



**Univerzita Palackého v Olomouci**

**Pedagogická fakulta**

**Ústav pedagogiky a sociálních studií**

**Diplomová práce**

Ondřej Fišer

**Prevence jako součást výchovy v rodině**

**Olomouc 2017**

**Vedoucí práce: doc. Mgr. Štefan Chudý Ph.D.**

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem práci na téma *Prevence jako součást výchovy v rodině* vypracoval sám a uvedl veškerou literaturu, z které jsem čerpal.

V Olomouci dne 8. prosince 2017

.....

## **Poděkování**

Rád bych poděkoval za vedení diplomové práce, cenné rady, poskytování materiálových podkladů a za čas, který mi věnoval, a to panu Mgr. Štefanu Chudému, Ph. D.

## Anotace

Jméno a příjmení	Ondřej Fišer
Katedra	Ústav pedagogiky a sociálních studií
Vedoucí práce	Doc. Mgr. Štefan Chudý, Ph. D.
Rok obhajoby	2018
Název práce	Prevence jako součást výchovy v rodině
Název práce v angličtině	Prevention as part of family education
Anotace práce	<p>Předkládaná diplomová práce se za pomoci strukturovaných rozhovorů zabývá výchovou v rodině a prevencí závislostí s cílem poskytnout doporučení a strategie pro konkrétní rodiny vybrané do výzkumného vzorku. Pedagogická doporučení vznikla na základě teoretického výzkumu pojmu rodina a jejích forem a funkcí. Práce popisuje metody, styly, cíle a rizika výchovy jak v samotných rodinách, tak v rámci předmětu výchova ke zdraví na základních školách. Blíže se zaměřuje právě na výchovná rizika, a to zejména na závislosti na návykových látkách a internetu, a shrnuje preventivní možnosti a zásady s ohledem na vykonavatele primární prevence.</p>
Klíčová slova	Rodina, výchova, prevence, děti, drogy, internet
Anotace v angličtině/ Summary	<p>This diploma thesis deals with upbringing in the family and prevention of addictions in order to provide recommendations and strategies via structured interviews with a particular number of families selected for the research sample. The pedagogical recommendations were based on the theoretical research of the concept of family and its various forms and functions. The thesis describes the methods, styles, goals and risks of upbringing both in families themselves and within the subject of health education in the elementary schools. The thesis focuses mainly on educational risks, especially on drug addiction and the Internet addiction, and also summarizes preventive options and principles with regard to primary prevention providers.</p>
Klíčová slova v angličtině/ Key words	Family, upbringing, prevention, children, drugs, internet
Rozsah práce	99 stran
Přílohy vázané v práci	Bez příloh
Jazyk práce	Čeština

# Obsah

ÚVOD.....	8
<b>1 TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>9</b>
1.1 RODINA A JEJÍ FUNKCE .....	9
1.1.1 Funkce rodiny .....	10
1.1.2 Rodinné prostředí.....	12
1.1.3 Charakteristika současné rodiny.....	13
1.1.4 Základní psychické potřeby.....	13
1.2 VÝCHOVA V RODINĚ.....	15
1.2.1 Cíle výchovy.....	16
1.2.2 Rizika v rodinné výchově.....	17
1.2.3. Prostředí a jeho vliv na jedince.....	19
1.2.4 Výchovné styly, prostředky a metody.....	19
1.2.5 Metody výchovy.....	20
1.3 RODINNÁ VÝCHOVA JAKO VYUČOVACÍ PŘEDMĚT NA ZÁKLADNÍ ŠKOLE.....	22
1.3.1 Klíčové kompetence získané během výuky.....	24
1.3.2 Realizace vyučovacího předmětu.....	25
1.3.3. Metody a formy práce.....	25
1.4 ZÁVISLOSTNÍ CHOVÁNÍ.....	27
1.4.1 Droga.....	27
1.4.2 Drogová závislost.....	28
1.4.3 Faktory vzniku závislosti.....	30
1.4.4 Neurobiologie a psychopatologie závislosti.....	31
1.4.5 Rodinné faktory ovlivňující závislost.....	31
1.4.6 Klasifikace závislostí ve vztahu k rodinnému prostředí.....	34
1.4.7 Varovná znamení, která signalizují užívání drog a jak reagovat.....	35
1.5. ZÁVISLOST NA INTERNETU.....	37
1.5.1 Psychologická a sociální rizika, spojená s netolismem.....	40
1.5.2 Fyzické příznaky a důsledky netomanie.....	40
1.5.3 Faktory vzniku závislosti na internetu.....	41
1.6 PREVENCE ZÁVISLOSTÍ.....	43
1.6.1 Pojem prevence.....	43
1.6.2 Zásady prevence v rodině.....	45
1.6.3 Výkonavatelé primární prevence.....	46

<b>2 PRAKTICKÁ ČÁST.....</b>	<b>49</b>
2.1 KVALITATIVNÍ VÝZKUM .....	49
2.1.2 Výzkumné otázky.....	49
2.1.3 Metodologie.....	50
2.1.4 Realizace výzkumu.....	51
2.1.5 Metoda výzkumu – hloubkový rozhovor.....	87
2.1.6 Výsledky šetření.....	91
2.1.7 Shrnutí výzkumu a doporučení.....	92
<b>ZÁVĚR.....</b>	<b>94</b>
<b>SEZNAM LITERATURY A ZDROJŮ.....</b>	<b>95</b>

„Koho chceme naučit ušlechtilým mravům, musíme ho otesávat v citlivém věku. A kdo chce dělat velké pokroky ve studiu moudrosti, tomu se musí otevírat smysly pro všechno už v prvních letech, dokud má živý zápal, bystrý um a čerstvou paměť. Naopak krajní nebezpečí je, jak člověku nevštěpují blahodárná životní pravidla od samé kolíčky.“

Jan Amos Komenský

# Úvod

Téma předkládané diplomové práce jsem si vybral, protože mne vždy zajímalo, jaký má výchova vliv na dítě. Vnímám také, že děti začínají experimentovat s návykovými látkami stále v nižším věku. Pozoruju také, jak v nízkém věku se z dětí stávají každodenní uživatelé internetu. Přitom rizika užívání internetu určitě nejsou malé. Říkal jsem si, že jednou budu také rodič, a tak jsem se chtěl dozvědět co nejvíce o této problematice, aby se drogám a jiným závislostem moje dítě vyhnulo. K tomu je zapotřebí výchova proti závislosti.

Domnívám se, že každá společnost a její budoucnost, ať už se na ni díváme z jakéhokoliv úhlu, je závislá na kvalitě výchovného působení. Navíc na naše děti čeká díky změnám dnešního světa stále více nebezpečí. Výchova tudíž není a nikdy ani nebyla jednoduchá věc.

V této diplomové práci se zabývám především prevencí jako součástí výchovného působení. Práce je rozdělena na teoretickou část a praktickou část. Teoretickou část tvoří šest kapitol, které jsou dále děleny do podkapitol. V první kapitole popisuji, co je to rodina a jaké plní funkce. Zajímám se o prostředí rodiny a charakterizuji současnou rodinu. V druhé kapitole blíže popisuji výchovu v rodině, jaké jsou její cíle a rizika. Uvádím také několik výchovných metod, prostředků a stylů. Další kapitola v pořadí třetí se zabývá výchovou na půdě základní školy. Přesněji výchovou ke zdraví na druhém stupni základní školy. Kapitola se věnuje předmětu výchova ke zdraví, kompetencím získaných během výuky a realizací vyučovacího procesu. Čtvrtá kapitola je potom o závislostech a s tím spojených rizicích. V této kapitole se také věnuji pojmu droga a drogová závislost. Tyto informace jsou nezbytné k pochopení dané problematiky. Pátá kapitola se pak samostatně věnuje závislosti na internetu. Udávám zde krátkou historii internetu, jak vzniká závislost na internetu, co taková závislost způsobuje a jak se projevuje. Poslední kapitola teoretické části se věnuje samostatné prevenci. Co to je, jaké má zásady a kdo jsou její vykonavatelé, respektive, kdo jsou vykonavatelé primární prevence.

V praktické části jsem provedl kvalitativní výzkum a pomocí devatenácti otázek a několika doplňujících otázek jsem provedl strukturovaný rozhovor s deseti rodinami. Mezi respondenty byly náhodně vybrány rodiny, které mají dítě na druhém stupni základní školy. Cílem výzkumu byl sběr informací o rodině a tím získat pohled na výchovu a prevenci v rodině. Na základě výzkumu jsem potom navrhl rodičům několik postřehů a doporučení.



# I. Teoretická část

## 1.1 Rodina a její funkce

V této kapitole popíšu, co je to rodina a uvedu několik definic. Dále popisuji, co rodina umožňuje a jaké má podoby, připojím také několik základních funkcí rodiny, které ovlivňují rozvoj všech jejích členů.

I přes veškeré změny, ke kterým působením času dochází, a kdy se objevuje stále více neúplných rodin či soužití bez uzavření sňatku. Víme, že lidé stále touží po rodině a sdílení hodnot v ní.

Řada jazyků přebrala z latiny slovo „familia“, které vzniklo od slova „famulus“ což znamenalo v latině slovo sluha. Ve starém Římě si totiž muž kupoval ženu, aby mu sloužila. V dnešní době je rodina je obvykle definována jako sociální skupina, která má povinnost vychovávat svoje děti, vzniká sňatkem a je spjatá příbuzenstvím, či adopcí. V dnešní době ovšem roste trend soužití partnerů a jejich dětí bez uzavření manželství. Problémem v posledních letech je také snaha o vytvoření právního rámce, který by povoloval registrované partnerství pro homosexuální partnery, které by taktéž dovoloval adoptovat děti a vychovávat je (Malach, 2010, s. 99).

Jozef Výrost definuje rodinu jako socializačního činitele, který poskytuje potomkům vzory se kterými se dítě identifikuje. Seznamuje ho s chováním, které je ve společnosti „normální“, a učí jedince reagovat vhodným způsobem na nejrůznější životní situace. Pod vlivem rodiny si jedinec vštěpuje normy společnosti, postoj k okolí i k sobě samému (Výrost, 1998, s. 304).

Možný (2008, s. 14) definuje rodinu jako zařízení, které má za úkol vytvářet vhodné ochranné prostředí pro reprodukci. Svou stabilitou nezpomaluje vývoj společnosti, nýbrž naopak svou stabilitou napomáhá i stabilitě společnosti.

Dnešní rodina může mít různé podoby, jako je základní („jádrová“) a širší rodina, lišící se podle počtu společně žijících příbuzných. Základní rodinu tvoří otec, matka a děti, zatímco širší rodina navíc zahrnuje prarodiče a ostatní příbuzné. Úplná rodina se skládá z obou rodičů a jejich dětí. V neúplné rodině potom chybí jeden z rodičů. O rozšířené rodině mluvíme tehdy, když se rodina skládá z vdovy nebo vdovce a například syna s manželkou. Doplněná rodina znamená, že se například po rozvodu či smrti partnera matka znovu vdá. Dále můžeme hovořit o funkční a dysfunkční rodině, kdy funkční rodina plní všechny základní funkce, a naopak dysfunkční je neplní, nebo je neplní dobře. S tím je spojená také rodina stabilní a

nestabilní. Zatímco stabilní projevuje své kvality po dlouhé období, v nestabilní rodině dochází k častým výkyvům (Malach, 2010, s. 99-101).

