák – učitel se zaměří na jednoho nebo více pro něj neoblíbených žáků, má tendenci u nich vidět věci, které u jiných dětí nevidí, při zkoušení dává horší známku.
2. Žák x učitel – žáci učitele provokují a naschvál vyrušují. Většinou jsou k tomuto směru náchylnější ženy učitelky, které i na malý podnět reagují vznětlivě, nechají se vyprovokovat a na třídu jen křičí. Tím jen však dávají najevo, že na provokace reagují, a dochází k nárůstu takových situací. Dalším typem jsou učitelé trpící nějakým handicapem.
3. Rodič x učitel – jedná se o rodiče, kterým chybí respekt ke škole jako instituci, mluví učiteli do výuky, berou školu jako nutné zlo a snaží se bránit dítě před jakýmkoliv omezením.
4. Učitel x rodič - pedagog cítí určitou nadvládu nad rodiči, kteří vědí, že jejich dítě má potíže, nedokáží si s nimi poradit sami, mají snahu je řešit se školou.
5. Učitel x učitel – ve většině případů se jedná o generační rozdíly, které vedou k neustálému dohlížení a kontrolování nového mladšího kolegy v kolektivu, kde jsou učitelé převážně střední a starší generace. Nebo naopak, kdy škola zažívá velké omlazení pedagogického sboru a zůstane zde pouze několik starších kolegů, kteří již nechtějí používat nové metody. Mladší kolegové je zesměšňují, pomlouvají a někdy i navádějí děti proti nim.
6. Ředitel x učitel – ředitel si vymýšlí pro pedagogy úkoly, které jsou nesplnitelné, dává jim množství nesmyslných příkazů a nařízení. Může

docházet ze strany ředitele k vulgárním nadávkám, zesměšňování nebo permanentnímu dokazování, že učitel je neschopný.

Martínek (2012) popisuje základní varovné signály šikany:

1. Náhlé zhoršení prospěchu ve všech předmětech.
2. Oběť se nedokáže soustředit.
3. Oběť se leká při nečekaném vyvolání.
4. Hledá si třeba kamarády v nižších třídách, může se zde dopouštět ubližujícího chování.
5. S dítětem se nikdo nebaví, sedí samo, na oběd chodí samo, nikdo s ním nesedí u oběda.
6. O přestávkách vyhledává přítomnost dospělého.
7. Často ztrácí věci, má poškozené, umazané věci, zničené pomůcky a roztrhané sešity, nemá domácí úkoly a nenosí pomůcky na vyučování.
8. Bojí se odpovídat před tabulí, ostatní děti se mu předem smějí a napovídají špatně.
9. Dítě stojí nenápadně před třídou a po spatření učitele do ní nenápadně vklouzne.
10. Dítě se vyhýbá tělesné výchově, buď skrývá modřiny, nebo se bojí tělesného kontaktu s agresory při sportovních hrách.
11. Oběť je často terčem kanadských žertů, chodí v hodinách na toaletu.
12. Dítě má stále špatnou náladu, působí stísněně a ustrašeně.
13. Často má absenci ve škole, stěžuje si na bolesti hlavy, břicha, má nevysvětlitelné teploty a o víkendu tyto příznaky nemá.

Můžeme říci, že každá náhlá změna v chování dítěte může být známkou toho, že mu někdo ubližuje. Nejlepší způsob, jak je možné vůbec vzniku šikanujícího chování zabránit je, aby učitel třídu neustále sledoval. A to nejen v hodinách, ale i o přestávkách, v jídelně a na školním výletě. Je velmi důležité s dětmi neustále komunikovat a podporovat zdravé klima třídy.

Kolář (2001) uvádí nevhodné reakce učitele při zjištění šikanujícího chování:

1. Chaos a únik – učitel je zmaten situací a uteče ze třídy, kdy oběť s agresory zůstane sama.
2. Regrese – pedagog neví, co má dělat, volá si na pomoc silnějšího kolegu.
3. Popření – pedagog si nepřipouští, že by se něco podobného mohlo stát v jeho třídě, odejde ze třídy, říká dětem, aby si situaci vyřešily samy a pak pro něj přišly.
4. Bagatelizace – hlavně muži mají tendenci celou situaci zlehčovat.
5. Obviňování oběti – učitel sám přenesse vinu za ubližování na oběť.
6. Egocentrické ublížení – pedagog dává najevo svými výroky slabost, že si se situací nedokáže poradit.
7. Autoritativní, suverénní postoj – jedná se převážně o chování mužů pedagogů, kteří agresí přebíjejí vlastní slovní agresí.
8. Agrese – dochází k tomu, že se učitel neudrží a napadne fyzicky agresora.
9. Sevření strachem – učitel se lekne, nedokáže reagovat, je sevřen strachem.

Osobnost agresora bývá podle Říčana (1995) fyzicky nebo psychicky zdatná, neukázněná, s potřebou předvádět se a ukazovat svou převahu nad ostatními. K ostatním bývá necitlivý a bezohledný, má nedostatečné sebevědomí a za své chování necítí vinu. Oběť vnímá jako méněcennou bytost, pro kterou neplatí stejná pravidla a není třeba na ni brát ohled, protože toho není hodna.

Oběť popisuje Říčan (1995) jako tiché, plaché, úzkostné děti, s malým sebevědomím, které jsou zvyklé se podřizovat. Často bývá oběť nějak znevýhodněna ať už zdravotně, psychicky nebo sociálně. Šikanované děti nemívají dobrý sociální status, jsou samotářské a pro ostatní děti jsou nesympatické.

Děti se často bojí svěřit rodičům, a pokud to již udělají, mohou se zase rodiče bát, že jejich stížnostem nikdo nebude věřit, nebo že škola nebude schopna celou situaci vyřešit až do konce a dítě bude vystaveno ještě krutějšímu zacházení.

2.3.2.9 Hazardní hra

Pro hazardní hru je podle Nešpora (1999) typické, že si hráč může koupit možnost výhry. Mezi hlavní formy hazardních her patří hazardní a nehazardní automaty, kasina, sportovní sázky, karetní hry, hra v kostky atd.

Nešpor (1999) rozlišuje stadia patologického hráčství a proces uzdravování.

Stadium hráčství:

1. Stadium výher – na počátku většinou bývá velká výhra, hráč se snaží výhru zopakovat a vyhrát ještě víc.
2. Stadium prohrávání – v této fázi se již jedná o patologické hráčství, postižený nedokáže přestat hrát a myslí převážně jen na hru. Své hraní skrývá před rodinou, půjčuje si peníze a může se snažit získávat peníze nezákonně.
3. Stadium zoufalství – postižený se nachází v situaci, kdy se odcizuje rodině i přátelům, je osamělý, myslí jen na hru a fantazíruje o ní, stále prohrává. Propadá depresi a beznaději. Někteří lidé uvažují o sebevraždě.

Proces uzdravování se:

1. Stadium kritičnosti – hráč hledá pomoc, přestává hrát, opouští svět fantazie a začíná uvažovat odpovědně. Snaží se řešit problémy, vrací se do zaměstnání a splácí dluhy.
2. Stadium znovuvytváření – vztahy v rodině se zlepšují, postupně se mu vrací sebeúcta. Rodina mu začíná důvěřovat.
3. Fáze růstu – hráč již nemyslí na hru a nachází nový způsob života.

2.3.2.10 Poruchy příjmu potravy

Goldmanová (2001) popisuje základní poruchy příjmu potravy:

1. Anorexie – jedná se o neodbytnou touhu zhubnout a dosáhnout toho chceme vyhladověním. Týká se to hlavně lidí, na které jsou kladeny vysoké nároky, a mladých lidí, především děvčat. Anorektici jedí jen neradi a zvláště ne před ostatními lidmi. Anorexie může způsobit zdravotní problémy, kdy dochází k poškození ledvin, jater a trvalému poškození kostí. V nejtěžších případech je jedinec hospitalizován a někteří jedinci i umírají, nejčastěji na selhání srdce.
2. Bulimie – jedná se o poruchu příjmu potravy, kdy ihned po jídle se snaží jedinec jídlo vyvracet, nebo si vezme velkou dávku projímadel, aby jídlo prošlo tělem co nejrychleji. Jedinci trpící bulimií se také nekontrolovatelně přejídají, většinou tajně. Bulimie může způsobit vážné poškození žaludku, svalové stahy a křeče, kažení zubů. V nejtěžších případech poškození jater a smrt.
3. Maniakální otylost – podstatou je přejídání. Jedinci se často nekontrolovatelně přejídají, jsou z toho velmi nešťastní, protože mají nadváhu, ale špatné pocity dokážou zahnat zase jen jídlem. Nadváha může ohrožovat zdraví, pokud jde do extrémů.
4. Náruživá snaha zhubnout – opakované držení diety, kdy jedinec hubne, ale znovu kilogramy zase nabere. Jedinci s touto poruchou dávají přednost radikálním dietám, při kterých se hubne rychleji, ale které jsou velmi škodlivé pro zdraví.

Jídlo je jedna ze základních potřeb člověka. Bez vody a jídla člověk může přežít jen pár dnů, proto je jídlo významnou činností dne. Velmi důležitá je zdravá životospráva a dodržování vyvážené stravy. Nejdůležitější jídlo dne je snídaně, dále je nutný dostatečný příjem ovoce, zeleniny, vlákniny atd.

2.3.2.11 Patologické závislosti

Definice závislosti podle mezinárodní klasifikace nemocí.

Syndrom závislosti: Je to skupina fyziologických, behaviorálních a kognitivních fenoménů, v nichž užívání nějaké látky nebo třídy látek má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více. Centrální popisnou charakteristikou syndromu závislosti je touha (často silná, někdy přemáhající) brát psychoaktivní látky (které mohou, avšak nemusí být lékařsky předepsány), alkohol nebo tabák. Návrat k užívání látky po období abstinence často vede k rychlejšímu znovuoživení jiných rysů syndromu, než je tomu u jedinců, u nichž se závislost nevyskytuje (Nešpor, 2005, 10).

Podle Renotiérové et al. (2004) patří do patologických závislostí – cigarety, alkohol, drogy, ale také závislost na práci, jídle, kultech, sektách, sledování televize, sexuální chování a hrací automaty.

Elliott a Place (2002) uvádějí, že mezi příčiny závislostí u dětí patří hledání vlastní identity. Děti toho dosahují experimentováním a konfrontací s představami dospělých. Napodobují skupinu v oblékání, chování a jednají tak, aby si získaly respekt vrstevníků. Příčiny například drogové závislosti jsou individuální. Patří zde dědičnost, napodobování rodičů a hlavně největší vliv na děti má skupina vrstevníků, s nimiž tráví volný čas.

O závislosti hovoří Nešpor (2005) tehdy, pokud během roku dojde minimálně ke třem z těchto znaků:

1. Craving – bažení – je to silná touha po užívání návykové látky. Jedná se hlavně o alkohol, návykové látky, patologické hráčství, chorobné nakupování. Mezi symptomy patří poruchy pozornosti, paměti, zvýšený tep, pocení, svírání žaludku, bolesti hlavy, únava, podrážděnost, poruchy spánku.
2. Problémy se sebeovládáním – sebeovládání se zhoršuje, pokud dochází k bažení. Aby ke zhoršení nedocházelo, je potřeba se vyhýbat spouštěčům a rizikovému prostředí.

3. Somatický odvykací stav – návyková látka se užívá s úmyslem zmenšit příznaky vyvolané užitím návykové látky.
4. Rostoucí tolerance – jedinec potřebuje stále větší množství návykové látky.
5. Nezájem o jiné aktivity – volný čas jedinec tráví získáváním nebo užíváním návykové látky.
6. Jedinec ví o škodlivosti užívané látky, a přesto v užívání pokračuje, tehdy se jedná o znak závislosti.

Renotiérová et al. (2004) uvádějí, že závislost na alkoholu je velmi rozšířená pro jeho snadnou dostupnost. Jedná se o drogu, která je přehlížena a podceňována. Může být průchozí drogou, kdy část dětí přechází od alkoholu k látkám nebezpečnějším.

Velký sociologický slovník definuje alkoholismus jako nadměrnou nebo pravidelnou konzumaci alkoholických nápojů spojenou s nebezpečím návykového chování. Je to sociálně patologický jev s negativním dopadem na jedince, rodinu i společnost. (Maříková, Petrusek & Vodáková, 1996)

Renotiérová et al. (2004) popisují vývoj závislosti na alkoholu:

1. Počáteční stadium – jedinec používá alkohol k dosažení dobré nálady a potlačení nepříjemných stavů.
2. Varovné stadium – člověk si zvyká na alkohol, pije stále více a více. Díky zvýšené konzumaci stoupá tolerance k alkoholu. Jedinec cítí zvýšenou potřebu alkoholu a často se opije.
3. Stadium kritické – konzumace alkoholu roste a začínají se projevovat alkoholické amnézie. Jedinec ztrácí kontrolu nad pitím a potřebuje alkohol denně.
4. Stadium terminální – snižuje se tolerance k alkoholu, alkoholik se rychleji opije, pije nepřetržitě, bez alkoholu nevydrží a pije již od rána.

Renotiérová et al. (2004) definují tabakismus tak, že užívání tabáku patří mezi návykové drogy, kdy jeho účinky se neprojevují tak rychle, ale jsou citelné. U dětí ve

škole je kouření velmi rozšířeným jevem, kdy cigareta může být symbolem mužnosti a postavení.

Podle Velkého sociologického slovníku můžeme drogy definovat jako látky, které vyvolávají stav tělesné či psychické závislosti. (Maříková, Petrusek & Vodáková, 1996)

Renotiérová et al. (2004) uvádějí, že na vzniku závislosti se podílí jako základní faktory osobnost člověka a vlivy prostředí. Mezi rizikové faktory patří městské prostředí, nefunkční rodina, rodiče nadměrně užívající alkohol, nižší úroveň vzdělání a zvýšený vliv party.

Podle Presla (1995) můžeme dělit drogy do skupin:

1. Konopné drogy – marihuana, hašiš, hašišový olej.
2. Opiáty – drogy s tlumivým účinkem, patří zde heroin.
3. Stimulační drogy – drogy s povzbuzujícím účinkem, patří zde především kokain, amfetamin a jeho deriváty, kdy nejnámější je pervitin a extáze.
4. Halucinogeny – jsou přírodní i syntetické látky, kdy je ovlivněna psychika, dochází ke změně nálad, halucinacím. Patří zde LSD a lysohlávka česká.
5. Psychotropní léky – léky zneužívané jako drogy, kdy nejnámější je Rohypnol a Diolan.

Presl (1995) také rozlišuje základní příznaky, podle kterých je možné poznat, že dítě užívá drogy.

1. Dítěti nastanou problémy ve škole – objevují se absence a zhoršuje se jeho prospěch.
2. Ztráta původních zájmů – dítě přestane mít zájem o dříve oblíbené činnosti, které byly často fyzicky i časově náročné. Například sport nebo aktivní uměleckou činnost.
3. Změna přátel a party – jedná se hlavně o způsob trávení volného času. Časté návštěvy klubů a diskoték zvyšují riziko drogových experimentů.
4. Změna chování – ničím neodůvodněné stavy veselosti nebo aktivity, noční nespavost, změny nálad, větší únava, skleslost.

5. Slabost, spaní přes den – klesající výkonnost, zhoršená koncentrace a náhle vzniklé spaní přes den může být příznakem užívání drog.
6. Ztráta chuti k jídlu, hubnutí – hlavně stimulační drogy potlačují chuť k jídlu, důsledkem je hubnutí.
7. Kožní defekty – jedná se o drobná sebepoškození, škrábnutí, hlavně na obličejí a hřbetu ruky.
8. Mizení peněz – dítě se snaží sehnat peníze, zpočátku mizí malé finanční částky, ale následují krádeže peněz a cenných věcí. Předchází prodej všeho cenného, co bylo vlastnictvím dítěte, včetně oblečení.
9. Nález stříkaček, jehel a drog – děti se snaží tvrdit rodičům, že to není jejich, že to jen hlídají kamarádům. Tato možnost tu je, ale je málo pravděpodobná.
10. Stopy po injekčním vpichu na končetinách.

Fyziologické a psychické účinky drogy nutí jeho konzumenta k opakovanému užití. Droga zpočátku vyvolává žádoucí účinky, avšak je třeba stále větší a častější dávky, protože se zvyšuje tolerance organismu vůči droze. Posléze dochází ke změně psychických a fyziologických vlastností jedince. (Renotierová et al., 2004, 257)

Renotierová et al. (2004) dělí proces vzniku závislosti do čtyř etap:

1. Stadium experimentování – prvotním impulzem může být zvědavost, nuda, snaha uniknout problémům.
2. Fáze příležitostného užívání – jedinec užívá drogu, protože se naučil, že mu pomáhá v situaci nouze, nudy a při řešení problémů. Zatím nemá návyk na drogu, užívá jí nepravidelně.
3. Fáze pravidelného užívání – jedinec již užívá drogu pravidelně, nepřipouští si závislost.
4. Fáze návykového užívání – jedinec se bez drogy již neobejde, je závislý a nesnaží se to skrývat.

Můžeme tedy říci, že drogy jsou jakékoliv látky přírodní nebo umělé a pokud jsou přijaty do organismu, mění duševní stav a chování. Ovlivňují prožívání reality. Jedná se hlavně o změny v myšlení, vnímání, změny nálad, podráždění, útlumu, chování a mohou vyvolat závislost.

2.3.3 Prevence

„Prevencí sociálně patologických jevů rozumíme cílevědomým, plánovitým a komplexním posilováním forem zdravého životního stylu minimalizovat výskyt a důsledky těchto jevů“ (Pokorný, Telcová & Tomko, 2003, 9).

Pedagogický slovník Mareš et al. (2003) definuje prevenci jako soubor opatření, která jsou zaměřená na předcházení nežádoucích jevů, hlavně onemocnění, poškození a sociálně patologických jevů.

Nešpor (2005) rozlišuje tři typy prevence:

1. Primární prevence – cílem je předejít užívání návykových látek, a to včetně alkoholu a tabáku. Omezit nebo zastavit experimentování s návykovými látkami, a předejít tím škodám na tělesném i duševním zdraví. Cílem tedy není předávání informací, ale to, aby se cílová populace chovala zdravěji. Programy nespecifické primární prevence spočívají v aktivitách, které přímo nesouvisejí s návykovými látkami, ale zaměřují se na zdravý životní styl. Jedná se hlavně o sportovní aktivity a zájmové kroužky. Specifická primární prevence může mít programy všeobecné primární prevence, která se zabývá běžnou populací. Programy vytvářejí převážně nezávislé organizace a pedagogicko-psychologické poradny. A dále jsou to programy selektivní primární prevence, které jsou určeny pro jedince, u kterých je zvýšená možnost vzniku závislosti a užívání návykových látek. Posledním programem specifické prevence jsou programy indikované primární prevence. Ty jsou zaměřeny na skupiny a jednotlivce, kde jsou přítomny rizikové faktory a nežádoucí sociální jevy. Prevence by měla zahrnovat tyto složky:

- Informovat děti a mládež o návykových látkách, rizicích, závislostech a o zdravotním a sociálním dopadu.
- Podporovat zdravé postoje a normy.
- Posílit prosociální chování.
- Podporovat dovednosti, zájmy.
- Nalezení zdravého způsobu trávení volného času a životního stylu.

2. Sekundární prevence – používá se tehdy, když jedinec již má nějaké zkušenosti s návykovými látkami. Řeší již problémy spojené s užíváním jako léčbu a zvládání abstinenčních příznaků. Patří zde také terénní práce, která spočívá ve vyhledávání kontaktů. Jedinec pomoc nevyhledává sám, ale pracovníci terénní práce mu poskytují informace a služby.
3. Terciární prevence – zaměřuje se na jedince, kteří jsou již závislí na návykových látkách. Prevence spočívá ve vyměňování injekčních stříkaček, poradenství, pobytech v komunitách. Cílem je, aby se jedinec mohl znovu zařadit do společnosti a aby abstinoval. Důležitá je spolupráce se závislými osobami, snaha udržet jejich závislost v určitých mezích a minimalizovat její dopad na jedince a okolí.

Primární prevence začíná již v rodinách. Je velmi důležité, aby rodiče byli pro děti vzorem, naučili své děti, jak volný čas smysluplně využívat, podporovali zájmy dětí a podíleli se na jejich všestranném rozvoji. Rodiče by také měli vytvářet vhodné rodinné prostředí, aby nepodněcovalo možnost vzniku rizikového chování. Děti by měli učit hodnotám, normám a negativním postojům k návykovým látkám. Měli by spolu často komunikovat. Děti musí cítit v rodičích oporu, a vědět, že se jim mohou se vším svěřit.

Preventivně na děti působí také škola, která poukazuje na nebezpečí návykových látek, pořádá besedy a předává dětem informace.

2.4 Jinak zrakově disponované osoby

Renotierová et al. (2004) uvádějí, že jedinec se zrakovým postižením je chápán jako osoba, která při optimální korekci své zrakové vady či poruchy má dále problémy při zrakovém vnímání a zpracování zrakem vnímaného v běžném životě. Zrakové postižení můžeme chápat také jako absenci nebo nedostatečnost kvality zrakového vnímání.

Každé zrakové postižení má své specifické znaky a ty mohou ovlivnit vývoj jedince i jeho další život a promítnout se do psychického vývoje. Nedostatky zrakových podnětů nebo dokonce jejich absence se mohou stát příčinou sensorické deprivace, která značně omezuje rozvoj poznávacího procesu (Renotierová et al., 2004, 193).

Finková, Ludíková a Růžičková (2007) uvádějí členící kritéria při práci s osobami zrakově postiženými, která vycházejí:

1. z hlediska etiologického – orgánové nebo funkční postižení z doby vzniku – postižení vrozené nebo získané
2. ze stupně postižení – osoby nevidomé, se zbytky zraku, slabozraké a osoby s poruchami binokulárního vidění
3. z hlediska trvání zrakové vady – krátkodobé – akutní, dlouhodobé – chronické, opakující se – recidivující

Klasifikace osob se zrakovým postižením podle Světové zdravotnické organizace WHO. (www.sons.cz)

1. Střední slabozrakost - zraková ostrost s nejlepší možnou korekcí: maximum - 10 - menší než 6/18 (0,30) – minimum rovné nebo lepší než 6/60 (0,10); 3/10 – 1/10, kategorie zrakového postižení 1
2. Silná slabozrakost - zraková ostrost s nejlepší možnou korekcí: maximum menší než 6/60 (0,10) – minimum rovné nebo lepší než 3/60 (0,05); 1/10 – 10/20, kategorie zrakového postižení 2

3. Těžce slabý zrak - a) zraková ostrost s nejlepší možnou korekcí: maximum menší než 3/60 (0,05) – minimum rovné nebo lepší než 1/60 (0,02); 1/20 – 1/50, kategorie zrakového postižení 3
b) koncentrické zúžení zorného pole obou očí pod 20 stupňů nebo jediného funkčně zdatného oka pod 45 stupňů
4. Praktická slepota - zraková ostrost s nejlepší možnou korekcí 1/60 (0,02), 1/50 až světlocit nebo omezení zorného pole do 5 stupňů kolem centrální fixace, i když centrální ostrost není postižena, kategorie zrakového postižení 4
5. Úplná slepota - ztráta zraku zahrnující stavy od naprosté ztráty světlocitu až po zachování světlocitu s chybnou světelnou projekcí, kategorie zrakového postižení 5

Podle Krause et al. (1997) příčiny slabozrakosti a nevidomosti mohou být:

1. Vrozené
 - dědičné změny
 - změny na podkladě intrauterinní infekce
2. Získané
 - náhlé – úrazy, vaskulární léze
 - postupné – retinopatie, záněty, nádory, intoxikace, odchlípení sítnice, glaukom, senilní katarakta, senilní degenerace sítnice

Zrakově postižení sportovci jsou s ohledem na závažnost a stupeň zrakové vady (především podle zrakové ostrosti, zorného pole a schopnosti rozlišovat světlo) rozdělováni do třech kategorií tak, aby byla nastavena co největší možná regulérnost sportovních soutěží pro zrakově postižené, tedy aby spolu v jedné kategorii soutěžili sportovci, jejichž stupeň postižení, a tedy i podmínky a možnosti si jsou co nejvíce podobné. (www.sport-nevidomych.cz)

Klasifikace pro sportovní účely podle ustanovení Mezinárodní organizace sportu zrakově postižených IBSA: (www.sport-nevidomych.cz)

B1 - Zraková ostrost slabší než LogMAR 2.60

B2 - Zraková ostrost v rozmezí od LogMAR 1.50 po 2.60 (včetně) a/nebo zorné pole zúžené na méně než 10 stupňů

B3 - Zraková ostrost v rozmezí od LogMAR 1.40 po 1 (včetně) a/nebo zorné pole zúžené na méně než 40 stupňů

Určení zrakové kategorie je založeno na posouzení oka s lepší zrakovou ostroostí, za užití nejlepší optické korekce, a to při užití brýlí nebo kontaktních čoček.

2.4.1 Nejčastější zrakové vady a poruchy

1. Refrakční vady – Janečka (2007) uvádí, že do této skupiny zrakových vad patří dalekozrakost, krátkozrakost a astigmatismus.

Kraus et al. (1997) popisuje emetropii a ametropii. Emetropie je stav, kdy paprsky jsou okem zalomeny tak, že se sbíhají přesně na sítnici.

Znamená to, že emetropické oko má normální zrakovou ostrost a správnou lomivost.

Ametropie je stav, kdy se paprsky sbíhají mimo sítnici. Oko ametropické má některou z refrakčních vad.

1. Hypermetropie – dalekozrakost. Jedná se o vrozenou vadu, kdy světelné paprsky vytvářejí ostrý obraz za sítnici a jedinec vidí hůře na blízko než do dálky. Vidění je zamlžené a později i do dálky.
2. Myopie – krátkozrakost. Vada, při které světelné paprsky vytvářejí ostrý obraz před sítnicí. Jedinec vidí vzdálené předměty rozmazaně, mhouří oči, ale blízké předměty vidí bez obtíží. Hlavní příčinou je dědičnost, dále těžké infekční onemocnění v dětství a v pubertě, náhlé a výrazné zhubnutí a špatné osvětlení.
3. Astigmatismus – je vada, při které je nepravidelně vyklenutá či zakřivená rohovka a čočka. Jedinec vnímá předměty různě ostře v různých rovinách optické osy oka. Bod na sítnici se nezobrazí jako bod, ale jen jako čárka.

Vidění je čárkovité a neostré. Bývá vrožený nebo souvisí s jiným očním onemocněním (Pešatová, 1999).

2. Glaukom – zelený zákal je onemocnění, kdy se objevují výpadky zorného pole, ty se zvětšují a vedou k trubicovitému vidění až k slepotě. Příčinou je vysoký nitrooční tlak, dědičnost nebo úrazy oka (Pešatová, 1999).

3. Katarakta – šedý zákal se projevuje částečnou nebo úplnou ztrátou průhlednosti čočky a dochází ke zhoršení zrakové ostrosti. U lidí nad 75 let se vyskytuje u 70 % obyvatel. Vidění je nejasné, postupně se zatemňuje, jakmile se zakalí úplně, oko je slepé. Příčinou bývá nejčastěji dědičnost, předčasné stárnutí čočky, trauma, zánět, radiační působení nebo metabolické poruchy (Pešatová, 1999).

4. Strabismus – šilhání. Kraus et al. (1997, 271) uvádějí, že „Rovnovážné postavení očí a jejich dokonalá pohybová souhra jsou předpokladem binokulárního vidění. Porucha vzájemné spolupráce očí (svalová i sensorická) se nazývá strabismem neboli heterotrofií“.

Příčinou šilhání je nejčastěji dědičnost a rizikové těhotenství.

5. Amblyopie – tupozrakost je onemocnění, kdy je snižená zraková ostrost, která je způsobená útlumem z nečinnosti oka. Většinou bývá postiženo jen jedno oko a zrakové centrum nepřijímá vjemy z postiženého oka. Příčinou vzniku bývá dědičnost, může vznikat následkem šilhání, nebo když dojde k vyřazení oka na delší dobu z funkce (Pešatová 1999).

6. Leberova vrožená slepota – Janečka (2007) uvádí, že se jedná o velmi těžkou degeneraci, kdy dochází k praktické nebo úplné slepotě. Jedinci postižení touto nemocí pokud vidí, mají velmi sníženou zrakovou ostrost, je postiženo i zrakové pole, které je zúžené a dochází i k poruchám barvocitu.

7. Retinopatie nedonošených – vzniká u nedonošených a nezralých dětí s porodní hmotností menší než 2200g. Děti musí být umístěny do inkubátoru s vysokým přívodem kyslíku. Onemocnění je téměř vždy oboustranné a vede ke slepotě (Janečka 2007).

8. Achromatopsie, achromázie – barvoslepost. U tohoto onemocnění má dítě sníženou zrakovou ostrost, poruchu barvocitu a je světloplaché. Oslňuje jej i běžné denní světlo, děti se odvracejí od světla, které je dráždí. Za jasného světla jsou prakticky nevidomé (Janečka, 2007).

9. Hemeralopie – šeroslepost se projevuje za sníženého osvětlení, kdy postižený se velmi špatně nebo vůbec neadaptuje na šero a tmu. Příčinou je dědičnost, nedostatek vitamínu A, onemocnění jater i působení jedovatých látek jako alkohol, sirovodík a chinin (Pešatová, 1999).

10. Albinismus – jedná se o vrozenou vadu, kdy je porušena tvorba melaninu. Jedná se o rozšířenou poruchu, která se vyskytuje nejen u lidí, ale i u zvířat. Albinismus může být totální anebo postihující jen kůži a oči (Janečka, 2007).

Osobnost člověka se vytváří v průběhu celého života a je ovlivňována vnějšími i vnitřními faktory. Je utvářena vztahy, prostředím i společností.

Podle Finkové et al. (2007) má vliv na osobnost jedince i zdravotní postižení. Záleží také na okolnostech, a to zda je dítě postižené od narození, časného dětství nebo k postižení došlo v průběhu života. Ztráta zraku, ať už je úplná, nebo částečná, může způsobit vážné ztráty v oblasti smyslového vnímání.

Zrakové postižení také ovlivňuje řadu schopností a vlastností člověka, jeho jednání a konání a působí také na procesy, kterými se jedinec adaptuje na prostředí sociální, kulturní, výchovně vzdělávací a pracovní. Pozitivně nebo negativně také ovlivňuje sociální vývoj dítěte rodina, a to její přijetí dítěte, následná péče a podpora i trávení volného času a celkový životní styl rodiny. Dítě také ovlivňuje mateřská škola, později základní škola, vztahy mezi vrstevníky, jeho zájmy a náplň volného času.

3 CÍLE PRÁCE

3.1 Hlavní cíl práce

Cílem diplomové práce je zjistit, jak nejčastěji děti se zrakovým postižením tráví volný čas.

3.2 Dílčí cíle práce

1. Posoudit vztah pohlaví a trávení volného času u dětí zrakově postižených.
2. Posoudit vztah pohlaví a projevy nežádoucího rizikového chování u dětí zrakově postižených.
3. Posoudit, jak vnímají svůj život dívky a jak chlapci.

3.3 Výzkumné otázky

1. Jaké jsou rozdíly v trávení volného času u dívek a chlapců se zrakovým postižením?
2. Existují rozdíly v projevech rizikového chování u dívek a chlapců se zrakovým postižením?
3. Jaký je rozdíl v pohledu na svůj život mezi dívkami a chlapci?

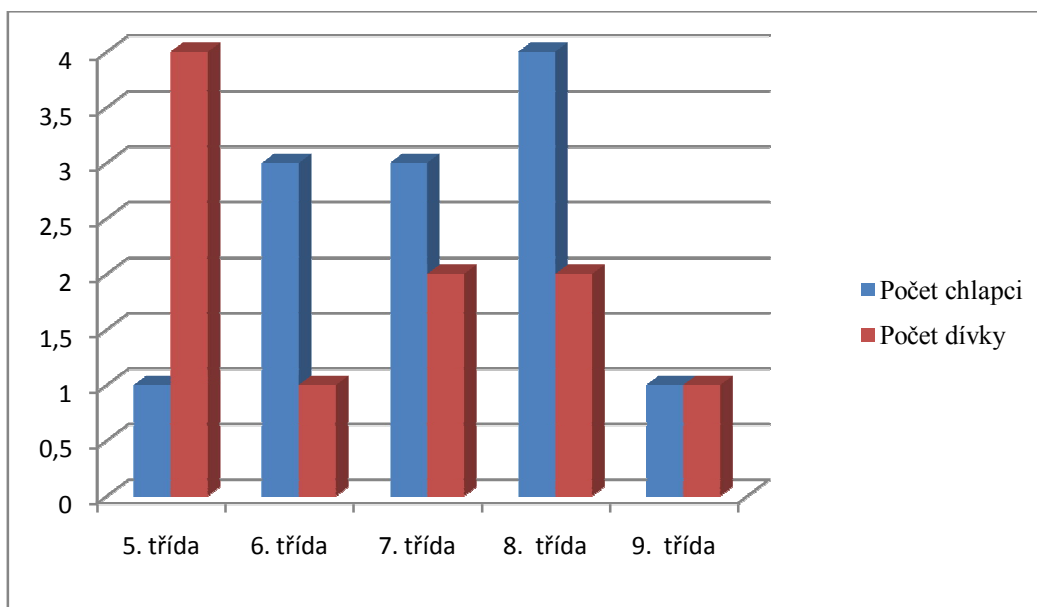
3.4 Úkoly

1. Za pomoci standardizovaného dotazníku HBSC studie zjistit způsob života u dětí ve věku od 11 do 15 let. Dotazník je upraven pro děti se zrakovým postižením.
2. Aplikace dotazníku a sběr dat u výzkumného souboru.
3. Zpracování dat, analýza a dedukce závěrů.
4. Zpracování diplomové práce.

4 METODIKA

4.1 Sběr dat

Sběr dat se uskutečnil v roce 2013. Výběrový soubor tvořilo 22 dětí se zrakovým postižením ve věku od 11 do 15 let. Z toho bylo 10 dívek a 12 chlapců. Do výběrového souboru byly začleněny děti se zrakovým postižením z Olomouce, Opavy, Brna, Liberce, Prahy, Plzně. Před vyplněním dotazníků dětmi jsem rodiče požádala o podepsání informovaného souhlasu (Příloha 1). Dotazník byl pro děti anonymní. HBSC studie u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami byla také schválena etickou komisí (Příloha 2).



Obrázek 1. Počet probandů ($n = 22$) v jednotlivých třídách, počet dívek ($nD = 10$) a chlapců ($nCh = 12$)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem, nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Obrázek číslo 1 ukazuje počet dětí v jednotlivých třídách a zastoupení dívek a chlapců. Z výsledků vyplývá, že nejvíce dívek bylo z pátých tříd a chlapců bylo nejvíce z osmých tříd. Nejmenší počet dívek i chlapců byl z devátých tříd.

4.2 Dotazník HBSC

HBSC studie (The Health Behavior in School-aged Children) je mezinárodní výzkumná studie, která je zaměřena na zkoumání životního způsobu u dětí. U intaktních dětí se Česká republika zúčastňuje studie od roku 1995. Výzkum se opakuje vždy ve čtyřletých intervalech. Výzkumný soubor tvoří děti ve věku 11, 13 a 15 letech. V současné době je do studie zapojeno 43 zemí světa.

HBSC studie byla upravena pro děti se speciálními vzdělávacími potřebami a to pro děti se zrakovým postižením ve spolupráci s TyfloCentrem Olomouc. Výzkumný soubor tvoří děti ve věku od 11 do 15 let.

4.3 Zkoumané otázky

Diplomová práce je zaměřena na volný čas u dětí se zrakovým postižením a jeho porovnání mezi dívkami a chlapci. Dále se zaměřuje na vznik nežádoucího rizikového chování a kvalitu života u dětí se zrakovým postižením a jejich rozdílnost u dívek a chlapců. Vybrané otázky z dotazníku se zaměřují na tyto okruhy otázek.

5 VÝSLEDKY

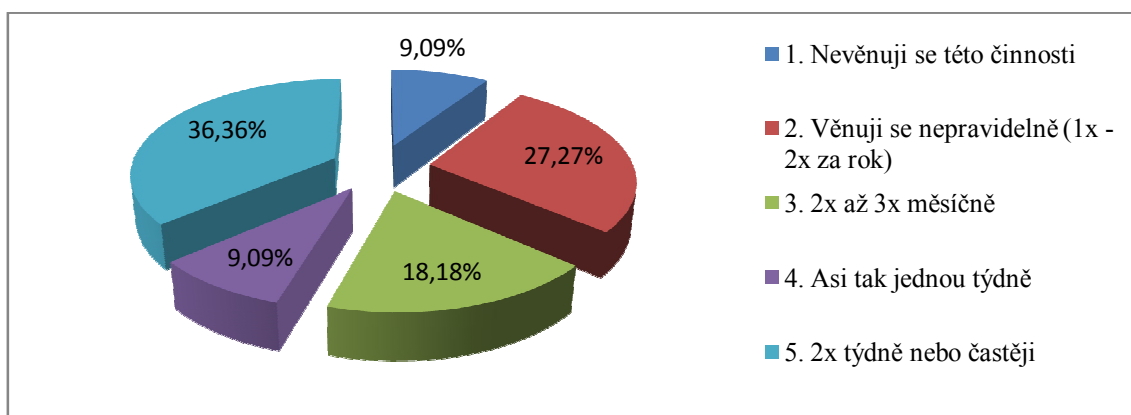
Data získaná pomocí HBSC studie u dětí se zrakovým postižením jsem vyhodnotila a zanesla do grafů. U každé otázky jsem zpracovala výsečový graf, který uvádí odpovědi všech dotazovaných a sloupcový graf, který srovnává odpovědi dívek a chlapců.

5.1 Volný čas

Uvádím zde výsledky, které se týkají volného času u dětí se zrakovým postižením.

Otázka číslo 1: Jak často ve svém volném čase provozuješ každou z níže uvedených skupin aktivit?

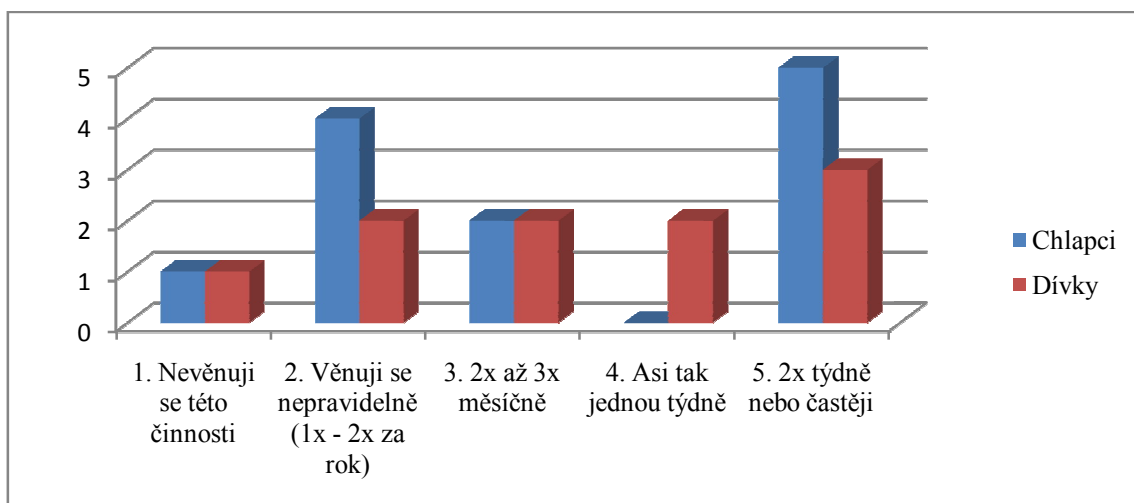
Pohybové aktivity:



Obrázek 2. Míčové a sportovní hry u všech probandů (n = 22) – goalball, fotbal, florbal, basketbal, volejbal, házená, rugby apod.