Možný (2008, s.38-39) se ve své knize zmiňuje o konzervativních tradicích v sociologii rodiny pomocí Le Playových rodinných typů:

1. **Příbuzenská rodina** – členové rodiny pracují bez nároků na odměnu ve prospěch rodiny. Pracují pro vlastnictví rodiny, jelikož sami žádné nemají. Tato rodina se skládá z vícero nukleárních rodin.
2. **Nestabilní rodina** – je následkem individualismu. Nemá tolik členů, jako příbuzenská rodina. Žijí v ní jen rodiče a neprovdané děti, které po sňatku rodinu opouštějí, kdy po odchodu nepocítují k rodině žádné závazky. Členové takých rodin často umírají osamoceni.
3. **Rozvětvená rodina**- Základem je rodinný dům. Nejstarší syn zůstává i se svojí rodinou v domě a přebírá odpovědnost a dodržuje rodinné tradice.

Zdravou rodinu, neboli funkční rodinu, můžeme charakterizovat na základě čtyř aspektů podle Satirové (2006). Prvním aspektem zmiňuje sebehodnocení. U zdravé rodiny je toto sebehodnocení vysoké. Komunikace, která představuje druhý aspekt, je v takové rodině přímá, zřetelná a upřímná. Třetí aspekt jsou pravidla. Ve funkční rodině jsou pravidla jasně dána a jsou pružná, humánní, přiměřená a měřitelná. Jako čtvrtý aspekt poslouží společenské vazby, které by měly být dobré, otevřené a důvěřivé.

### 1.1.1 Funkce rodiny

Funkcemi rodiny se rozumí určitá očekávání, která by měla ve společnosti splňovat. Přitom také pozitivně ovlivňovat rozvoj všech členů a kvalitu jejich života. Rodina má několik funkcí, které jsou vzájemně propojené. Jako příklad mohu uvést lásku matky k dítěti (emocionální funkce), která dítěti odpustí mnohé prohřešky a výchovná funkce je tak negativně ovlivněna láskou (emocemi) matky (Malach, 2010, s. 101-103).

- **Ekonomicko - zabezpečovací funkce**

Rodina je jednotkou, která se podílí na získávání a využívání finančních prostředků, s tím je samozřejmě spojeno zabezpečení rodiny z ekonomického hlediska. Také vyjadřuje zapojení do ekonomického a společenského života.

- **Biologicko - reprodukční funkce**

Je chápána v sexuálním uspokojení manželů a zajišťování lidské reprodukce. Toto téma vnímáme čím dál citlivěji, jelikož z demografických statistik víme, že porodnost stále

klesá. Samozřejmě mluvím o území ČR, v některých státech mají opačný problém (Malach, 2010, s. 101-103).

- **Emocionální funkce**

Rodina ovlivňuje citový vývoj jedince a posléze i kvalitu života v dospělosti. Tato funkce se zdá být stále významnější. Citová pouta v rodině mezi jejími příslušníky, či k rodinným tradicím nebo k místu vyrůstání jsou velmi silné faktory, které ovlivňují zdravý vývoj dítěte (Stašová, 2001, s. 83).

- **Relaxační a regenerační funkce**

Zde můžeme zařadit užívání volného času, nejlépe aktivně v rámci sportovních, kulturních akcí nebo věnování se koníčkům, a tím se vyrovnávat s narůstajícím tlakem. Tlak na rodiče v zaměstnání, či děti ve škole stále roste. Volný čas je proto důležité vhodně využívat a zachovávat určitý zdravý životní styl.

- **Výchovná funkce**

Rodina má hlavní úlohu ve výchově svých dětí. Rodiče mají ze zákona povinnost o své děti pečovat a vychovávat je (Malach, 2010, s. 104).

- **Socializační funkce**

Rodina je první socializační skupinou se kterou se dítě setkává, a ta ho učí základní návyky ve společnosti. Socializace je pak důležitá nejen pro děti, ale také pro starší členy rodiny, kterým postupem věku ubývá společenských kontaktů. Je to tedy proces, kde dochází k vzájemnému působení členů rodiny (Kraus, 2001, s. 99).

Jako další funkce mohu přidat, jak uvádí Pavol Tománek (2012, s 14-15):

- **Axiologická funkce**

V každé rodině existují hodnoty, které rodina sdílí, kterými de facto žije.

- **Religiózní funkce**

Jde o působení na dítě prostřednictvím náboženství

Rodina umožňuje podle Střelce (1998, s. 158):

- soužití partnerů
- soužití rodičů a jejich dětí
- utváření vztahů v rodině
- utváření vztahů mezi rodinou a společností

## 1.1.2 Rodinné prostředí

Prvním prostředím, do kterého se většina jedinců dostává, je rodinné prostředí, kde dochází k prvotní socializaci jedince. Tato socializace ovšem probíhá zcela automaticky, bez toho aniž by si to člověk vůbec uvědomoval. Optimální by bylo, kdyby toto prostředí bylo stabilní a obsahovalo dobrou kulturní atmosféru.

Dalším faktorem ovlivňujícím rodinné prostředí je ekonomicko-materiální faktor. Kde může zařadit kvalitu profese, či zaměstnanost rodičů, kvalitu bydlení, a zda je rodina dostatečně finančně zajištěná, jak pro dobré fungování domácnosti, tak jestli je rodina schopná dítěti obstarat i vhodné podmínky pro zájmové činnosti. Třetí oblastí je oblast výchovně kulturní, kde se odráží hodnotová orientace, vzdělání a trávení volného času. Tyto nemateriální oblasti rodinného prostředí jsou také velmi významné, dokonce je jim přikládán větší význam, protože vytváří kulturní a emocionální klima rodiny (Kraus, 2014, s.139).

Malach (2010, s. 110) udává několik základních žádoucích znaků výchovného prostředí:

- Rodiče mají přirozenou autoritu
- Jsou stanoveny výchovné cíle, rodiče si na to udělají čas a vyčlení peníze
- Rodina má nepsaná dodržovaná pravidla
- Rodina učí děti odpovědnosti
- Umožňuje dětem spolurozhodování o společných záležitostech, vede dítě k sebevýchově
- Rodina poskytuje dítěti prostředky pro jejich realizaci i mimo rodinu
- V rodině se neřeší konflikty pomocí agresivity, nýbrž dialogem

Prostředí rodiny podle Tománka (2012, s.50):

1. **Mikroprostředí** – mikroprostředím rozumíme domácnost rodiny
2. **Mezoprostředí** – okruh prarodičů nebo bratranců a sestřenic
3. **Makroprostředí** – ostatní členové rodiny

Tománek (2012, s.50) pak mezi prostředí rodinné výchovy zařazuje na prvním místě rodinu, resp. domácnost, kde dochází k primární socializaci. Na druhé místo zařazuje školu. Součástí školy je výchova ke zdraví, manželství, zodpovědnému rodičovství, etická a náboženská výchova a biologie. Dalším prostředím je společnost, kluby nebo zájmové kroužky a na posledním místě Tománek uvádí křesťanské spolky nebo například skauty.

### 1.1.3 Charakteristika současné rodiny

Abychom mohli stanovovat cíle výchovy a metody jejich dosažení, musíme znát dnešní moderní rodinu.

Současnou rodinu popsala v několika bodech Stašová (2001, s.83), která se domnívá, že velké množství funkcí rodiny dnes přebírají jiné sociální instituce. Což může být nebezpečné a vést ke vzniku krize rodiny. Dále uvádí stále se zvyšující tendence žít s partnerem bez uzavření sňatku.

Snižování stability rodiny, kdy důvodem může být zakládání manželství pouze na základě emocí, na druhou stranu se dnes manželství více plánuje a ubývá díky antikoncepci nechtěných těhotenství. Bohužel rodiče se v posledních letech potkávají se stále časově náročnějším profesním životem a tím pádem mají i méně času na děti. Kvalita trávení volného času pak značně pokulhává. Dochází i k větší vytíženosti žen v pracovním procesu. Muž už není jediný úspěšný pracovník v rodině a pomalu ztrácí svojí autoritu. Rodiče stárnou a děti přebývají déle v rodině u rodičů. Ubývá mezigeneračního soužití v rodinách.

Kraus uvádí, že do roku 1990 byla nastavena určitá pravidla, jako povinnost být zaměstnaný. Po roce 1990 se objevuje nezaměstnanost, která ovlivňuje stabilitu rodin a má mnohdy vliv i na její rozpad. Nabývá změn, objevují se nevdané matky, nebo ženy, které řeší dilema, zda se věnovat rodině či kariéře. Tudíž se celkový stav společnosti mění a pohledy na rodinný život se různí. (Kraus, 2014, s. 127)

Ivo Možný (2008, s.34) dodává podle Durkheimovy představy, že se struktura rodiny mění, a často se vydělí z rodiny nukleární, jelikož synové svých otců již nejsou tolik vázáni na dům a majetek. Durkheim se domnívá, že dědění majetku stále více ztrácí na významu, to může být důvodem, proč dochází k menší stabilizaci rodiny.

### 1.1.4 Základní psychické potřeby

V rodině se uspokojují základní psychické potřeby dítěte, ale nejen potřeby dítěte, jelikož dítě působí i na rodiče a tím pádem je celý proces uspokojování potřeb oboustranný.

Matějček (1993, s. 37) vymezuje uspokojování základních potřeb:

- kvalitní podmínky ve velkém množství
- potřeba určité stálosti, řádu a smyslu v podnětech
- potřeba mít prvotní sociální a citovou vazbu
- potřeba vlastní identity a uplatnění ve společnosti

- možnost otevřené perspektivní budoucnosti

Matějček (1993, s. 37) také poukazuje na skutečnost, že jedinci vyrůstajících v přívětivé rodinné atmosféře, ve fungující rodině, splňující rodinné funkce, mají větší předpoklady stát se dobrými rodiči, než ti, kteří šťastné dětství neměli. Apeluje tedy na zodpovědné jednání a nenechat se zaskočit, třeba nečekaným otěhotněním partnerky, pokud na to rodina není připravena.

## 1.2 Výchova v rodině

V další kapitole vysvětlím pojem výchova, proč je důležitá a jaké jsou její cíle. Uvedu několik výchovných stylů, metod, prostředků výchovy a některá rizika, které ovlivňují výchovu dítěte v rodině.

Jako první ale vysvětlím velmi důležitý pojem, a to socializace. Socializace je totiž proces, díky kterému jedinec tzv. vrůstá do společnosti, osvojuje si zvyky, formy chování, pravidla, hodnoty, kulturu společnosti a normy společnosti. Jedinec začíná osvojováním návyků přes velmi důležitou řeč, a získávání hodnotové orientace se dostává do své sociální role. Nositelem primární socializace je rodina, která splňuje roli tzv. mediátora vlivu dané kultury. Cílem rodinné výchovy je uvést dítě do příslušného kulturního prostředí a naučit ho se v tomto prostředí orientovat. Důležitou součástí tohoto procesu je i tzv. sebevýchova. Ta představuje jedince, který nepodléhá tlakům a v souladu s individuálními dispozicemi se z něj stává autentická, plnohodnotná, vnitřně integrovaná osobnost. Na primární socializaci potom navazuje škola (Kraus, Poláčková et.al, 2001, s.55-57).

Bez výchovy si nedokážeme společnost představit i přesto, že se stále mění a časem nabývá nejrůznějších podob. Můžeme si ale být jisti, že nás bude provázet a z našich životů nezmizí.

V obecném pojetí je chápána jako specificky lidská činnost, která pečuje jak o správný tělesný, tak i duševní vývoj člověka (vychovatel pozitivně formuje vychovávaného). Kromě toho je také součástí výchovy osvojování nezbytných vědomostí a dovedností pro život ve společnosti, k čemuž patří i osvojování názorů a společenských norem.

Samozřejmě ve výchově spatřujeme mnoho rozdílů, které jsou podmíněné kulturou, národností, náboženstvím apod. Ostatně značně odlišné přístupy můžeme vidět v různých rodinách nebo institucích. Existuje tudíž hodně odlišných názorů na správnou výchovu.

Výchova je nástroj, který nám dává naději na neustálý společenský vývoj. Úlohou výchovy je tedy celková kultivace nejen jedince, ale celé společnosti.

Pedagogický slovník (2001, s. 277-278) vymezuje pojem výchova jako: „*Výchova je proces záměrného a cílevědomého vytváření a ovlivňování podmínek umožňujících optimální rozvoj každého jedince v souladu s individuálními dispozicemi a stimulujícími jeho vlastní snahu stát se autentickou, vnitřně integrovanou a socializovanou osobností.*“ (Janiš, Kraus, Vacek, 2010, s. 19-20)

Můžeme rozlišovat výchovu v širším a užším slova smyslu. V užším pojetí je chápána především jako působení na speciální oblast vychovávaného, jako třeba na tělesnou, estetickou

a mravní stránku osobnosti člověka. Zatímco v širším slova smyslu výchova ovlivňuje všechny oblasti výchovy a celou osobnost (Vorlíček, 2000, s. 18-20).

Malach (2010, str. 106) uvádí, že každá výchova by měla splňovat tři základní funkce, jako jsou individualizační, socializační a multikulturační. Rodiče, a nejen oni by se ve výchově měli snažit dosáhnout kvalit dítěte vhodných pro společnost tím, že bude umět zastávat své sociální role. Toho se dosáhne, bude-li výchova působit na všechny osobnostní složky jedince. Vychovávat dítě k rozumové činnosti, mravní, estetické či přípravě na profesní život.

Nesmím zapomenout zmínit, co bylo výrazně formulováno Pascalem již v sedmnáctém století a co se objevovalo už v antice u Platóna a tedy to, že se člověk rodí jako tabula rasa. Tedy čistá deska neboli duše, na které je postupem času díky socializaci nerasmazatelně zapisováno. V tomto pojetí, které můžeme znát i z racionalismu a z pera Johna Locka, jsou tedy na prvním místě zkušenosti a prostředí, které ovlivňují dítě. Na druhou stranu známe pojetí dědičnosti, které nabylo velké síly u Mendlových objevů v devatenáctém století. Po dlouhých přích se odborná obec nakonec, a to je dobře pro nás všechny, dohodla, že jde o interakci obou těchto principů (Možný, 2008, s. 165).

### **1.2.1 Cíle výchovy**

Cílem výchovy, ke kterému by výchovné instituce jako rodina a škola měly směřovat, je především utváření individuálních kvalit jedince v několika oblastech výchovy, především jako jsou rozumová oblast a oblast mravní výchovy. Estetická oblast většinou probíhá skrz instituci, stejně jako příprava na zaměstnání (Malach, 2010, s. 107).

Výchova vždy musí sledovat cíle vědomostní (teoretické) a praktické. Dále pak cíle materiální, které se zaměřují na konkrétní obsah výchovy, jako například na učební látku nebo soustavu hodnot a morálního chování. Formální cíle potom na rozvoj vlastních schopností, duševních procesů a rozvoje osobnosti. Dále pak cíl individuální sleduje rozvoj a uplatnění jedince, zatímco sociální sledují začlenění člověka do společnosti. Autonomní cíle, jsou individuální cíle, které si před sebe klade každý jedinec, zatímco heteronomní, jsou formulovány společností, ty dílčí potom sociálními skupinami. Výchovné cíle bychom mohli dále dělit na cíle, které by mapovaly vývojové fáze v životě (etapové cíle). Dále pak podle rozsahu na cíle obecné, konkrétní a jedinečné a z hlediska řízení na strategické, taktické a operativní (Janiš, Kraus, Vacek, 2010, s.46).



## 1.2.2 Rizika v rodinné výchově

Pro výchovu dětí je velmi důležitá spokojenost obou rodičů ve vztahu. Tím, že se mají rodiče rádi podporují vhodné výchovné klima a volí stejné výchovné metody. Tím rodiče potlačují riziko deprimování dětí. Rodič by měl být vůči dětem náročný, ale zároveň to nepřehánět a být citlivý. Tím se rodiče mohou vyhnout deprimování dítěte, a naopak napomoci jeho sebevědomí. Bylo prokázáno, že přílišná kontrola nebo naopak shovívavost vedou k chybné výchově (Mühlpachr, 2009, s.148).

Pokud se vztahy mezi rodiči nezlepšují a dojde k rozvodu, dochází tak k velmi napjaté atmosféře ovlivňující jejich děti. Rozvod sebou přináší pocity viny, křivdy, zlost, smutek nebo třeba samotu. Je velmi pravděpodobné, pokud se rozvod táhne dlouho, že ovlivní i děti. Rozvod sebou přináší očerňování partnera, do sporů zatahují rodiče děti, které využívají jako posla zpráv nebo naopak zatěžují dítě informacemi, ke kterým nakonec dodávají, že se to nesmí dozvědět druhý rodič. Zraněný rodič rozvodem nemusí být vždy stoprocentně schopný vést správnou výchovu, s tím souvisí nedostatečná kontrola a důslednost při výchově. Dítě se pak může začít projevovat rizikovým chováním, aby na sebe upoutalo pozornost. Může najít uvolnění v návykových látkách nebo se chovat jinak problematicky ve škole.

Velmi stresujícím pro vývoj dítěte je také stěhování. Stěhování doprovází neklid, nejistota, stres. Nové prostředí, škola, kamarádi, to vše jsou potenciaální stresori. Některé děti jen těžko nesou odloučení od starých kamarádů. Pod vlivem drog či alkoholu se potom o něco lépe seznamuje s novými lidmi. I samotné vlastnictví drogy může být prostředkem, jak si najít nové kamarády. Rodiče by si proto měli najít čas i během stěhování a s dětmi si promluvit. Věnovat pozornost projevům dítěte a případně na ně včas reagovat (Hajný, 2001, s.46-50).

K dalším rizikům patří deprese rodiče, nízká vzdělanost rodiče, finanční potíže, funkčnost rodiny, kriminalita a závislosti. Dítě by mělo mít dobrý vzor ve svých rodičích, ten by se tudíž neměl chovat asociálně či deviačně. Dalším rizikem může být nátlakové chování, které spočívá v tom, když rodič dá dítěti pokyn a ten se vykručuje. Rodič může reagovat nevhodně například ustoupením, nebo naopak také křikem a tím v dítěti posiluje nátlakové chování, kterým povzbuzuje u dítěte pocit, že křik a brek jsou funkčními nástroji, jak dosáhnout svého (Vojtová, 2010, s.91).

Neujasněné priority a hodnoty rodičů mohou v dítěti vyvolávat chaos. Stejně tak je pro nepříznivý vývoj nebezpečné, pokud rodič neumí řešit svou životní situaci a tím pádem se chová ustrašeně a je plný nejistoty. Komunikace s dítětem potom vypadá destruktivně, což má

špatný vliv na dítě, přestože dítě ujišťuje o svojí lásce. Pokud toto chování trvá dlouhodobě u dítěte v raném věku, hrozí zde nebezpečí vychování neurotického dítěte či schizofrenika (Mühlpachr, 2009, s.149).

Svoboda dítěte, která souvisí i s nezávislostí je vždy téma v rodině. Nejen svoboda dítěte, která se řeší během jeho dospívání. Je to i svoboda rodičů ve sňatku. Někteří rodiče děti se berou, kvůli nečekanému těhotenství, nebo protože chtějí uniknout z domu či jiných důvodů. Pokud se ale rodič dítěte sám ve sňatku necítí svobodně, má to vliv na atmosféru v rodině, a to dítě dokáže vycítit a může to být rizikové. Co se svobody dítěte týče, rizikovým jsou takové rodiny, kde panují extrémní podmínky. To znamená buď úplná svoboda pro dítě, nebo naopak rodič dítě nepouští na krok.

Se svobodou je spojená volnost a rodiče jsou někdy zoufalí a nevědí, kolik volnosti mohou dítěti dnes dát. Mají právo na to vědět, kam chodí jejich děti a s kým? Nejsou si jisti, kde končí odpovědnost a kde začíná nadměrná kontrola. Je ovšem důležité, aby rodiče dítěti nedávali příliš mnoho volnosti, přestože nosí domů ze školy dobré známky. Například dvanáctileté dítě špatně naloží s volným časem, které patří spíše dvacetiletému. Stejně tak je dobré znát kamarády dítěte. Na druhou stranu v rodinách, kde se vyskytly problémy s drogami existuje napětí a atmosféra, která není vhodná pro správný vývoj dítěte. V takových rodinách se objevují autoritářské styly výchovy nebo přílišná kontrola. Dítě je neustále zapřáhnuto do nějaké práce a to ho může otrávit a od rodiny odrazovat. Rodiče mohou tímto stylem dítě dotlačit i k úspěchům jenže i to nese svá rizika. Takové dítě pak nikdy nemá dost a nesnese selhání. Přílišná sebekontrola a racionalizace potom vede k nezdravému potlačování citů. To se nakonec může projevit tendencemi k alkoholu, drogám, či třeba přejídání (Hajný, 2001, 27-34)

Dalším velmi nebezpečným prvkem je násilí páchano na dětech. Jde většinou opět o řešení vlastního problému rodiče, který nezvládá komunikaci s dítětem a jako trest použije násilí. Objevuje se hlavně u dysfunkčních rodin. Při takovéto výchově je riziko, že dojde k emocionální i sociální narušenosti dítěte (Mühlpachr, 2009, s.149).

Typický výchovný rys v rizikových rodinách, rodinách problematických dětí a toxikomanů je úzký výběr výchovných postupů. V takových rodinách rodiče například mlčí, čímž dávají najevo svůj hněv nebo rezignaci. Takovou výchovu doprovází nekonečné domlouvání, směsice výčitek, vymáhání slibů, výhrůžky a manipulace. Manipulace se v takových rodinách objevuje velmi často, typické pro ni je, že to často manipulátoři ani nevědí. Dítě si pak zvyká, že je pro něj lepší manipulativním chováním dosáhnout svého mnohem jednodušší. V rodině tak ovšem mizí důvěra, přestává být zvykem nabízet pomoc nebo ji poskytovat (Hajný, 2001, s.36).

### 1.2.3 Prostředí a jeho vliv na jedince

Pojem prostředí můžeme najít jak v přírodních vědách, ve fyzice nebo chemii, tak ve vědách společenských. Nás pro tuto práci zajímá prostor, ve kterém vznikají podmínky pro rodinný život.

Jedná se tedy o mikroprostředí (bezprostřední prostor, ve kterém jedinec pobývá). To, do jaké míry prostředí ovlivňuje jedince a do jaké míry je jeho chování způsobeno genotypem je předmětem diskuzí po celá staletí. Někteří vidí veškerý vývoj člověka předurčen geneticky, jiní jako J. Lock věří, že je lidská duše po narození čistá deska.

Genotypem rozumíme soubor dispozic, které člověk má od narození, kterému geneticky předají jeho rodiče. Fenotypem pak označujeme znaky, kterými se projevuje jedinec v určitých fázích vývoje. Celý proces utváření je velmi složitý. Různá prostředí vytvářejí na jedince různý tlak. Například dítě z nižší společenské vrstvy se setkává s tlakem, který ho nutí změnit vztah např. ke komorní hudbě a vyměnit ho za zájmy, které jsou v souladu s potřebami rodiny. Takovéto prostředí může působit negativně, ale i nemusí. V jiném případě může odrazovat rodina od návykových látek. Prostředí tak může mít vliv na jednání člověka (být pro něj překážkou, ale i podporou).