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

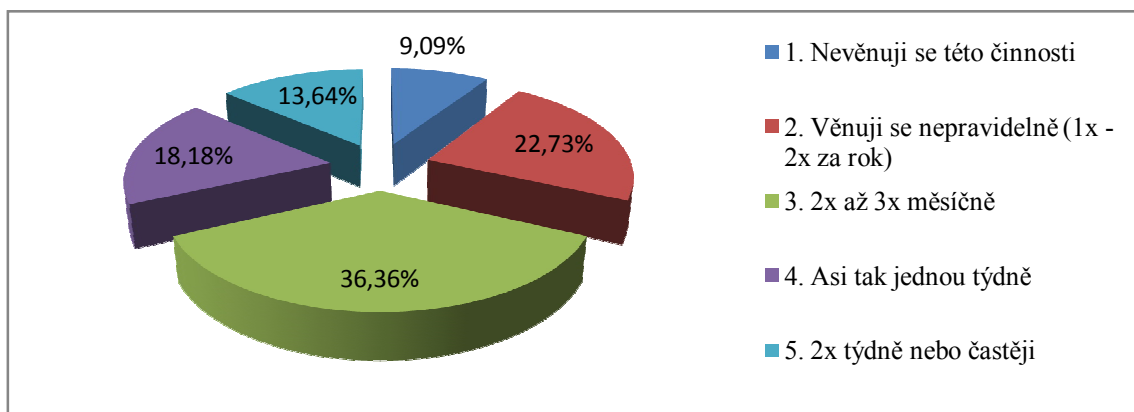
Z výsledků (Obrázek 2) vyplývá, že většina dětí se věnuje míčovým a sportovním hrám ať už pravidelně nebo nepravidelně. Jen necelých 10 % dětí, což jsou dvě děti, se nevěnují míčovým a sportovním hrám.



Obrázek 3. Míčové a sportovní hry u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12) – goalball, fotbal, florbal, basketbal, volejbal, házená, rugby apod.

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

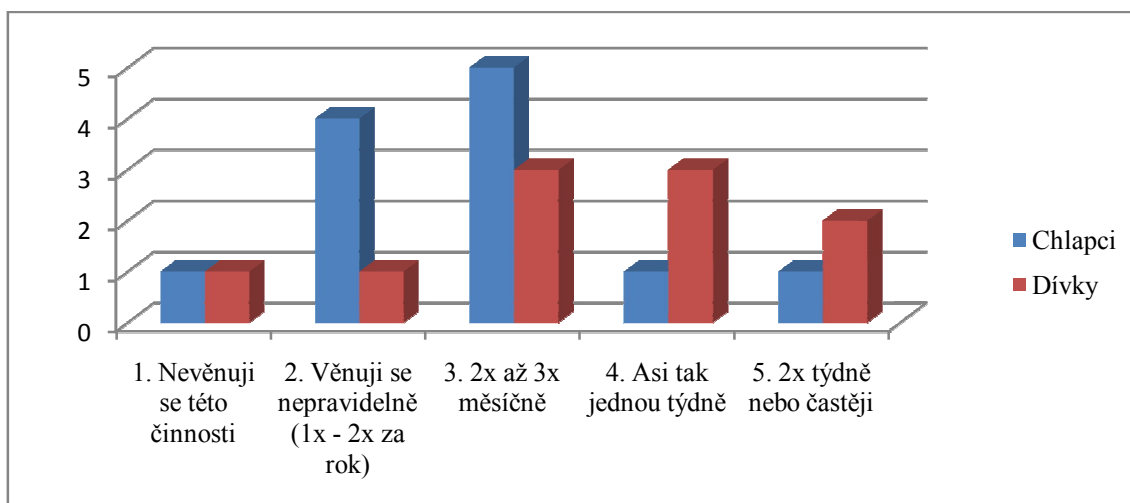
Výsledky (Obrázek 3) ukazují, že chlapci se věnují míčovým a sportovním hrám 2x týdně i častěji, více než dívky, ale i většina dívek se ať už pravidelně nebo nepravidelně věnuje míčovým a sportovním hrám.



Obrázek 4. Atletika – atletické běhy, vrhy a hody, skoky u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

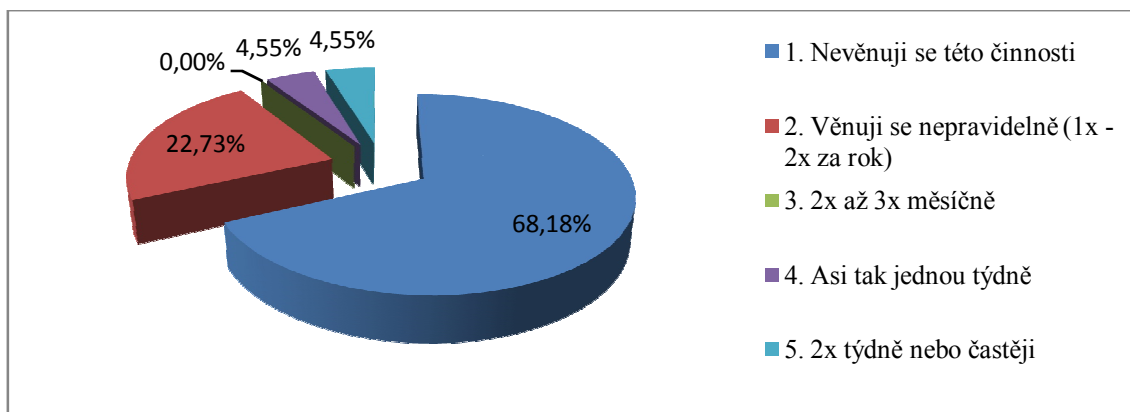
Z výsledků (Obrázek 4) vyplývá, že většina dětí se věnuje atletice 2x až 3x měsíčně, ale některé děti i častěji. Také 10% dětí, což jsou dvě, se atletice nevěnují.



Obrázek 5. Atletika – atletické běhy, vrhy a hody, skoky u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

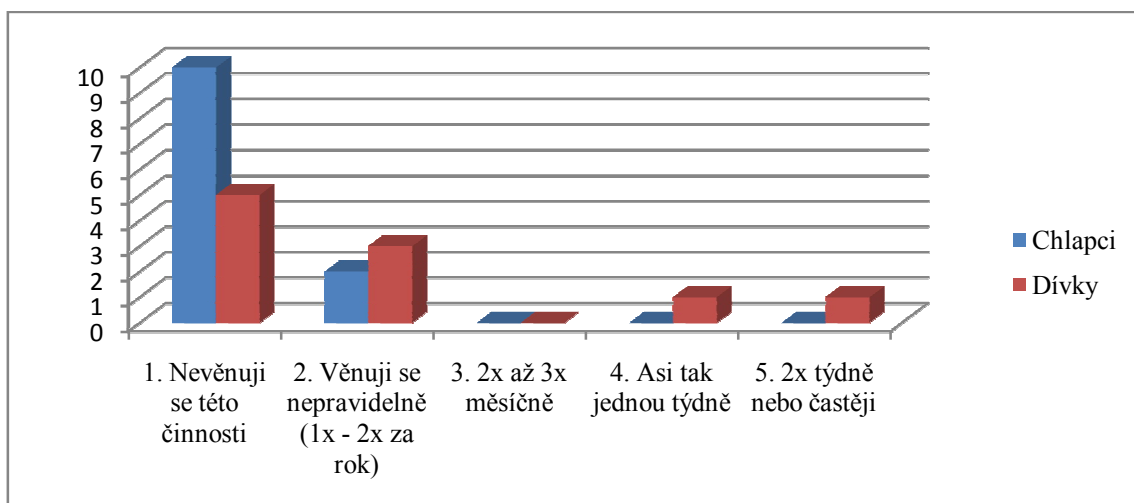
Z výsledků (Obrázek 5) vyplývá, že dívky se atletice věnují častěji a pravidelněji než chlapci.



Obrázek 6. Gymnastika, aerobik, zumba, jiná skupinová nebo kondiční cvičení u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

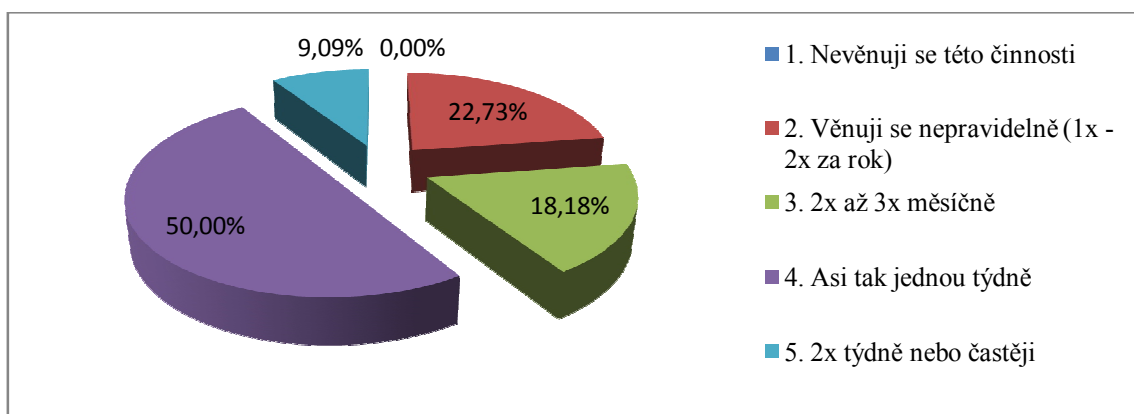
Z výsledků (Obrázek 6) vyplývá, že gymnastice atd. se děti většinou nevěnují a necelých 23 %, což je pět dětí se věnuje jen nepravidelně.



Obrázek 7. Gymnastika, aerobik, zumba, jiná skupinová nebo kondiční cvičení u dívek (n = 10) a chlapců (n = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

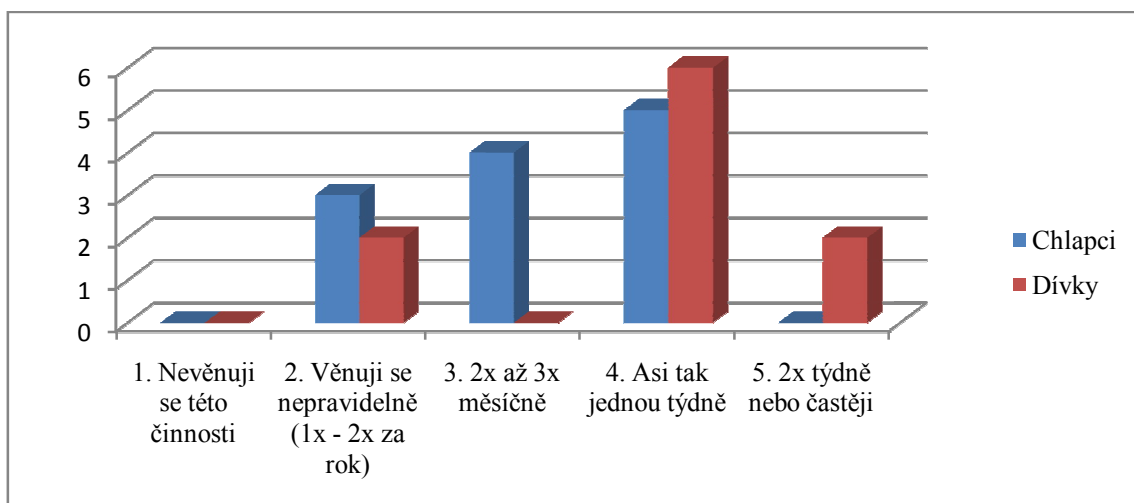
Výsledky (Obrázek 7) jasně ukazují, že gymnastice atd. se nevěnuje většina chlapců. Také dívky se gymnastice nevěnují často, ale na rozdíl od chlapců více.



Obrázek 8. Plavání, cvičení a hry ve vodě u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

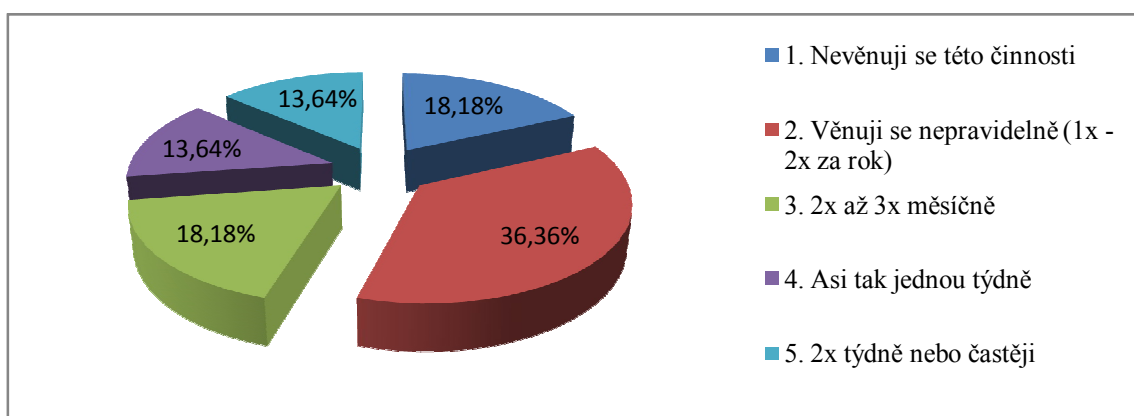
Z výsledků (Obrázek 8) jasně vyplývá, že všechny děti se věnují plavání atd. ať už pravidelně nebo nepravidelně. Polovina dětí se věnuje plavání atd. asi jednou týdně.



Obrázek 9. Plavání, cvičení a hry ve vodě u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

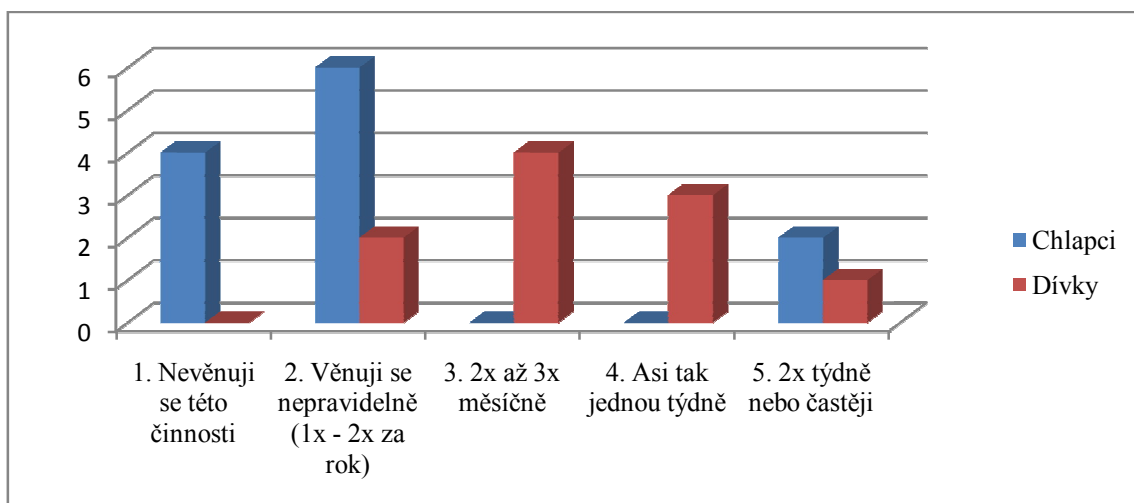
Tak jak z celkových výsledků plavání atd. (Obrázek 8) vyplynulo, že se všechny děti věnují plavání, tak při srovnání dívek a chlapců je vidět ve výsledcích (Obrázek 9), že se dívky plavání atd. věnují častěji než chlapci.



Obrázek 10. Běh, jogging u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

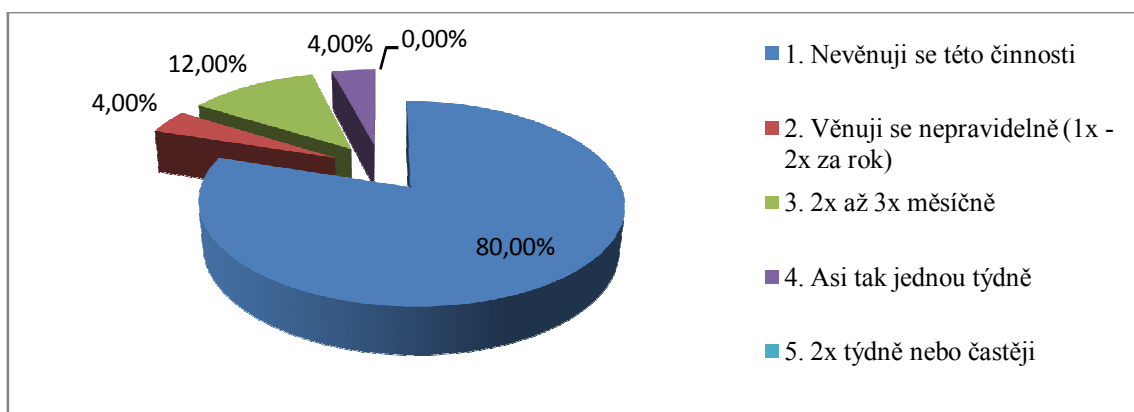
Většina dětí se běhu věnuje ať už pravidelně nebo nepravidelně. Jen 18 % dětí, což jsou 4 děti, se běhu nevěnují.



Obrázek 11. Běh, jogging u dívek (nD = 10) a chlapců (n = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

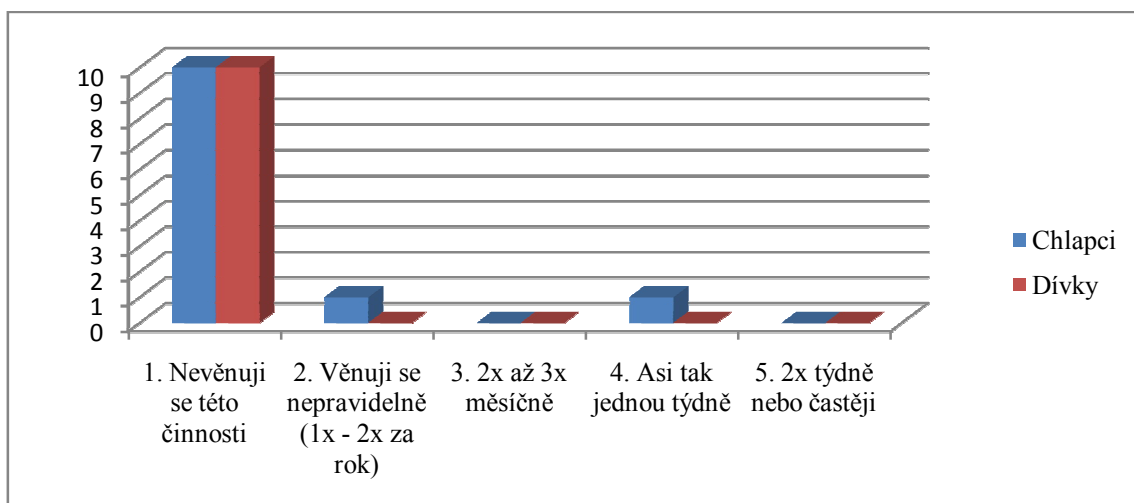
Z výsledků (Obrázek 10) vyplynulo, že jen 4 děti se nevěnují běhu. Při srovnání výsledků dívek a chlapců (Obrázek 11) můžeme vidět, že jsou to jen chlapci, kteří se běhu nevěnují. Naopak dívky se běhu věnují většinou pravidelně.



Obrázek 12. Úpolové sporty a sebeobrana - judo, karate, zápas, kickbox u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

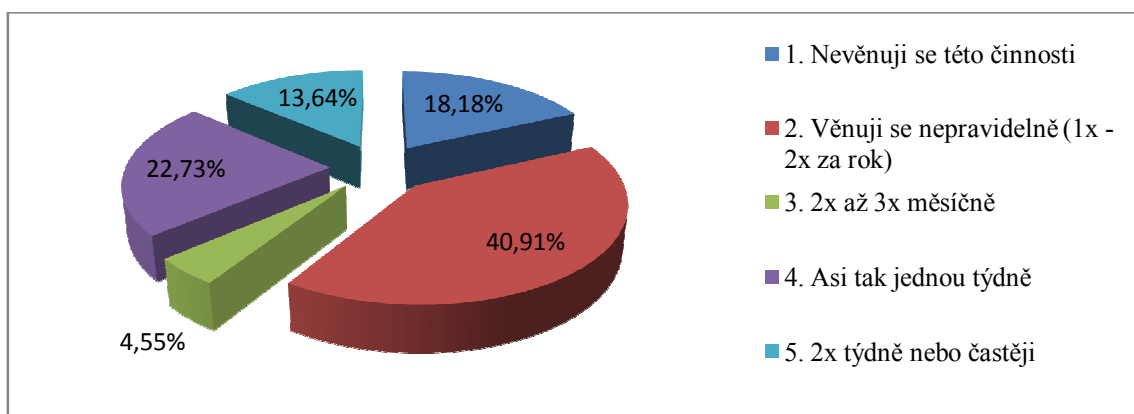
Z výsledků (Obrázek 12) vyplývá, že se většina dětí úpolovým sportům atd. nevěnují.



Obrázek 13. Upolové sporty a sebeobrana - judo, karate, zápas, kickbox u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

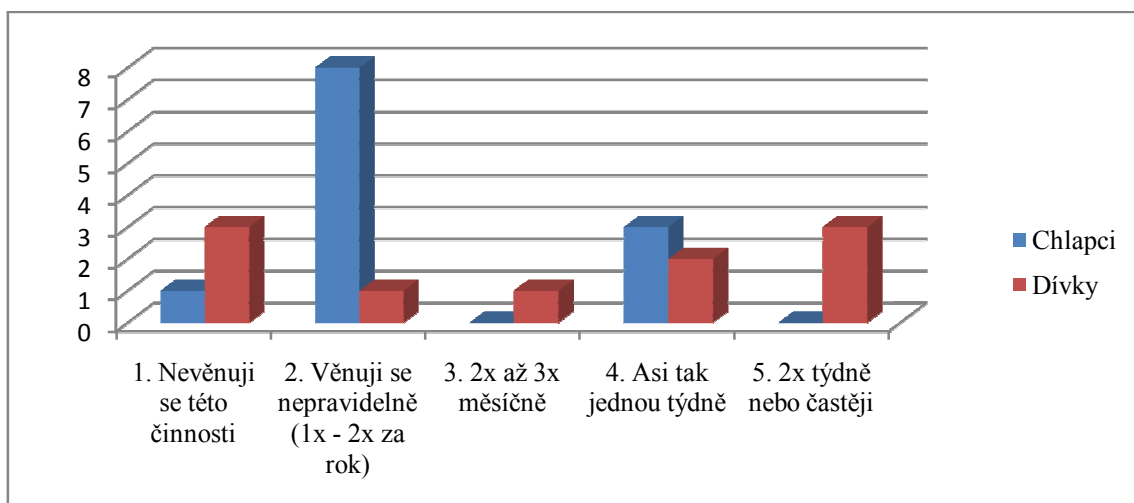
U výsledků při porovnání dívek a chlapců (Obrázek 13) můžeme vidět, že žádné dívky se upolovým sportů atd. nevěnují a většina chlapců také ne.



Obrázek 14. Tenis, stolní tenis, badminton, showdown u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

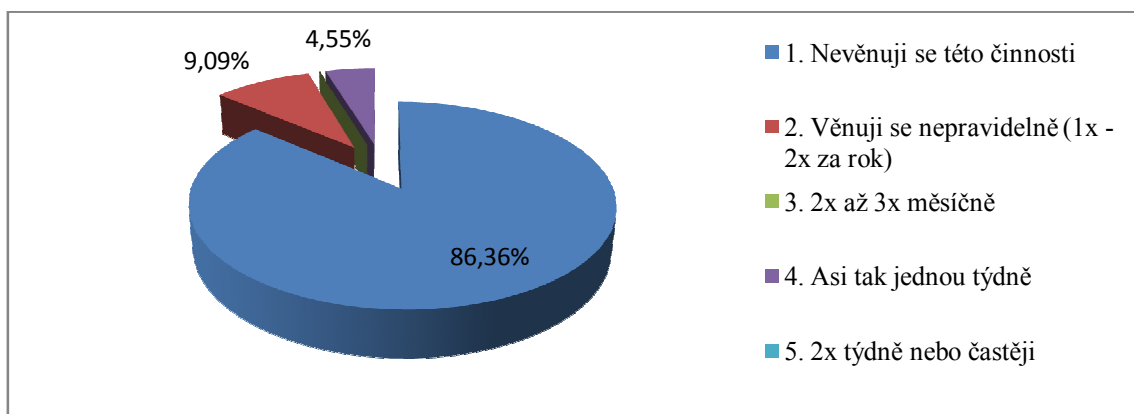
Z výsledků (Obrázek 14) můžeme vidět, že většina dětí se ať už nepravidelně nebo i pravidelně věnuje tenisu atd. Jen 18 %, což jsou 4 děti, se této činnosti nevěnují.



Obrázek 15. Tenis, stolní tenis, badminton, showdown u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

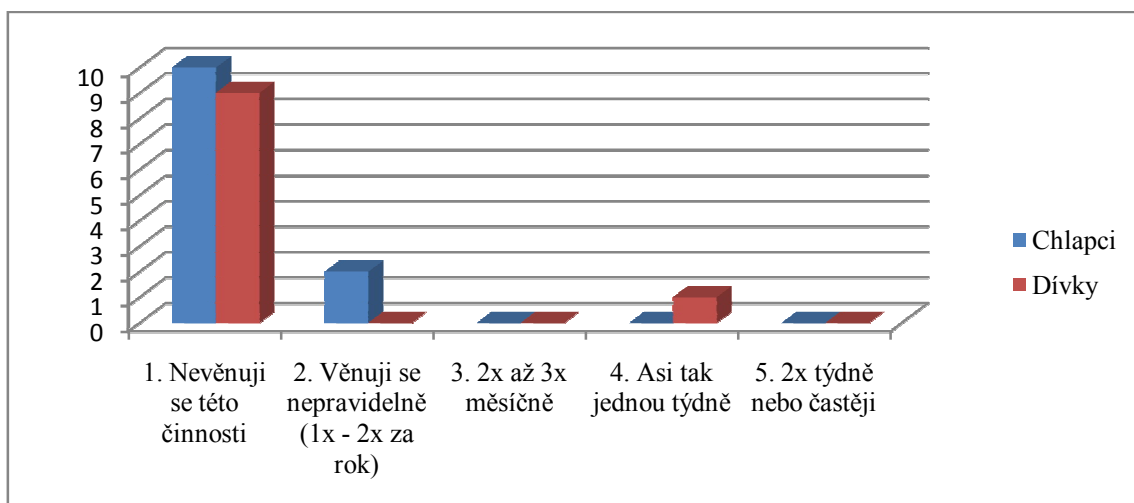
Při srovnání dívek a chlapců z výsledků vidíme (Obrázek 15), že chlapci se většinou věnují tenisu atd. nepravidelně a u dívek můžeme vidět, že se tenisu atd. věnují častěji.



Obrázek 16. Baseball, softball, kriket u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

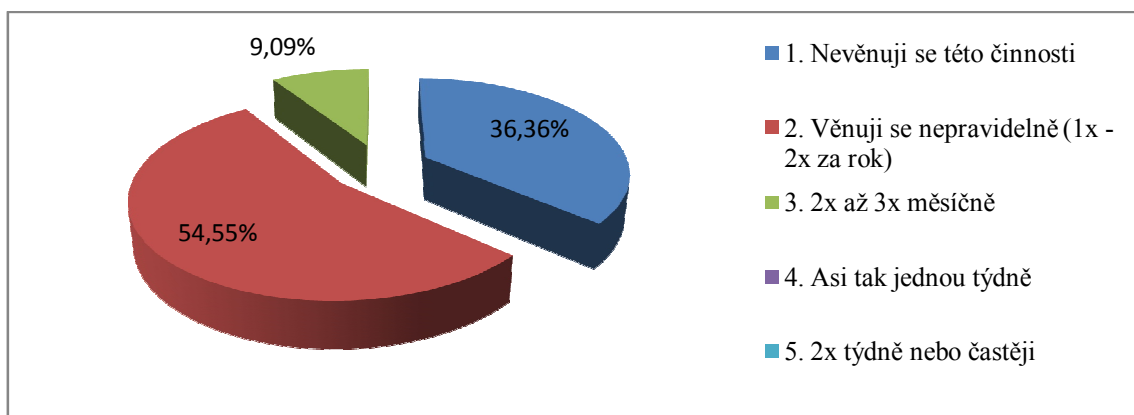
Z výsledků (Obrázek 16) vyplývá, že většina dětí se baseballu atd. nevěnuje.



Obrázek 17. Baseball, softball, kriket u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

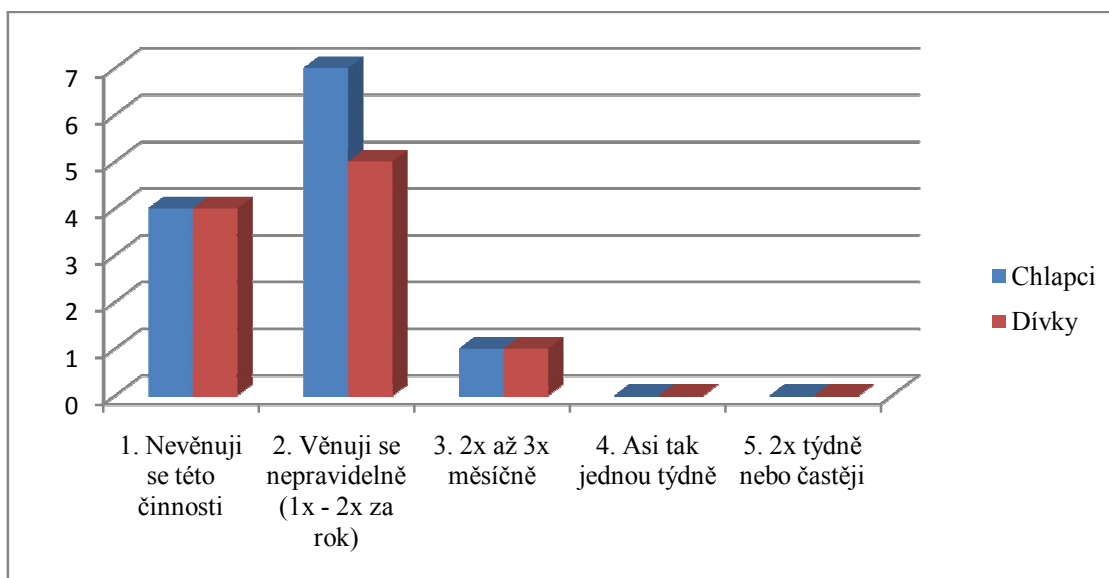
Z výsledků porovnání dívek a chlapců (Obrázek 17) vyplývá, že ani dívky ani chlapci se baseballu atd. nevěnují.



Obrázek 18. Cílové sporty - boccia, petangue, závěsný kuželník (ruské kuželky), bowling, kulečník, šipky u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

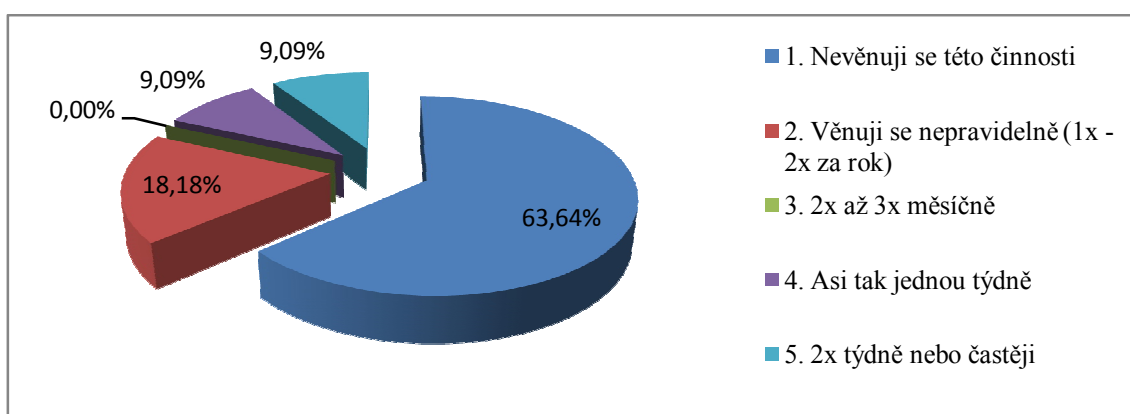
Cílovým sportům se podle výsledků (Obrázek 18) děti věnují jen nepravidelně 1x až 2x za rok nebo se této činnosti nevěnují.



Obrázek 19. Cílové sporty - boccia, petangue, závěsný kuželník (ruské kuželky), bowling, kulečnick, šipky u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

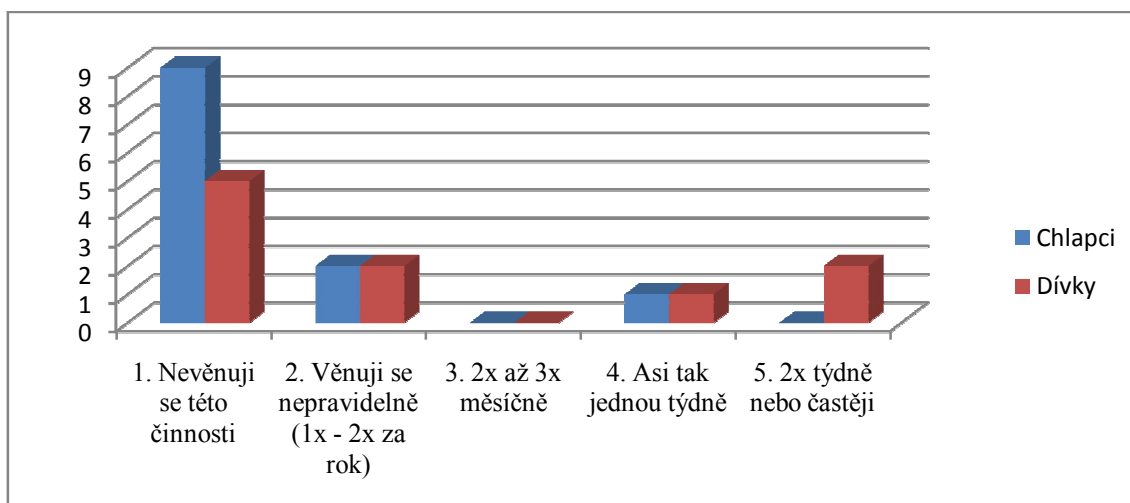
I z výsledků porovnání dívek a chlapců (Obrázek 19) můžeme vidět, že se dívky i chlapci věnují cílovým sportům jen nepravidelně nebo se jim nevěnují.



Obrázek 20. Tanec (disko, techno, lidové tance, společenské tance, balet) u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

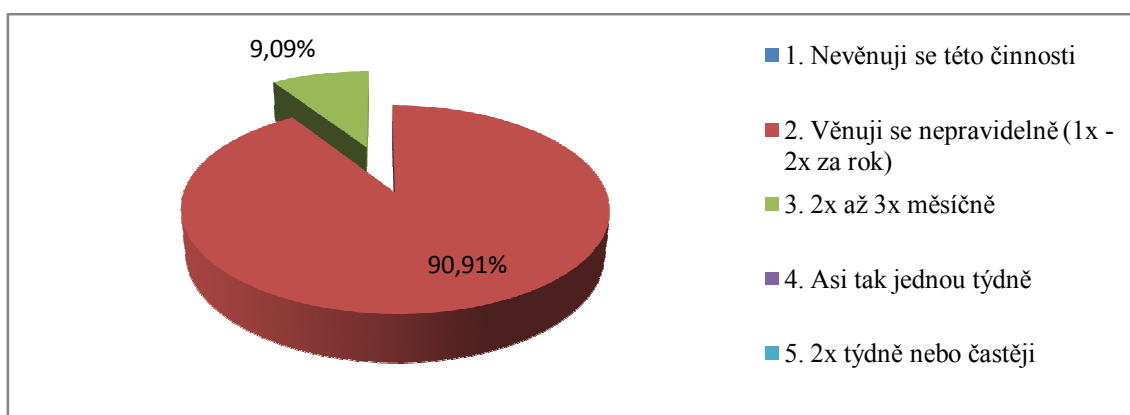
Z výsledků (Obrázek 20) vyplývá, že se děti většinou tanci nevěnují, nebo jen nepravidelně.



Obrázek 21. Tanec (disko, techno, lidové tance, společenské tance, balet) u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

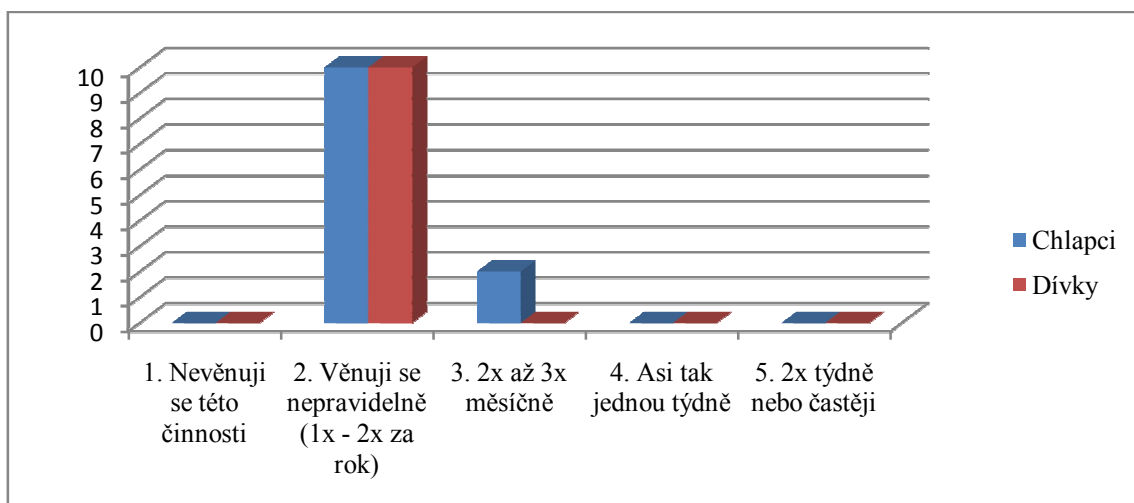
Z výsledků porovnání dívek a chlapců (Obrázek 21) vyplývá, že většina chlapců se tanci nevěnuje, nebo jen nepravidelně. Dívky se tanci věnují oproti chlapcům častěji, ale polovina z nich se této činnosti také nevěnuje.