Výchovná funkce prostředí se velmi mocně podílí na vývoji osobnosti. Jednání dětí se mění pod vlivem prostředí, a jak ho střídají. Každý známe situace, že se děti jinak chovají doma a jinak na výletě. Různé děti v různém prostředí vykazují podobné znaky, a to nám ukazuje, jak mocný nástroj prostředí může být.

Můžeme rozlišit výchovné působení jako přímé (přímý vliv vychovatele na vychovávaného) nebo nepřímé, kdy vychovatel vytváří podmínky, jimiž působí na vychovávaného prostřednictvím situace, využívá tak i prostředí (Kraus, Poláčková at al., 2001, s.99-107).

### 1.2.4 Výchovné styly, prostředky a metody

#### Výchovné styly

Existuje několik stylů ve výchově, které nám určují, jak rodiče projevují své city k dítěti a udává, jak ovlivňují chování dítěte. Lze je rozdělit do čtyř skupin:

1. **Nadměrně pečlivá výchova (permisivní)** – v tomto výchovném stylu rodiče projevují dítěti hodně vřelých citů. Tato láska k dítěti způsobuje, že nejsou na chování dítěte kladeny

vhodné nároky. Rodič se v podstatě vyhýbá konfrontaci s dítětem a když už dítěti pohrozí trestem, málokdy svůj slib dodrží. To má za následek, že dítě často není schopno dodržovat pravidla. Dítě má vysoké ambice, jelikož je v něm vypěstováno silné sebevědomí, které ovšem nemá pevný základ. Dítě nemá dostatečnou vytrvalost dosáhnout toho, co chce a dochází ke frustraci.

2. **Zanedbávající** – u zanedbávajícího stylu výchovy rodič neprojevuje city k dítěti. U dětí vyrůstajících v takovémto prostředí může docházet k asociálnímu chování. Rodič si vesměs dítěte nevšímá, a tím pádem na něj neklade potřebné nároky. Dítě nemá řád, který by muselo dodržovat.
3. **Autoritářský** – Rodič je na dítě velmi přísný, přísně kontroluje dodržování pravidel a pokud se tak neděje je schopen velmi přísně dítě trestat. Pravidla jsou jasně rodičem stanovena a odmítají o nich s dítětem mluvit. U dítěte potom může docházet k úzkostem či projevům agresivního chování. Tyto děti se často dostávají do konfrontace se svým okolím. Tato výchova také vyvolává negativismus, pocity křivdy a bezbrannosti
4. **Demokratický** - Rodič projevuje své city k dítěti. Není přehnaně přísný, přesto však kontroluje dodržování pravidel. Je ovšem schopný o těchto pravidlech s dítětem hovořit a pravidla tak měnit. Rodič zůstává náročný na chování dítěte, jelikož v demokratické výchově rodič stanovuje důsledky nedodržování stanovených pravidel. Dítě se vyvíjí příznivě, přiměřená kontrola nenarušuje sebedůvěru. I v době selhání dítě ví, že své nedostatky může odstranit a že je milován (Mühlpachr, 2009).

### **Prostředky výchovy**

V širším pojetí je prostředkem vše co umožňuje výchovu realizovat. To mohou být činnosti (hra, učení nebo práce), podmínky (kulturní, materiální, společenské), různé postupy a obsahy a v neposlední řadě instituce (škola, rodina, organizace, sdružení) a činitelé (rodiče, učitelé, vychovatelé, řídicí pracovníci či policie). V užším pojetí výchovy je možno chápat prostředky, jako nástroje, které se uplatňují během výchovy, jako je tabule či křída. Můžeme sem zařadit i výchovné metody v rámci vyučovací hodiny (Janiš, Kraus, Vacek, 2010, s.71-72).

#### **1.2.5 Metody výchovy**

Metody nám určují, jak by měl vychovatel, resp. vychovávaný postupovat, aby bylo dosaženo cíle, který si výchova stanovuje.

Malach (2010, s.111) udává několik možností, jak dítě vychovávat za využití několika různých forem, jako jsou hry, pracovní činnosti v rodině, komunikace v rodině a během využití různých pohybových aktivit.

Doplňuje také několik navzájem se prolínajících výchovných metod, které řadí do podskupin:

- metody vysvětlovací a přesvědčovací
- metody cvičení a navykání
- metody příkladu
- metody hodnocení průběhu výchovy a cíle výchovy
- metody sebevýchovy a sebevzdělávání

Janiš, Kraus, Vacek (2010, s.79) dělí metody výchovy do tří základních skupin:

1. **Diagnostické metody** – zjišťují vědomosti a dovednosti vychovávaného (dotazník, pozorování, rozhovor, řešení úkolů, analýza výsledků činnosti žáků).
2. **Výchovně vzdělávací metody** – na základě poznání vychovávaného (diagnostické metody) můžeme realizovat výchovný záměr, víme totiž kam je potřeba směřovat a jak vychovávaného formovat. Patří sem například motivační a hodnotící metody (odměny, tresty).
3. **Výzkumné metody** – pracuje s nimi pedagog a mají napomoci řešit teoretické a praktické problémy (vědecké experimenty, analýzy, formulace hypotéz apod.)

Dále dodávají, že metody lze dělit:

1. **Podle počtu žáků** – hromadné, skupinové, individuální
2. **Podle logického postupu učitele při výkladu učiva** – analytické, syntetické, srovnávací, deduktivní, induktivní a dogmatické
3. **Podle zdrojů poznatků** – metody zprostředkovaného poznávání (vyprávění, výklad) a bezprostřední zjišťování skutečnosti (samotná manipulace s nástroji)
4. **Podle metod užívaných v různých fázích výuky** – motivační, expoziční (seznamování s učivem), fixační (objasnění a zažití učiva) a aplikační (Janiš, Kraus, Vacek, 2010, s.80-81)

## 1.3 Rodinná výchova jako vyučovací předmět na základní škole

V další kapitole si přiblížíme, jak vypadá rodinná výchova v rámci základních škol a jakou prošla změnou. Co výuka obsahuje a jak by měla vypadat. Uvedu několik tematických okruhů, které se žáci učí a jaké během těchto vyučovacích hodin získávají kompetence. Dále se seznámíme s realizací výchovy ke zdraví, metody a formy práce ve vyučování.

Podle rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání (RVP ZV) Ministerstva školství mládeže a tělovýchovy (dále jen MŠMT) z roku 2007 a upraveného roku 2013, už nenajdeme v základním vzdělávání rodinnou výchovu. Dnes se na 2. stupni základní školy od šesté do deváté třídy učí výchova ke zdraví. Svým obsahem značně připomínající rodinnou výchovu. Výchova ke zdraví je dnes chápána v mnohem širších souvislostech a za celkové zdraví jedince se považuje celkový stav fyzického, psychicko-emočního, sociálně-osobnostního a duševního zdraví. Výchova ke zdraví tedy bude vycházet nejen z medicíny, ale také z pedagogických, psychologických a sociálních oborů (MŠMT, 2013, s. 79).

Hodnota zdraví je nevyčísitelná, a proto by měla být lidskou prioritou. Tím pádem bychom měli děti již od útlého věku vychovávat ke zdravému životnímu stylu. Světová zdravotnická organizace (WHO) zdraví definuje stav úplné tělesné, duševní a sociální rovnováhy. Zdraví umožňuje člověku překonávat překážky. A i při překonávání překážek se zdraví utužuje. Samozřejmě při přiměřené námaze (Malach, 2010, s.72).

Rozlišujeme vnitřní a vnější determinanty zdraví. K vnitřním patří genetická výbava člověka a k vnějším prostředí, ve kterém člověk žije, životní styl a úroveň zdravotnictví. A je to i výchova, která může ke zdraví přispět. Snažíme se tedy dítě vychovávat tak, aby rozumělo teoretickým poznatkům a tudíž vědělo, proč je zdraví důležité a jak si jej uchovat. Dítě by samo mělo chtít ochraňovat svoje zdraví a zdraví ostatních. Nesmíme zapomínat, že i klima školy přispívá k výchově ke zdraví a k výchově obecně. Škola stejně jako rodina formuje žáka, vztahy ve škole pak přímo působí na žakovu osobnost a zdraví. V zájmu školy by mělo být znát názor rodiče na výchovu ke zdraví a snažit se s ním spolupracovat (Malach, 2010, s.72).

Z devadesátých let a začátku jednadvacátého století víme, že se rodinná výchova hojně zaměřovala na zdravý životní styl (zdravou výživu, pohybové aktivity apod.), duševní hygienu, osobní hygienu, uvědomění si světa kolem a své vlastní osobnosti a samozřejmě v neposlední řadě rodinu, vztahy, lásku, kamarádství, problémy v rodině a faktory ovlivňující stabilitu rodiny. Toto učivo najdeme i ve výchově ke zdraví, což může být z hlediska obsahu příznačnější název, jelikož zdraví, fyzické i psychické, navíc také zdravé vztahy mezi lidmi je hlavním tématem.

Cílové zaměření výchovy ke zdraví je:

- **Formování pozitivního vztahu k vlastnímu zdraví** – a odpovědnosti k podpoře zdraví sebe i druhých.
- **Utváření pozitivních mezilidských vztahů** – utvářet pozitivní vztahy jak mezi spolužáky, tak v rodině na základě vzájemné úcty, na toleranci a empatii.
- **Utváření odpovědného chování** – vůči sobě, druhým i přírodě, seznámení s riziky a dopady neodpovědného chování (sexuální výchova, kriminalita, návykové látky).
- **Osvojení sociálních dovedností** – v souvislosti s patologickým chováním. Osvojování forem chování vedoucí například k napravování vlastních chyb (zdroj: článek rvp.cz / výchova ke zdraví [online]).

Podle RVP ZV se žáci základních škol budou ve výchově ke zdraví učit i o vztazích mezi lidmi a formy soužití. Vztahy mezi dvojicemi, jako jsou kamarádské nebo partnerské (včetně sexuální výchovy) a vztahy uvnitř komunity. Pod změnami v životě člověka a jejich reflexe MŠMT uvádí, že se žáci budou učit o fyzických, duševních a společenských změnách spojených s dětstvím, pubertou a dospíváním. Dále pak již zmiňovaná péče o zdraví a zdravý způsob života, rizika ohrožující zdraví a jejich prevence. Kde nově MŠMT zahrnuje i alkohol, zbraně, manipulativní reklama a nebezpečí internetu. Žáci se také budou učit o těžkých životních situacích a jak tyto situace zvládat. Důležitou částí výchovy ke zdraví je i osobnostní a sociální rozvoj, zaujímání hodnotových systémů a rozhodovacích a jiných dovedností pro zvládání problému. Žák se naučí chápat svou osobnost a dopady svého jednání a chování (MŠMT, 2013, s. 79-81).

Výchova ke zdraví je rozdělena do šesti tematických okruhů:

- Vztahy mezi lidmi a formy soužití
- Změny v životě člověka a jejich reflexe
- Zdravý způsob života a péče o zdraví
- Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence
- Hodnota a podpora zdraví
- Osobnostní a sociální rozvoj (článek rvp.cz / výchova ke zdraví [online] )
- K prioritám v péči o zdraví patří:
  - stravovací návyky
  - boj proti kuřákům
  - snížit užívání alkoholu a jiných omamných látek

- boj proti drogám a jiným nezdravým návykům
- zvýšit zájem o pohybové činnosti
- omezit stresové situace
- prevence úrazů (Malach, 2010, s.73)

Otázkou však zůstává, do jaké míry jsou učitelé zkušení a kolik mají vůbec prostoru na výuku výchovy ke zdraví. K vhodnému vyučování takových témat jako výuka ke zdraví, bych si představoval zařazení i situačních her nebo modelových situací, jako uvádí MŠMT z roku 1996.