Obrázek 22. Lyžování sjezdové, běžecké, skialpinismus u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

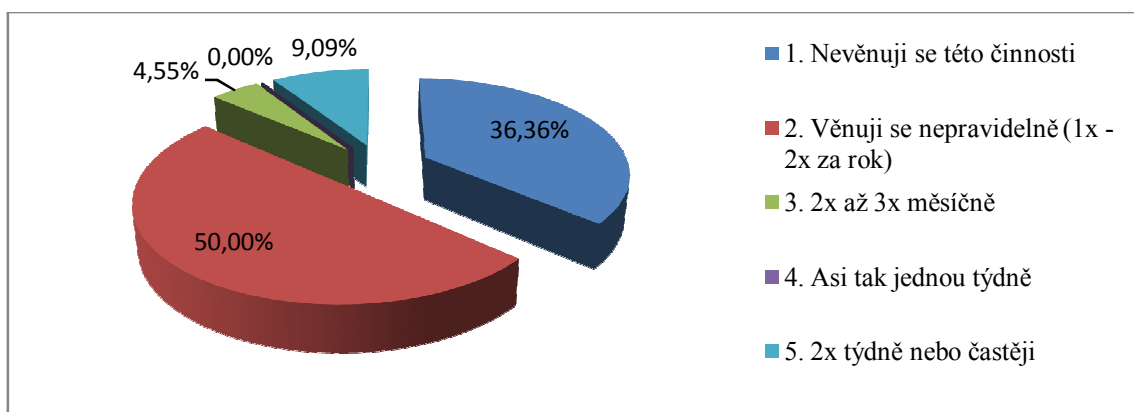
U výsledků (Obrázek 22) můžeme vidět, že všechny děti se věnují lyžování alespoň 1x až 2x za rok. Některé děti i častěji.



Obrázek 23. Lyžování sjezdové, běžecké, skialpinismus u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

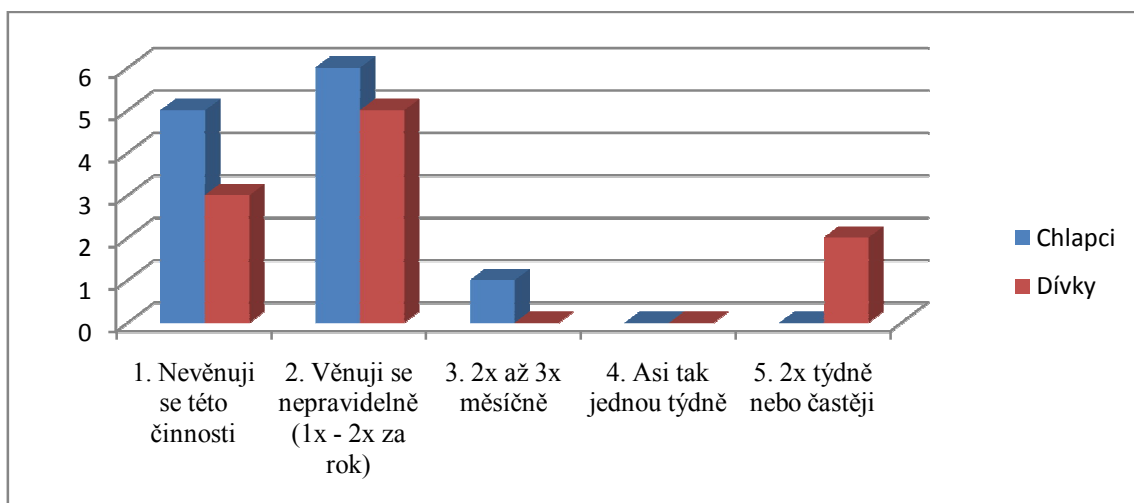
Při porovnání výsledků u dívek a chlapců (Obrázek 23) můžeme vidět, že dívky i chlapci se stejným počtem věnují lyžování alespoň 1x až 2x za rok. Někteří chlapci i častěji.



Obrázek 24. Bruslení, hokej, jízda na kolečkových bruslích u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

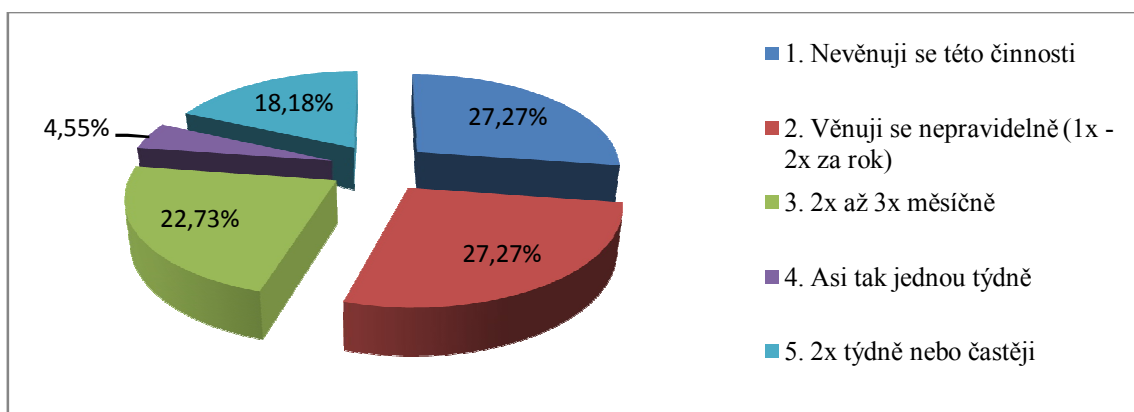
Z výsledků (Obrázek 24) vyplývá, že polovina dětí se věnuje bruslení atd. jen 1x až 2x za rok nebo se těmito aktivitám nevěnují.



Obrázek 25. Bruslení, hokej, jízda na kolečkových bruslích u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

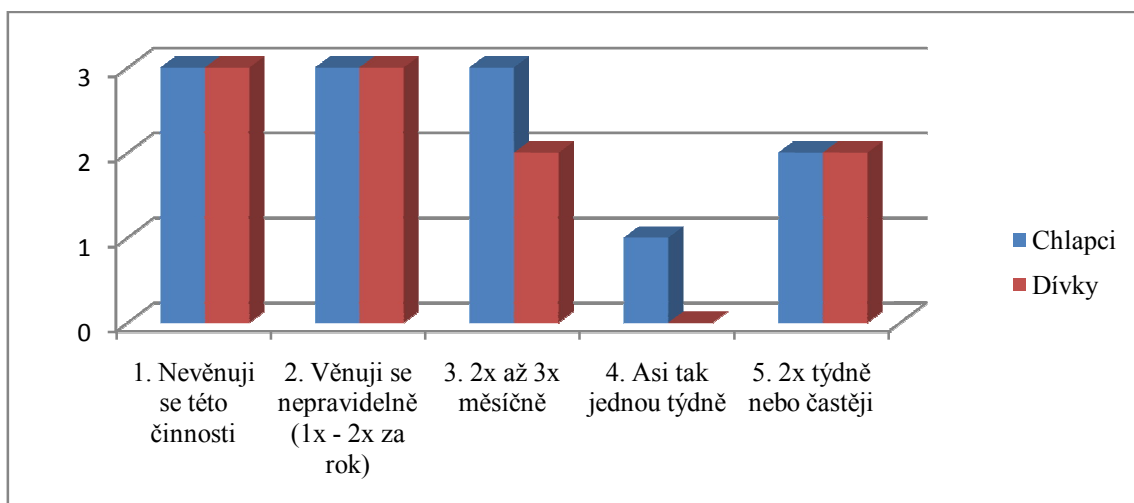
Z výsledků porovnání u dívek a chlapců (Obrázek 25) vyplývá, že dívky i chlapci se bruslení věnují většinou nepravidelně 1x až 2x za rok nebo vůbec. Jen dvě dívky se věnují těmto aktivitám 2x týdně a častěji.



Obrázek 26. Cyklistika (jízda na kole), spinning, cykloturistika u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

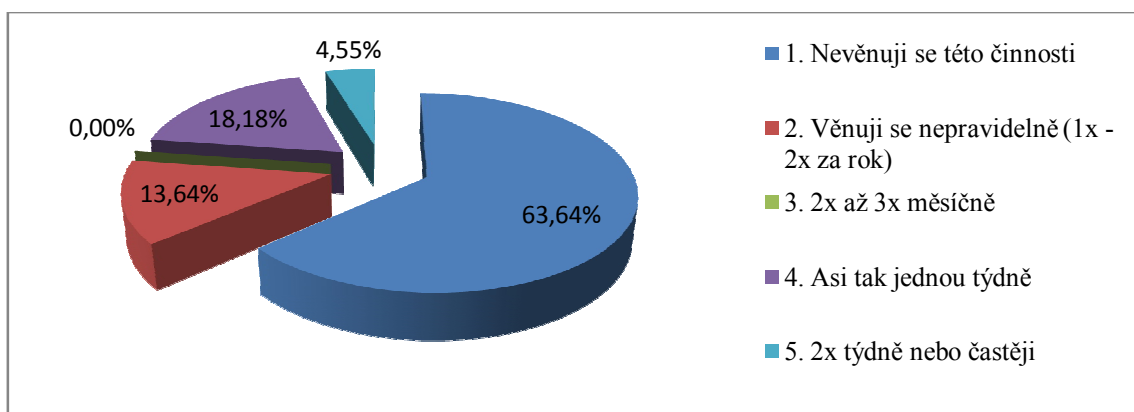
Ve výsledcích můžeme vidět (Obrázek 26), že to, jak se děti věnují cyklistice, je individuální. Někteří se nevěnují vůbec, naopak jiní 2x týdně i častěji. Polovina dětí se věnuje cyklistice buď nepravidelně, nebo jen několikrát do měsíce.



Obrázek 27. Cyklistika (jízda na kole), spinning, cykloturistika u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

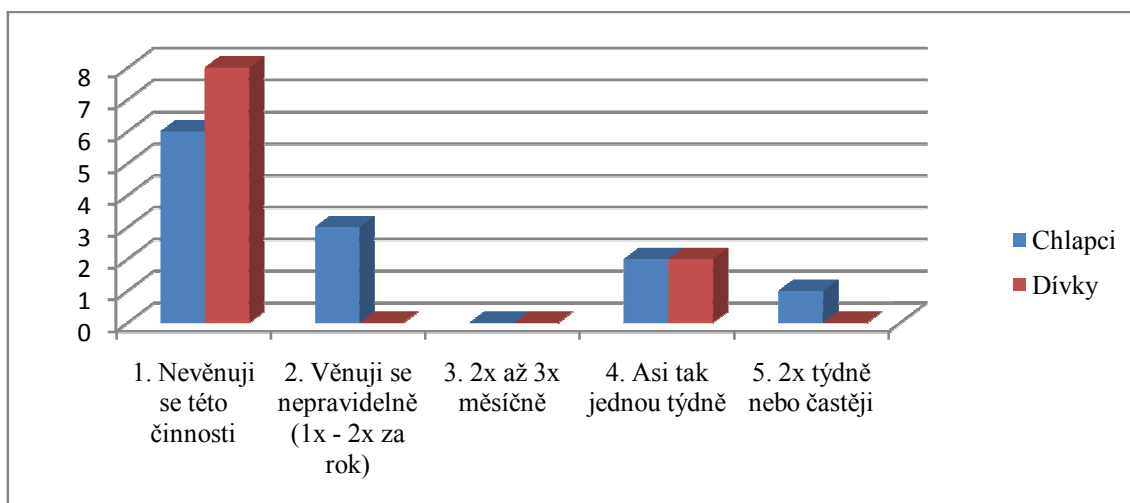
Ve výsledcích u dívek a chlapců (Obrázek 27) je vidět, že vztah k cyklistice je u dívek a chlapců individuální, ale většina dívek i chlapců se jí věnuje ať už nepravidelně nebo pravidelně.



Obrázek 28. Lezení na umělé stěně, na skále, bouldering u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

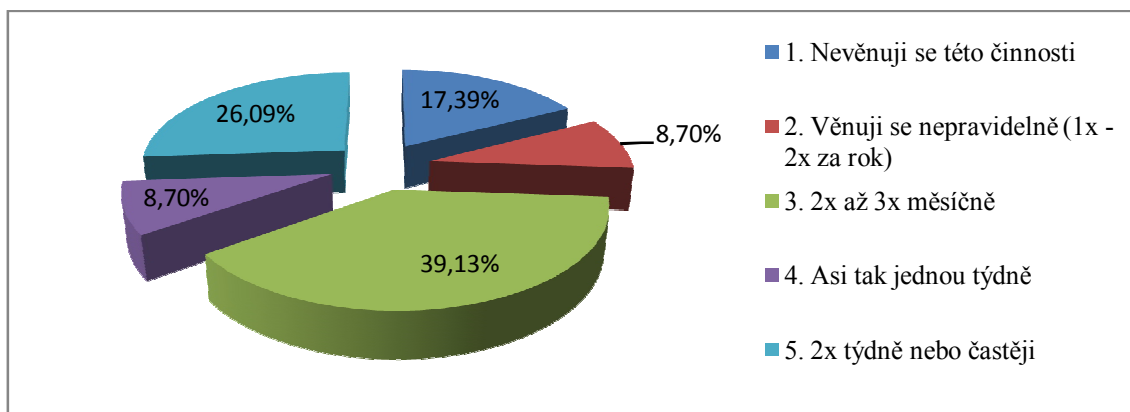
Výsledky (Obrázek 28) ukazují, že většina dětí se těmito aktivitám nevěnuje, nebo jen nepravidelně. Ale také můžeme vidět, že přibližně 18 % dětí, což jsou 4 děti, se těmito aktivitám věnují pravidelně jednou týdně.



Obrázek 29. Lezení na umělé stěně, na skále, bouldering u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

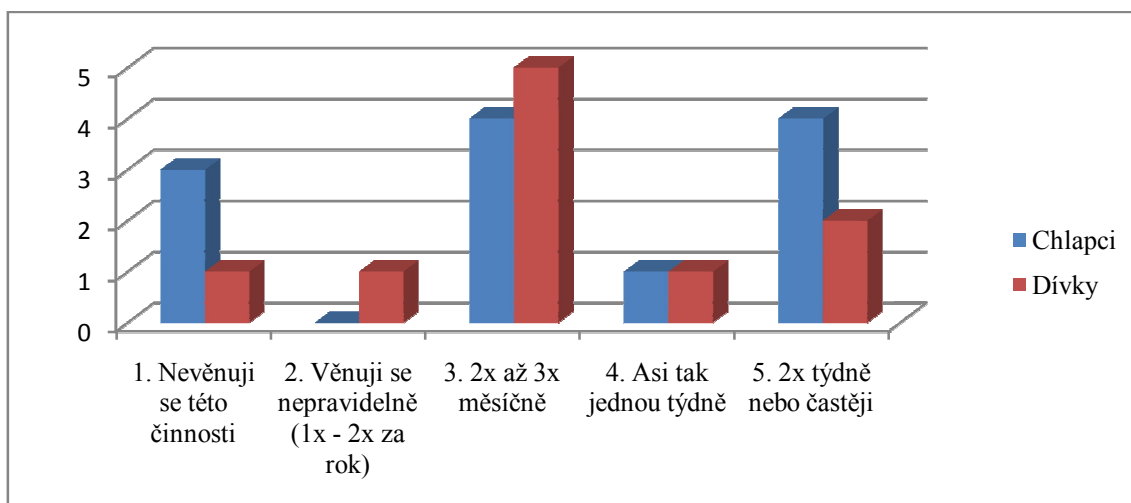
Z výsledků porovnání u dívek a chlapců (Obrázek 29) můžeme vidět, že většina dívek se těmto aktivitám nevěnuje, jen 2 dívky pravidelně jednou týdně. Chlapci se ve většině také těmto aktivitám nevěnují, ale jsou mezi nimi i ti co se jim věnují nepravidelně 1x až 2x do roka, ale i jednou týdně a častěji.



Obrázek 30. Turistika, výlety, delší procházky než 5km, nordic walking u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

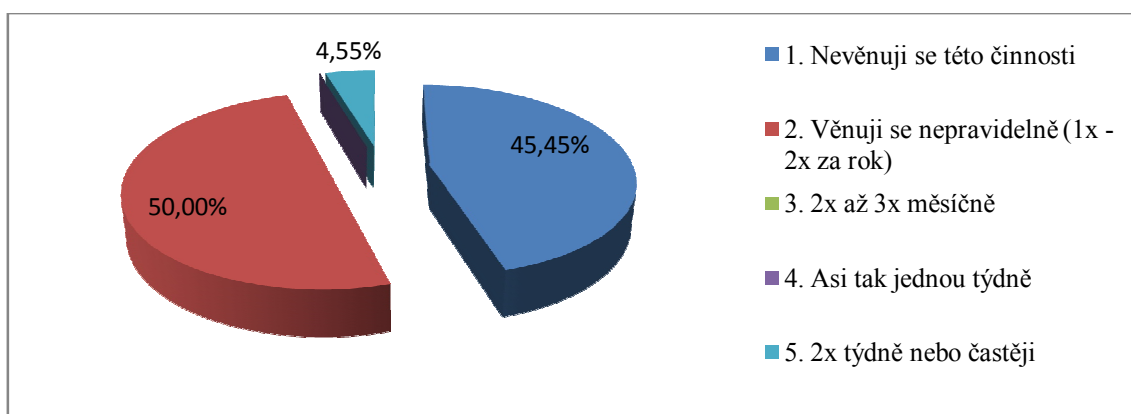
Zde můžeme vidět ve výsledcích (Obrázek 30), že většina dětí se turistice atd. věnuje pravidelně a jen 4 děti se nevěnují této činnosti.



Obrázek 31. Turistika, výlety, delší procházky než 5km, nordic walking u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

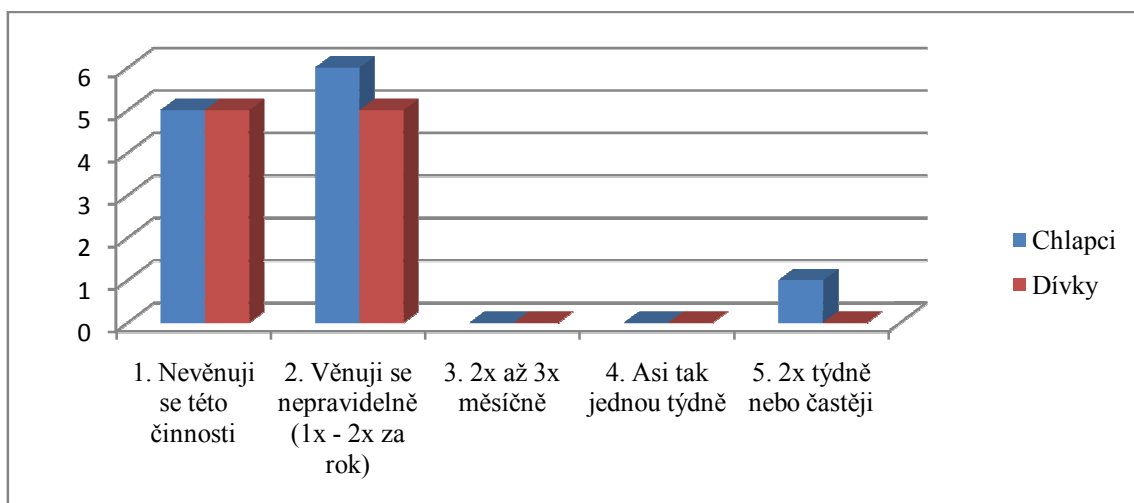
Z výsledků porovnání mezi dívkami a chlapci (Obrázek 31) vyplynulo, že častěji se turistice atd. věnují chlapci, ale naopak také více chlapci se turistice atd. nevěnují vůbec. Dívky se většinou věnují turistice 2x až 3x do měsíce, jen jedna dívka se nevěnuje turistice vůbec.



Obrázek 32. Vodní turistiku (jízda v lodi, raft, kanoe, kajak) u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

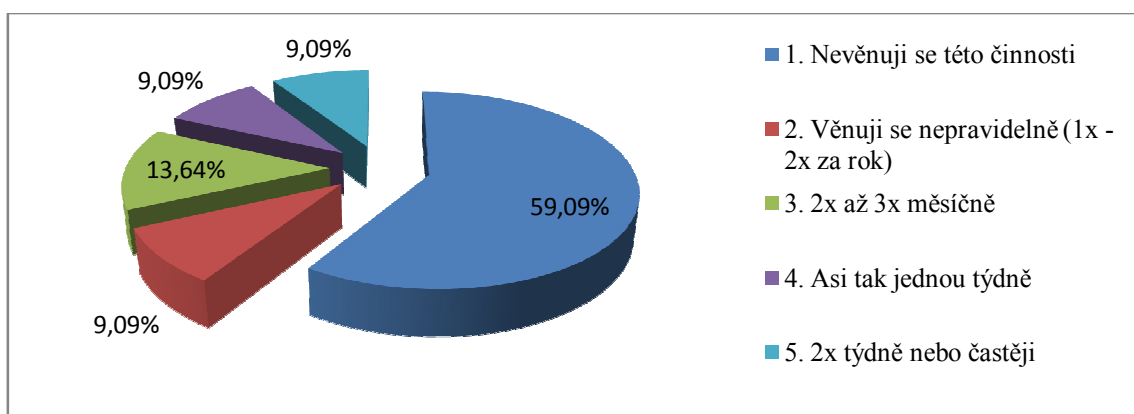
Zde ve výsledcích (Obrázek 32) můžeme vidět, že se téměř polovina dětí těmto aktivitám nevěnuje a druhá polovina, se jim věnuje nepravidelně 1x až 2 x za rok.



Obrázek 33. Vodní turistika (jízda v lodi, raft, kanoe, kajak) u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh =12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

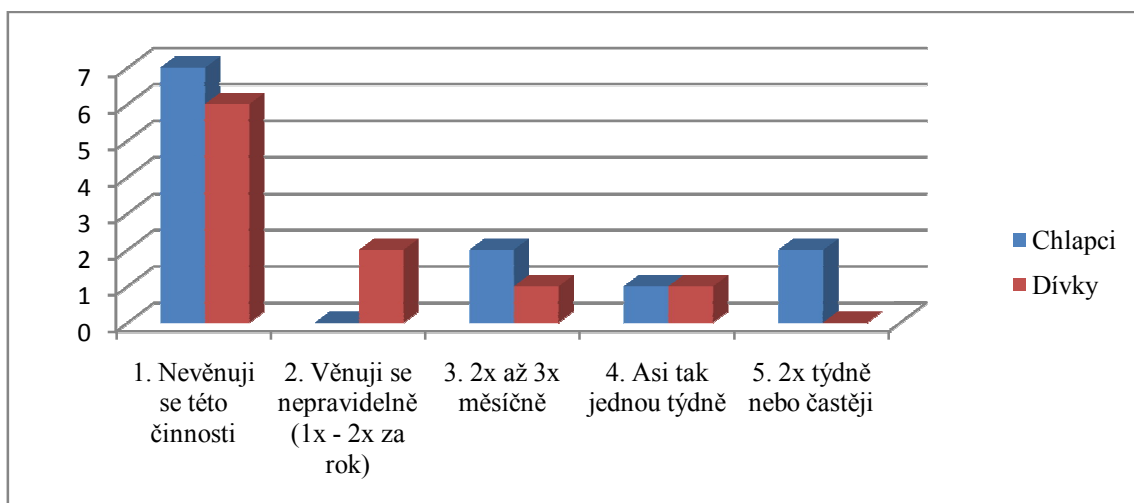
I z porovnání výsledků dívek a chlapců (Obrázek 33) vyplývá, že se děti těmto aktivitám nevěnují, nebo se jim věnují jen 1x až 2x za rok a to stejně chlapci jak dívky. Jen dva chlapci se vodní turistice věnují 2x týdně nebo častěji.



Obrázek 34. Posilování, bodybuilding, fitness u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

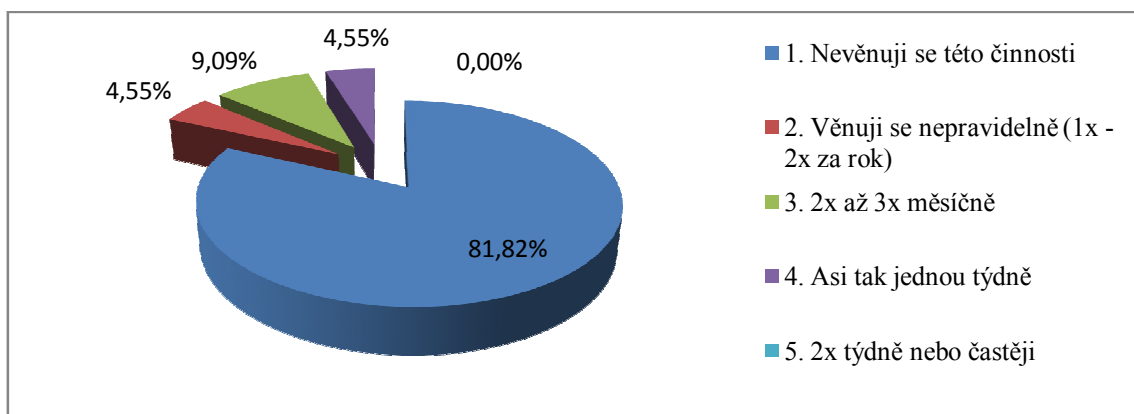
Z výsledků (Obrázek 34) je vidět, že větší polovina dětí se těmto aktivitám nevěnuje.



Obrázek 35. Posilování, bodybuilding, fitness u dívek (n = 10) a chlapců (n = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

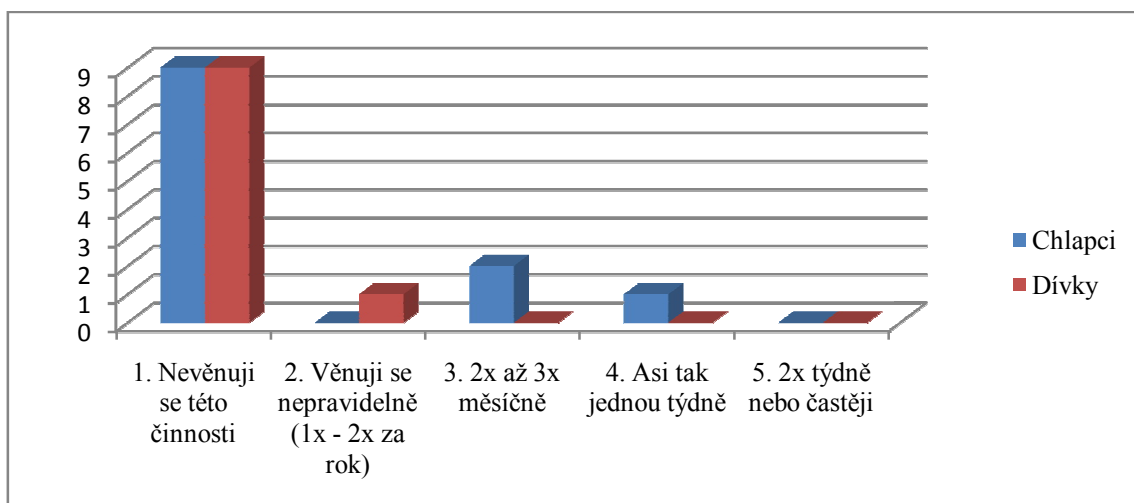
I z výsledků porovnání dívek a chlapců (Obrázek 35) vyplývá, že se ani chlapci ani dívky těmto aktivitám většinou nevěnují. Jen dva chlapci se jim věnují 2x až 3 měsíčně a dva dokonce 2x týdně nebo častěji.



Obrázek 36. Jóga, relaxační cvičení, zdravotní cvičení, tai chi apod. u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

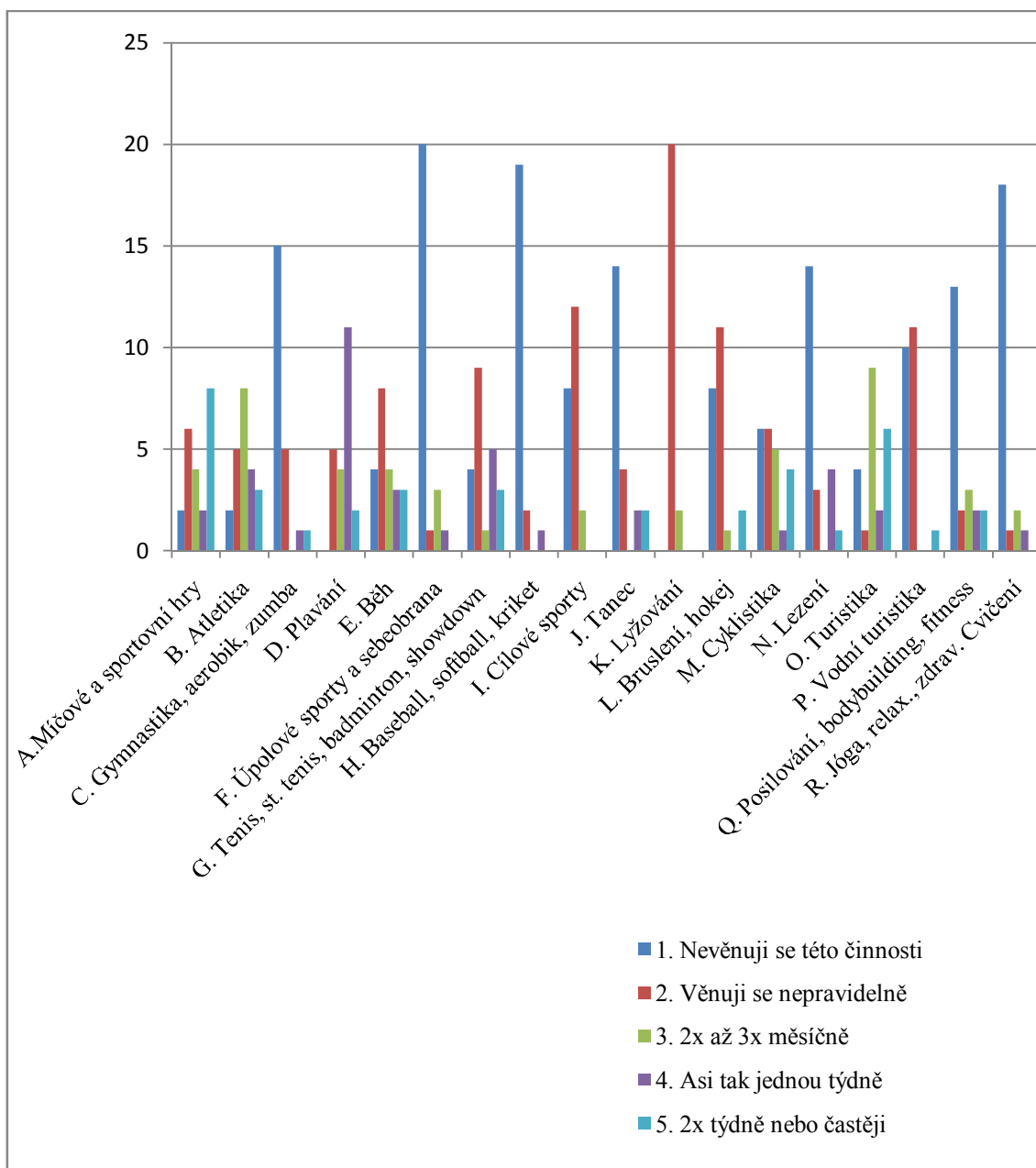
Z těchto výsledků (Obrázek 36) je vidět, že téměř všechny děti se těmto aktivitám nevěnují.



Obrázek 37. Jóga, relaxační cvičení, zdravotní cvičení, tai chi apod. u dívek (n = 10) a chlapců (n = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

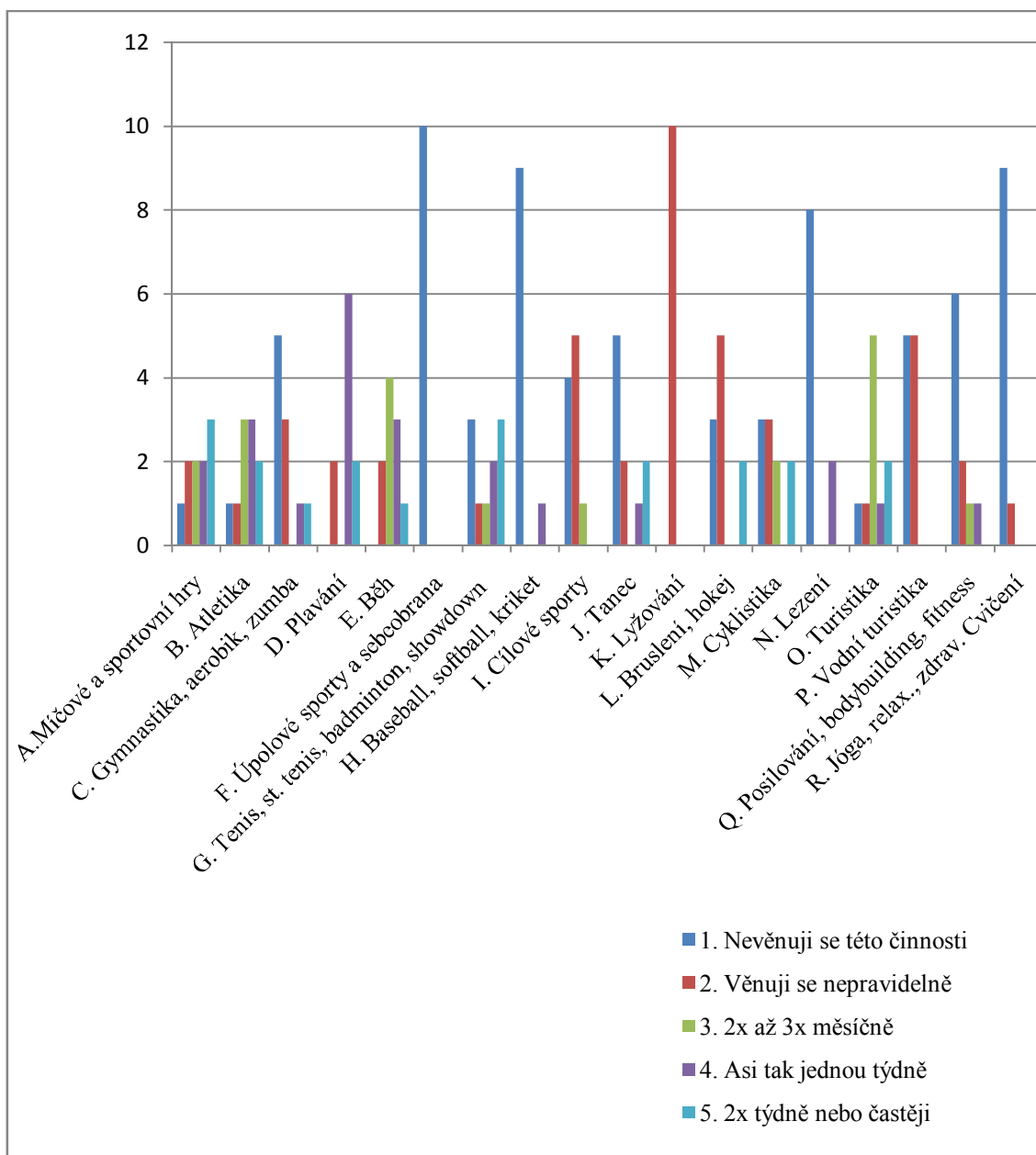
Z porovnání výsledků u dívek a chlapců (Obrázek 37) vyplývá, že velká většina dětí se těmito aktivitám nevěnuje, stejně dívky jako chlapci. Jen 3 chlapci se těmito aktivitám věnují 2x až 3x týdně nebo 2x týdně i častěji.



Obrázek 38. Celkový přehled pohybových aktivit ve volném čase u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

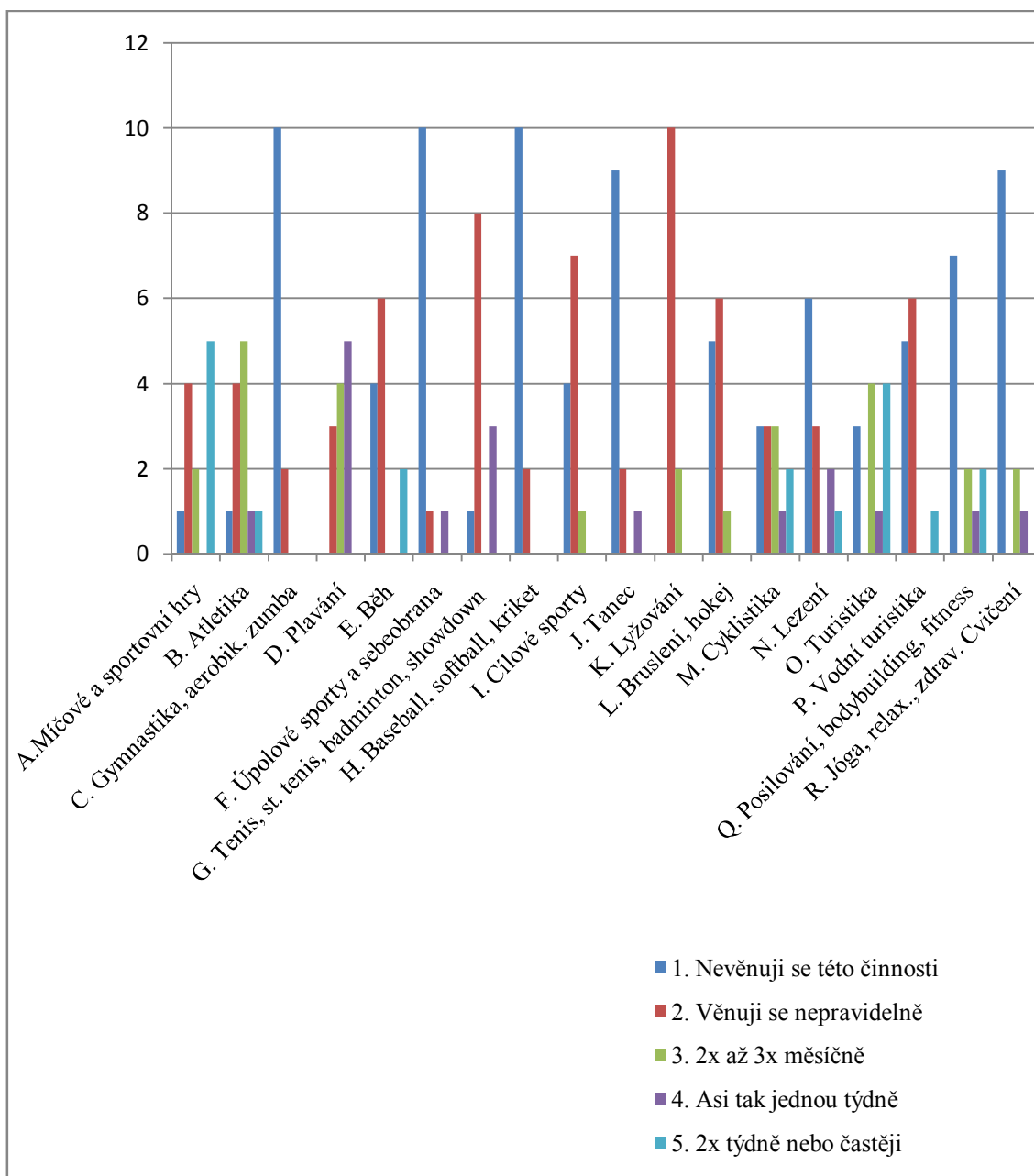
Z výsledků (Obrázek 38) vyplývá, že mezi nejčastěji provozované aktivity u dětí se zrakovým postižením patří plavání, turistika, míčové hry a atletika. Dále se děti věnují běhu a cyklistice. Všechny děti se také nepravidelně věnují lyžování. Většina dětí se však nevěnuje gymnastice, tanci, lezení, upolovým sportům, józe nebo baseballu atd.



Obrázek 39. Celkový přehled pohybových aktivit ve volném čase u dívek (nD = 10)

Vysvětlivky: nD – počet dívek

Výsledky (Obrázek 39) ukazují, že mezi nejčastější pohybové aktivity u dívek se zrakovým postižením patří plavání a turistika. Dále jsou to míčové sporty, atletika, běh a cyklistika. Nepravidelně 1x až 2x do roka se věnují všechny dívky lyžování. Mezi sporty, kterým se dívky vůbec nevěnují, patří upolové sporty, baseball, jóga a lezení.

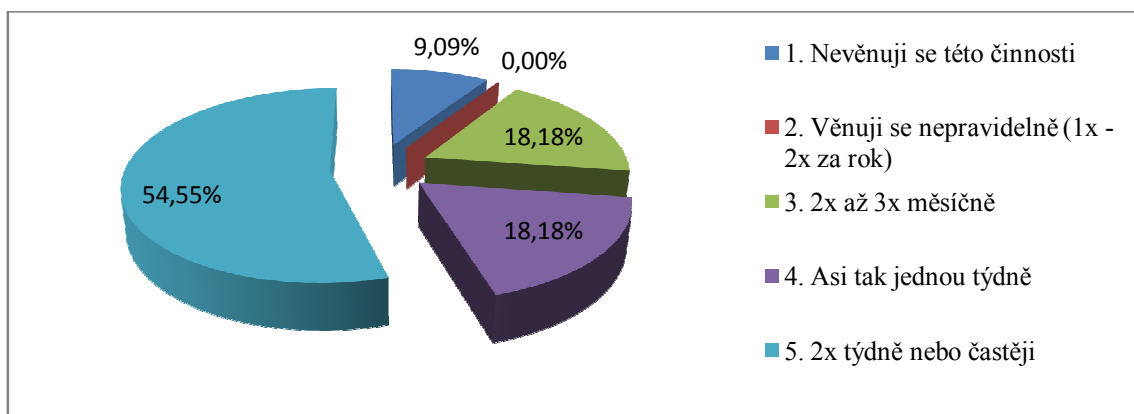


Obrázek 40. Celkový přehled pohybových aktivit ve volném čase u chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nCh – počet chlapců

Z výsledků (Obrázek 39) vyplývá, že mezi nejčastější pohybové aktivity u chlapců se zrakovým postižením patří plavání a turistika, míčové a sportovní hry a cyklistika. Nepravidelně 1x až 2x za rok se všichni věnují lyžování a tenisu atd. Naopak mezi sporty, kterým se chlapci většinou nevěnují, patří gymnastika, baseball, upolové sporty, tanec a jóga.

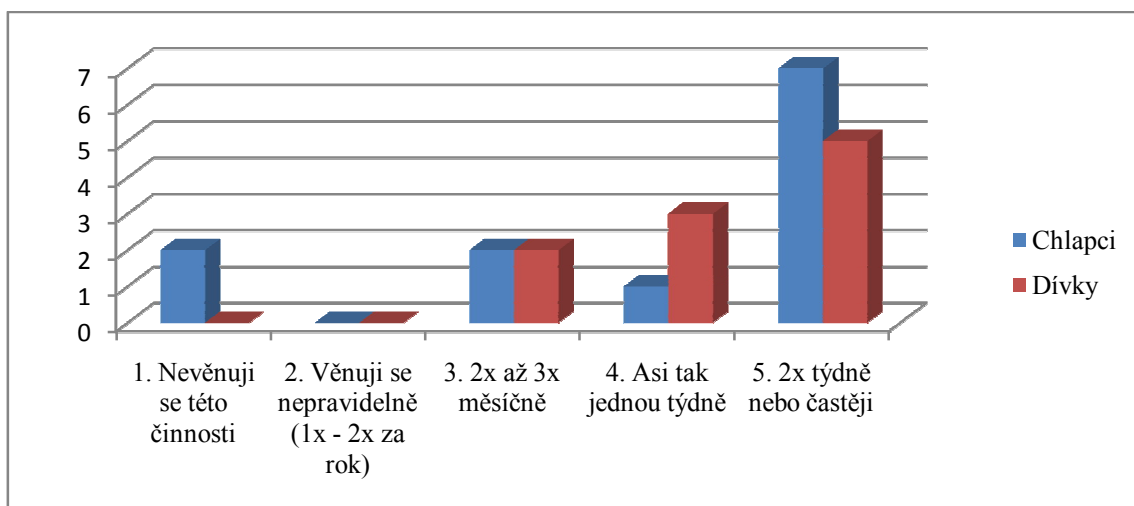
Další aktivity:



Obrázek 41. Společné aktivity s kamarády bez sportovní činnosti – procházky, povídání si u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

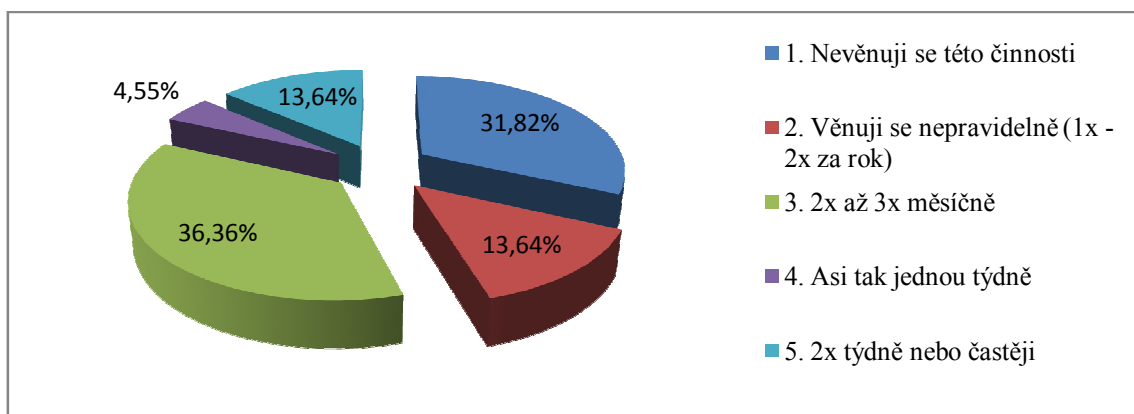
Z výsledků (Obrázek 41) vyplývá, že většina dětí má společné aktivity s kamarády, kdy větší polovina 2x týdně i častěji a ostatní jednou za týden nebo 2x až 3x do měsíce. Jen necelých 10 % dětí uvedlo, že se této činnosti nevěnují.



Obrázek 42. Společné aktivity s kamarády bez sportovní činnosti – procházky, povídání si u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

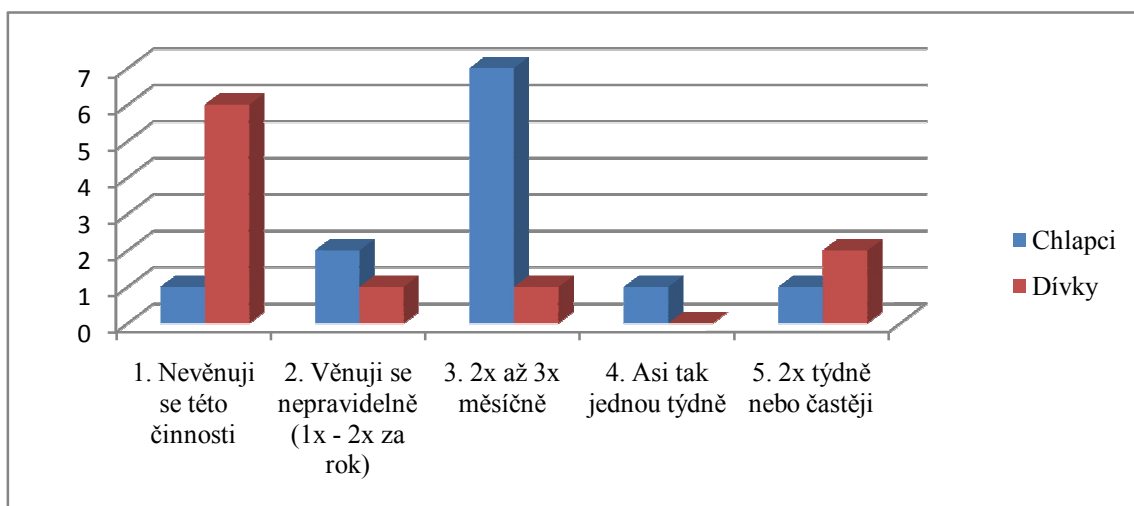
Z výsledků porovnání dívek a chlapců (Obrázek 42) vyplývají stejné výsledky jako u společných výsledků (Obrázek 41). Jen je zde patrné, že jsou to dva chlapci, kteří se této činnosti nevěnují.



Obrázek 43. Šachy, karetní hry, stolní a deskové hry u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

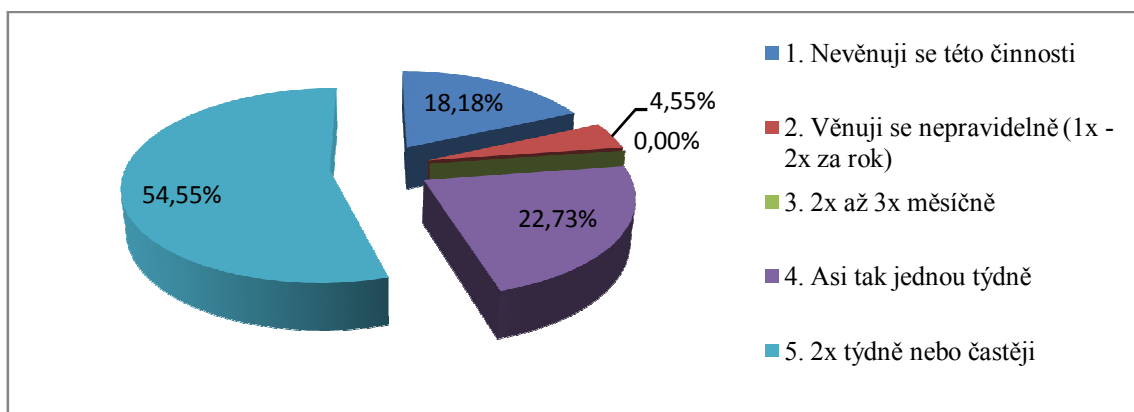
Výsledky (Obrázek 43) ukazují, že děti, co se týká šachů atd., mají individuální zájmy. Některé se těmto aktivitám věnují, jiné naopak ne.



Obrázek 44. Šachy, karetní hry, stolní a deskové hry u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

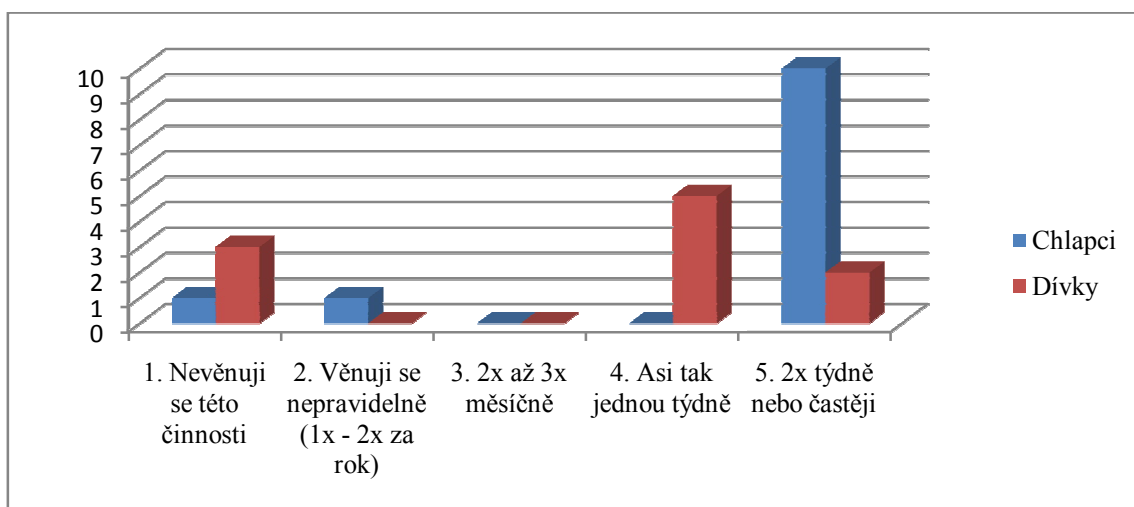
Výsledky při porovnání dívek a chlapců (Obrázek 44) ukazují, že těmto činnostem se nevěnují převážně dívky, naopak chlapci se jim věnují většinou 2x až 3x do měsíce.



Obrázek 45. Počítačové hry, X-box, on-line hry u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

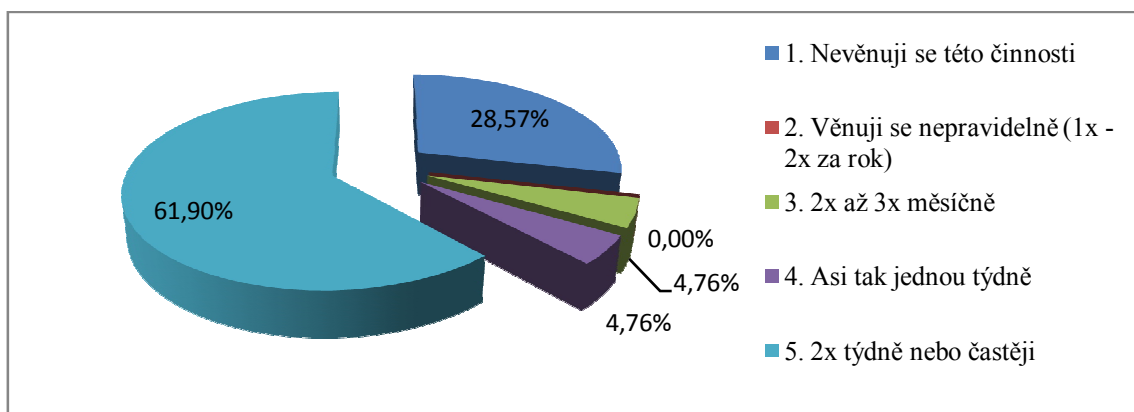
Výsledky (Obrázek 45) ukazují, že téměř všechny děti se počítačovým hrám atd. věnují často a pravidelně. Jen 18 % dětí se těmito aktivitám nevěnuje vůbec.



Obrázek 46. Počítačové hry, X-box, on-line hry u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

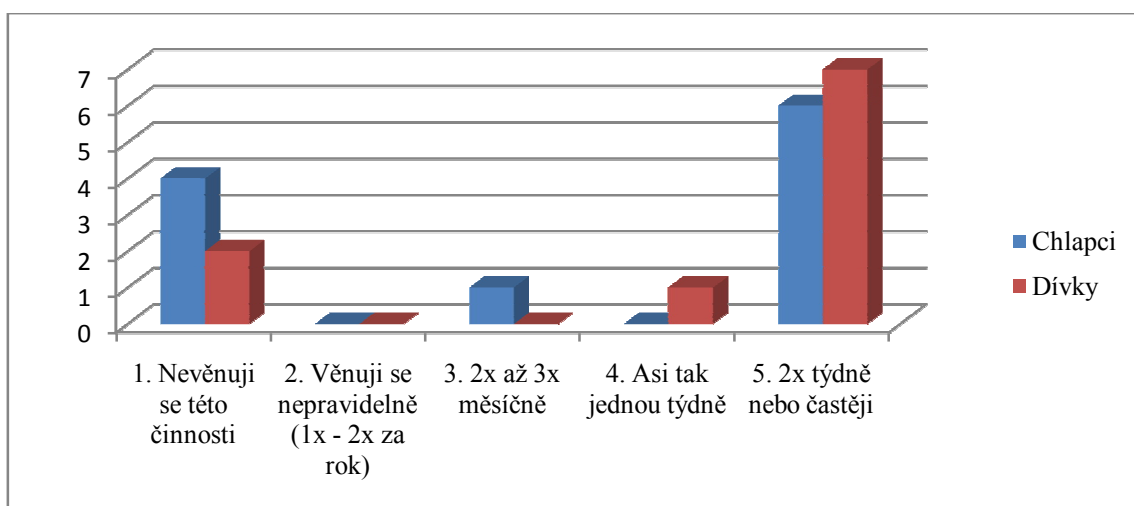
Výsledky (Obrázek 46) při srovnání dívek a chlapců ukazují, že hlavně chlapci se počítačovým hrám atd. věnují 2x týdně i častěji. Dívky se věnují těmito činnostem méně a 3 se jim nevěnují vůbec.



Obrázek 47. Hudba, zpěv, hraní na hudební nástroj u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

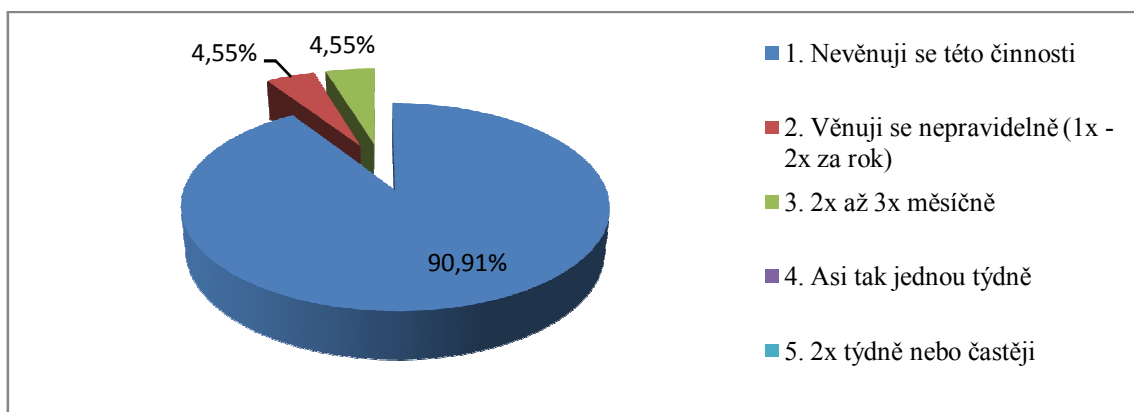
Z výsledků (Obrázek 47) je patrné, že většina dětí se hudbě věnuje. Jen 28 % dětí se hudbě nevěnuje vůbec.



Obrázek 48. Hudba, zpěv, hraní na hudební nástroj u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

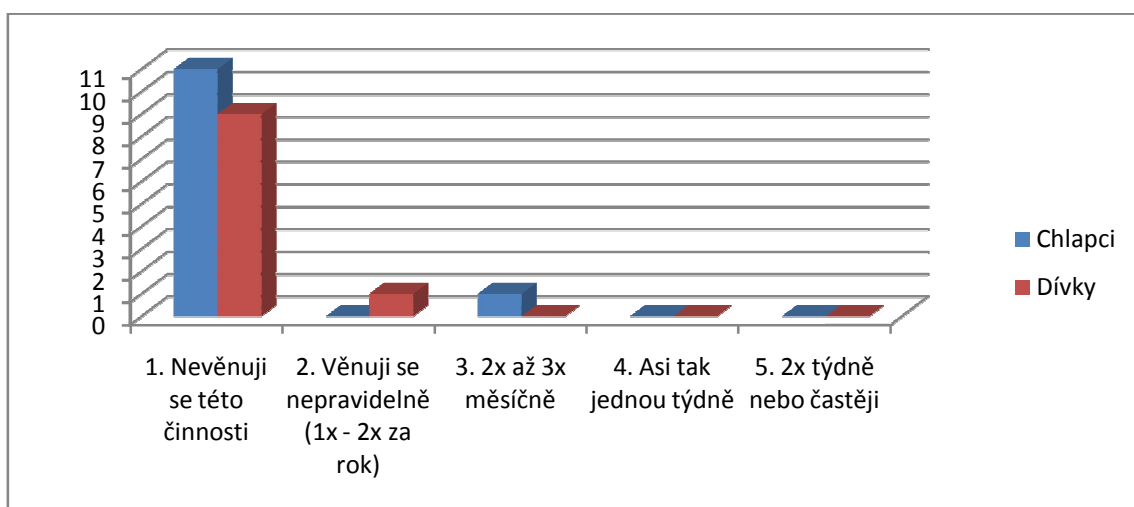
Zde ve výsledcích (Obrázek 48) můžeme vidět, že většina dívek se hudbě atd. věnuje, a jen 2 dívky se této činnosti nevěnují. Chlapci se hudbě také většinou věnují a nevěnují se jí 4 chlapci.



Obrázek 49. Hraní divadla, dramatický kroužek, pantomima u všech probandů (n = 12)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

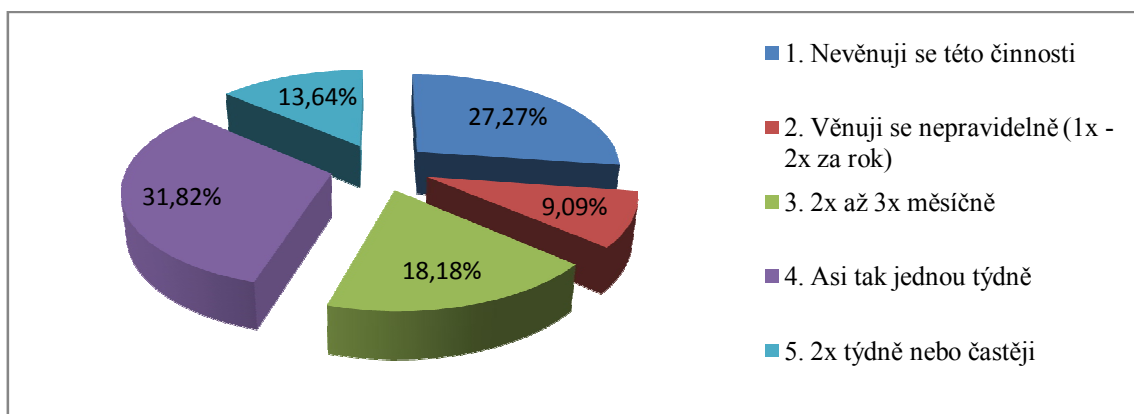
Výsledky (Obrázek 49) zde jasně ukazují, že děti se této činnosti většinou nevěnují.



Obrázek 50. Hraní divadla, dramatický kroužek, pantomima u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

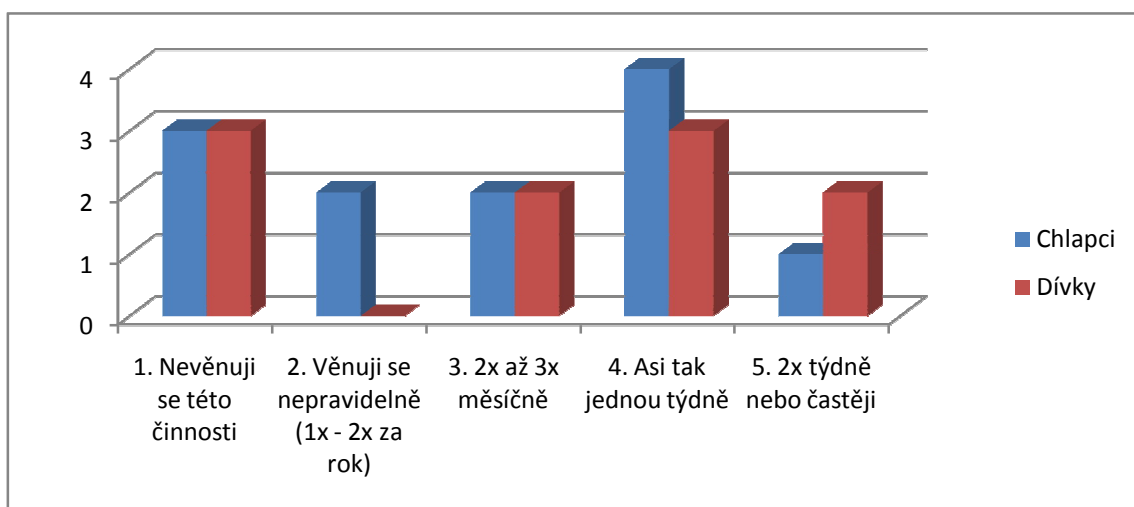
I z výsledků porovnání dívek a chlapců (Obrázek 50) vyplývá, že se ani dívky ani chlapci těmito činnostmi nevěnují.



Obrázek 51. Výtvarné činnosti, sochařství, malování, keramika u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

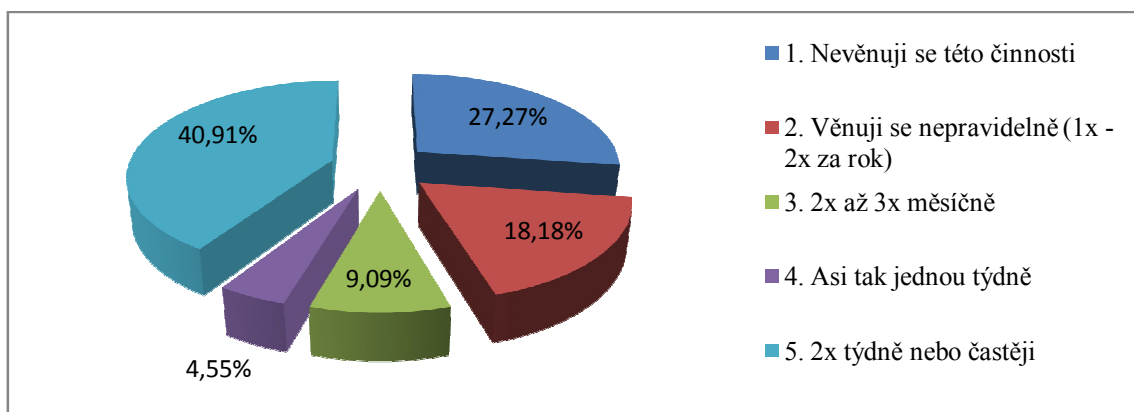
Zde ve výsledcích (Obrázek 51) můžeme vidět, že jsou zájmy dětí individuální.



Obrázek 52. Výtvarné činnosti, sochařství, malování, keramika u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

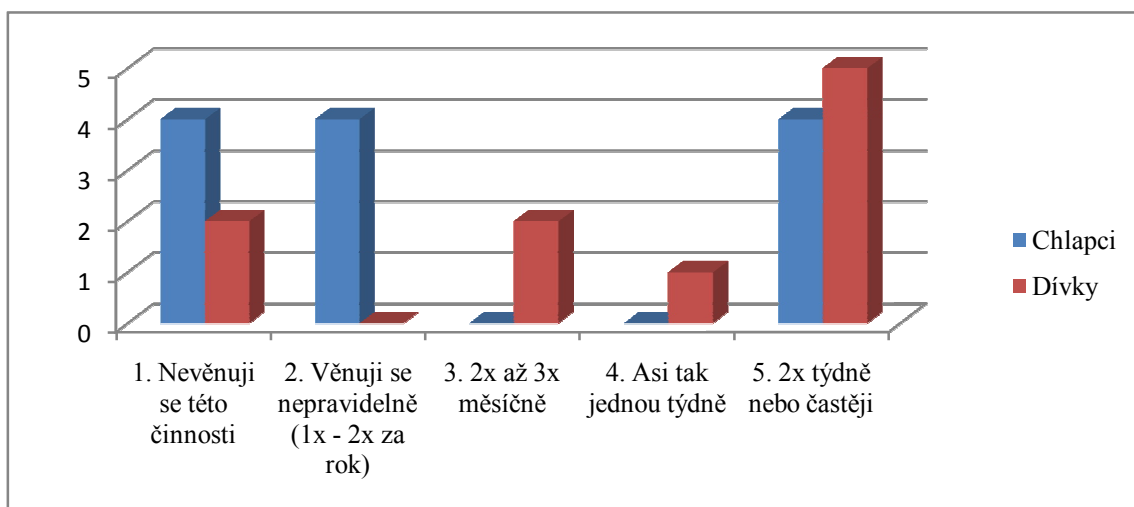
Výsledky (Obrázek 52) ukazují, že většina dívek i chlapců se této činnosti věnuje pravidelně. Šest dětí se této činnosti nevěnuje vůbec.



Obrázek 53. Čtení knih, časopisů, autorské psaní poezie nebo prózy u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

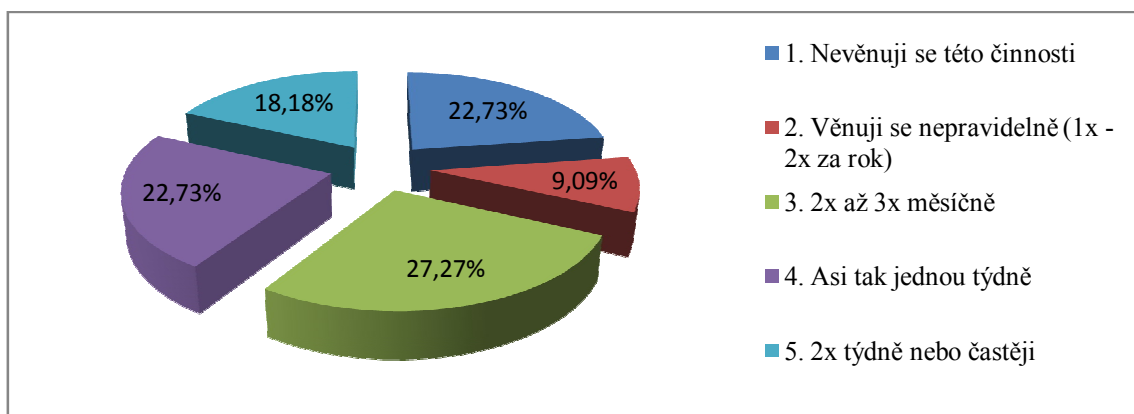
Z výsledků (Obrázek 53) vyplývá, že děti se většinou četbě knih atd. věnují ať už pravidelně nebo nepravidelně. Jen 27 % z nich se četbě atd. nevěnuje vůbec.



Obrázek 54. Čtení knih, časopisů, autorské psaní poezie nebo prózy u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

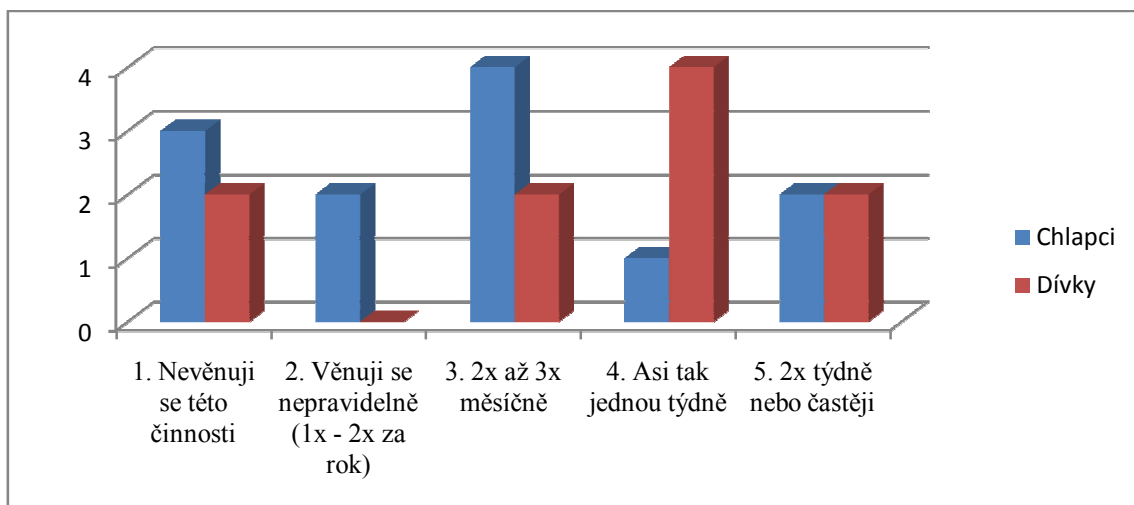
Zde z výsledků (Obrázek 54) můžeme vidět, že dívky se četbě atd. věnují více než chlapci. Většinou dívky se této činnosti věnují pravidelně a jen dvě se této činnosti nevěnují vůbec. Chlapci se četbě atd. věnují většinou nepravidelně nebo vůbec, ale také čtyři se této činnosti věnují 2x týdně i častěji.



Obrázek 55. Vaření, domácí práce, práce na zahradě u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

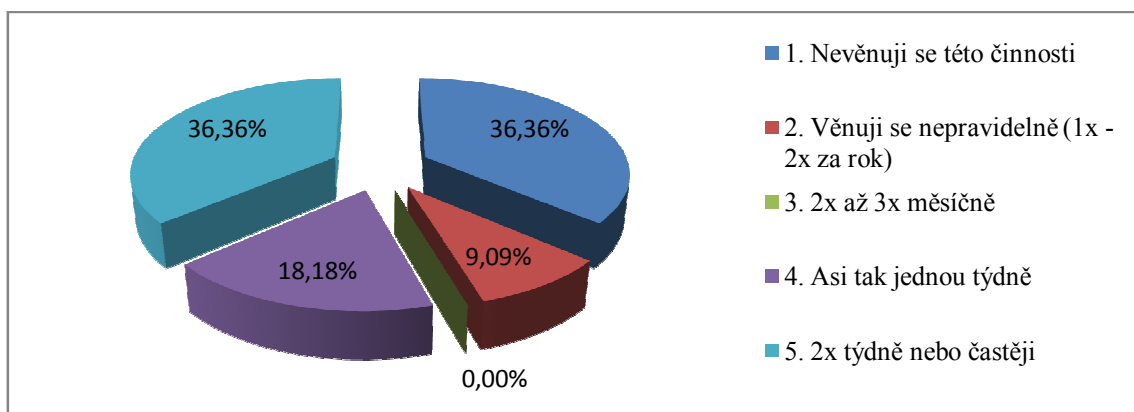
Výsledky (Obrázek 55) ukazují, že děti se věnují vaření a domácím pracím ve většině. Jen 22 % dětí se jim nevěnuje vůbec.



Obrázek 56. Vaření, domácí práce, práce na zahradě u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

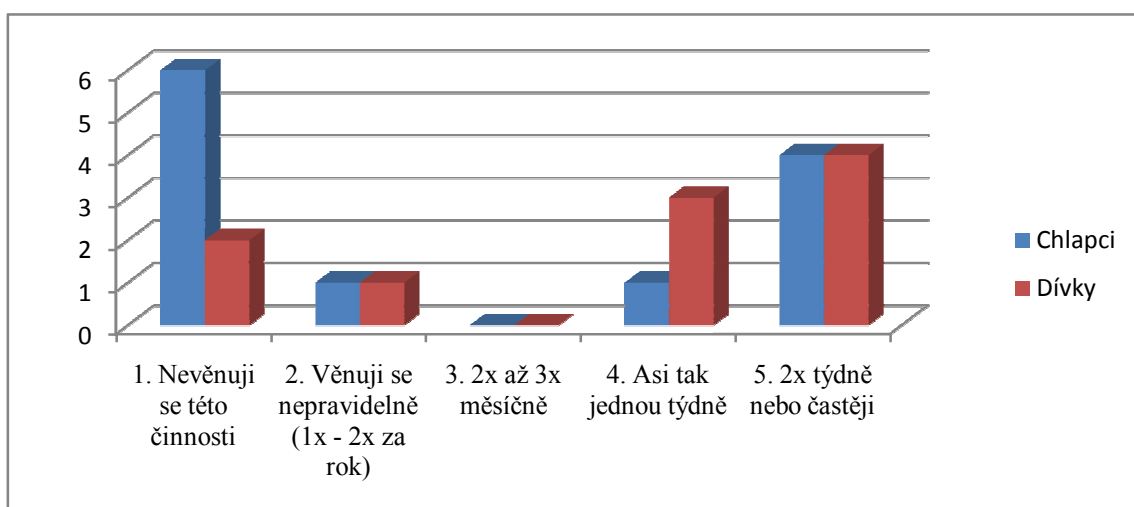
Z porovnání výsledků (Obrázek 56) mezi dívkami a chlapci vyplývá, že dívky se vaření a domácím pracím věnují častěji a pravidelněji než chlapci. Ale také dvě dívky se těmito činnostem nevěnují vůbec. Chlapci se těmito činnostem věnují méně, nebo nepravidelněji, tři se jim nevěnují vůbec.



Obrázek 57. Péče o zvířata (pes, kočka, rybičky, morčata aj.) u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

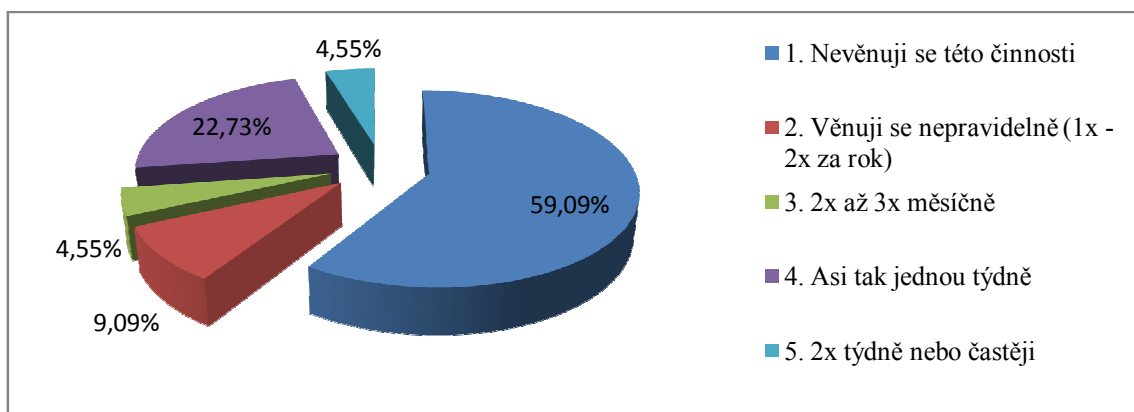
Z výsledků (Obrázek 57) vyplývá, že zájem dětí o zvířata a jejich péči je individuální.



Obrázek 58. Péče o zvířata (pes, kočka, rybičky, morčata aj.) u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

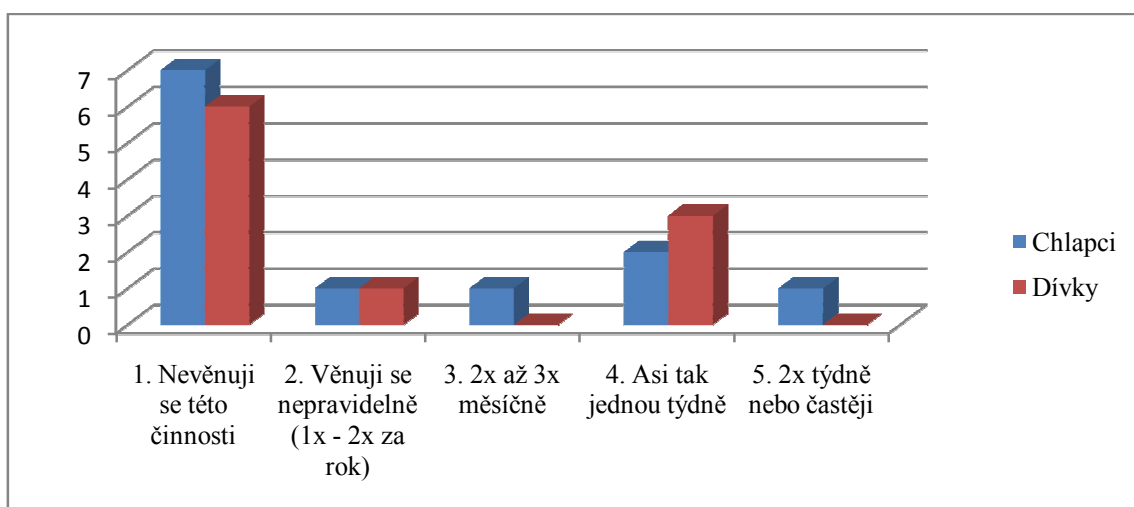
Z výsledků (Obrázek 58) vyplývá, že chlapci se buď péči o zvířata nevěnují, nebo se jí naopak věnují většinou pravidelně. Dívky se péči o zvířata věnují ať už pravidelně nebo nepravidelně a jen dvě dívky se jí nevěnují vůbec.