Stanislav Střelec (PEDAGOGIKA, roč. XLVII, 1997) ovšem na modelu z roku 1996 našel několik znepokojujících skutečností. Nejen že zjistil, že velké množství učitelů rodinné výchovy není dostatečně aprobovaných, zkušených a mají problémy koncepčně naložit s výukou, ale také zjistil, že na modelové situace a jiné situační hry, kde by si žáci mohli vyzkoušet například asertivní chování, není čas ani prostor. Tak se zdá, že od nich MŠMT upustilo úplně.

Ať už je výchova pro zdraví jakákoliv, je nutno nezapomenout na spolupráci rodiny a školy, případně pedagogicko-psychologické poradny. Nesmíme zapomínat, že budoucnost stojí na dětech, takže bychom se měli snažit jim pomáhat ve světě plném negativních jevů, co to jen půjde.

### 1.3.1 Klíčové kompetence získané během výuky

Klíčové kompetence, které by měl žák během výuky získat jsou:

- **Kompetence k učení** - žák vyhodnocuje informace, které si umí vyhledat a na základě pochopení těchto informací se pak chová v životě tak, aby podporoval ochranu svého zdraví.
- **Kompetence k řešení problému** - žák se učí vyvozovat závěry ze svého chování a jednání.
- **Komunikativní kompetence** - uplatňuje získání komunikativních dovedností při řešení dílčích úkolů
- **Sociální a personální kompetence** - přispívá k vytváření hodnotných mezilidských vztahů, rozvíjí dovednosti v rámci vztahu pro budoucí život



- **Občanské kompetence** - prokazuje odpovědnost chránit své zdraví i zdraví jiných osob
- **Pracovní kompetence** - přistupuje k práci vzhledem k ochraně sebe i druhých (článek rvp.cz / výchova ke zdraví)

### 1.3.2 Realizace vyučovacího předmětu

Samostatný předmět výchova ke zdraví se doporučuje rozložit minimálně do dvou až třech ročníků 2. stupně základních škol. V případě integrování si musíme ujasnit z jakých vzdělávacích obsahů bude předmět utvářen. Může se jednat například o výchovu ke zdraví a přírodopis apod. To je ovšem velmi náročné na týmovou práci pedagogů a na jejich dovednost funkčně a logicky provázat dílčí témata. Proto se doporučuje přiřazovat výchovu ke zdraví do předmětů s tematicky blízkým obsahem. Při takovéto integraci musí dojít i k navýšení hodinových dotací předmětu, aby měli učitelé dostatek prostoru i k uplatňování specifických vyučovacích metod, jako jsou situační hry, didaktické hry, brainstorming apod. Během vyučování by měl učitel brát ohled na bio-psychologickou zralost žáků a tudíž se k tematickým okruhům vracet a opakovat získané poznatky a přidávat k nim ty nové (článek rvp.cz / výchova ke zdraví [online]).

### 1.3.3 Metody a formy práce

V práci učitele by pro nejlepší výsledky vyučování měly převažovat aktivizující výukové metody. Mezi takovéto aktivizující metody patří zejména diskusní hry, situační hry, didaktické hry, dramatické techniky, projektová výuka. Učitel by měl střídat samostatnou práci žáků s kooperativní výukou. Rozvíjet iniciativu, tvořivost, spolupráci, komunikativní dovednosti. Výuka by měla také probíhat tak, aby docházelo k posilování sebevědomí žáků, které napomáhá k odolnosti vůči stresu, zlepšení vyjadřování žáků a utváření si vlastních názorů (článek rvp.cz / výchova ke zdraví [online]).

V dnešní době existuje mnoho metod a každý autor uvádí nějaké jiné. Výhodou je, že si můžeme vybrat nebo ty metody kombinovat. Pro dnešní vyučování nejlépe sedí metody, které klasifikovali Maňák a Švec (2003):

- **Slovní metody** – přímá interakce mezi učitelem a žákem. Při této metodě musí učitel dbát na přiměřený obsah. Musí znát učivo, o kterém mluví, správně artikulovat, mluvit přiměřeně

nahlas, a ještě stíhat pozorovat třídu. Mezi monologické slovní metody patří vysvětlování, přednáška, práce s textem a vyprávění. K těm dialogovým pak řadíme rozhovor.

- **Metody názorně demonstrační** – při této metodě dochází k rozvoji abstraktního myšlení, žáci si lépe propojí své teoretické dovednosti s obrazem, či určitým objektem. Patří sem pozorování, předvádění a instruktáž.
- **Metody dovednostně-praktické** – V této metodě, jak název napovídá, dochází k praktickému vyzkoušení různých předmětů. Dochází tak k rozvoji smyslů, metodických postupů a činností vhodných pro praktický život. Můžeme sem zařadit napodobování, laborování a experimentování. Manipulují děti v mladším školním věku, a díky tomu se seznamují pomocí dotyků s novými věcmi. Laborování se využívá nejvíce u věd přírodovědných a ověřujeme si tak již získané poznatky. Experimentováním dochází k ověřování hypotéz.
- **Aktivizující metody** – Stále častěji využívané metody. Přenášejí více aktivních prvků na žáky, kteří většinou pracují ve skupinách a učitel funguje jako poradce. Tyto metody by měly napomáhat k rozvíjení abstraktního myšlení, učit žáky hledat řešení problému. Patří sem tzv. problémové vyučování, což je metoda, která klade velký důraz na samostatnost žáka. Používají se základní problémové otázky, jako jsou urči, srovnej, dokaž apod. Žáci musejí být schopni dobře vyhledávat informace. Velmi aktivizující metodou je také hra. Didaktické hry se do výuky zařazují pro opakování učiva. Nesmí nahrazovat učitelův výklad. Dále sem přiřazujeme metody diskusní, kde můžeme zařadit např. brainstorming. V situačních metodách pak žáci řeší problémové situace, většinou blízké reálnému životu. Žáci musí během řešení nasbírat co nejvíce podkladů, které pak zpracovávají. Na závěr jsou schopni dojít k příčině a řešení. Podstatou této metody je najít co nejvíce řešení. Další by nás mohly zajímat inscenační metody, v kterých se inscenují sociální role, kdy se žák ztotožňuje s touto rolí a při hraní této role si vyzkouší jaké to je. Je tedy založená na rolích jedince, které se během života mění (kamarád, partner, manžel).

## 1.4 Závislostní chování

Závislostní chování s vymezením pojmu droga, dále se bude tato kapitola věnovat nejen návykovým látkám, ale i závislosti na internetu neboli netomanii a s tím spojenými jevy. Co se týče závislosti na návykových látkách, vysvětlím, co to je a uvedu její definici, jak si člověk vypěstovává návyk a jaké faktory to provázejí. Dále se v této kapitole věnuji dvěma pohledům, jak je možno na závislost nahlížet, a to tedy z pohledu neurobiologie a psychopatologie. Klasifikace závislostí ve vztahu k rodinnému prostředí, je název další podkapitoly, kde se věnuji, vzniku závislosti, jak prozrazuje název ke vztahu k rodinnému prostředí. Uvedu několik možných rodinných faktorů. Obecně lze říci, že rodiče nepoznají nebo nechtějí poznat, že jejich dítě bere drogy. Někteří z nich jsou „zaslepení“ jiní nemají dostatek informací. V této kapitole uvedu několik znamení, které signalizují možné užívání návykových látek. Dále uvedu, jaké chování se v případě zjištění, že dítě bere drogy nevyplácí. V neposlední řadě, a to nás hodně zajímá, rodinné faktory ovlivňující závislost. Co se týče tzv. netomanie, popíšu, co to je a co sebou přináší, jak vzniká, jak s ní bojovat a uvedu několik rad rodičům.

### 1.4.1 Droga

Podle definice Světové zdravotnické organizace (World Health Organization) je droga „...*jakákoliv substance, která když je vpravena do živého organismu, může změnit jednu nebo více jeho funkcí*“ (WHO, 1994, s. 34).

Na drogu nahlížíme jako na látku, která ovlivňuje člověka tak, že u něj mění prožívání reality a ovlivňuje jeho psychiku. Obvykle hovoříme o organické nebo anorganické látce, která nachází své využití v medicíně na přípravu léčiv. Léčiva stejně jako jiné legální drogy, jako jsou čaj, alkohol, tabák může každý z nás bez obtíží koupit v obchodě. Ovšem existují i zakázané látky. Označujeme je OPL (omamné a psychotropní), které působí na tělo i mysl člověka, a vyvolává u něj změny v chování.

U drog se setkáváme s nejčastějším dělením na měkké a tvrdé drogy. Na těch tvrdých vzniká silná závislost a s tím spojené abstinenční příznaky. U těch měkkých nenalzáme abstinenční příznaky, přesto jsou vysoce psychicky návykové (Ganeri, 2001, s. 5-8).

Jiří Presl (1994, s. 9) se ovšem přiklání k jinému dělení, které je podle něj přesnější. Dělí tak drogy na látky s akceptovatelným rizikem a na ty s rizikem neakceptovatelným, u kterých je velké riziko vzniku závislosti.

Na užívání nelegálních drog nahlíží společnost jako na jednání v rozporu se společenským konsenzem. Je to tedy společensky nežádoucí jev, který je v rozporu s normami a vyznačuje se jako sociálně patologické chování (Kalina, 2008, s. 18).

### 1.4.2 Drogová závislost

Závislost, slovo se kterým se setkáváme stále častěji. Závislost je jev, který můžeme vnímat všude kolem nás. Nejedná se jen o nebezpečí závislosti na návykových látkách či gamblerství, v dnešní době výrazně roste i závislost na internetu, mobilních telefonech jako takových či počítačových hrách.

V životě se setkáváme s mnohými radostmi i nenaplněnými tužbami a potřebami. Bohužel existují látky, které nás mohou nezdravě přesvědčit, že takovýchto tužeb dosahujeme. Závislost můžeme vnímat jako proměnu zdravého fyzického, tak psychického chování na patologické.

Do této doby nebylo zjištěno, že by se děti rodily s predispozicemi být závislí. Snad na výjimky tolerance užívání alkoholu u dětí alkoholiků. Také víme, že závislost nevzniká v jednom momentě, nýbrž častým užíváním. Toto časté užívání může vést až k psychofyzilogickým změnám člověka. Důvody, které vedou člověka k takovému užívání jsou různé. Tyto důvody mohou být psychické, sociokulturní nebo jednoduše z touhy opakovat tento zážitek či rituál (Kalina, 2003, s. 91).

Víme, že závislá osoba pomalu přechází na tyto rituály užívání drog stále častěji na úkor činností, které dělala v minulosti. Člověk je stále méně schopen sebeovládání a dělá vlastně něco, co už sám ani dobrovolně nechce. Dřívější zájmy jsou pryč a vše se točí kolem jednoho. Užívání návykových látek, neboli drog, má za následek poruchy fyziologických funkcí a s tím jsou potom spojené abstinenční příznaky. Samozřejmě existují drogy, které fyzickou závislost nezpůsobují, ale stále je tu ta psychická, která doprovází i tu fyzickou. Je velmi silná a po překonání abstinenčních příznaků, a tedy fyzické závislosti nemá uživatel vyhráno, jelikož se bude nadále potýkat ještě s tou psychickou závislostí (Vykopalová, 2001, s. 59).

Dále můžeme na závislost pohlížet z bio-psycho-sociálního hlediska. To biologické hledisko neboli biologický faktor, jako je například pití těhotné matky, které pak může ovlivnit plod. Psychický faktor, a tedy psychické prožívání těhotné matky. No a v neposlední řadě prostředí, ve kterém se to celé odehrává. Vliv může mít i rasová příslušnost, sociální status rodiny a tím pádem i postavení rodiny ve společnosti, stabilita či nestabilita rodiny, klima

uvnitř rodiny, životní úroveň, kvalita vztahů v rodině a kvalita výchovy. Správně či nesprávně nastavené hodnoty a morálka uvnitř výchovy (Kalina, 2003, s. 91-93).