Obrázek 59. Sbírání různých předmětů (známek, letadel, samolepek aj.) u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

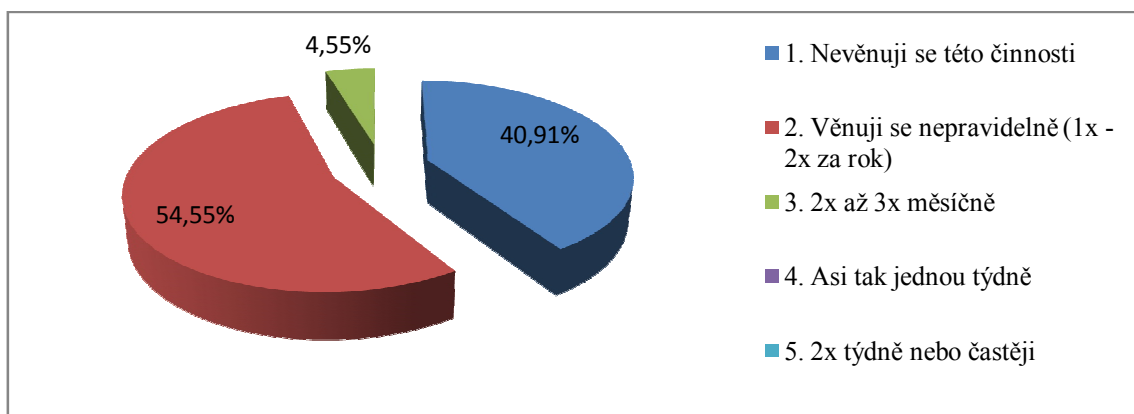
Výsledky (Obrázek 59) ukazují, že větší polovina dětí se sbírání různých předmětů nevěnuje.



Obrázek 60. Sbírání různých předmětů (známek, letadel, samolepek aj.) u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

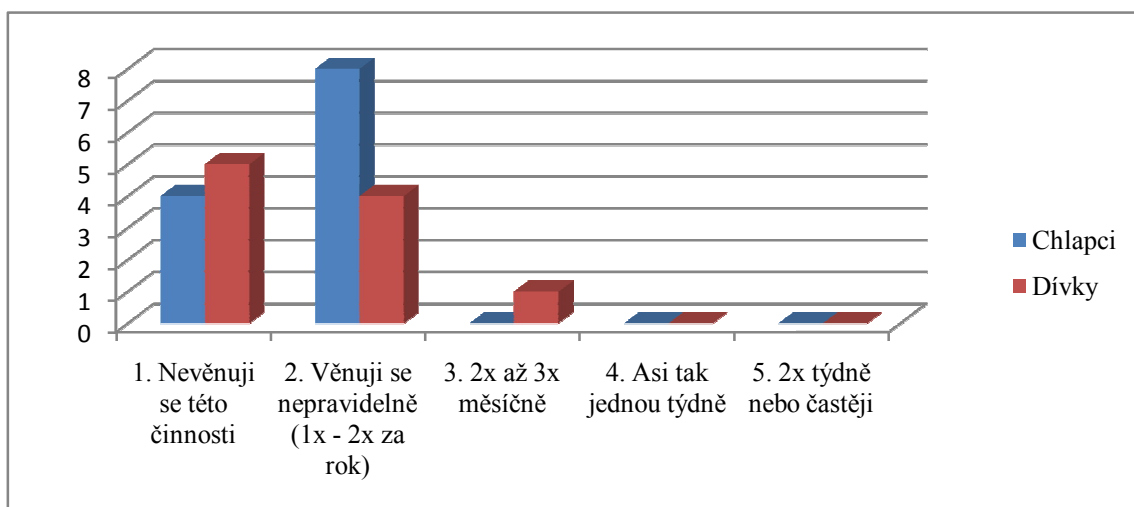
I ve výsledcích (Obrázek 60) při srovnání dívek a chlapců vidíme, že se děti těmto činnostem většinou nevěnují. Ale tři dívky a dva chlapci se těmto činnostem věnují pravidelně jednou za týden.



Obrázek 61. Návštěva diskoték (reprodukována hudba), koncertů živých kapel u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

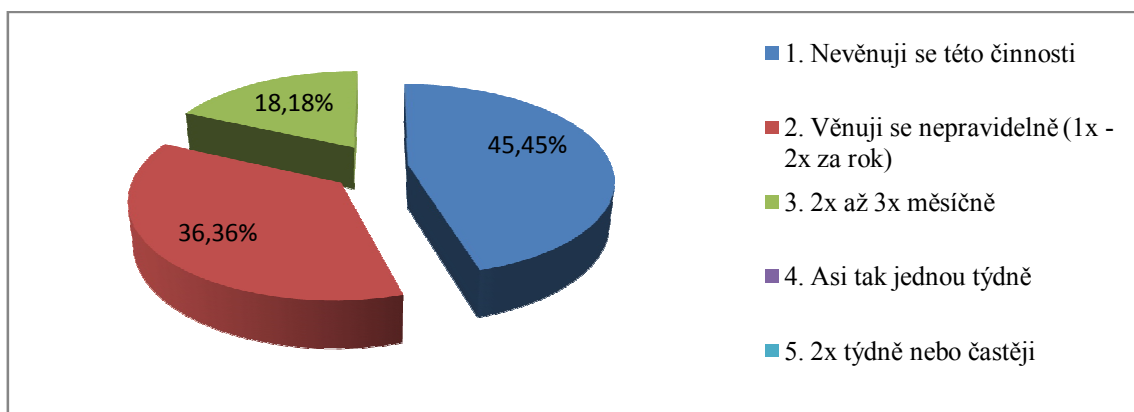
Podle výsledků (Obrázek 61) můžeme vidět, že děti se většinou věnují návštěvě diskoték atd. jen nepravidelně a to 1x až 2x za rok nebo vůbec.



Obrázek 62. Návštěva diskoték (reprodukována hudba), koncertů živých kapel u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

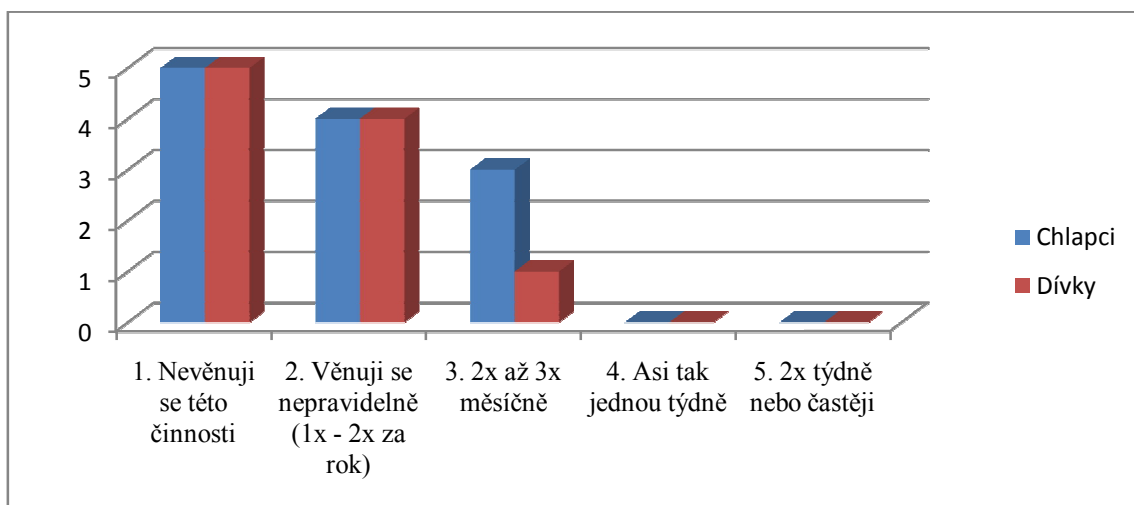
I ve výsledcích (Obrázek 62) při srovnání dívek a chlapců se těmito aktivitám dívky i chlapci věnují nepravidelně nebo vůbec.



Obrázek 63. Návštěva sportovních utkání, zápasů u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

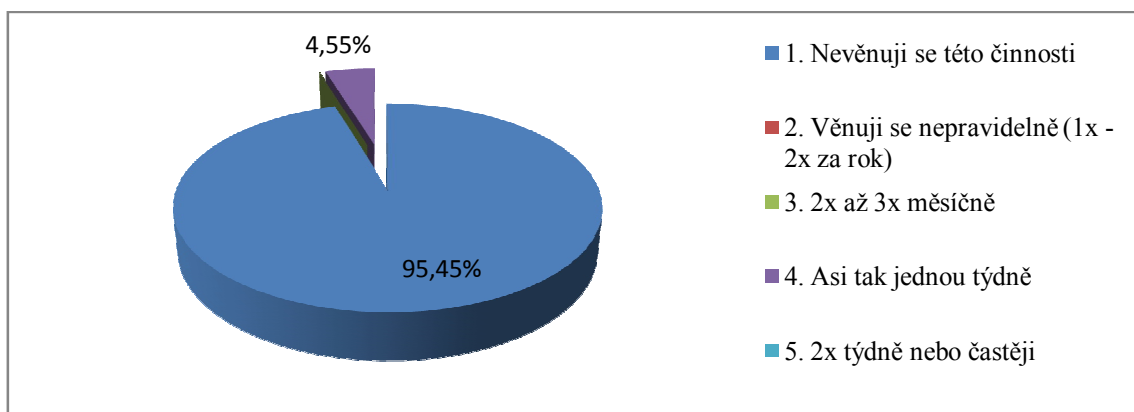
Děti se těmito činnostem podle výsledků (Obrázek 63) nevěnují nebo jen nepravidelně 1x až 2x za rok.



Obrázek 64. Návštěva sportovních utkání, zápasů u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

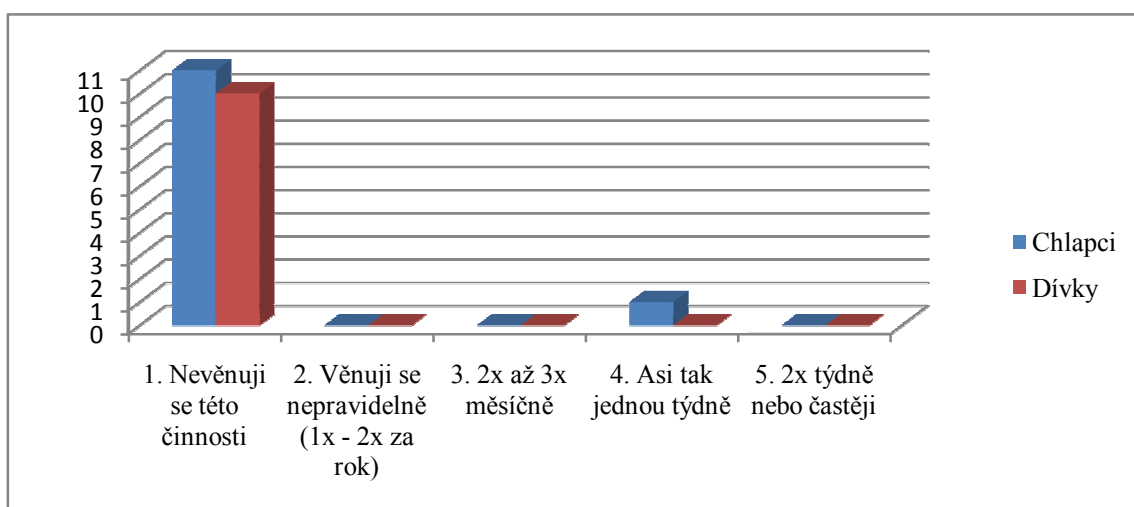
Ani při srovnání výsledků (Obrázek 64) u dívek a chlapců nejsou patrné velké rozdíly. Polovina dívek se těmito aktivitám nevěnuje, nebo se jim věnuje pouze 1x až 2x za rok. Také chlapci se těmito aktivitám věnují převážně nepravidelně nebo vůbec. Jen tři chlapci se jim věnují 2x až 3x do měsíce.



Obrázek 65. Spravování vlastního blogu, webových stránek u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

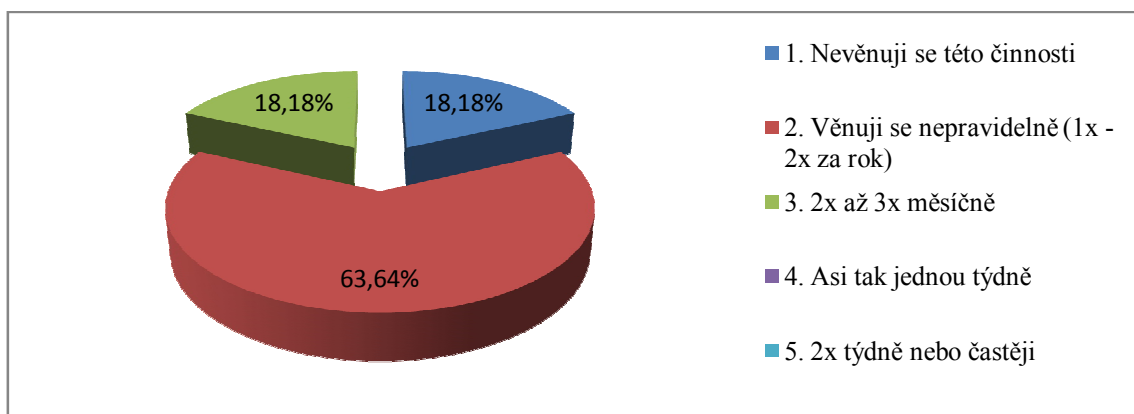
Z těchto výsledků (Obrázek 65) je naprosto zřejmé, že téměř všechny děti se této činnosti nevěnují.



Obrázek 66. Spravování vlastního blogu, webových stránek u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

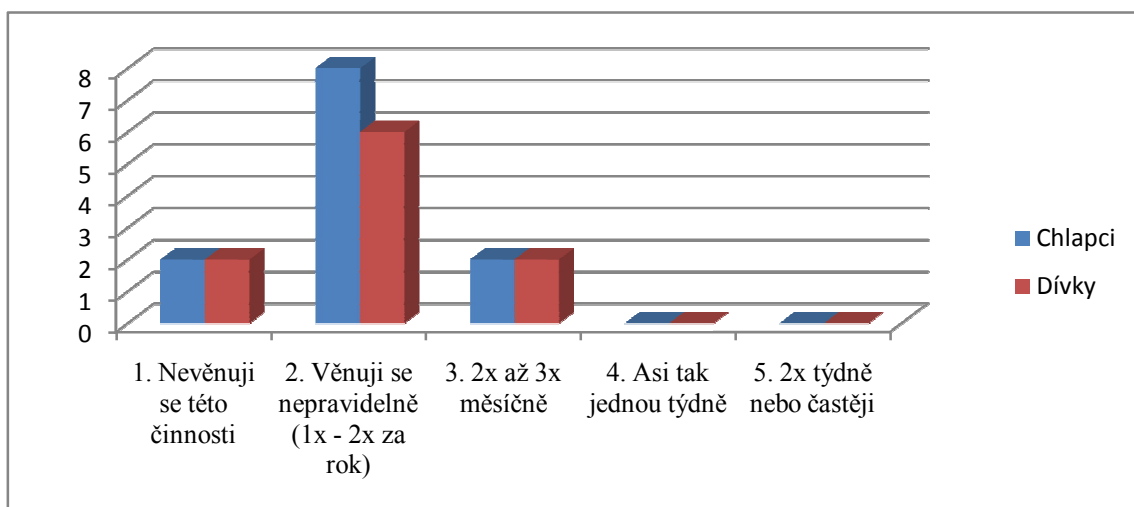
Ani dívky ani chlapci se podle výsledků (Obrázek 66) těmito činnostem nevěnují. Jen jeden chlapec se jim věnuje jednou týdně.



Obrázek 67. Návštěva kina, divadla u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

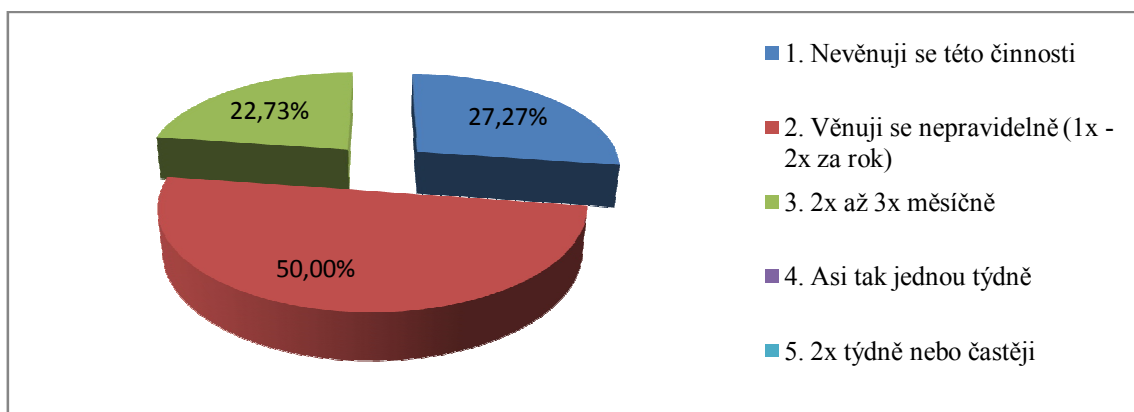
Výsledky (obrázek 67) ukazují, že většina dětí navštěvuje kina a divadla 1x až 2x za rok, některé i častěji. Ale také 18 % dětí se této činnosti nevěnuje vůbec.



Obrázek 68. Návštěva kina, divadla u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

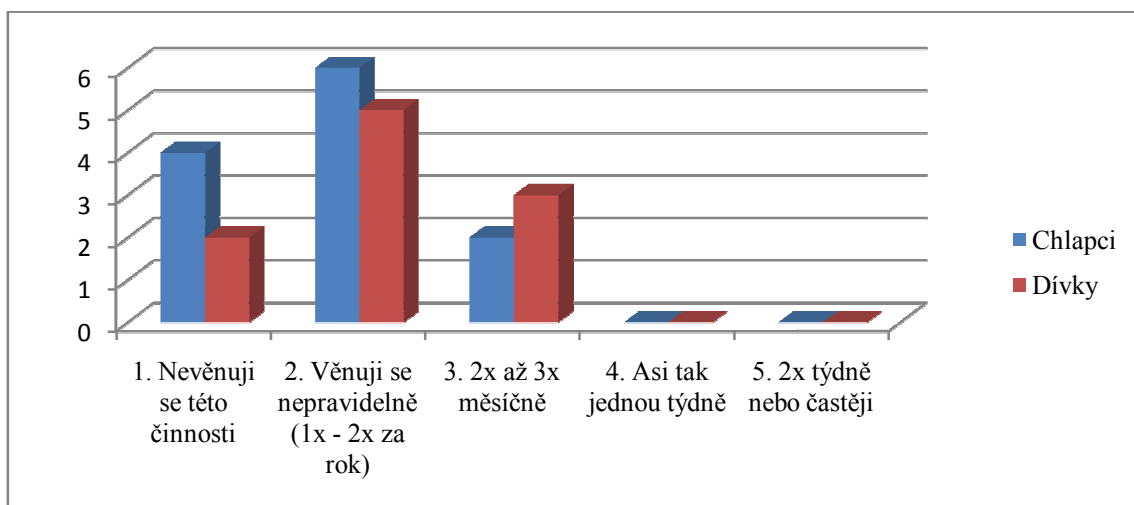
Výsledky (Obrázek 68) u dívek a chlapců odpovídají celkovým výsledkům (Obrázek 64). Dívky i chlapci se těmto činnostem věnují jen nepravidelně 1x až 2x za rok, dvě dívky a dva chlapci se jim věnují častěji a to 2x až 3x za měsíc a také dvě dívky a dva chlapci se jim nevěnují vůbec.



Obrázek 69. Návštěva muzeí, zámků, výstav u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

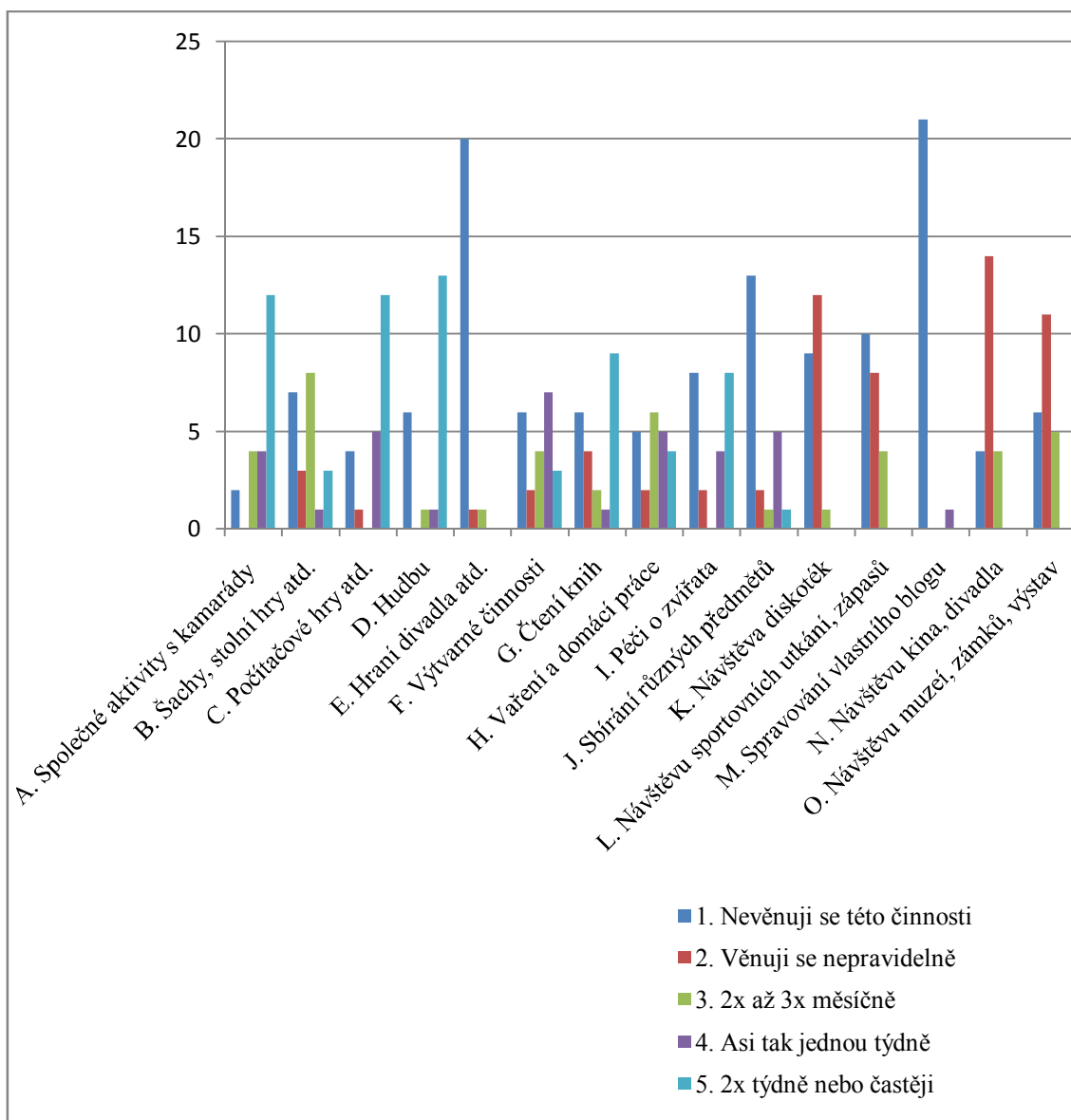
Z výsledků (Obrázek 69) vyplývá, že polovina dětí se věnuje návštěvě muzeí atd. nepravidelně 1x až 2x do roka.



Obrázek 70. Návštěva muzeí, zámků, výstav

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

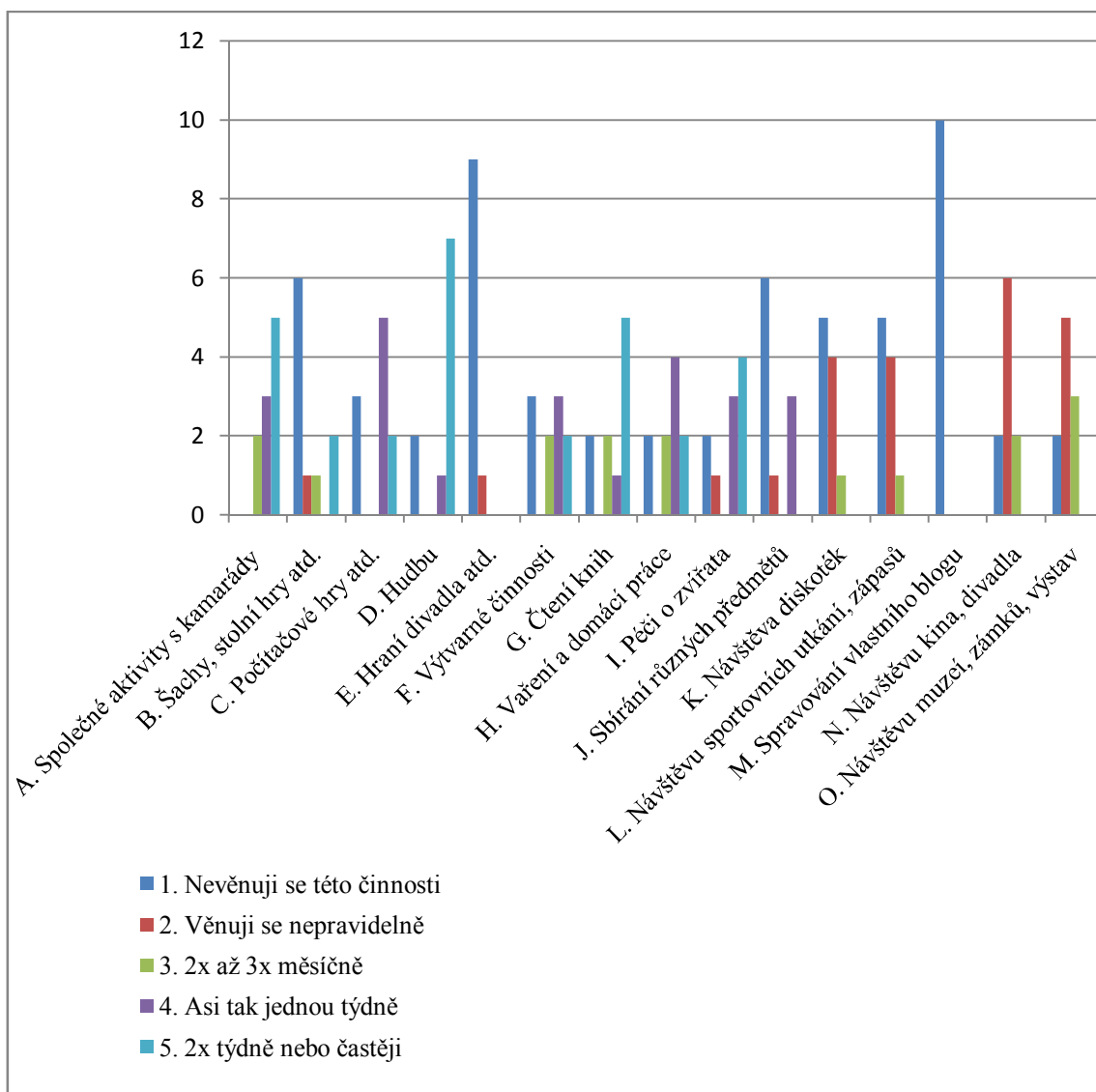
Z výsledků (Obrázek 70) při porovnání dívek a chlapců vyplývá, že většina dívek i chlapců se věnuje návštěvě muzeí atd. nepravidelně 1x až 2x do roka. Tři dívky se věnují této aktivitě 2x až 3x měsíčně. Naopak čtyři chlapci se těmto aktivitám nevěnují vůbec.



Obrázek 71. Celkový přehled ostatních aktivit ve volném čase u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

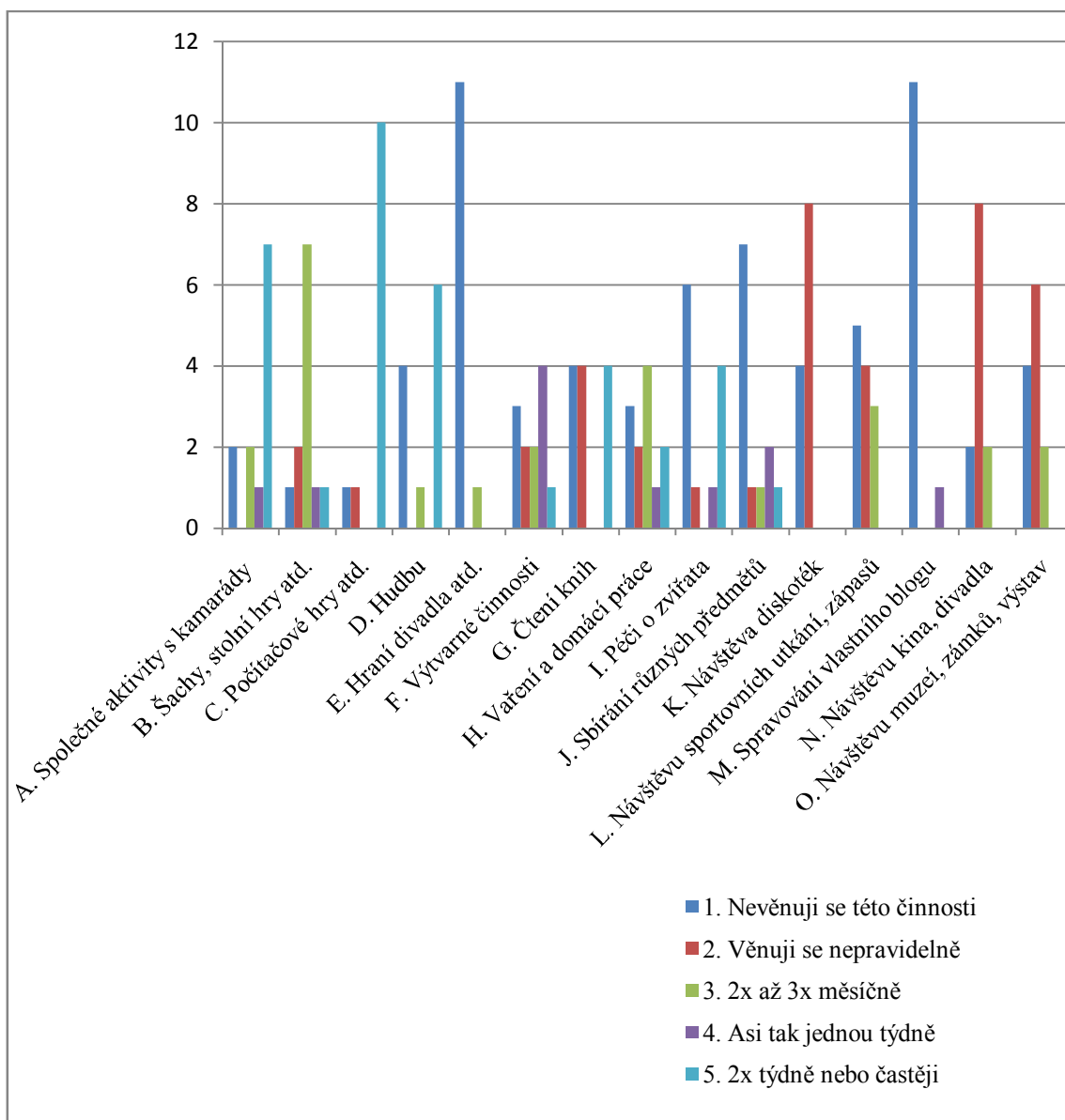
Z celkového přehledu výsledků (Obrázek 71) ostatních aktivit vyplývá, že děti se zrakovým postižením tráví volný čas nejčastěji společnými aktivitami s kamarády, hudbou a počítačovými hrami. Dále se věnují také výtvarným činnostem, čtení, péči o zvířata, domácím pracím. Naopak netráví volný čas většinou hraním divadla, sbíráním předmětů a spravováním vlastního blogu.



Obrázek 72. Celkový přehled ostatních aktivit ve volném čase u dívek (nD = 10)

Vysvětlivky: nD – počet dívek

Z celkového přehledu u dívek (Obrázek 72) můžeme vidět, že mezi nejčastější aktivity ve volném čase dívek se zrakovým postižením patří hudba a společné aktivity s kamarády. Dále je to čtení knih, péče o zvířata, výtvarné činnosti, počítačové hry, vaření a domácí práce. Činnosti, kterým se dívky nevěnují, jsou spravování vlastního blogu a hraní divadla. Také velmi málo nebo vůbec navštěvují diskotéky a sportovní utkání.

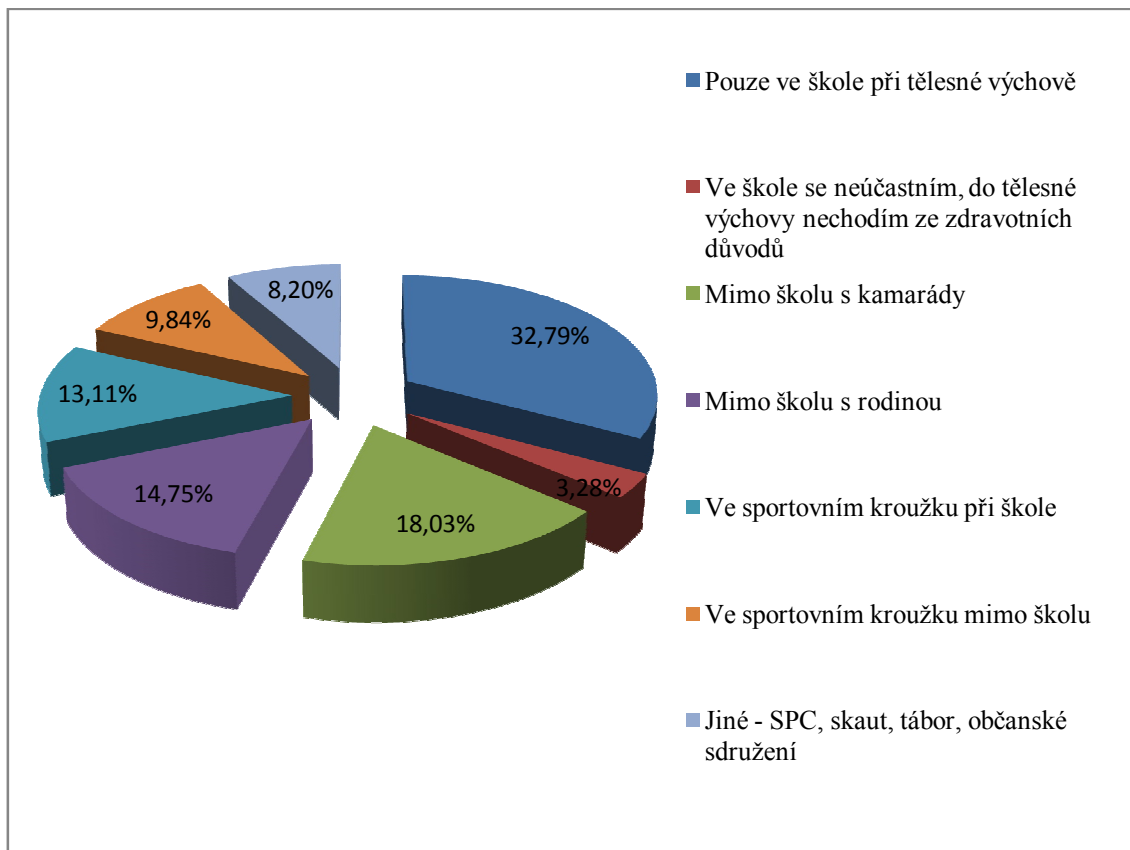


Obrázek 73. Celkový přehled ostatních aktivit ve volném čase u chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nCh – počet chlapců

Mezi nejčastější aktivity chlapců se zrakovým postižením ve volném čase patří (Obrázek 73) počítačové hry a společné aktivity s kamarády. Dále se také věnují hudbě, stolním hrám, výtvarným činnostem, domácím pracím. Mezi aktivity, kterým se nevěnují, patří spravování vlastního blogu a hraní divadla. Také velmi nepravidelně nebo vůbec se věnují návštěvě diskoték, divadla, kina, muzeí a zámků.

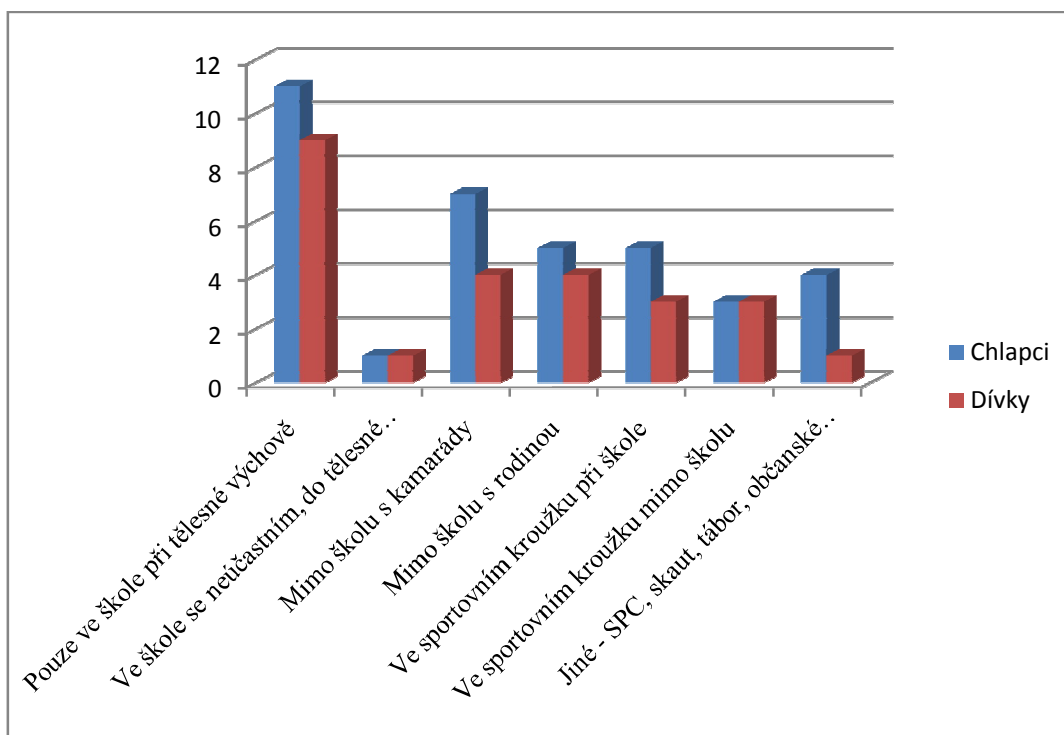
Otázka číslo 2: Kde se účastníš pohybových aktivit a her (děti mohly označit více možností)



Obrázek 74. Přehled, kde se děti účastní pohybových aktivit u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

Z výsledků (Obrázek 74) vyplývá, že většina dětí se účastní tělesné výchovy ve škole a jen malé procento dětí tělesnou výchovu nenavštěvuje. Dále děti se účastní pohybových aktivit ve sportovním kroužku při škole, mimo školu, s rodinou, s kamarády i v jiných organizacích.