V terminologii se můžeme setkat s fenomény úzus, abúzus a syndrom závislosti. O úzusu mluvíme při experimentování s drogou. Tedy jedno, či více užití (příležitostné užívání), které nepoškozuje uživatele. Abúzus je škodlivé užívání, které se týká poškození uživatele, jak z hlediska fyzického, tak psychického, z kterého potom vyplývá syndrom závislosti. Tedy chování, které se vymyká kontrole a ovlivňuje celou společnost. Uživatel zanedbává svůj dosavadní život i přes riziko veškerých následků. (Presl, 1994, s.46).

Samozřejmě vypěstovaná závislost se dále vyvíjí a prohlubuje. Pokud se člověk dostává do nepříznivé životní situace, může si rychleji vypěstovat návyk. Stejně tak se člověk může dostat do party, kde je to už prostě „normální“ a návyk si tak prohlubovat. Když už je člověk závislý, potřebuje si udržovat svůj návyk. (Mühlpachr, 2001, s. 16).

Stádia vypěstování návyku podle Slavomila Fischera a Jiřího Škody (2009, s. 104):

- Na počátku příjemná zkušenost, experimentování s drogou.
- V běžném životě se dostavuje nuda, to znamená návrat k užívání drog.
- Pravidelné užívání. Člověk už je součástí komunity. Je v „partě“.
- Závislost.

Přehled typů závislostí udává Mühlpachr (2008, s.80) podle Zvolského:

- Alkoholo-barbiturátový typ (takový uživatel holduje alkoholu a práškům, jako jsou barbituráty, hypnotika, anxiolytika)
- Amfetaminový typ (uživatel preferuje látky, které mu dodávají efedrin, posilují jeho sebevědomí, dodávají výdrž)
- Cannabisový typ (marihuana, hašiš)
- Opiátový typ (heroin, morfin, diolan apod.)
- Solvenciový typ (zde řadíme např. ředidla, jako jsou toluen, benzin)
- Tabákový typ
- Kofeinový typ
- Antidepresivový typ

Závislosti samozřejmě nevznikají pouze na návykových látkách, nesmíme zapomínat na závislost na hraní hracích automatů, nebo závislost na internetu, která se čím dál více rozmáhá. Nejsou to ovšem jediné závislosti, které člověka mohou postihnout. Existují také závislosti jako závislost na sledování televize či nakupování nebo závislost na práci.

### 1.4.3 Faktory vzniku závislosti

Příčin vzniku závislosti je určitě mnoho. U dětí je často důvodem začínání s drogami uváděna touha vyzkoušet něco nepoznaného, zakázaného, nebo určeného jen pro dospělé. Takové věci sebou přinášejí jistou dávku dobrodružství a exotičnosti. Často dítě také podléhá tlaku společnosti, kdy je svými vrstevníky tlačeno a později přesvědčeno, jelikož se chce dítě přizpůsobit. Po nějaké době už vlastně nedělá nic zvláštního, protože to dělá většina jeho kamarádů. Dalšími důvody jsou touha po utlumení bolesti, zapomnění, nebo touhy prosadit se apod. (Hajný, 2001, s.11).

Závislost si člověk nevypěstuje pouhopouhým vyzkoušením drogy, jak už víme, přestože jeden experiment může vést k opakování užívání. Mühlpachr (2001, s. 37-39) dle Štablové uvádím několik faktorů, které nám pomohou tento fenomén objasnit jsou:

1. **Prostředí** – jedince ovlivňuje prostředí a výchova, ve které vyrůstá a žije, toto prostředí ovlivňuje utváření osobnosti.
2. **Podnět** – snaha zapomenout na starosti a užívat si naplno.
3. **Farmakologické faktory** – jsou to i některé léky, které způsobují závislost
4. **Somatické a psychické faktory** – člověk může brát drogy, aby neutralizoval bolesti. Nebo žije v prostředí, kde je užívání běžné či dokonce patří k subkultuře, v takovém případě se tomu těžko vyhýbá, navíc si tím v takové společnosti zvyšuje sebevědomí.

#### Fáze vývoje drogové závislosti

Závislost se vyvíjí a sílí v několika etapách, které nám uvádí Mühlpachr (2001, s. 16) dle Waldmanna:

1. Jedinec prožívá krizi, kterou neumí řešit, nebo ji řešit nechce.
2. V druhé etapě vznikají party, kde se drogy užívají
3. Jedinec si vytváří návyk a uspokojuje své potřeby i bez „party“.
4. Jedinec musí stále shánět drogu, aby se vyhnul abstinenčním příznakům

Vypěstování návyku podle Slavomila Fischera a Jiřího Škody (2009, s. 104) si jedinec vypěstovává v několika stádiích:

1. Experimentování
2. Příležitostné užívání (jak u bodu jedna, tak dvě bývá hlavní příčinou nuda)
3. Pravidelné užívání (jedinec přestává být zodpovědný)
4. Závislost, kdy se vše již točí kolem drogy

Experimentování je součástí dopívání. Každý chce vyzkoušet nové věci a chování, najít tak ve společnosti sám sebe. Experimentování s návykovými látkami je dalším novým

způsobem, které dítě může zase nakonec opustit a nemusí se stát prvním stadiem vzniku závislosti. Takových případů je relativně hodně, přesto musíme však stále sledovat míru experimentování a důsledky, které to může způsobit. Děti začínají s experimentováním již okolo dvanáctého a třináctého roku. Nejdřív to bývá alkohol a tabák, tedy legální drogy, od kterých pak postupně přecházejí k těm nelegálním, a to hlavně k marihuaně. V takovém věku děti neví, jaká je jejich tolerance, a tak často nevhodně dávkují své první experimenty. Závislost nejvíce postihuje ty, kteří nejsou schopni prožívat štěstí i bez drog (Hajný, 2001, s.13).

#### **1.4.4 Neurobiologie a psychopatologie závislosti**

Neurobiologický model je medicínský model, který vychází z toho, jak návykové látky působí na mozek a tím ovlivňují nárůst dopaminu. Pomáhá tedy pochopit, lidské chování neboli fungování mozku a tím způsobené behaviorální změny člověka na drogách. Z výše uvedeného vyplývá, že se z pohledu tohoto modelu díváme na závislost, jako na onemocnění mozku, které se projevuje tak, že člověk volí drogu, jako prostředek ke zvýšení dopaminu v mozku, na úkor přirozeného zvyšování jako je sport, kreativní činnost apod. Během užívání se také objevují se stavy, kterým říkáme stavy relapsu. Navrací se stav, který už jsme jednou zažili, a toto je další faktor vzniku závislosti. V další fázi už člověka drogy začínají ovládat a jeho chování se mění, začíná jednat kompulzivně (Kalina, 2008, s. 25-26).

Zatímco z pohledu psychopatologie závislost vzniká díky touze uživatele změnit vnímání okolního světa. Dostávají se silné euforické stavy, takže uživatel má potřebu tyto stavy opakovat, zejména u stimulantů či opiátů, ovšem podobné účinky ukazují i gambling. Nejlepším stavem pro prevenci je, vůbec k užívání drog nedojít. Tohoto můžeme dosáhnout silnou preventivní výchovou v rodině, a tedy primární prevencí (Kalina, 2003, s. 107-108).

#### **1.4.5 Rodinné faktory ovlivňující závislost**

Víme z předchozích kapitol, jak moc dítě ovlivňuje rodina., rodinné prostředí patří mezi nejdůležitější činitele v oblasti vývoje a socializace. To znamená, že takovému prostředí musíme věnovat pozornost, jelikož představuje riziko pro vznik sociálních deviací, či přímo delikventního chování. Dítě se učí nejen tím, co jim rodiče říkají, ale také bedlivě sledují jejich chování (Kraus, 2014, s.139).

Tato první sociální skupina dětí učí mnohé o našem světě a o vztazích kolem nás. Má tudíž vliv i na vztah k návykovým látkám, na tom se teoretici dle Hajného shodují (Hajný, In Kalina a kol. 2015, s. 172).

Velkou výhodou ve výchově k prevenci mají rodiče, kteří se sami nechovají rizikově a návykové látky odmítají. To znamená, že nepijí ani alkohol a nekouří cigarety. Neukazují tedy dítěti prostředí, ve kterém hrají roli, ať už menší či větší, návykové látky (Nešpor, Csémy, 1994, s. 33).

Existují rodiny, které i velmi rizikové situace zvládly a zůstávají nadále funkční. V takových rodinách se setkáváme s velice zdravými vztahy mezi členy rodiny, kteří se navzájem podporují. Ovšem nečekané traumatizující situace mohou vést k selhání i těch nejstabilnějších rodin. Takové selhání se projevuje sociálně i zdravotně a děti samozřejmě tyto situace vnímají a ovlivňují je. Není výjimkou, že se děti z rizikových rodin chovají sami rizikově. Brzy začínají kouřit, více pijí a chovají se někdy i promiskuitně. Toto rizikové chování často provází i selhávání ve škole, které se stává dalším rizikovým faktorem. (Plaňava, Pilát, 2002, s. 12-15).

Jedním z faktorů může být kolik svobody dítě od rodičů dostává. V jednom z extrémních případů, dítě dostává příliš mnoho svobody a v druhém případě to může být naopak, dítě netráví skoro žádný čas osamoceně.

Dalším faktorem je zmiňována hyperprotektivita rodiče (většinou se jedná o matku). Tato přehnaně úzkostlivá výchova může způsobit, že se dítě neumí osamostatnit a silná vazba na matku mu nedovoluje stát se plnohodnotným dospělým jedincem. Tyto city matky, mohou znemožnit konflikt v rodině, který je naprosto přirozený a dělí od sebe generace, na základě tohoto konfliktu dochází k osamostatnění dítěte. Bez konfliktu má dítě pocit, že není správné matku opustit, aby nezůstala osamocená. Matka nechápe, že dítěti může pomoci sníženou péčí o něj, stále ho vidí jako malé dítě. Matky jsou často problémové, otec není doma, a matky nastupují na jejich místo, kde selhává, což může vést k dysfunkci rodiny. (Hajný, In Kalina a kol. 2015, s. 172).

K dalším negativním vlivům dochází, když rodič řeší problémy v rodině s dítětem. Dítě se může zdát svými postoji vyzrálejší, než ve skutečnosti je. Rodič ho pak vystavuje do pozice, která pro něj může být velmi těžká. Krom toho rodič staví dítě do opozice proti druhému rodiči. To může být problém i v dospělosti, můžeme si všimnout, že už dospělý člověk má názor na rodiče, pouze takový, jaký mu navyprávěl druhý rodič v dětství.

Do problémů se může dostat i bezproblémové dítě. To totiž plní svoje povinnosti, jenže nemusí být ještě naprosto zralé. Rodiče mu přesto dávají hodně volnosti. Některé krizové situace pak nemusí zvládat a oporou mu může být užívání drog. To znamená, že příliš



liberální výchova neznamená dobrou prevenci, a to samé se týká autoritativního stylu výchovy. Dokud dítě splňuje nároky svého přísného rodiče, může být vše v pořádku. Problém nastává, jakmile dítě přestane stíhat tyto nároky plnit. Dítě touží po odměně, které se mu nedostává, náhradní odměnou pak můžou být návykové látky (Hajný, 2001).