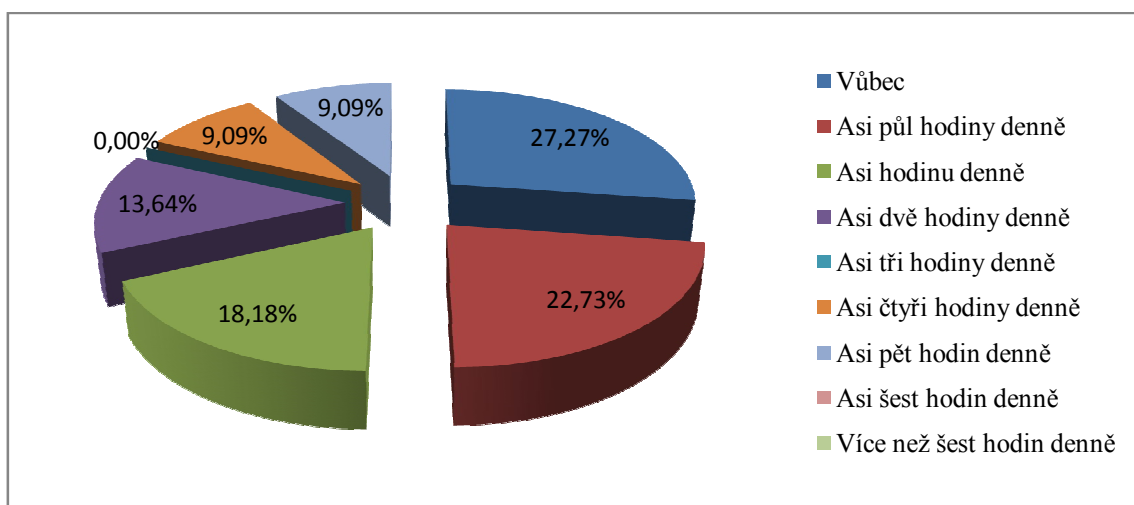


Obrázek 75. Přehled, kde se děti účastní pohybových aktivit u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Z porovnání výsledků (Obrázek 75) u dívek a chlapců vyplynulo, že většina dívek a chlapců se účastní tělesné výchovy ve škole a jen jedna dívka a jeden chlapec se tělesné výchovy ve škole neúčastní.

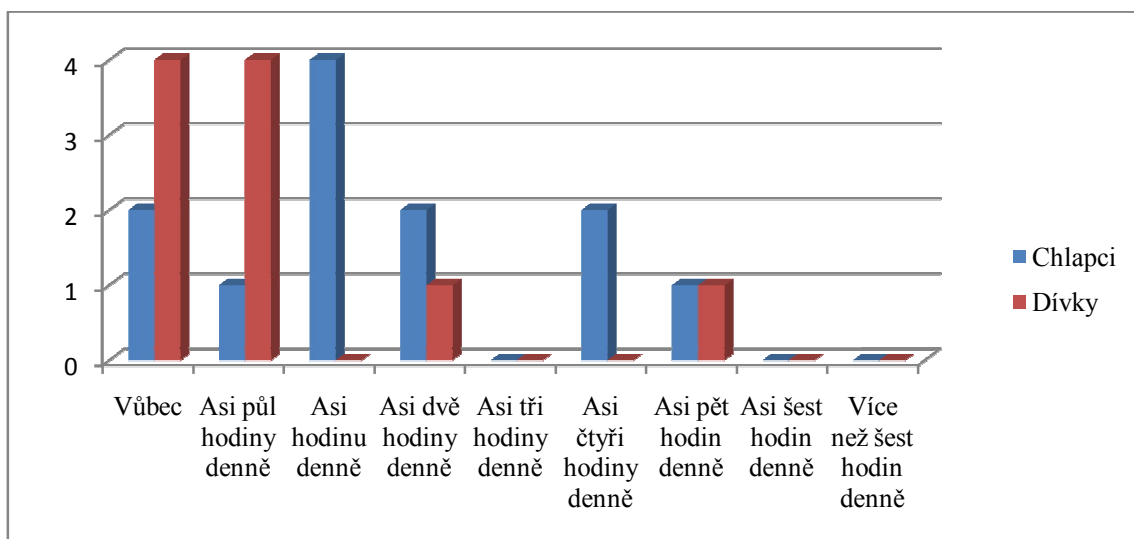
Otázka číslo 3: Jak často se díváš na televizi, hraješ hry po počítači nebo používáš internet (facebook, emaily...)



Obrázek 76. Sledování televize u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

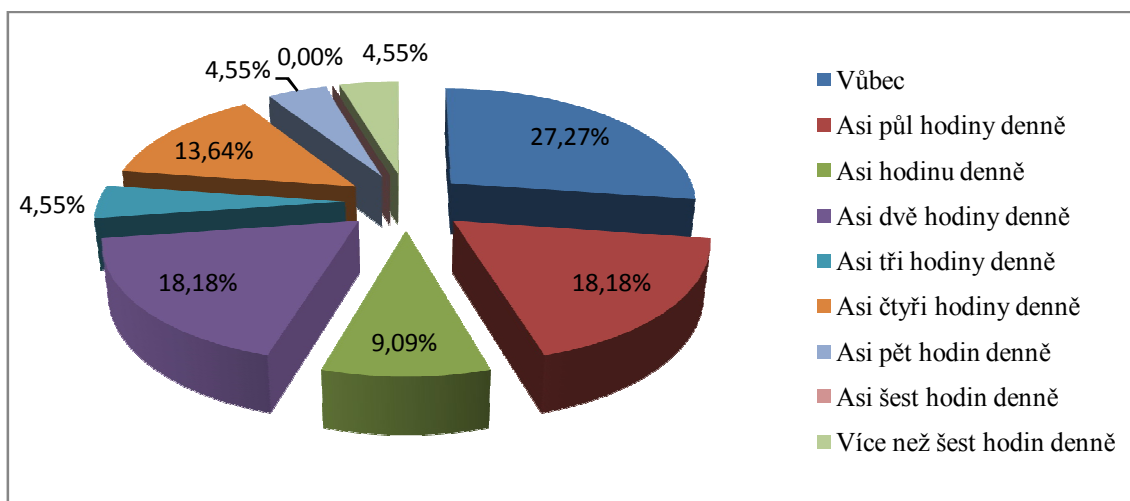
Z výsledků (Obrázek 76) můžeme vidět, že asi polovina dětí sleduje televizi půl hodiny až dvě hodiny denně. Také téměř 30 % dětí televizi nesleduje vůbec a naopak 20 % dětí sleduje televizi čtyři hodiny a více.



Obrázek 77. Sledování televize u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

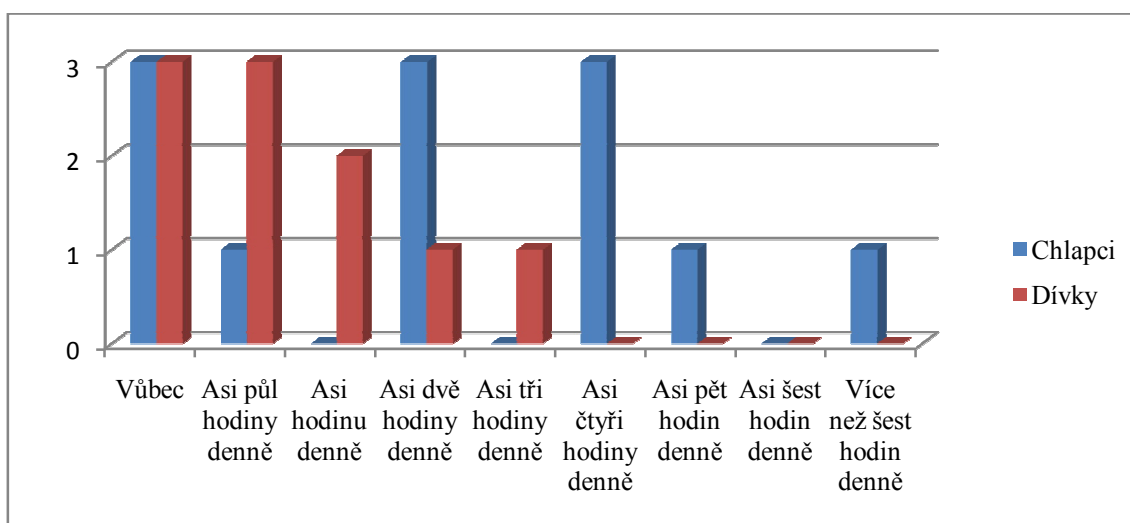
Z výsledků (Obrázek 77) vyplývá, že většina dívek televizi buď nesleduje, nebo jen půl hodiny denně. Chlapci sledují televizi více a jen dva ji nesledují vůbec.



Obrázek 78. Hry na počítači u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

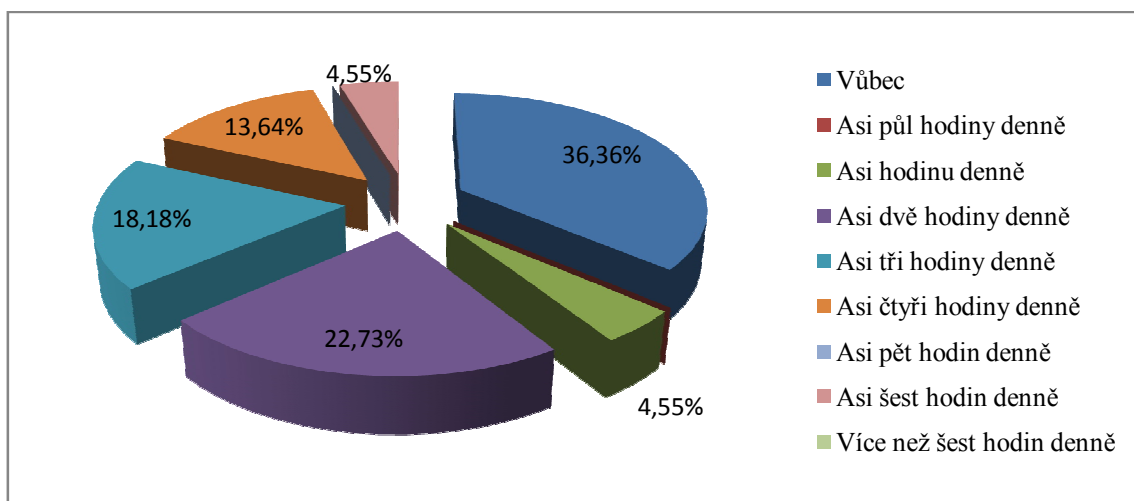
Z výsledků (Obrázek 78) vyplývá, že polovina dětí tráví hrou na počítači půl hodiny až dvě hodiny. Téměř 30% dětí nehraje hry na počítači vůbec a naopak téměř 30% hraje hry na počítači déle než tři hodiny denně.



Obrázek 79. Hry na počítači u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

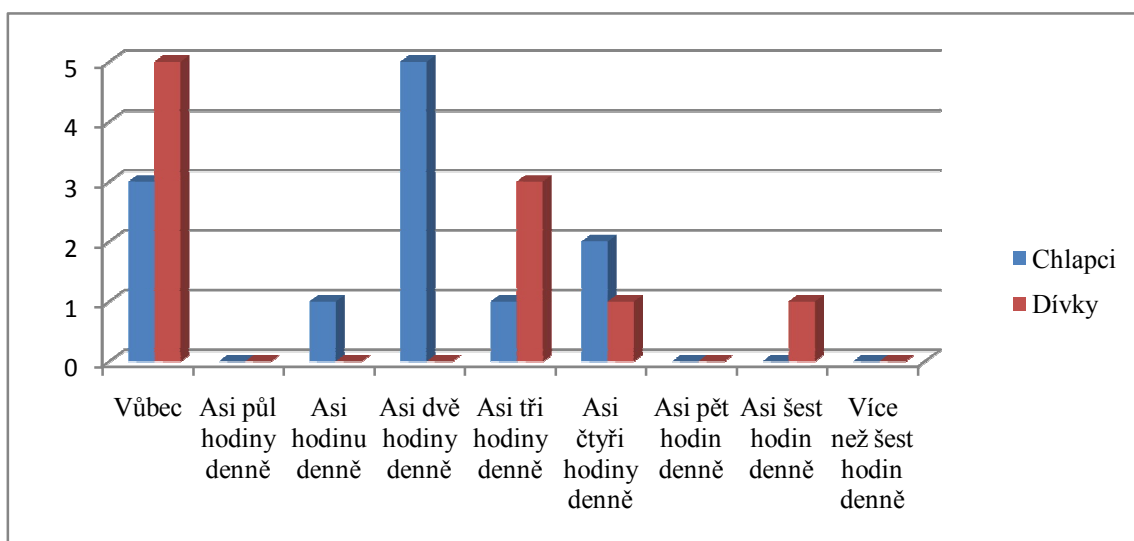
Výsledky (Obrázek 79) nám ukazují, že polovina dívek hraje na počítači hry půl hodiny až hodinu denně a tři dívky nehrají vůbec. Chlapci hrají v porovnání s dívkami více, polovina jich hraje dvě až čtyři hodiny denně, někteří i pět až šest hodin denně. Ale také tři chlapci nehrají vůbec.



Obrázek 80. Internet u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

Z výsledků (Obrázek 80) můžeme vidět, že jedna třetina dětí se internetu nevěnuje vůbec, naopak ostatní děti se internetu věnují většinou dvě až tři hodiny denně.



Obrázek 81. Internet u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

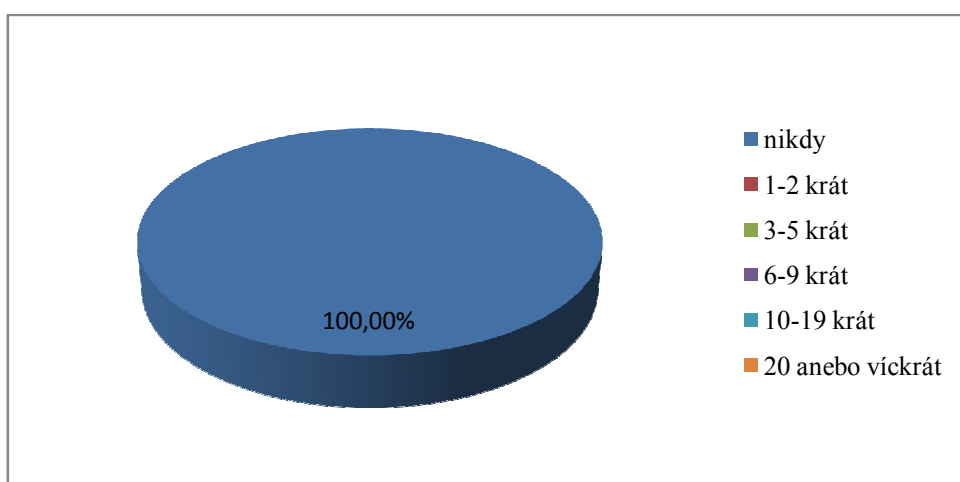
Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Výsledky (Obrázek 81) nám ukazují, že polovina dívek se internetu nevěnuje vůbec, ale ostatní dívky naopak tři hodiny až šest hodin denně tráví u internetu. Chlapci se nevěnují internetu jen tři, nejvíce jich tráví u internetu čas asi dvě hodiny denně.

5.2 Nežádoucí projevy rizikového chování

Uvádím zde výsledky, které se týkají nežádoucích projevů chování u dětí se zrakovým postižením.

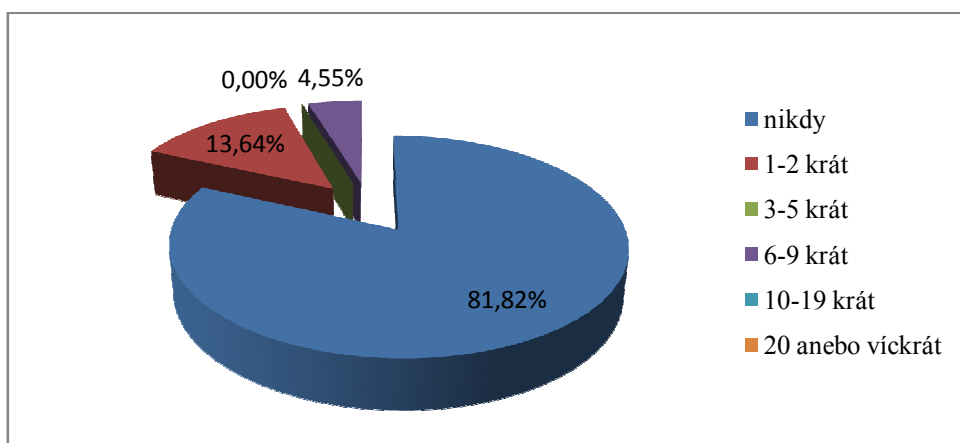
Otázka číslo 4: Kolikrát jsi dělal některou z následujících věcí za posledních 30 dní?



Obrázek 82. Kouření cigaret za posledních 30 dní u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

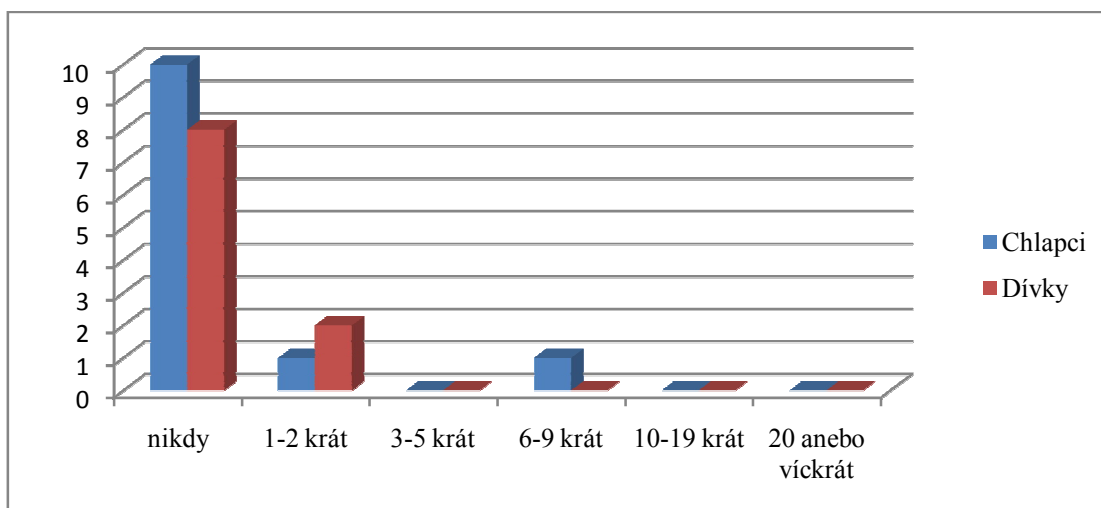
Výsledky (Obrázek 82) vypovídají jednoznačně, že dívky ani chlapci za posledních 30 dní nekouřili cigarety.



Obrázek 83. Pití alkoholu za posledních 30 dní u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

Z výsledků (Obrázek 83) můžeme vidět, že většina dětí nepila alkohol za posledních 30 dní.



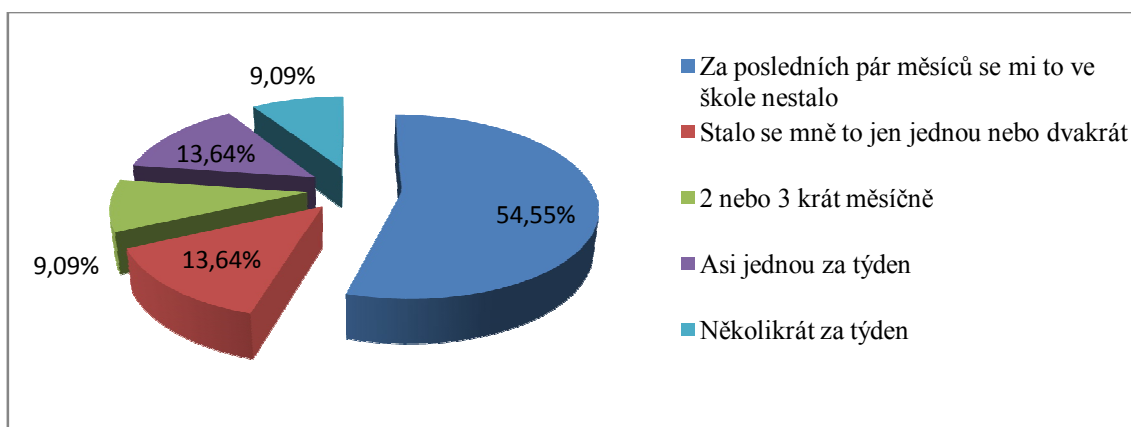
Obrázek 84. Pití alkoholu za posledních 30 dní dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Z výsledků (Obrázek 84) při porovnání dívek a chlapců můžeme vidět, že většina dětí nepila alkohol za posledních 30 dní, ale dvě dívky a jeden chlapec jej pili 1-2 krát a jeden chlapec dokonce pil alkohol v posledních 30 dnech 6-9 krát.

Další otázky byly zaměřeny na šikanu:

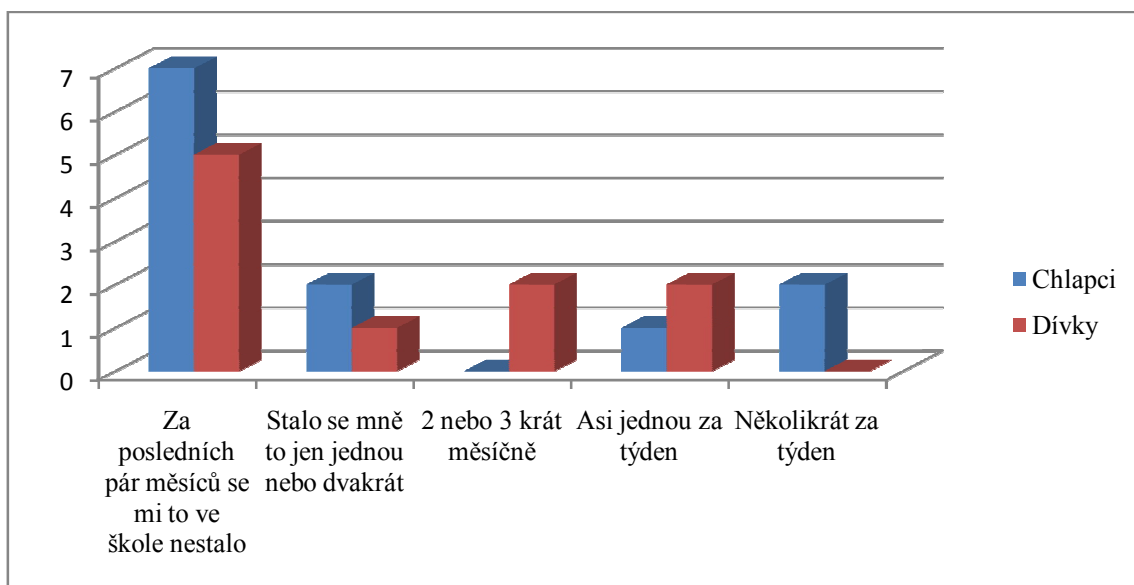
Otázka číslo 5: Jak často ti někdo tímto způsobem ubližoval za posledních pár měsíců?



Obrázek 85. Četnost opakovaného ubližování ve škole za posledních pár měsíců u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

Asi polovina dětí odpověděla (Obrázek 85), že jim nikdo za posledních pár měsíců neubližoval. Ale druhá polovina dětí se s ubližováním ve škole setkala a několik dětí i velmi často.

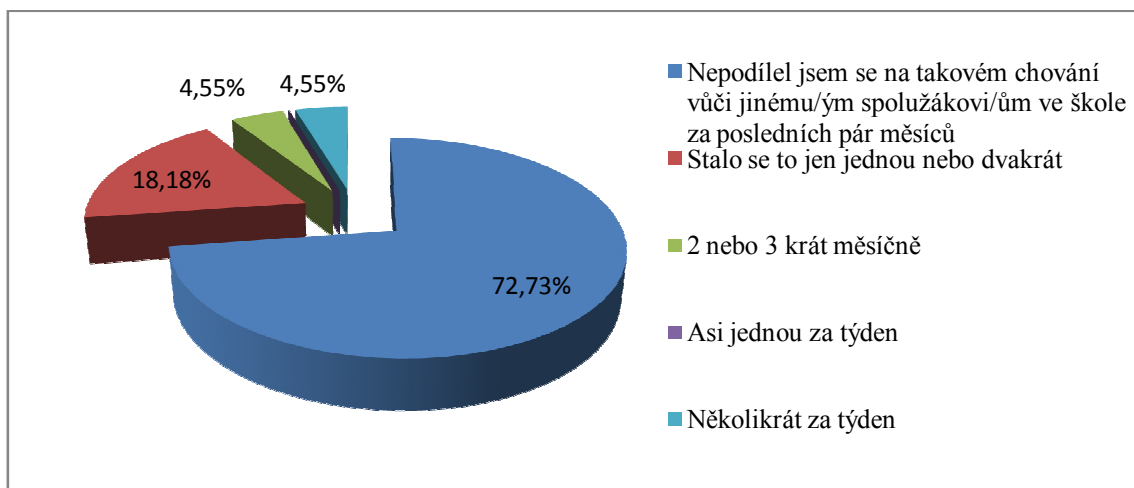


Obrázek 86. Četnost opakovaného ubližování ve škole za posledních pár měsíců u dívek (nD = 10) a chlapců (n = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Z odpovědí (Obrázek 86) můžeme vidět, že asi jen polovina dívek a chlapců se s ubližováním za posledních pár měsíců nesetkala. Čtyřem dívkám někdo ubližoval několikrát za poslední měsíc až jednou týdně. Třem chlapcům někdo ubližoval jednou za týden až několikrát do týdne. Výsledky jsou tedy velmi špatné, když téměř polovině dívkám a chlapcům někdo několikrát za měsíc až týden ubližuje.

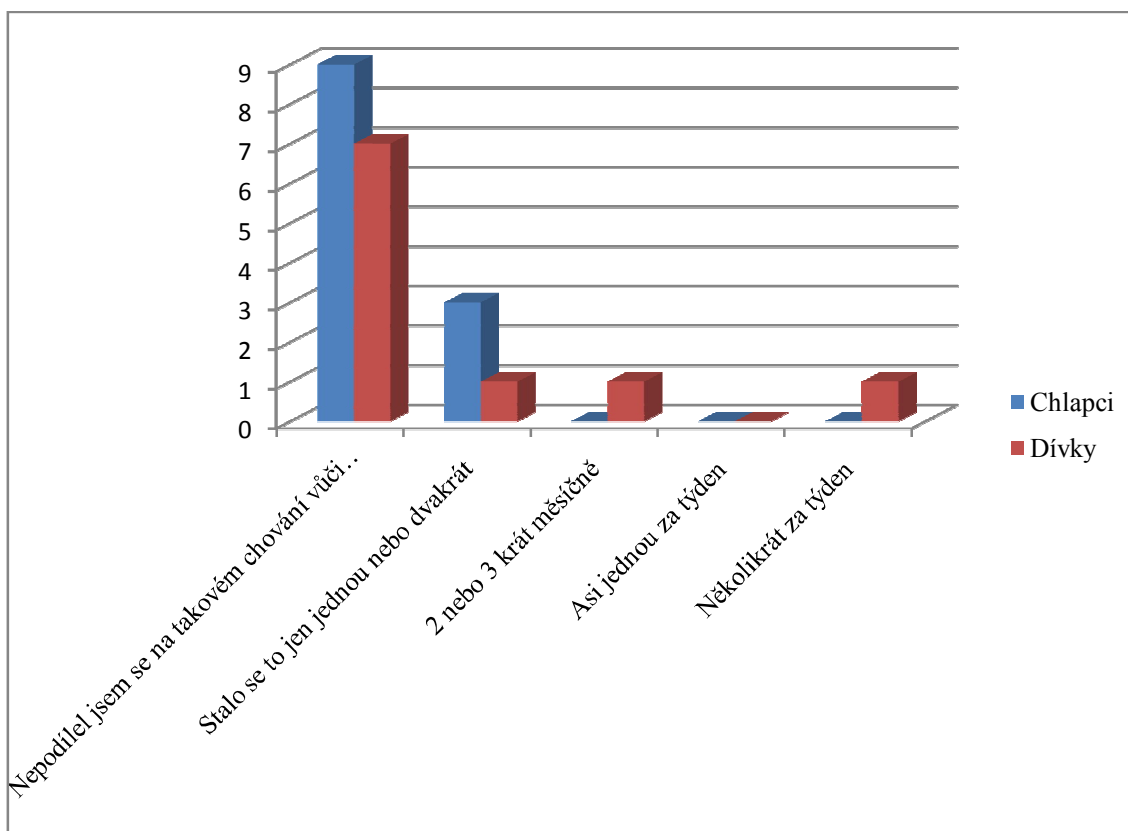
Otázka číslo 6. Jak často ses sám podílel na takovém chování vůči jinému/ým spolužákovi/ům ve škole za posledních pár měsíců?



Obrázek 87. Četnost opakovaného ubližování jiným spolužákům u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

Nejčastěji uváděnou odpovědí dětí (Obrázek 87) bylo, že se nepodílely na takovém chování vůči jiným spolužákům ve škole za posledních pár měsíců. 18 % dětí se na takovém chování podílelo jednou nebo dvakrát. Ale překvapivý byl výsledek, že 10 % dětí se na ubližování jiným spolužákům podílí několikrát do měsíce až týdne.

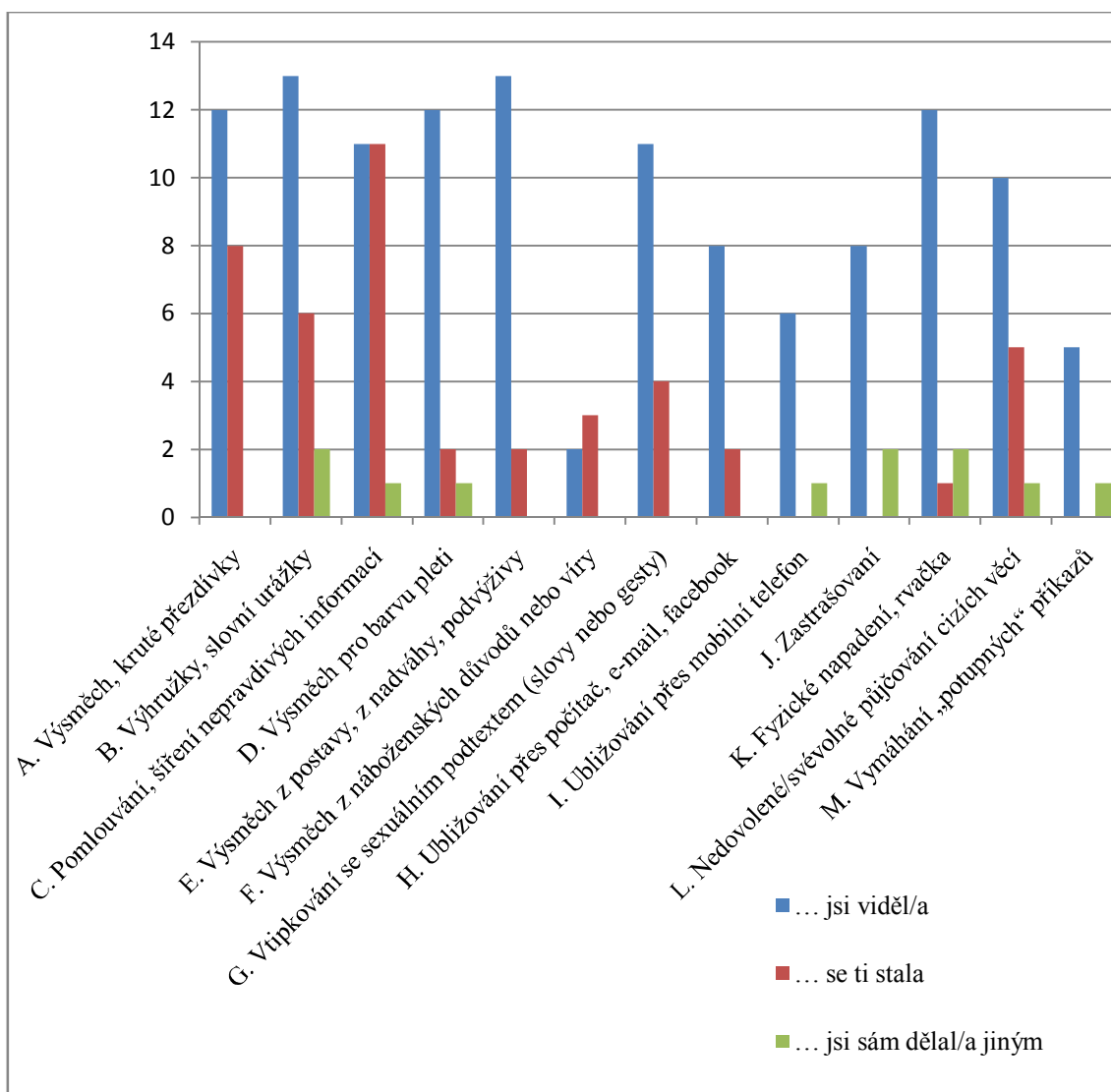


Obrázek 88. Četnost opakovaného ubližování jiným spolužákům u dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Dívky i chlapci nejčastěji odpovídali (Obrázek 88), že se na ubližování spolužákům nepodíleli. Tři chlapci se na něm podíleli jednou nebo dvakrát. Překvapivé výsledky jsou u dívek, kdy můžeme vidět, že se podílely na ubližování spolužákům jednou nebo dvakrát, několikrát do měsíce až několikrát za týden, což u chlapců nebylo.

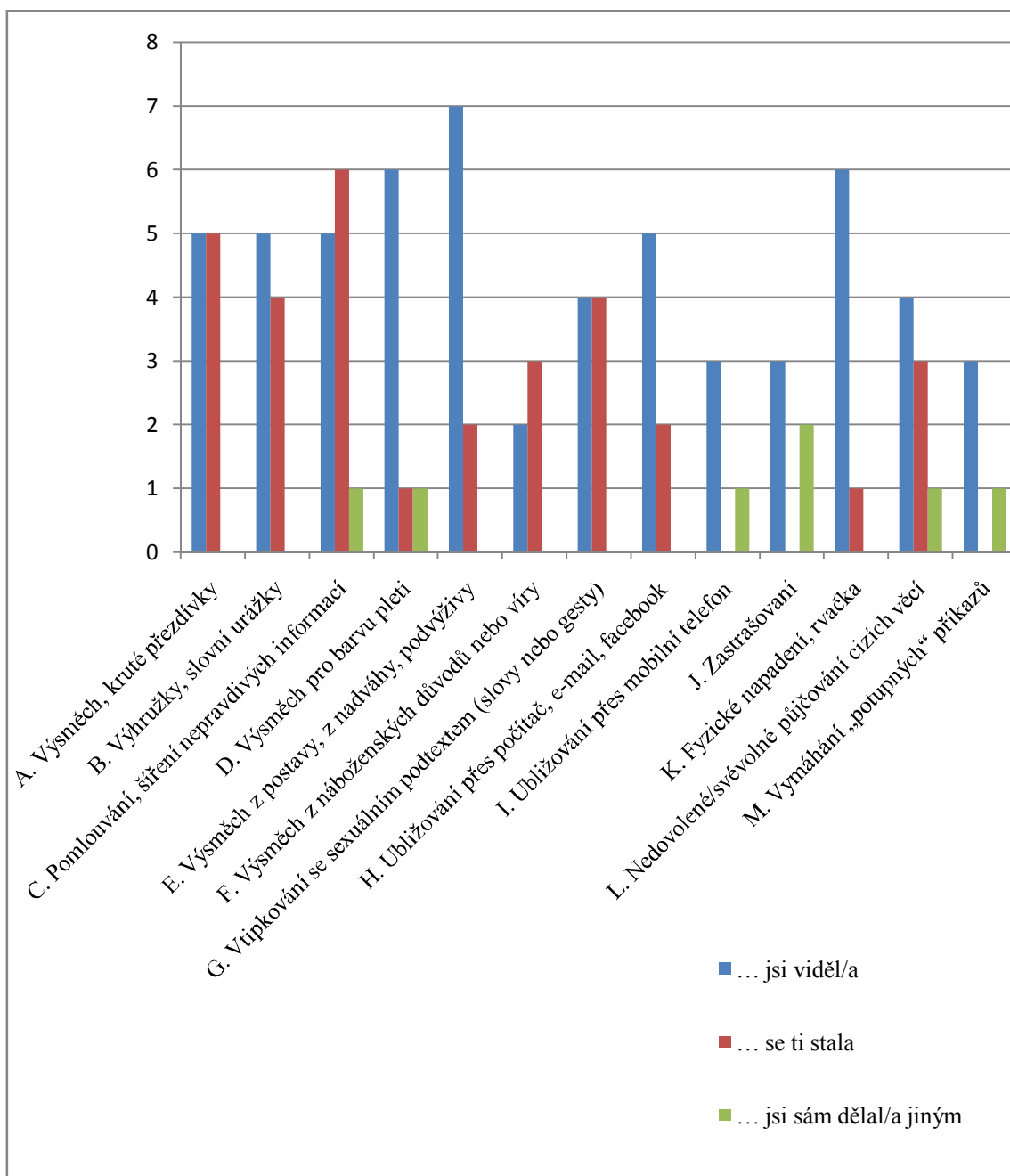
Otázka číslo 7: Označ, prosím, kterou/á z následujících situací ve škole se ti stala, jsi viděla, nebo jsi dělala.