Důležitá role v rodině je také role otce. Otec je první muž, kterého má dcera ráda, to formuje její vztah k mužům. Pro syna je otec symbolem mužství a imponuje mu svojí inteligencí a odvahou. Otec je často schopný řešit problematické situace v rodině mnohem racionálněji než žena. Nepřítomnost otce v rodině, nebo jeho patologické chování, může být pro rodinu velmi rizikové. Například u otce alkoholika se ukázalo, že v pozdějším věku se i jeho dítě uchyluje k alkoholu (Hajný, In Kalina a kol. 2015, s. 173).

Hajný (In Kalina a kol. 2015) uvádí, že dalším rizikovým faktorem a častým důvodem rozvoje závislosti je závislý člen rodiny. Pokud závislost zasahuje do běžného chodu rodiny, a tedy i do jejich funkcí, jedná se o velmi rizikové prostředí, které se pro dítě může stát běžným modelem. Závislost často doprovázejí nedodržené sliby, dítě pak rodiči nemůže věřit. V neposlední řadě se samozřejmě rychle mění hodnoty v rodině.

Pokud se jedná o nestabilní, nefungující rodinu a rodiče se pořád v rodině hádají, existují případy, kdy se dítě rozhodlo rodinu stmelit svým selháním.

Dalším faktorem vzniku a posilování závislosti je tzv. spoluzávislost. Jde o to, že rodina svým jednáním defacto závislost podporuje. Nijak se proti ní nevymezuje a vesměs ji přehlíží. Takové jednání, může být z důvodů nízkého sebevědomí, či prosté neuvědomování si problému, nebo neví, jak problém řešit, či na to mají vůbec právo. Často jsou rodiče zaslepeni svými problémy v partnerství a tento problém jednou řeší a po druhé zase ne (Hajný, In Kalina a kol. 2015, s. 174).

Další rizikové faktory rodinných vztahů, které mohou ovlivnit vznik závislosti jsou:

- Užívání drog rodiči
- Špatná komunikace v rodině
- Trestná činnost v rodině
- Nedostatek pravidel v rodině

□ Rodiče nekladou dostatečnou pozornost dítěti, neznají ho, ani jeho zájmy (Hajný, In Kalina a kol. 2015, s. 174).

Fischer a Škoda (2009, s. 114) uvádí projevy poruch rodičovské role. Při takových poruchách dochází k neplnění funkcí rodiny, které jsme si popsali v kapitole rodina a její funkce. A z neplnění těchto funkcí dochází u dětí k patologickému chování, popřípadě ke vzniku závislosti. Jeden z takových příkladů může být, že se rodina o dítě například z důvodu

nemoci nemůže starat. Další je, že se rodiče zkrátka o dítě neumí starat. Tato situace nastává u nezkušených mladých rodičů, kteří ani sami nejsou schopni dítěti zajistit základní potřeby. Existují rodiče, kterým se narodilo nemocné nebo postižené dítě. Byli mladí a tuto skutečnost psychicky nezvládli. Dalším příkladem může být situace, kdy se rodiče nechťejí o dítě starat. Někteří tuto povinnost zanedbávají, a jiní dítě dříve, či později opustí (Fischer a Škoda, 2009, s. 114).

Aby nedocházelo k destabilizaci rodiny, je dobré mít v rodině široké zázemí plné vřelých citů. Principy výchovy založeny na demokratickém základě. Je tedy dobré, když do manželství vstupuje zralá osobnost, schopna těchto vřelých citů, dialogu s partnerem, vzájemného respektu, schopna vytvořit příjemné klima a se svým partnerem se v klidu domluvit a navzájem se posilovat v těžkých životních situacích (Plaňava, Pilát, 2002, s. 12-16).

K tomu se váže, že řešit konflikty v rodině hádkou nejsou dobré pro dítě, zvyšují napětí v rodině a příjemné klima mizí, a to negativně ovlivňuje dítě, které potom hledá únik, který může přijít i v podobě drog. Plné nervozity a nejistoty může být také stěhování. Pro dítě může být těžké zapadnout do nového kolektivu. Pocity nervozity a strachu z neznáma mohou způsobovat, že dítě začne experimentovat s drogami. Samozřejmě nesmíme zapomínat na rozvod. Rozvod je velmi stresová situace a dítě může projevovat svou zlost na rodiče nebo se snaží zmírnit své negativní emoce, což může být velmi těžké, tak že přestane plnit své povinnosti či se dokonce začne chovat i jinak rizikově, a dokonce v některých případech i brát drogy (Hajný, 2001, s. 27-50).

#### **1.4.6 Klasifikace závislostí ve vztahu k rodinnému prostředí**

Víme, že závislost může vzniknout citovou deprivací v rodině viz. výše. Kamil Kalina (2003, s. 143) nám tuto problematiku pomáhá pochopit a uvádí, že Cancrini rozlišuje závislosti vzniklé na základě rodinného prostředí:

1. **Traumatického typu** – tento druh závislosti je reakce na nezvládnutou situaci v rodině. Takto vyhocenou situací se rozumí odchod člena rodiny, zneužití nebo úmrtí.
2. **Neurotická závislost** – neustálé problémy v rodině, které se neřeší, vedou k nezvladatelnému napětí.
3. **Přechodová závislost** – může se objevit během emočně vypjaté situace, která se dlouhodobě nelepší. Například psychická zátěž způsobená nesrovnalostmi v osobních vztazích.

4. **Sociopatická závislost** – jedinec vyrůstal v nefunkční rodině, ve které se objevovalo sociálně patologické chování, jako kriminalita, zneužívání, či násilí. Toto prostředí má pak za následek problémové dítě.

Kromě těchto čtyř bodů musíme ještě zmínit prostředí, které zaujímá shovívavý postoj k užívání návykových látek, nebo dokonce jsou užívány členem, nebo členy rodiny. Samozřejmě problémové jsou i prostředí, ve kterých se vzniklé problémy dlouhodobě neřeší (Kalina, 2003, s. 143).

#### **1.4.7 Varovná znamení, která signalizují užívání drog a jak reagovat**

Většina rodičů nechce věřit, že by jejich dítě bralo drogy. I přes velké množství informací, které získají, nechtějí uvěřit a jsou tzv. „zaslepení“. Navíc dítě, které návykové látky užívá samozřejmě nechce, aby to rodiče věděli, takže se to snaží zakrýt a mnohdy jim to jde velice dobře. Můžou dosáhnout velkého mistrovství a rodiče při běžném pohledu nic nepoznají. Obecně lze také říci, že účinky nealkoholových drog se rozpoznávají špatně. Pokusím se tedy popsat některé účinky a varovná znamení, kterých by si měli rodiče všimnout a jak na takové situace nejlépe reagovat.

Znamení pro nás může být pohyb jak jedince (zrychlený nebo narušený pohyb), jeho zorničky (červené oči po kouření marihuany, zúžené zorničky po užití heroinu, zvětšené zorničky jako vedlejší efekt stimulantů, tak také náhlé změny nálad a netypické reakce na určité situace. U rozpouštědel je typický zápach z úst. Někdy nás může překvapit nápadný klid, tak také naopak zvýšená podrážděnost dítěte. Změna přátel a známých a zhoršení prospěchu ve škole je také alarmující. Změny stylu oblékání, (jedinec se začne více zahalovat) změna stylu hudby může znamenat, že si dítě začíná užívat večírků ovlivněných tanečními drogami. Toto je velmi těžké rozpoznat, ale zkušenosti pozorovatelé dovedou vycítit drogu i z chování a reakcí jedince na hudbu. Samozřejmě časté lži a předstírání, izolace od rodiny. Snížené sebevědomí, nebo pocit outsidera často předchází experimentování s drogami. Dalším signálem je, když se začnou ztrácet věci, peníze, léky, či alkohol z domácnosti. (Hajný, 2001, s. 22).

Na zjištění, že má dítě problém s drogami se nevyplácí reagovat argumenty, jak z toho bude mít rodič infarkt, nevyčítat další, třeba i staré chyby, ale stanovit okamžitě nepřehnané reálné tresty, a změny uspořádání rodinných zvyklostí. Lepší než reagovat okamžitě a přehnaně je, dát si čas na zvážení, promluvit si s člověkem, u kterého víte, že vám dokáže poradit. Promluvte si s dítětem, krom otázek mu sdělte i své postoje, ale jen ty, které

jsou reálné a jste si s nimi naprosto jisti. Je lepší se vyhnout přehnanému moralizování a výroků typu: „S kouřením marihuany skončíš někde pod mostem“, ty totiž nejsou v danou chvíli úplně reálné (Hajný, 2001, s. 24-25).

Rodiče by měli chválit své děti i za malé úspěchy. Vytvářet tak u něj zdravé sebevědomí, které mu bude pomáhat odmítat návykové látky. Pochválit i snahu, ale nedělat ze svého dítěte absolutně toho nejlepšího na světě, to sebou přináší další velká rizika. Když se dítě dopustí chyby, je dobré ho opravit, ale kritizovat pouze tuto jeho chybu, nebo současné chování, nikoli dítě samotné (Nešpor, Csémy, 1994, s. 41).

## 1.5. Závislost na internetu

Internet je fenomén dneška, který je snadno dostupný a skýtá mnoho možností. Je plný informací, zábavy i sociálních kontaktů. Samozřejmě je internet plný nebezpečí a nezákonného obsahu. Jak už ukradených dat, tak nezákonných činností. Může být využíván ke kyberstalkingu, sextingu či kyberšikaně.

Internet vzniknul v období studené války, kdy se vědci snažili vyřešit otázku komunikace, kdyby nastala nukleární válka. První síť, která neměla žádný centrální uzel, a tudíž by ji nebylo tak snadné zničit, se nazývala Arpanet. Hojně využívaná síť vědci i studenty k práci a komunikaci. Arpanet se stále rozvíjel a v 70. letech přesáhl hranice Spojených států amerických a právě v této době se jí začalo říkat internet, jelikož přesažením hranic USA se stala mezinárodní sítí (inter - mezinárodní, net – síť). Do roku 1991 stále hojně využívaný spíše akademickou obcí, jenže zvrát přináší World Wide Web, nebo-li, jak ho dnes všichni známe pod zkratkou www. Začalo docházet k přenosu hypertextových a grafických informací přes World Wide Web a internet se tak časem rozšířil do domácností (Navrátil, 2009, str. 151).

Velkým fenoménem dnešní doby jsou sociální sítě, kde se pohybují miliony uživatelů. Na sociálních sítích si uživatel zakládá osobní profil. Bohužel výjimkou nejsou ani děti. U nás tři čtvrtiny dětí v letech mezi devíti až šestnácti lety mají profil na některé ze sociálních sítí, kde do těchto profilů zadávají osobní informace. Nikdo tyto informace neověřuje, takže jsou lidé, kteří se rádi na internetu vydávají za někoho jiného, než kým ve skutečnosti jsou. Děti také tráví ve svém volnu mnoho času hraním počítačových her, které jsou také online a na sociálních sítích, které jim pomáhají sdílet informace, fotografie, videa apod. K těm nejznámějším a nejvíce používaným sociálním sítím patří Facebook.com, Twitter.com nebo seznamky jako Badoo.cz a pro ty mladší pak Libimseti.cz (Weiss, 2008, str. 74).

Internet je dnes součástí nejen rodin, ale i pracovního prostředí. Neodmyslitelně tedy patří k našim životům. Jelikož je internet hojně využíván i k práci, nemůžeme každého člověka, který často používá internet považovat za závislého. Za závislého považujeme dospělého člověka nebo dítě, jestliže splňuje těchto několik příznaků:

1. **Význačnost** – význačnost znamená, že je internet tou nejdůležitější věcí člověka v jeho životě. Například pokud není online pociťuje úzkost. Stále má člověk nutkání zjišťovat, co se na internetu děje. Díky těmto jeho neustálým aktivitám na internetu, ztrácí přátele, nebo chodí pozdě do školy.
2. **Změny nálad** – pokud není jedinec online, chová se neklidně, což se mění po jeho přístupu na síť. Po připojení následuje totiž jasná úleva.