Obrázek 89. Četnost nežádoucích situací u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

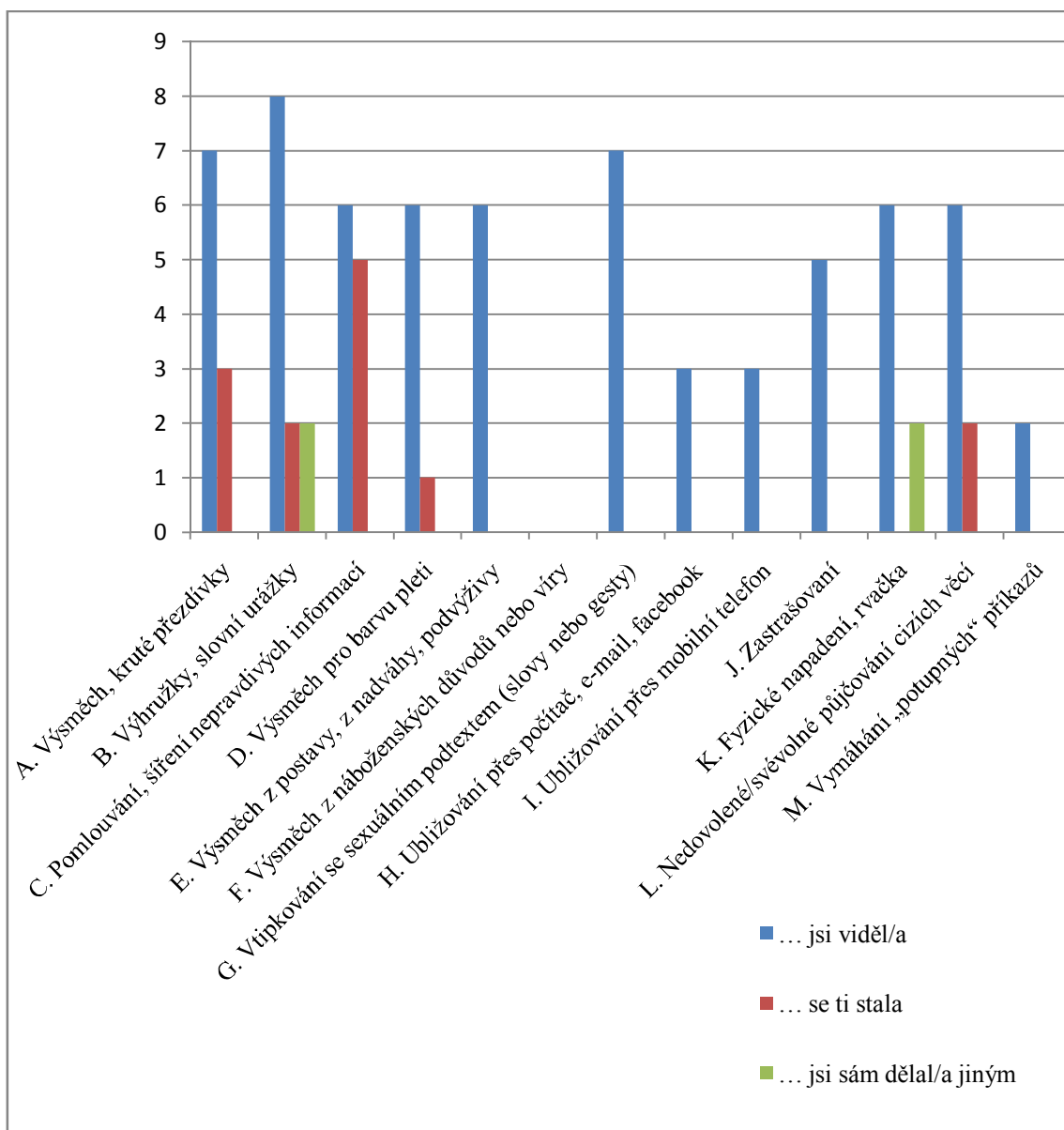
Výsledky (Obrázek 89) nám ukazují, že děti se zrakovým postižením velmi často viděly výsměch, výhrůžky, pomlouvání, výsměch pro barvu pleti nebo postavu. Také viděly vtipkování se sexuálním podtextem, ubližování přes telefon, zastrašování, fyzické napadení, nedovolené půjčování věcí i vymáhání příkazů. Polovině dětem se také stalo, že je někdo pomlouval a šířil o nich nepravdivé informace. Dále se jim také stalo, že snášely výsměch, slovní urážky a výhrůžky a nedovoleně si někdo půjčoval jejich věci. Naopak také několik dělalo jiným, že je slovně urážely, fyzicky napadaly nebo zastrašovaly.



Obrázek 90. Četnost nežádoucích situací u dívek (nD = 10)

Vysvětlivky: nD – počet dívek

Výsledky (Obrázek 90) nám ukazují, že větší polovina dívek viděla výsměch kvůli postavě, pro barvu pleti a fyzické napadení. Dále také dívky viděly výsměch, výhrůžky, pomluvy, ubližování přes počítač, vtipkování se sexuálním podtextem nebo nedovolené půjčování cizích věcí. Dívčím se také samotným často stalo, že je někdo pomlouval, vysmíval se jim, vyhrožoval, vtipkoval se sexuálním podtextem nebo si nedovoleně půjčoval jejich věci. Naopak dívky se samy podílely na zastrašování, pomlouvání nebo výsměchu, ale jen velmi málo.

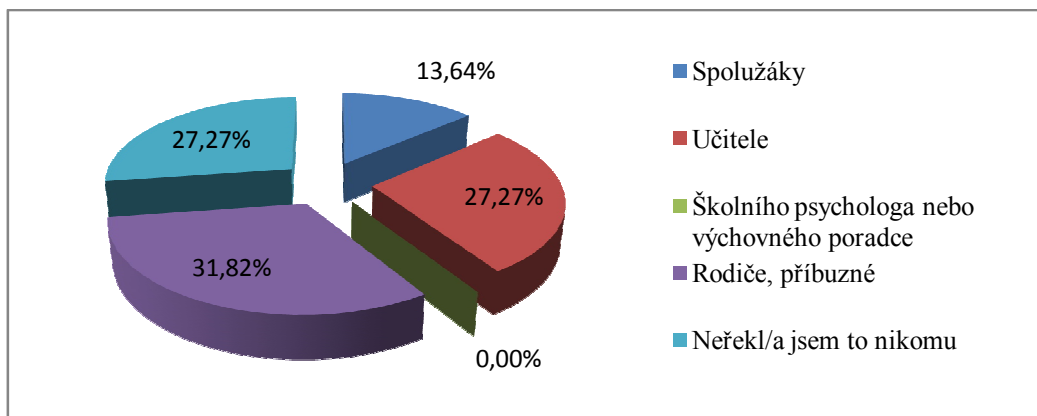


Obrázek 91. Četnost nežádoucích situací u chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nCh – počet chlapců

U chlapců ve výsledcích (Obrázek 91) můžeme vidět, že často viděly všechny tyto nežádoucí situace, hlavně slovní urážky, sexuální vtipkování, pomlouvání, výsměch pro barvu pleti i váhu, fyzické napadení, zastrásování i nedovolené půjčování věcí, ale jen velmi málo se jim samotným tyto situace staly. Nejčastěji se jim však stalo, že je někdo pomlouval, vysmíval se jim, vyhrožoval nebo nedovoleně si půjčoval jejich věci. Zde je velmi patrný rozdíl mezi dívkami a chlapci. Dva chlapci se také samy podíleli na výhrůžkách a fyzickém napadení.

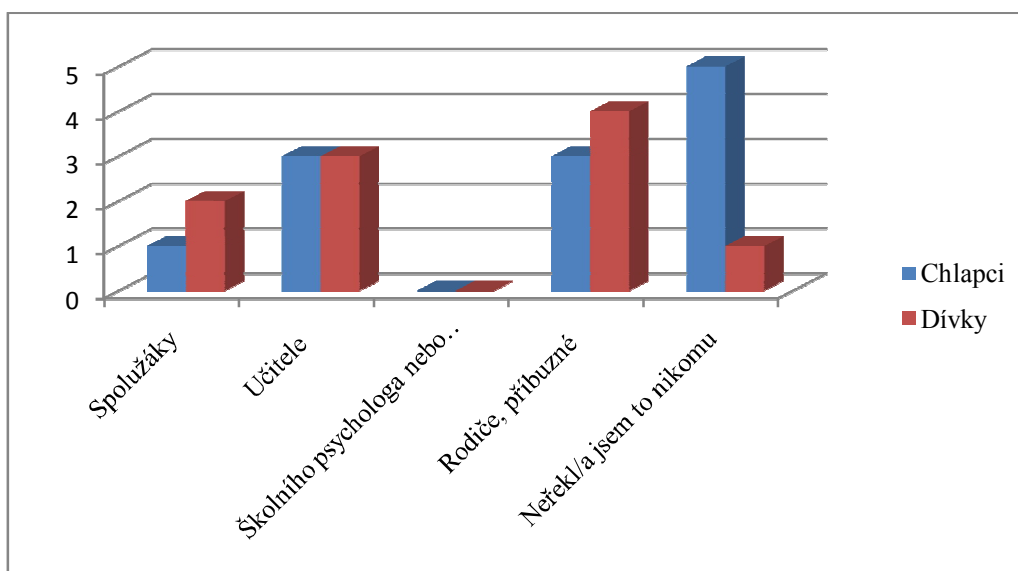
Otázka číslo 8. O této události jsem informoval/a....



Obrázek 92. Koho probandi (n = 22) informovali o události

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

Z výsledků (Obrázek 92) vyplývá, že téměř 30 % dětí nikomu o události neřeklo. Ostatní děti se svěřily nejčastěji rodičům, učitelům a pak také svým kamarádům. Ani jedno z dětí se nesvěřilo školnímu psychologovi nebo výchovnému poradci, kteří jsou ve škole právě pro takovéto situace a děti se na ně mohou obrátit o pomoc.



Obrázek 93. Koho dívky (n = 10) a chlapci (n = 12) informovali o události

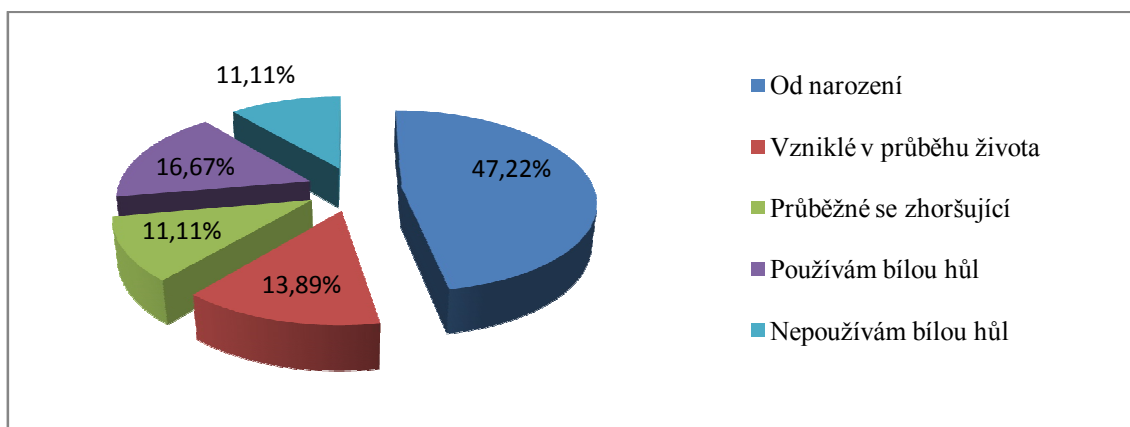
Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Zde ve výsledcích (Obrázek 93) je patrný rozdíl mezi dívkami a chlapci. Kromě jedné dívky všechny ostatní o události informovaly nejčastěji rodiče, učitele a pak také spolužáky. Naopak téměř polovina chlapců o události nikomu neřekla.

5.3 Kvalita života

Uvádím zde výsledky, které se týkají kvality života dětí se zrakovým postižením.

Otázka číslo 9: Problémy se zrakem (zrakové postižení)

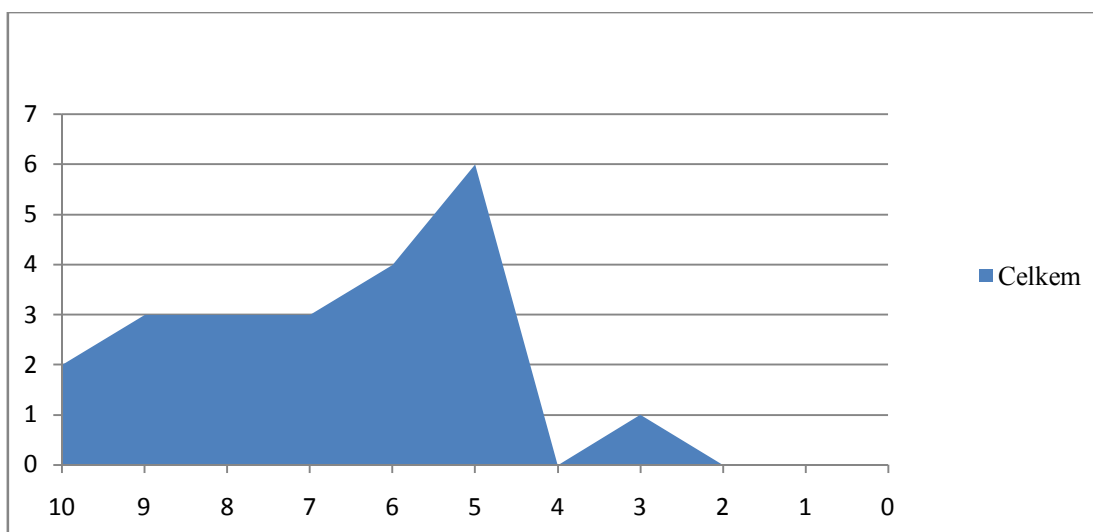


Obrázek 94. Problémy se zrakem u všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

Děti zde uváděly (Obrázek 94) jaké problémy se zrakem mají. Téměř polovina dětí má zrakové problémy od narození a 16 % dětí, což je 6 dětí, používá bílou hůl. Často označily i více možností.

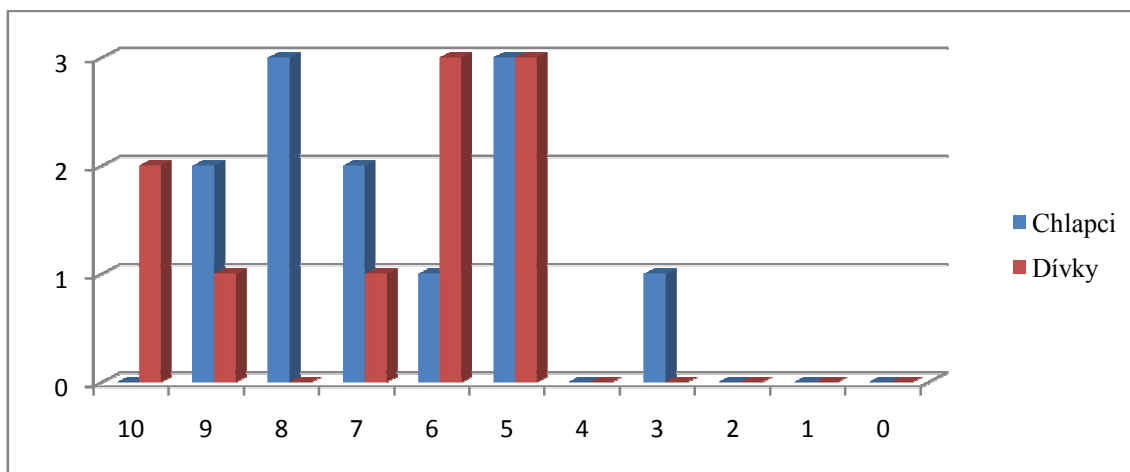
Otázka číslo 10: Posuď, výběrem jednoho z čísel na škále 0 až 10, jak se cítíš ty v tuto chvíli?



Obrázek 95. Pocity všech probandů (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

Z výsledků (Obrázek 95) můžeme vidět, že většina dětí se cítí v horní polovině číselné škály, což znamená, že vnímají svůj život pozitivně. Číslo 10 bylo Nejlepší možný život a 0 Nejhorší možný život.

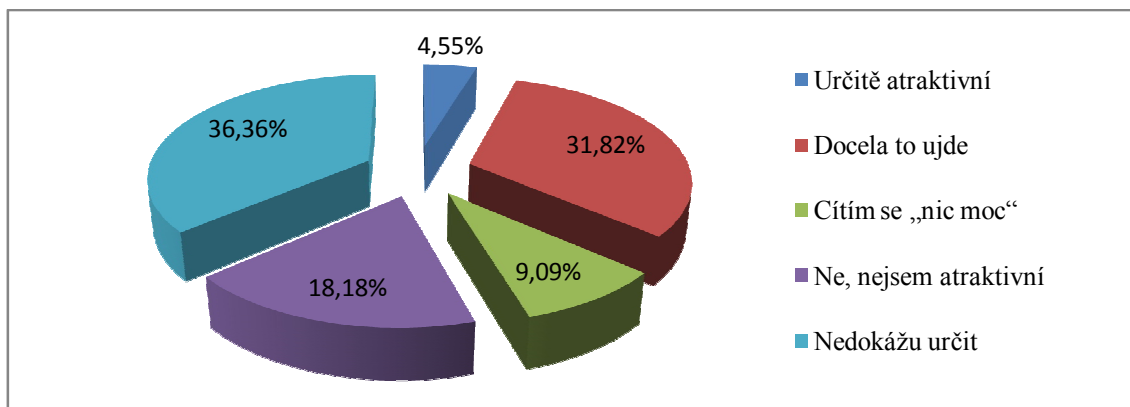


Obrázek 95. Pocity dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Z výsledků (Obrázek 95) můžeme vidět, že dívky i chlapci většinou vnímají svůj život pozitivně. Dívky jej převážně hodnotily v průměrných hodnotách, ale dvě jako Nejlepší možný život. Chlapci většinou hodnotili svůj život ve vyšších číslech škály a jen jeden jej hodnotil pod průměrnými hodnotami.

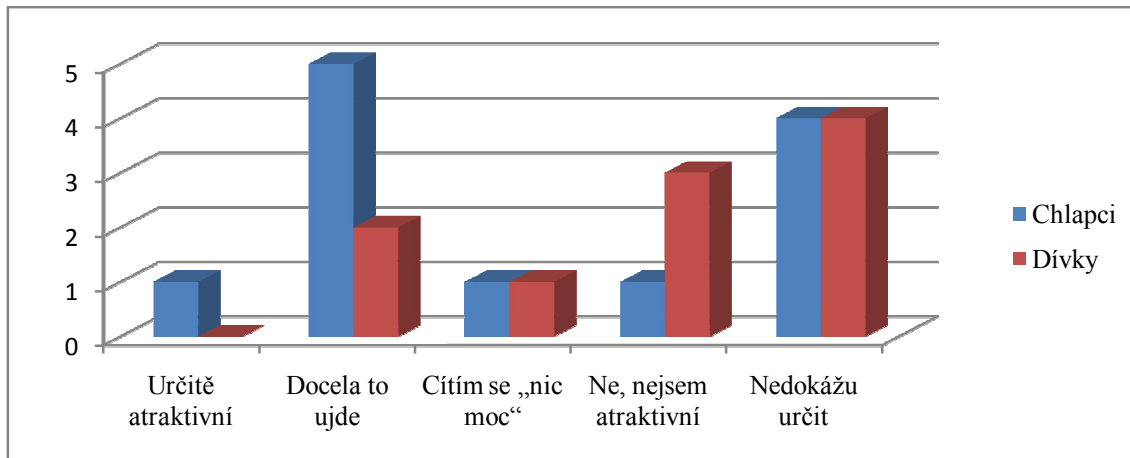
Otázka číslo 11: Myslíš si, že vypadáš pro své okolí atraktivně (jsi pěkný/á), máš pěkný vzhled?



Obrázek 96. Jak se vnímají všichni probandí (n = 22)

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

To jak se děti vnímají (Obrázek 96), je zcela individuální. Jedna třetina dětí označila možnost, že nedokáže určit, jestli je pro své okolí atraktivní. 20 % dětí si myslí, že není pro své okolí atraktivní a 10 % si myslí, že není nic moc. Ostatní děti si myslí, že to docela ujde nebo jsou určitě atraktivní.

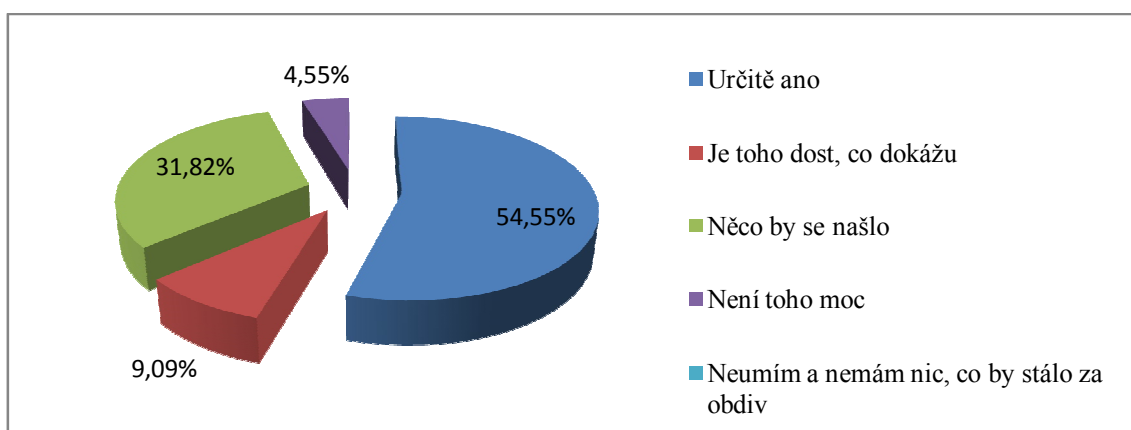


Obrázek 97. Jak se vnímají dívky (nD = 10) a chlapci (nCh = 12)

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Z výsledků (Obrázek 97) při porovnání dívek a chlapců je vidět, že chlapci se hodnotí lépe než dívky. Polovina chlapců si myslí, že to docela ujde nebo jsou atraktivní, druhá polovina chlapců si většinou myslí, že nedokážou určit, jestli jsou atraktivní. Téměř polovina dívek si myslí, že nedokážou určit, zda jsou atraktivní, další si myslí, že nejsou atraktivní nebo se cítí nic moc a jen dvě si myslí, že to docela ujde.

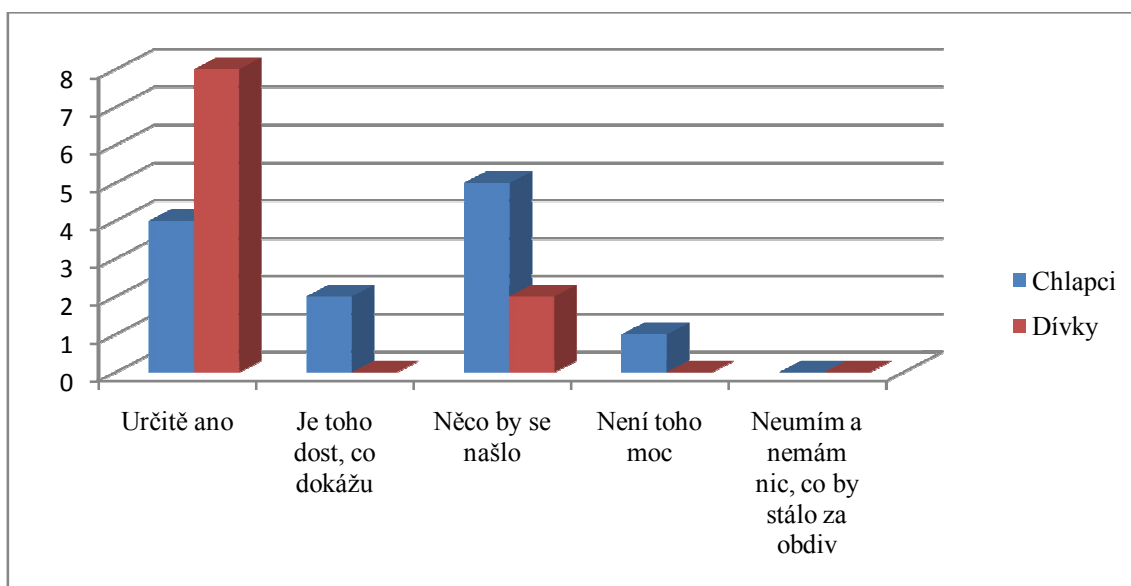
Otázka číslo 12: Umím něco, pro co mě mohou druzí obdivovat?



Obrázek 98. Postoje probandů (n = 22) k sobě

Vysvětlivky: n – počet probandů celkem

Z výsledků (Obrázek 98) můžeme vidět, že se všechny děti hodnotí pozitivně. Jen 4 % dětí si myslí, že toho moc není, pro co je může někdo obdivovat.



Obrázek 99. Postoje dívek (nD = 10) a chlapců (nCh = 12) k sobě

Vysvětlivky: nD – počet dívek, nCh – počet chlapců

Z výsledků (Obrázek 99) vidíme, že většina dívek i chlapců si myslí, že umí něco, pro co je mohou druzí obdivovat. Téměř všechny dívky si myslí, že určitě ano. Jen jeden chlapec si myslí, že toho není moc.

6 DISKUSE

Za pomoci HBSC studie, která byla upravena pro děti se zrakovým postižením jsem získala informace o jejich způsobu života. V teoretické části se zaměřuji na volný čas a volný čas dětí, dále na životní způsob a kvalitu života. Také jsou zde zpracovány nežádoucí projevy chování jako například záškoláctví, šikana, agresivní chování, hazardní hra, patologické závislosti, poruchy příjmu potravy a typy prevence. Závěr teoretické části je věnován jinak zrakově disponovaným osobám.

HBSC studie je značně rozsáhlá, proto jsem se zaměřila v empirické části jen na otázky, které jsou teoreticky zpracované v první části.

Empirická část je rozdělena na tři úseky. První úsek se týká volného času. Informace, které jsem získala od dětí byly přínosné. Hlavním cílem práce bylo zjistit, jak nejčastěji tráví děti se zrakovým postižením volný čas. Otázky byly zaměřeny na pohybové aktivity ve volném čase a jiné aktivity ve volném čase. Z výsledků vyplynulo, že mezi nejčastější pohybové aktivity dětí se zrakovým postižením patří plavání, turistika, míčové a sportovní hry a atletika. Dále se děti věnují běhu a cyklistice. Všechny děti se alespoň několikrát do roka věnují lyžování. Mezi pohybové aktivity, kterým se však děti nevěnují, patří gymnastika, tanec, jóga, lezení, upolové sporty, baseball. Toto byl celkový přehled nejčastějších pohybových aktivit u dětí se zrakovým postižením. Dílčím cílem práce bylo posoudit vztah pohlaví a trávení volného času. Při porovnání dívek a chlapců výsledky ukazují, že mezi nejčastější pohybové aktivity dívek se zrakovým postižením patří na prvním místě plavání a turistika. Dále jsou to míčové a sportovní hry, atletika, běh a cyklistika. Nepravidelně několikrát do roka se věnují všechny dívky lyžování. Mezi sporty, kterým se dívky vůbec nevěnují, patří upolové sporty, baseball, jóga a lezení. Mezi nejčastější pohybové aktivity u chlapců se zrakovým postižením patří plavání a turistika, míčové a sportovní hry a cyklistika. Také se nepravidelně 1x až 2x za rok se věnují lyžování a tenisu (stolní tenis, showdown). Naopak mezi sporty, kterým se chlapci většinou nevěnují, patří gymnastika, baseball, upolové sporty, tanec a jóga. Při porovnání dívek a chlapců vidíme, že dívky i chlapci mají na prvním místě ve volném čase pohybovou aktivitu plavání a turistiku.

Z výsledků bylo možné vidět, že mezi nejčastější jiné aktivity ve volném čase dětí se zrakovým postižením patří společné aktivity s kamarády, hudba a počítačové hry. Věnují se také výtvarným činnostem, čtení, péči o zvířata a domácím pracím. Mezi aktivity, kterými se nezabývají, patří většinou hraní divadla, sbírání předmětů a

spravování vlastního blogu. U dívek byla na prvním místě hudba a společné aktivity s kamarády, dále potom čtení knih, péče o zvířata, výtvarné činnosti, počítačové hry, vaření a domácí práce. Činnosti, kterým se dívky nevěnují, jsou spravování vlastního blogu a hraní divadla. Také velmi málo nebo vůbec navštěvují diskotéky a sportovní utkání. U chlapců mezi nejčastější jiné aktivity patří počítačové hry a společenské aktivity s kamarády. Dále se také věnují hudbě, stolním hrám, výtvarným činnostem, domácím pracím. Mezi aktivity, kterým se nevěnují, patří spravování vlastního blogu a hraní divadla. Také velmi nepravidelně nebo vůbec se věnují návštěvě diskoték, divadla, kina, muzeí a zámků. Zde byl velmi patrný rozdíl mezi dívkami a chlapci, kdy dívky i chlapci měli rozdílnou aktivitu na prvním místě.

Další otázka, která byla dětem položena, se týkala sledování televize, počítačových her a internetu. Z odpovědi dětí se zrakovým postižením bylo možné zjistit, že asi polovina dětí sleduje televizi půl hodiny až dvě hodiny denně. Také téměř 30 % dětí televizi nesleduje vůbec a naopak 20 % dětí sleduje televizi čtyři hodiny a více. Při porovnání dívek a chlapců byl vidět rozdíl, protože většina dívek televizi buď nesleduje, nebo jen půl hodiny denně naproti tomu chlapci sledují televizi více a jen dva ji nesledují vůbec. Při sledování výsledků jak dlouho hrají děti se zrakovým postižením hry na počítači, jsem zjistila, že polovina dětí tráví hrou na počítači půl hodiny až dvě hodiny denně. Téměř 30% dětí nehraje hry na počítači vůbec a naopak téměř 30 % hraje hry na počítači déle než tři hodiny denně. Při srovnání dívek a chlapců bylo zřejmé, že chlapci v porovnání s dívkami hrají více a polovina jich hraje dvě až čtyři hodiny denně, někteří pět i šest hodin denně. Otázka týkající se kolik času tráví děti na internetu, jsem zjistila, že jedna třetina dětí se internetu nevěnuje vůbec, naopak ostatní děti se internetu věnují většinou dvě až tři hodiny denně. Výsledky u dívek a chlapců nám ukazují, že polovina dívek se internetu nevěnuje vůbec, ale ostatní dívky naopak tři hodiny až šest hodin denně tráví u internetu. Chlapci se nevěnují internetu jen tři, nejvíce jich tráví u internetu čas asi dvě hodiny denně.

Druhý úsek empirické části se týká otázek na nežádoucí projevy rizikového chování u dětí se zrakovým postižením. Jako další dílčí cíl jsem si stanovila posoudit vztah pohlaví a vznik nežádoucího rizikového chování u dětí se zrakovým postižením.

První otázky byly zaměřeny na kouření cigaret a pití alkoholu za posledních 30 dní. Výsledky v oblasti kouření byly jednoznačné, dívky ani chlapci za posledních 30 dní nekouřili cigarety. U výsledků co se týkaly pití alkoholu, jsem zjistila, že většina

děti alkohol nepila za posledních 30 dní ale dvě dívky a jeden chlapec jej pili 1-2 krát a jeden chlapec dokonce pil alkohol v posledních 30 dnech 6-9 krát.

Další otázky byly zaměřeny na šikanu a zjišťovaly četnost opakovaného ubližování ve škole za posledních pár měsíců. Asi polovina dětí odpověděla, že jim nikdo za posledních pár měsíců neubližoval. Ale druhá polovina dětí se s ubližováním ve škole setkala a několik dětí i velmi často. Z odpovědí jsme také mohli vidět, že asi jen polovina dívek a chlapců se s ubližováním za posledních pár měsíců nesetkala. Čtyřem dívkám někdo ubližoval několikrát za poslední měsíc až jednou týdně. Třem chlapcům někdo ubližoval jednou za týden až několikrát do týdne. Výsledky jsou tedy velmi špatné, když téměř polovině dívkám a chlapcům někdo několikrát za měsíc až týden ubližuje. Při výsledcích, zda se samy podíleli na ubližování spolužákům, nejčastěji odpovídali, že se nepodíleli na takovém chování vůči jiným. Čtyři děti se na takovém chování podílely jednou až dvakrát a dvě děti několikrát za měsíc až týden. Překvapivé byly výsledky u srovnání dívek a chlapců, kdy dívky se podílely na ubližování spolužákům jednou nebo dvakrát, několikrát do měsíce až několikrát za týden, což u chlapců nebylo.

Dále děti odpovídaly, které situace ve škole viděly, se jim staly, nebo dělaly. Výsledky ukázaly, že děti se zrakovým postižením velmi často viděly výsměch, výhrůžky, pomlouvání, výsměch pro barvu pleti nebo postavu. Také viděly vtipkování se sexuálním podtextem, ubližování přes telefon, zastrašování, fyzické napadení, nedovolené půjčování věcí i vymáhání příkazů. Polovině dětem se také stalo, že je někdo pomlouval a šířil o nich nepravdivé informace. Dále se jim také stalo, že snášely výsměch, slovní urážky a výhrůžky a nedovoleně si někdo půjčoval jejich věci. Naopak také několik dětí dělalo jiným, že je slovně urážely, fyzicky napadaly nebo zastrašovaly. Při srovnání dívek a chlapců, zde byl patrný rozdíl. Dívky nejen že viděly popisované situace ve škole, staly se jim, ale i se na nich podílely. Na rozdíl od chlapců, kteří nejčastěji tyto situace viděli, v několika případech se jim také stalo, že je někdo pomlouval, vysmíval se jim, vyhrožoval nebo nedovoleně si půjčoval jejich věci. V závěru této části měly děti odpovědět, koho informovaly o těchto událostech. Téměř 30 % dětí nikomu o události neřeklo. Ostatní děti se svěřily nejčastěji rodičům, učitelům a pak také svým kamarádům. Ani jedno z dětí se nesvěřilo školnímu psychologovi nebo výchovnému poradci, kteří jsou ve škole právě pro takovéto situace a děti se na ně mohou obrátit o pomoc. Je zde patrný rozdíl mezi dívkami a chlapci. Kromě jedné

dívky všechny ostatní o události informovaly nejčastěji rodiče, učitele a pak také spolužáky. Naopak téměř polovina chlapců o události nikomu neřekla. Výsledky této části pro mě byly velmi překvapivé, protože u dívek se více projevovало nežádoucí rizikové chování než u chlapců.

Třetí úsek empirické části se týká kvality života. Třetím dílčím cílem bylo posoudit, jak vnímají svůj život dívky a jak chlapci. Při otázce jak děti hodnotí svůj život, většina dětí se cítila podle číselné škály v horní polovině, což znamená, že svůj život vnímají pozitivně. Dívky jej převážně hodnotily v průměrných hodnotách, ale dvě dívky jako nejlepší možný život. Chlapci většinou hodnotili svůj život ve vyšších číslech škály a jen jeden jej hodnotil pod průměrnými hodnotami.

Děti také měly odpovědět, jestli si myslí, že pro své okolí vypadají atraktivně. Chlapci se hodnotili o trochu lépe než dívky. Polovina chlapců si myslí, že to docela ujde nebo jsou atraktivní, druhá polovina chlapců si většinou myslí, že nedokážou určit, jestli jsou atraktivní. Téměř polovina dívek si myslí, že nedokážou určit, zda jsou atraktivní, další si myslí, že nejsou atraktivní nebo se cítí nic moc a jen dvě si myslí, že to docela ujde. A při otázce, zda něco umí, pro co je mohou druzí obdivovat, se děti hodnotily pozitivně. Všechny dívky odpověděly, že určitě ano, jen jeden chlapec si myslí, že toho není moc, pro co jej mohou druzí obdivovat.

Tento dotazník byl poprvé předložen žákům se speciálními vzdělávacími potřebami a to dětem se zrakovým postižením. Proto jsme při vyplňování dotazníku narazili také na problémy. HBSC studie je velmi rozsáhlá a zvláště pro děti se zrakovým postižením je tedy velmi náročná na vyplnění. Proto jej také některé děti vyplňovaly nadvakrát s přestávkou. Protože se jednalo o děti se zrakovým postižením, ne všechny si byly schopné dotazník vyplnit samy, ale tím pro tyto děti ztrácel anonymitu. Bylo pro ně těžké odpovídat na některé otázky, zvláště ty, které se týkaly například šikany a toho zda byly svědky, nebo se jim stala, nebo se i podílely. Dále i na otázky ohledně alkoholu a cigaret. V současné době je také velmi mnoho dětí z rozvedených rodin a byly zde i děti z dětského domova. Některé otázky, které se týkaly rodiny (nejsou uvedeny v této práci) byly pro tyto děti velmi těžké na vyplňování. Pokud dítě žije pouze s jedním rodičem nebo v ústavní výchově, mělo by mít možnost tyto otázky přeskočit a nemuset číst několik stran otázek, které se jej v podstatě netýkají a nezná na ně odpověď.

7 ZÁVĚR

Diplomová práce se zabývá HBSC studií u dětí se zrakovým postižením. Jako hlavní cíl práce jsem si stanovila zjistit, jak nejčastěji děti se zrakovým postižením tráví volný čas. Z výsledků vyplynulo, že mezi nejčastější pohybové aktivity dětí se zrakovým postižením patří plavání, turistika, míčové a sportovní hry a atletika. Dále se děti věnují běhu a cyklistice. Všechny děti se alespoň několikrát do roka věnují lyžování. Nejčastější jiné aktivity ve volném čase dětí se zrakovým postižením jsou společné aktivity s kamarády, hudba a počítačové hry. Věnují se také výtvarným činnostem, čtení, péči o zvířata a domácím pracím.

Stanovila jsem si výzkumné otázky, kterými jsem získala odpovědi na dílčí cíle práce.

1. Posoudit vztah pohlaví a trávení volného času u dětí zrakově postižených.

Jaké jsou rozdíly v trávení volného času u dívek a chlapců se zrakovým postižením?

Dívky i chlapci se zrakovým postižením mají jako pohybovou aktivitu na prvním místě plavání a turistiku. Není zde rozdíl v pohlaví.

Dívky jako nejčastější jinou aktivitu uváděly hudbu a společné aktivity s kamarády. U chlapců mezi nejčastější jiné aktivity patří počítačové hry a společenské aktivity s kamarády. Zde je patrný rozdíl mezi dívkami a chlapci, kdy mají rozdílné nejčastější jiné aktivity.

2. Posoudit vztah pohlaví a projevy nežádoucího rizikového chování u dětí zrakově postižených.

Existují rozdíly v projevech rizikového chování u dívek a chlapců se zrakovým postižením?

Dívky se podílely na ubližování spolužákům častěji než chlapci. Dívky se také podílely na zastrašování, vysmívání, pomlouvání nebo nedovoleném půjčování věcí více než chlapci. Chlapci o projevech rizikového chování často nikoho neinformovali. Téměř všechny dívky informovaly rodiče, učitele nebo spolužáky.

3. Posoudit, jak vnímají svůj život dívky a jak chlapci.

Jaký je rozdíl v pohledu na svůj život mezi dívkami a chlapci?

Dívky svůj život převážně hodnotily v průměrných hodnotách, ale chlapci většinou hodnotili svůj život ve vyšších číslech na škále od 1 do 10. Při hodnocení atraktivity, se chlapci hodnotili o trochu lépe než dívky. Dívky i chlapci si myslí, že umí něco, pro co je mohou druzí obdivovat.

8 SOUHRN

Diplomová práce se zabývá HBSC studií u dětí se zrakovým postižením. Práce je rozdělena do dvou částí. První část je teoretická, druhá část je empirická.

Teoretická část je dělena na několik částí, které se vážou ke studovanému tématu práce. V první části se jedná o souhrn poznatků týkající se vymezení pojmu volného času, dále volného času u dětí a pedagogiky volného času. Druhá část se zabývá životním způsobem, životním stylem a kvalitou života, tím co je utváří a vysvětlením pojmů. Další část zpracovává souhrn poznatků týkající se nežádoucího trávení volného času u dětí, vysvětlením pojmu sociálně patologické jevy a projevy problémového chování. Kapitola o projevech problémového chování se zabývá oblastmi dětské neposlušnosti a nekázně, vzdorovitostí, negativismem, lhaním, záškoláctvím, úteků a toulkami, krádežemi, agresivním chováním, šikanou, hazardní hrou, poruchami příjmu potravy a patologickými závislostmi. V závěru této kapitoly také možnou prevencí. Poslední část je věnována jinak zrakově disponovaným osobám a nejčastějším zrakovým vadám a poruchám.

Empirickou část práce tvoří průzkum životního způsobu u dětí se zrakovým postižením ve věku od 11 do 15 let. Za pomoci HBSC studie se snažíme zjistit, jak nejčastěji děti se zrakovým postižením tráví volný čas, posoudit vztah pohlaví a náplň volného času, projevy rizikového chování a zhodnotit, jak vnímají svůj život dívky a jak chlapci.

9 SUMMARY

This thesis deals with HBSC study among children with visual impairment and is divided into two parts – the first one is theoretical and the second one is empirical.

The theoretical section is divided into several parts related to the studied thesis theme. The first part summarises the concept and definition of the free time, further leisure time among children and also pedagogy of leisure time. The second part deals with the way of life, lifestyle and the quality of life and their origination and definition. The next part covers unwanted spending of children's free time, explanation of the term social pathological phenomena and behavioural problems. To the signs of behavioural problems among children belong disobedience, lack of discipline, negativism, lying, aggressive behaviour, eating disorders or pathological addictions and there is also the possible prevention of these at the end of this chapter. The last part is dedicated to other visual disposed persons and to most frequent sight defects and disorders.

The empirical part of the thesis comprises the research of the way of life of children with visual impairment aged between 11 to 15 years. With the help of HBSC study we try to find out how children with visual impairment spend their free time, examine the relation between gender and the way they spend their free time and also signs of the risk behaviour and reception of girl's and boy's life.

REFERENČNÍ SEZNAM

- Blahutková, M. (2003). *Psychomotorika*. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta.
- Bull, Ch., Hoose, J. & Weed, M. (2003). *An introduction to Leisure studies*. London: Pearson Education.
- Connor, D. F. (2002). *Aggression and Antisocial Behavior in Children and Adolescents*. New York: The Guilford Press.
- Čermák, I. (1999). *Lidská agrese a její souvislosti*. Žďár nad Sázavou: Fakta.
- Dalloz, D. (2002). *Lhaní*. Praha: Portál.
- Dufková, J., Urban, L., & Dubský, J. (2008). *Sociologie životního stylu*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk.
- Elliott, J., & Place, M. (2002). *Dítě v nesnázích prevence, příčiny, terapie*. Praha: Grada.
- Finková, D., Ludíková, L., & Růžičková, V. (2007). *Speciální pedagogika osob se zrakovým postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Frömel, K. (2002). *Kompendium psaní a publikování v kinantropologii*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury.
- Goldmanová, J. (2000). *Jak přežít doma, ve škole a mezi kamarády*. Praha: Portál.
- Heřmanská, D. (1994). *Psychologická analýza dětské predelikvence*. Hradec Králové: Gaudeamus.
- Hofbauer, B. (2004). *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál.
- Hodaň, B. & Dohnal, T. (2005). *Rekreologie*. Olomouc: Hanex.
- Ivanová, K. (2006). *Životní styl jako sociální determinant zdraví*. Rigorózní práce, Univerzita Karlova, Filozofická fakulta.

- Janečka, Z. & Ješina, O. (2007). *Vybrané outdoor aktivity jinak zrakově disponovaných osob v letní přírodě*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury.
- Ješina, O., Hamřík, Z., Bartoňová, R., Janečka, Z., Kalman, M., Kučera, M., Panská, S., Rybová, L. & Vyhlídal, T. (2011). *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury.
- Kolář, M. (2001). *Bolest šikanování*. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2011). *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál.
- Koukolík, F. & Drtilová, J. (2008). *Vzpouza deprivantů, nestvůry, nástroje, obrana*. Praha: Galén.
- Kraus, H., Boguszaková, J., Diblík, P., Dotřelová, D., Filipec, M., Hycl, J., Karel, I., Kocur, I., Křepelková, J., Kuchynka, P., Otradovec, J., Palečková, J., Peregrin, J., Řehůřek, J., Svěrák, J., Šedivý, A. (1997). *Kompendium očního lékařství*. Praha: Grada.
- Kuykendall, S. (2012). *Bullying*. Greenwood: abc clío.
- Lewis, M., & Saarni, C. (1993). *Lying and deception in everyday life*. New York: The Guilford Press.
- Marádová, E., (1998). *Rodinná výchova-Zdravý životní styl I*. Praha: Fortuna.
- Mareš, J. (2006). *Kvalita života u dětí a dospívajících I*. Brno: MSD.
- Martínek, Z. (2012). *Agresivita a kriminalita školné mládeže*. Praha: Grada.
- Maříková, H., Petrusek, M., Vodáková, A. & kol. (1996) *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum, Univerzita Karlova.
- Nešpor, K. (1999). *Jak poznat a překonat problém s hazardní hrou* (2nd ed.). Praha: Sportpropag, a.s.
- Nešpor, K. (2005). *Návykové chování a závislost*. Praha: Portál.

- Pávková, J., Hájek, B., Hofbauer, B., Hrdličková, V. & Pavlíková, A. (2002). *Pedagogika volného času*. Praha: Portál.
- Pešatová, I. (1999). *Vybrané kapitoly ze speciální pedagogiky se zaměřením na oftalmopedii*. Liberec: Technická univerzita v Liberci.
- Pokorný, V., Telcová, J., & Tomko, A. (2003). *Prevence sociálně patologických jevů: Manuál praxe*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky.
- Portmannová, Rosemarie. (1996). *Jak zacházet s agresivitou*. Praha: Portál.
- Presl, J. (1995). *Drogová závislost: Může být ohroženo i vaše dítě?* (2nd ed.). Praha: Maxdorf.
- Průcha, J., Walterová, E. & Mareš, J. (2003). *Pedagogický slovník* (4th ed.). Praha: Portál.
- Renotierová, M., Ludíková, L., Jonášková, V., Krejčířová, O., Kuja, J., Langer, J., Michalík, J., Müller, J., Peutelschmiedová, A., Řepová, P., Souralová, E., Valenta, M. & Vitásková, K. (2004). *Speciální pedagogika* (2nd ed.). Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta.
- Říčan, P. (1995). *Agresivita a šikana mezi dětmi*. Praha: Portál.
- Skopalová, J. (2000). *Vybrané kapitoly ze sociálních deviací*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Stebbins, R. A. (2007). *Serios Leisure*. New Brunswick: Transaction Publishers.
- Šimanovský, Z. (2008). *Hry pro zvládnutí agresivity a neklidu*. Praha: Portál.
- Švigová, J. (1967). *Volný čas a my*. Praha: Svobodné slovo.
- Vágnerová, M. (1997). *Psychologie problémového dítěte školního věku*. Praha: Karolinum.
- Vágnerová, M. (2004). *Psychologie pro pomáhající profese* (3rd ed.). Praha: Portál.

Vágnerová, M. (2005). *Školní poradenská psychologie pro pedagogy*. Praha: Karolinum.

Vážanský, M. (1994). *Volný čas a pedagogika zážitku*. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta.

Internetové zdroje:

http://www.sport-nevidomych.cz/index.php?dir=klasifikace&page=klasifikace_v_CR

<http://www.sons.cz/klasifikace.php>

<http://www.hbsc.upol.cz/>

PŘÍLOHY

Příloha 1

Informovaný souhlas

Název studie (projektu): Revize dotazníku Health Behaviour in School Aged Children a jeho aplikace ve vztahu k vybraným skupinám žáků se speciálními vzdělávacími potřebami.

Jméno:

Datum narození:

Účastník byl do studie zařazen pod číslem:

1. Já, níže podepsaný(á) souhlasím s účastí mého syna / mojí dcery ve studii. Je mi více než 18 let.
2. Byl(a) jsem podrobně informován(a) o cíli studie, o jejích postupech, a o tom, co se ode mě očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností. Je mi známo, že je možné zažádat si o přesné znění realizovaného dotazníkového šetření.
3. Porozuměl(a) jsem tomu, že účast ve studii je možné kdykoliv přerušit či odstoupit. Účast ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou osobní data uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti mých osobních dat a dat mého syna /mojí dcery. 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 poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. Porozuměl jsem tomu, že mé jméno ani jméno mého syna / mojí dcery se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Podpis zákonného zástupce:

Podpis pověřeného pracovníka této studie:

Datum:

Datum:

Příloha 2



Fakulta tělesné kultury
Univerzity Palackého
tř. Míru 115
OLOMOUC

Vyjádření Etické komise FTK UP

Složení komise: PhDr. Dana Štěrbová, Ph. D. – předsedkyně
doc. MUDr. Pavel Maňák, CSc.
doc. Mgr. Erik Sigmund, Ph. D.
Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph. D.
Mgr. Ondřej Ješina, Ph. D.

Na základě žádosti ze dne 7. 1. 2013 byl projekt výzkumné práce (základního výzkumu) autora **Mgr. Ondřeje Ješiny, Ph.D.**

s názvem

Revize dotazníku Health Behaviour in School Aged Children a jeho aplikace ve vztahu k vybraným skupinám žáků se speciálními vzdělávacími potřebami

schválen Etickou komisí FTK UP pod jednacím číslem: 6/2013
dne: 9. 1. 2013.

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 EK FTK UP
PhDr. Dana Štěrbová, Ph. D.
předsedkyně

razítko fakulty

Příloha 3



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ



Fakulta
tělesné kultury

MLÁDEŽ A ZDRAVÍ

FAKULTA TĚLESNÉ KULTURY

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

SVĚTOVÁ ZDRAVOTNICKÁ ORGANIZACE

Milá zákyně, milý záku,

vyplněním tohoto dotazníku nám pomůžeš získat poznatky o způsobu života mladých lidí. V rámci mezinárodního výzkumu je v tomto roce dotazník se stejnými otázkami předkládán žákům stejného věku ve 30 zemích.

Nikde nemusíš uvádět svoje jméno. Odpovědi budou prohlížet a vyhodnocovat jenom pracovníci výzkumného týmu a nikdo jiný. Nebudou je prohlížet ani Tvoji rodiče a učitelé. Po vyplnění můžeš dotazník vložit do obálky a obálku zalepit.

Každou otázku čti pozorně a při vyplňování nevynechej žádnou otázku. Opravdu nás zajímají právě Tvoje názory a zkušenosti, proto odpovídej samostatně a za sebe. Není to test, nejsou zde správné nebo nesprávné odpovědi.

Pro označení otázky použij následující postup. Vyber odpověď a klávesovou zkratkou **Shift** a **End** ji označ a klávesovou zkratkou **Ctrl** a **U** vybranou odpověď podtrhni.

1. Jsi chlapec nebo dívka?

Chlapec

Dívka

2. Do které třídy chodíš?

5.třída

6.třída

7.třída

8.třída

9.třída

3. V kterém roce jsi se narodil/a?

1997

1998

1999

2000

2001

2002

2003

4. V kterém měsíci jsi se narodil/a?

leden

únor

březen

duben

květen

červen

červenec

srpen

září

říjen

listopad

prosinec

5. Jak často obvykle snídáš (něco víc než sklenici čaje, mléka nebo džusu)?

Zaškrtni jen jeden rámeček pro všední dny týdne a jeden pro víkend

A. Ve všední dny snídám...

Nikdy nesnídám v týdnu

Jeden den

Dva dny

Tři dny

Čtyři dny
Pět dní

B. O víkendu snídám...

Nikdy nesnídám o víkendu
O víkendu obvykle snídám jenom jeden den (v sobotu nebo v neděli)
O víkendu obvykle snídám oba dny (v sobotu i v neděli)

6. Jak často za týden jíš nebo piješ uvedené potraviny a nápoje?

Ovoce

Nikdy
Méně než 1x týdně
Jednou týdně
2-4 dny v týdnu
5-6 dnů v týdnu
Každý den
Častěji než jednou denně

Zeleninu

Nikdy
Méně než 1x týdně
Jednou týdně
2-4 dny v týdnu
5-6 dnů v týdnu
Každý den
Častěji než jednou denně

Sladkosti (bonbony, čokoládu, sušenky)

Nikdy
Méně než 1x týdně
Jednou týdně
2-4 dny v týdnu
5-6 dnů v týdnu
Každý den
Častěji než jednou denně

Kolu nebo jiné sladké nápoje s obsahem cukru

Nikdy
Méně než 1x týdně
Jednou týdně
2-4 dny v týdnu

5-6 dnů v týdnu
Každý den
Častěji než jednou denně

7. Jak často si čistíš zuby?

Častěji než jednou denně
Jednou za den
Minimálně jednou týdně, ale ne denně
Méně než jednou týdně
Nikdy

Pohybové aktivity jsou jakékoliv aktivity, při kterých se Ti po nějakou dobu rozbuší srdce a při kterých se zadýcháš. Pohybové aktivity můžeme provozovat při sportu, tělesné výchově ve škole, při hraní si s kamarády nebo při chůzi pěšky cestou do školy. Některé příklady pohybových aktivity mohou být například: běh, rychlá chůze, jízda na kolečkových bruslích, jízda na kole, tanec, jízda na skateboardu, plavání, fotbal, basketbal a lyžování. V následující otázce započítej všechnen čas, který strávíš pohybovou aktivitou každý den.

8. V kolika dnech z uplynulých 7 dnů ses věnoval pohybové aktivitě celkem alespoň 1 hodinu za celý den?

0
1
2
3
4
5
6
7

9. Zde je seznam příkladů, které děti a mládež udávají jako důvod pro pohybovou aktivitu ve svém volném čase. U každého důvodu, prosím, zaškrtni, jak je to pro Tebe důležité. Zaškrtni, prosím, jedno políčko v každém řádku.

Pohyb pro zábavu (pro radost)

Velmi důležité
Důležité
Nedůležité

Být dobrý/á ve sportu

Velmi důležité
Důležité
Nedůležité

Vyhrát

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Seznámit se s novými kamarády/kamarádkami

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Zlepšit si svoje zdraví

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Setkávat se se svými kamarády/kamarádkami

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Dostat se do dobré formy

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Vypadat dobře

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Protože to ode mě očekává moje okolí

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Potěšit moje rodiče

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Být "cool"

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Udržovat si svoji váhu (hmotnost)

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Protože je to vzrušující

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Dokázat si, že na to mám

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Protože se mi zvyšuje sebevědomí

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Protože si odpočinu od všedních starostí

Velmi důležité

Důležité

Nedůležité

Volný čas

Následující otázky jsou o aktivitách ve Tvém volném čase, které děláš z vlastní vůle. Baví Tě některé aktivity, které můžeš dělat jen v určitém čase roku, a proto si uvědom, jak často sezónní aktivity děláš právě v době, kdy se nejčastěji provozují (např. lyžování v zimě, vodní turistika nejčastěji na konci jara a o prázdninách apod.). Jestli některou z aktivit neděláš, zaškrtni prosím první okénko a přesuň se k další aktivitě na seznamu.

10. Jak často ve svém volném čase provozuješ každou z níže uvedených skupin aktivit?

Pohybové aktivity

Míčové a sportovní hry – goalball, fotbal, florbal, basketbal, volejbal, házená, rugby apod.

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Atletiku – atletické běhy, vrhy a hody, skoky

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Gymnastiku, aerobik, zumbu, jiná skupinová nebo kondiční cvičení

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Plavání, cvičení a hry ve vodě

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Běh, jogging

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Upolové sporty a sebeobrana - judo, karate, zápas, kickbox

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Tenis, stolní tenis, badminton, showdown

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Baseball, softball, kriket

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Cílové sporty - boccia, petangue, závěsný kuželník (ruské kuželky), bowling, kulečník, šipky

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Tanec (disko, techno, lidové tance, společenské tance, balet)

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Lyžování sjezdové, běžecké, skialpinismus

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Bruslení, hokej, jízda na kolečkových bruslích

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Cyklistiku (jízda na kole), spinning, cykloturistiku

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Lezení na umělé stěně, na skále, bouldering

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Turistiku, výlety, delší procházky než 5km, nordic walking

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Vodní turistiku (jízda v lodi, raft, kanoe, kajak)

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

Posilování, bodybuilding, fitness

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Jógu, relaxační cvičení, zdravotní cvičení, tai chi apod.

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Další aktivity

Společné aktivity s kamarády bez sportovní činnosti – procházky, povídání si.

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Šachy, karetní hry, stolní a deskové hry

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Počítačové hry, X-box, on-line hry

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Hudbu, zpěv, hraní na hudební nástroj

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Hraní divadla, dramatický kroužek, pantomima

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Výtvarné činnosti, sochařství, malování, keramika

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Čtení knih, časopisů, autorské psaní poezie nebo prózy

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Vaření, domácí práce, práce na zahradě

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Péči o zvířata (pes, kočka, rybičky, morčata aj.)

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Sbírání různých předmětů (známek, letadel, samolepek aj.)

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Návštěvu diskoték (reprodukováná hudba), koncertů živých kapel,

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Návštěvu sportovních utkání, zápasů

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Spravování vlastního blogu, webových stránek

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Návštěvu kina, divadla

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Návštěvu muzeí, zámků, výstav

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně
2x týdně nebo častěji

Jiné kroužky nebo záliby (rybaření, skaut, účast ve sdružení, účast na táborech, návštěva obchodních domů – „shopování“). Případně doplň.

.....

Nevěnuji se této činnosti
Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)
2x až 3x měsíčně
Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

.....

Nevěnuji se této činnosti

Věnuji se nepravidelně (1x – 2x za rok)

2x až 3x měsíčně

Asi tak jednou týdně

2x týdně nebo častěji

11. Kde se účastníš pohybových aktivit nebo her (můžeš označit více možností):

Pouze ve škole při tělesné výchově

Ve škole se neúčastním, do tělesné výchovy nechodím ze zdravotních důvodů

Mimo školu s kamarády

Mimo školu s rodinou

Ve sportovním kroužku při škole

Ve sportovním kroužku mimo školu

Jinde (prosím doplň)

Pokud mluvíme o pití alkoholu, nemáme tím na mysli například to, že jste pivo nebo víno pouze ochutnali. Pitím alkoholu myslíme to, že jste vypili celou sklenici nebo i více sklenic piva nebo vína. Pokud mluvíme o kouření cigaret nebo marihuany, myslíme tím vykouření (nebo téměř vykouření) jedné cigarety nebo jointu.

12. Kolikrát jsi dělal některou z následujících věcí za posledních 30 dní?

Zaškrtni, prosím, jedno políčko pro každý řádek.

Kouřil/a cigarety

nikdy

1-2 krát

3-5 krát

6-9 krát

10-19 krát

20 anebo víckrát

Pil/a alkohol

nikdy

1-2 krát

3-5 krát

6-9 krát

10-19 krát

20 anebo víckrát

ZBYTEK OTÁZKY VYPLŇ POUZE POKUD JE TI 15 LET

Byl/a opilý/á

nikdy

1-2 krát

3-5 krát

6-9 krát

10-19 krát

20 anebo víckrát

Užil/a marihuana (trávu, gandžu, marušku, haš)

nikdy

1-2 krát

3-5 krát

6-9 krát

10-19 krát

20 anebo víckrát

13. *Tuto otázku vyplňuj pouze v případě, že Ti je 15 let! Pokud Ti je méně, pak tuto otázku přeskoč.*

Vzpomeň si na situace, kdy jsi pil/a pivo, víno, tvrdý alkohol nebo kouřil/a cigarety či marihuanu v průběhu posledních 12 měsíců. Které z těchto věcí jsi pil nebo kouřil za posledních 12 měsíců.

Pivo nebo víno

Tvrdý alkohol

Cigarety

Marihuanu

Nepil/nekouřil

Pokud jsi zaškrtnl Nepil/nekouřil, pak dál již tuto otázku nevyplňuj!!!

Uveď, prosím, jak často si pil/a nebo kouřil/a z následujících důvodů:

Zaškrtni, prosím, políčko pro každý řádek.

protože Ti to pomáhá užít si párty/večírek

Nikdy

Někdy

Občas

Většinou

Vždy

protože Ti to pomáhá, když se cítíš sklíčený/á nebo nervózní

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

aby ses rozveselil, když máš špatnou náladu

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

protože Ti to dává příjemný pocit

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

aby ses dostal/a do nálady

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

protože to dělá společenské setkání zábavnější

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

aby jsi zapadl/a do skupiny, kterou máš rád/a

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

protože to zlepšuje párty a oslavy

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

aby jsi zapomněl/la na svoje problémy

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

protože je to zábava

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

aby jsi byl/a oblíbený/á

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

aby ses necítil/la vynechaný/á

Nikdy
Někdy
Občas
Většinou
Vždy

14. Co si myslíš, jaké jsou tvoje výsledky ve škole v porovnání se spolužáky?

Velmi dobré
Dobré
Průměrné
Podprůměrné

15. Nakolik se cítíš být pod tlakem při řešení školních povinností?

Vůbec
Trochu, málo
Celkem dost
Velmi

16. Toto jsou výroky o spolužácích z tvé třídy. Označ, prosím, do jaké míry s těmito výroky souhlasíš. (v každé řádce musí být jen jeden křížek)

Žáci v naší třídě jsou rádi spolu.

Zcela souhlasím
Souhlasím
Ani nesouhlasím, ani souhlasím
Nesouhlasím
Zcela nesouhlasím

Většina žáků v naší třídě je milá a ochotná pomoci.

Zcela souhlasím
Souhlasím
Ani nesouhlasím, ani souhlasím
Nesouhlasím
Zcela nesouhlasím

Spolužáci mě berou takového/vou, jaký/á jsem.

Zcela souhlasím
Souhlasím
Ani nesouhlasím, ani souhlasím
Nesouhlasím
Zcela nesouhlasím

17. Řekl/la bys, že tvoje zdraví je.....?

Vynikající
Dobré
Ne moc dobré
Špatné

Pokud máš zdravotní problémy nebo jsi dlouhodobě nemocný, zakřížkuj prosím, která kategorie Tvůj stav nejlépe popisuje. Případně kterou kompenzační pomůcku využíváš. Můžeš zakřížkovat i více možností.

18. Pohybové omezení nebo tělesné postižení

Ne. Pokračuj otázkou 19.

Ano. Zaškrtni všechny hodící se následující možnosti.

Mám:

Dětskou mozkovou obrnu
Rozštěp páteře
Rozštěp patra, rtu
Myopatii (např. duchenova svalová dystrofie aj.)
Amputaci
Nevyvinutí dolní nebo horní končetiny
Tělesné postižení od narození
Tělesné postižení vzniklé v průběhu života (např. úraz)

Používám:

vozik mechanický
vozik elektrický
berle
protézu

19. Problémy v komunikaci (řeči).

Ne. Pokračuj otázkou 20.

Ano. Zaškrtni všechny hodící se následující možnosti.

Od narození
Vzniklé v průběhu života
Průběžné se zhoršující
Průběžné se zlepšující

20. Problémy v učení (specifické poruchy učení)

Ne. Pokračuj otázkou 21.

Ano. Zaškrtni všechny hodící se následující možnosti.

Problémy ve čtení (dyslexie)
Problémy v psaní (dysgrafie, dysortografie)
Problémy v počítání (dyskalkulie)
.....

21. Jiné dlouhodobé zdravotní problémy, při kterých musíš vyhledávat lékaře.

Chronické onemocnění dýchacích cest, astma
Těžká alergie
Poruchy pozornosti s hyperaktivitou (ADHD)
Poruchy pozornosti bez hyperaktivity (ADD)
Diabetes
Onkologické onemocnění
Neurologické onemocnění (např. epilepsie)

Psychické problémy (chronické deprese, poruchy příjmu potravin)
Pokud máš jiné zdravotní problémy, napiš

Nemám dlouhodobé zdravotní problémy.

22. Problémy se zrakem (zrakové postižení)

Ne. Pokračuj otázkou 23.

Ano. Zaškrtni všechny hodící se následující možnosti.

Od narození

Vzniklé v průběhu života

Průběžné se zhoršující

Používám bílou hůl

Nepoužívám bílou hůl

23. Problémy se sluchem (sluchové postižení)

Ne. Pokračuj otázkou 24.

Ano. Zaškrtni všechny hodící se následující možnosti.

Od narození

Vzniklé v průběhu života

Průběžné se zhoršující

Mám kochleární implantát

Jsem uživatelem znakového jazyka

Znakový jazyk běžné nepoužívám

24. Toto je obrázek žebříku. Vrchní část žebříku "10" je Tvůj nejlepší možný život a spodní část žebříku „0“ je Tvůj nejhorší možný život.

Posuď, kde cítíš, že stojíš na tomto žebříku ty v tuto chvíli?

Zaškrtni políčko vedle čísla, které nejlépe popisuje, kde stojíš Ty.

10 Nejlepší možný život

9

8

7

6

5

4

3

2

1

0 Nejhorší možný život

25. Za posledních 6 měsíců: Jak často se Ti stalo, že?

Zaškrtni, prosím, jedno políčko pro každý řádek.

1. Tě bolela hlava

Asi každý den
Víc než jednou za týden
Asi každý týden
Asi každý měsíc
Málokdy nebo nikdy

2. Tě bolelo břicho

Asi každý den
Víc než jednou za týden
Asi každý týden
Asi každý měsíc
Málokdy nebo nikdy

3. Tě bolela záda

Asi každý den
Víc než jednou za týden
Asi každý týden
Asi každý měsíc
Málokdy nebo nikdy

4. jsi byl/a smutný/á, na dně

Asi každý den
Víc než jednou za týden
Asi každý týden
Asi každý měsíc
Málokdy nebo nikdy

5. jsi byl podrážděný/á anebo jsi měl/a špatnou náladu

Asi každý den
Víc než jednou za týden
Asi každý týden
Asi každý měsíc
Málokdy nebo nikdy

6. jsi měl/a pocit nervozity

Asi každý den
Víc než jednou za týden

Asi každý týden
Asi každý měsíc
Málokdy nebo nikdy

7. jsi měl/a problém usnout

Asi každý den
Víc než jednou za týden
Asi každý týden
Asi každý měsíc
Málokdy nebo nikdy

8. se Ti točila hlava (závratě)

Asi každý den
Víc než jednou za týden
Asi každý týden
Asi každý měsíc
Málokdy nebo nikdy

**26. Myslíš si, že vypadáš pro své okolí atraktivně (jsi pěkný/á), máš pěkný vzhled?
Myslím si, že jsem:**

Určitě atraktivní
Docela to ujde
Cítím se „nic moc“
Ne, nejsem atraktivní
Nedokážu určit

Toto jsou některé otázky zaměřené na šikanování. Mluvíme, že spolužák/čka je ŠIKANOVANÝ/Á, když, mu jiný spolužák/čka nebo skupina spolužáků říká/jí nebo dělá/jí protivné a nepříjemné věci. Šikanování je také když se spolužáku/čce opakovaně posmívají způsobem, který mu není příjemný, nebo když je spolužák/čka schválně vyloučený/á z kolektivu. ŠIKANOVÁNÍ ALE NENÍ, když se dva spolužáci/čky zhruba stejně silní/é hádají nebo bijí. Šikanování také není, když se spolužák/ačka popichují kamarádkým a hravým způsobem.

27. Jak často Ti ve škole někdo tímto způsobem ubližoval za posledních pár měsíců?

Za posledních pár měsíců se mi to ve škole nestalo
Stalo se mně to jen jednou nebo dvakrát
2 nebo 3 krát měsíčně
Asi jednou za týden
Několikrát za týden

28. Jak často ses sám podílel na takovém chování vůči jinému/ým spolužákovi/ům ve škole za posledních pár měsíců?

Nepodílel jsem se na takovém chování vůči jinému/ým spolužákovi/ům ve škole
za posledních pár měsíců
Stalo se to jen jednou nebo dvakrát
2 nebo 3 krát měsíčně
Asi jednou za týden
Několikrát za týden

29. Označ křížkem, kterou/á z následujících situací ve škole....

Výsměch, kruté přezdívky

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Výhrůžky, slovní urážky

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Pomlouvání, šíření nepravdivých informací

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Výsměch pro barvu pleti

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Výsměch z postavy, z nadváhy, podvýživy

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Výsměch z náboženských důvodů nebo víry

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Vtipkování se sexuálním podtextem (slovy nebo gesty)

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Ubližování přes počítač, e-mail, facebook

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Ubližování přes mobilní telefon

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Zastrašování

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Fyzické napadení, rvačka

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Nedovolené/svévolné půjčování cizích věcí

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

Vymáhání „potupných“ příkazů

... jsi viděl/a
... se ti stala
... jsi sám dělal/a jiným

30. O této události jsem informoval/a...

Spolužáky
Učitele
Školního psychologa nebo výchovného poradce
Rodiče, příbuzné
Neřekl/a jsem to nikomu

31. Kolikrát ses účastnil bitky v průběhu posledních 12-ti měsíců.

Neúčastnil jsem se bitky v posledních 12-ti měsících.

- 1 krát
- 2 krát
- 3 krát
- 4 nebo víckrát

32. Rodina, v které žiješ je...

- Úplná vlastní (oba rodiče jsou vlastní)
- Úplná, ale jeden z rodičů není vlastní
- Neúplná (žiju jen s jedním rodičem)

33. Má Tvůj otec práci?

- Ano
- Ne
- Nevím
- Nevím, protože se s ním nestýkám

Má Tvá matka práci?

- Ano
- Ne
- Nevím
- Nevím, protože se s ní nestýkám

34. Jak snadné je pro Tebe hovořit s uvedenými osobami o věcech, které Tě opravdu trápí?

Zaškrtni, prosím, jedno políčko pro každý řádek.

Vlastní otec

- Velmi snadné
- Snadné
- Těžké
- Velmi těžké
- Nemám nebo nepotkávám takovou osobu

Vlastní matka

- Velmi snadné
- Snadné
- Těžké

Velmi těžké
Nemám nebo nepotkávám takovou osobu

Partnerka mého otce

Velmi snadné
Snadné
Těžké
Velmi těžké
Nemám nebo nepotkávám takovou osobu

Partner mojí matky

Velmi snadné
Snadné
Těžké
Velmi těžké
Nemám nebo nepotkávám takovou osobu

35. Nakolik ví Tvoje matka ve skutečnosti o tom?

Kdo jsou Tvoji přátelé

Ví hodně
Ví málo
Neví nic
Nemám nebo se s ní nevidám

Za co utrácíš svoje peníze

Ví hodně
Ví málo
Neví nic
Nemám nebo se s ní nevidám

Kde jsi po skončení školy

Ví hodně
Ví málo
Neví nic
Nemám nebo se s ní nevidám

Kam chodíš večer

Ví hodně
Ví málo

Neví nic
Nemám nebo se s ní nevidám

Co děláš ve svém volném čase

Ví hodně
Ví málo
Neví nic
Nemám nebo se s ní nevidám

36. Nakolik ví Tvůj otec ve skutečnosti o tom?

Kdo jsou tvoji přátelé

Ví hodně
Ví málo
Neví nic

Nemám nebo se s ním nevidám

Za co utrácíš svoje peníze

Ví hodně
Ví málo
Neví nic

Nemám nebo se s ním nevidám

Kde jsi po skončení školy

Ví hodně
Ví málo
Neví nic

Nemám nebo se s ním nevidám

Kam chodíš večer

Ví hodně
Ví málo
Neví nic

Nemám nebo se s ním nevidám

Co děláš ve svém volném čase

Ví hodně
Ví málo
Neví nic
Nemám nebo se s ním nevidám

37. Moje matka....

mně pomáhá tolik, kolik potřebuji

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svoji matku

mně dovolí dělat věci, které dělám rád/a

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svoji matku

mě má ráda

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svoji matku

rozumí mým problémům a starostem

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svoji matku

mně dovolí dělat moje vlastní rozhodnutí

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svoji matku

se snaží řídit/organizovat vše co dělám

Téměř vždy
Někdy

Nikdy
Nemám nebo nevidám svoji matku

zachází se mnou jako s malým děckem

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svoji matku

povzbudí mě, když jsem rozrušený/á

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svoji matku

38. Můj otec....

mně pomáhá tolik, kolik potřebuji

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svého otce

mně dovolí dělat věci, které dělám rád/a

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svého otce

má mě rád

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svého otce

rozumí mým problémům a starostem

Téměř vždy
Někdy
Nikdy
Nemám nebo nevidám svého otce

mně dovolí dělat moje vlastní rozhodnutí

Téměř vždy

Někdy

Nikdy

Nemám nebo nevidám svého otce

se snaží řídit/organizovat vše co dělám

Téměř vždy

Někdy

Nikdy

Nemám nebo nevidám svého otce

zachází se mnou jako s malým děckem

Téměř vždy

Někdy

Nikdy

Nemám nebo nevidám svého otce

povzbudí mě, když jsem rozrušený/á

Téměř vždy

Někdy

Nikdy

Nemám nebo nevidám svého otce

39. Jak moc je podle Tebe náboženská víra důležitá pro tvůj život?

Označ jednu z možností, která Tě nejvíc vystihuje od 1 - 7.

1 Vůbec není důležitá

2

3

4 Mám neutrální postoj k víře

5

6

7 Absolutně důležitá

40. Kolik máš v současnosti blízkých kamarádů anebo kamarádek?

Zaškrtni, prosím, jedno políčko pro každý sloupec.

Chlapců

Žádného

Jednoho

Dva

Tři anebo více

Děvčat

Žádnou

Jednu

Dvě

Tři anebo více

41. Kolik dní v týdnu obvykle trávíš čas hned po vyučování se svými kamarádkami/kamarády?

0 dní

1 den

2 dny

3 dny

4 dny

5 dní

6 dní

42. Jak často se díváš na televizi, hraješ hry na počítači nebo používáš internet (facebook, emaily, ...)

Televize

Vůbec

Asi půl hodiny denně

Asi hodinu denně

Asi dvě hodiny denně

Asi tři hodiny denně

Asi čtyři hodiny denně

Asi pět hodin denně

Asi šest hodin denně

Více než šest hodin denně

Hry na počítači

Vůbec

Asi půl hodiny denně

Asi hodinu denně

Asi dvě hodiny denně

Asi tři hodiny denně

Asi čtyři hodiny denně

Asi pět hodin denně

Asi šest hodin denně

Více než šest hodin denně

Internet

Vůbec

Asi půl hodiny denně

Asi hodinu denně

Asi dvě hodiny denně

Asi tři hodiny denně

Asi čtyři hodiny denně

Asi pět hodin denně

Asi šest hodin denně

Více než šest hodin denně

43. V této otázce nás zajímají činnosti, které jsou rodiny zvyklé dělat spolu. Jak často děláš společně se svou rodinou následující činnosti? Zaškrtni, prosím, v každém řádku jednu odpověď.

Díváme se spolu na televizi (video, DVD, blu-ray)

každý den

skoro každý den

asi 1x za týden

méně často

nikdy

Hrajeme spolu společenské hry.

každý den

skoro každý den

asi 1x za týden

méně často

nikdy

Jíme spolu (snídaně, oběd nebo večeři).

každý den

skoro každý den

asi 1x za týden

méně často

nikdy

Chodíme spolu na procházky.

každý den

skoro každý den

asi 1x za týden

méně často

nikdy

Navštěvujeme spolu různá místa.

každý den
skoro každý den
asi 1x za týden
méně často
nikdy

Navštěvujeme spolu přátele nebo příbuzné.

každý den
skoro každý den
asi 1x za týden
méně často
nikdy

Sportujeme spolu.

každý den
skoro každý den
asi 1x za týden
méně často
nikdy

Sedíme a povídáme si spolu o různých věcech.

každý den
skoro každý den
asi 1x za týden
méně často
nikdy

44. Tady je seznam tvrzení, které se týkají pravidel v některých rodinách. Zaškrtni, prosím, do jaké míry jednotlivá pravidla platí v Tvoji rodině. Zaškrtni, prosím, v každém řádku jednu odpověď.

Moji rodiče mi určují, jak dlouho se můžu dívat na televizi.

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

Moji rodiče mi kontrolují, jaký program v televizi sleduji.

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

Moji rodiče mi dovolí sledovat v televizi všechny programy bez ohledu na to, jestli jsou pro mě vhodné.

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

Moji rodiče mi určují, jak dlouho si můžu hrát na počítači.

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

Moji rodiče mi určují, jak dlouho můžu být na internetu (kromě přípravy do školy).

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

Moji rodiče kontrolují, co na počítači dělám.

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

Moji rodiče mi dovolí na internetu sledovat všechno, bez ohledu na to, jestli je to pro mě vhodné.

vždy
většinou
příležitostně
někdy

nikdy

Moji rodiče mi určují, jak dlouho můžu být po škole venku.

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

V mojí rodině je snídaně povinnou součástí dne.

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

V mojí rodině je dovolené jíst (obědovat, večeřet) před televizí nebo počítačem.

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

Moji rodiče mi dovolují jíst sladkosti a pít slazené nápoje (např. kolu, fantu, kofolu).

vždy
většinou
příležitostně
někdy
nikdy

45. Následující výroky se týkají Tvých vztahů s ostatními. Do jaké míry je v Tvém případě každý z těchto výroků pravdivý nebo nepravdivý?

Zaškrtni, prosím, jedno políčko pro každý řádek.

Jsem vždy zdvořilý/á (slušný/á), dokonce i k lidem, kteří jsou protivní.

Určitě pravdivý
Většinou pravdivý
Ani nesouhlasím, ani souhlasím
Většinou nepravdivý
Určitě nepravdivý

Už se mi stalo, že jsem někoho využil/a.

Určitě pravdivý
Většinou pravdivý
Ani nesouhlasím, ani souhlasím
Většinou nepravdivý
Určitě nepravdivý

Někdy raději než odpustit a zapomenout se pokouším o odplatu. (Když mi někdo ublíží, snažím se mu to vrátit).

Určitě pravdivý
Většinou pravdivý
Ani nesouhlasím, ani souhlasím
Většinou nepravdivý
Určitě nepravdivý

Někdy mě štve, když není po mém.

Určitě pravdivý
Většinou pravdivý
Ani nesouhlasím, ani souhlasím
Většinou nepravdivý
Určitě nepravdivý

Jsem vždy dobrý/á posluchač/ka, bez ohledu na to, s kým se bavím.

Určitě pravdivý
Většinou pravdivý
Ani nesouhlasím, ani souhlasím
Většinou nepravdivý
Určitě nepravdivý

46. Označ jednu z možností, která nejvíc vystihuje Tvoji současnou situaci.

Vidím před sebou jenom špatné věci a žádné dobré.

souhlasím
nesouhlasím

Opravdu nemá cenu snažit se získat to, co chci, protože to pravděpodobně stejně nedosáhnu.

souhlasím
nesouhlasím

Rovnou to můžu vzdát, protože i tak nemůžu změnit věci ve svůj prospěch.

souhlasím
nesouhlasím

Momentálně nemám štěstí a není důvod si myslet, že ho budu mít, až budu starší.

souhlasím
nesouhlasím

Nikdy nedostanu to, co chci, takže je hloupé cokoliv chtít.

souhlasím
nesouhlasím

47. Umím něco, pro co mě mohou druzí obdivovat?

Určitě ano
Je toho dost, co dokážu
Něco by se našlo
Není toho moc
Neumím a nemám nic, co by stálo za obdiv

**48. Byly některé otázky, na které se Ti těžko odpovídalo, nerozuměl/a jsi jim
nebo si
na ně nechtěl/a odpovědět? Napiš, které to byly otázky a proč.**

Otázka č. a důvod/y