3. **Zvyšování tolerance** – stejně jako u návykových látek se zvyšuje míra tolerance, tudíž k dosažení onoho dobrého pocitu z online světa, potřebuje jedinec prodloužit dobu strávenou na síti.
4. **Abstinenční příznaky** – závislý člověk, který není online je nervózní, podrážděný a vzteklý.
5. **Konflikt** – jedinec se často dostává do konfliktu s lidmi ve svém okolí. Nedokáže už tolik plnit své aktivity.
6. **Rekurence** – i po dlouhé době abstinování, se může jedinec rozhodnout opět zapnout internet a je zase tam, kde svojí závislou dráhu skončil (Krčmářová, 2012, s. 39-40).

Závislost na internetu neboli netomanie je především závislostí psychickou, která postihuje nejčastěji jedince mezi dvacátým až třicátým rokem života. Takové závislostní chování lze nejlépe přirovnat k člověku, kterému se říká patologický hráč. U obou těchto lidí totiž můžeme najít změny chování a ztrátu kontroly nad svým chováním, které nahrazuje touha prožívat příjemné stavy spojené s činností, na které jsou závislí. Rozdíl mezi gamblerem a závislým na internetu je tak poměrně malý.

Závislost na internetu má dopad nejen na psychiku, ale i na fyzické zdraví člověka. Jedinec si kazí krční páteř, dochází ke špatnému držení těla, které může dokonce zhoršovat krevní oběh. Organismus je přetěžován, ale přesto si to člověk nepřipouští, že vyhledávání nových informací na internetu je namáhavé a stresující. V neposlední řadě si člověk kazí také oči.

U malých dětí může být počítač a internet obzvlášť na škodu. Hrozí poškození centrální nervové soustavy a tím i pokles intelektových schopností.

V oblasti sociální dochází také k závažným změnám a to tak, že se počítač stává náhražkou interakce a komunikace mezi lidmi. Výrazové schopnosti se tak snižují a jedinci neumějí komunikovat s okolím. Nebezpečné je to hlavně u dětí, které se teprve učí interakci s vnějším světem. U dospělých dochází i k závislosti na stránkách obsahující sexuální obsah. To se potom odráží v partnerském nebo sexuálním životě. Muži v některých případech mohou být po sledování tvrdé pornografie násilní ke svým partnerkám.

Jedinec závislý na internetu pociťuje nutkavou potřebu projíždět všelijaké nabídky webových serverů, které internet nabízí, neustále sledovat své profily na sociálních sítích a projíždět svou poštu. Má také potřeby zapínat internet v místnostech, kde se nachází počítač. Většinou si toto svoje změněné chování uvědomuje a snaží se ho maskovat.

Podstatou závislosti na internetu je, že dochází k uspokojování svých potřeb v rámci online života, ale své ambice v reálném světě člověk už nenaplnuje. Souvisí to také s tím, že v online světě není tolik rizik. Nemůže se tam totiž nikomu nic stát a vynaložené úsilí je

podstatně menší, než ve světě reálném. Navíc se v tomto virtuálním světě může člověk pohybovat anonymně a současně může snadno realizovat své fantazie. To vše se odráží v psychické činnosti člověka (Mühlpachr, 2009, s. 95-96).

Při boji se závislostí hraje velkou roli rodina. Tady se ukáže vřelost rodiny, která může pomoci několika způsoby. Pokud to ovšem nepomůže je potřeba neprodleně vyhledat odbornou pomoc.

Zde uvedu několik rad pro rodiče:

- Když se rodiče budou snažit dětem najít nové koníčky
- Podporovat dítě věnovat se koníčkům v době, kdy bývalo nejvíc online
- Stanovit přesnou dobu, kdy dítě může internet využít, monitorovat dobu strávenou na internetu
- Mluvit s dítětem o Vašich obavách
- Pomoci dítěti smazat profily
- Najděte pomoc (teenageři často rebelují proti názoru rodičů, jinou autoritu se stejným názorem ale mohou přijmout)
- Naléhat na dítě, aby více chodilo ven a bavilo se s přáteli (<http://www.jaknainternet.cz/page/1700/zavislost-na-internetu/>, c2012 - 2014).

Zdali se rodič rozhodne dítěti pomoci svépomoci, a to tedy bez vyhledání odborné pomoci. Mohou využít tyto tipy (převážně pro dospělé, ale za pomoci rodiče mohou fungovat i u mladší generace) podle psycholožky Kimberley Young (Dítě a online rizika, 2012, s. 45):

- Změna struktury dne** – na dobu kdy byl jedinec zvyklý být na síti, by si měl najít jiné aktivity (např. místo víkendu tráveného u počítače jet na výlet).
- Přesně si stanovit dobu, kdy být online** – doporučuje se, aby tato doba byla spíše kratší a častěji, nežli naopak.
- Nebát se používat externí upozornění** – externími upozorněními se myslí pomůcky, které nám připomenou, že čas strávený u počítače už vypršel (budík, upozornění přímo v počítači)
- Nepoužívat nejvíce problematické aplikace** – a tedy ty, na kterých je jedinec nejvíce závislý. Pokud je nelze omezit je lepší přestat s nimi úplně.
- Upomínkové karty** – doporučuje se na jednu stranu karty napsat pět negativ spojené s nadměrným užíváním internetu a na stranu druhou pět pozitiv, která nastanou s omezením internetové aktivity.

Další dobrou radou pro rodiče určitě je, zajímat se o dítě a předcházet tomu, aby se nudilo. Sledovat trávení volného času dítěte a dbát na to, aby si vybíral ty správné aktivní

zájmy, kterým se bude věnovat ve společnosti vrstevníků, kteří mají podobné zájmy a jsou v nich stejně aktivní. Další dobrou radou je umístit počítač do místnosti, která je užívána celou rodinou, kdy rodič získá lepší přehled o používání počítače a surfování na internetu. Může se tak i s dítětem více na toto téma bavit přímo při užívání internetu dítětem ([www.bezpecnyinternet.cz/rodice/doporuceni-pro-rodice/bezpecny-internet-pro-deti.aspx?](http://www.bezpecnyinternet.cz/rodice/doporuceni-pro-rodice/bezpecny-internet-pro-deti.aspx?), 2014).

### 1.5.1 Psychologická a sociální rizika, spojená s netolismem

Psychologická a sociální rizika, spojená s netolismem a online závislostí jsou podle Kopeckého (Dítě a online rizika, 2012, s. 40):

1. **Špatná organizace času** – závislosti často provází nedostatek spánku, nepravidelnost v jídle, jelikož člověk propadá online světu a zapomíná na čas.
2. **Zhoršení mezilidských vztahů** - úzkost ve vztazích a neschopnost řešit problémy je dalším častým problémem závislých na internetu. Jedinec se cítí nepochopený a zranitelný.
3. **Horší školní prospěch** – celkově se zhoršuje soustředění na práci. Jedinec stále více myslí na internet. Vliv na to má samozřejmě i únava z nevyspaní.
4. **Poruchy paměti** – na vině opět nevyspaní a celková únava organismu.
5. **Vyšší riziko rozvoje jiných závislostí**
6. **Omezení dřívějších aktivit** – stále více nahrazuje dřívější aktivity sezením u počítače.
7. **Zvýšení agresivity** – neustálé hraní násilnických počítačových her mohou vést ke zvýšení agresivity.
8. **Zvyšování rizika vzniku deprese**

### 1.5.2 Fyzické příznaky a důsledky netomanie

Mezi fyzické příznaky a důsledky netomanie patří podle Hýbnerové (Děti a online rizika, 2012, s.41):

1. Poruchy spánku
2. Bolesti páteře (ze špatného sezení)
3. Bolesti hlavy
4. Namožené oči
5. Syndrom karpálního tunelu (bolest a ztuhlost rukou a zápěstí), který vzniká z poškození nervu v zápěstí
6. Zanedbávání osobní hygieny



## 7. Ztráta váhy (člověk zapomíná jíst)

Při závislosti na internetu dochází k celkovému zhoršování pohybových aktivit a zhoršuje se navozování skutečných sociálních kontaktů. Čím menší dítě se dostává do problémů se závislostí, tím větší dopady to může mít na jeho osobnost. Jsou to právě děti, které jsou velmi rizikovou skupinou potýkající se se závislostí na internetu.

Kromě internetu je riziková i televize. V některých rodinách je sledování televize hlavní součástí trávení volného času. Přestože televize může děti negativně ovlivňovat, někteří rodiče ji využívají jako chůvu, která jim zabaví jejich děti. Existují i lidé, kteří jsou nervózní, když se na televizi nemohou dívat. Někteří dokonce přirovnávají sezení u televize k rodinnému krbu. Je tedy dobré se zajímat, na co se děti dívají a jak často. Rodiče by měli stanovit dobu, během které se děti mohou dívat na televizi. Je také dobré, aby rodiče byli s dětmi alespoň polovinu času, který děti u televize stráví, aby je naučili rozlišovat skutečnost od fantazie (Hajný, 2001, s. 98-101).

### 1.5.3 Faktory vzniku závislosti na internetu:

Mnozí lidé navštěvují internet z důvodů úniku před realitou. V reálném světě se člověk může cítit sám, ve stresu či v depresích, nebo jen zažívá nudu. Po špatném dni, ať již třeba ve školních lavicích, je velmi snadné přijít domů a ulevit si na velmi rychlém a snadno dostupném internetu. Navíc je toto uvolňování bez takové námahy, jako třeba mnohem zdravější cvičení.

Můžeme si na Maslowově pyramidě potřeb ukázat, jak může internet pomoci jedinci naplnit, některé z potřeb. Z fyziologických potřeb (hlad, žízeň, teplo, zima, sexuální potřeby) se nabízí uspokojování zejména sexuální potřeby, a to navštěvováním erotických stránek a chatů. Další nám dobře známou potřebou je potřeba bezpečí. Právě z tohoto důvodu unikají jedinci do virtuálního světa, kde se jim nemůže nic stát a kdykoli tento online svět může přerušit. Potřebu sounáležitosti a lásky nahrazují sociálními sítěmi a hry, které navozují pocit, že je jedinec součástí komunity. Potřebu ocenění jedinci vyhledávají např. na diskusních serverech, nebo opět hrách, kde dostávají dobrou odezvu a posilují si tak sebevědomí. Poslední potřeba seberealizace (hra, estetické potřeby, spravedlnost, dobrota apod.) je velmi snadno na internetu naplnitelná. Jedinec si tam může hrát a tvořit, bez strachu se zastávat slabšího, dobré podporovat a špatné jednoduše přehlížet. Toto uspokojování potřeb se týká všech. Problém nastává, stane-li se jediným místem, kde člověk tyto potřeby uspokojuje a uniká tím od reality (Hýbnerová in Děti a online rizika, 2012, s.36-37).

Ukazuje se, že lidé, kteří se více zabývají sebou samými, jsou více náchylní na závislost na online světě. Často bývají zaujati vlastními myšlenkami natolik, že se dostávají do čím dál větších problémů. Závislími jsou také často lidé, kteří už mají nějaké problémy v reálném světě. Druhým faktorem je nízké sebehodnocení. Internet pak tomuto jedinci dodává pozitivní odezvy, což zvyšuje sebevědomí člověka. Závislost na internetu také představuje vrozené psychické předpoklady a životní okolnosti jedince. Bez psychopatologických predispozic se člověk závislým na internetu nestává (Mühlpachr, 2009, s. 96-97).

Další důvody ke vzniku závislosti mohou být špatné vztahy mezi rodiči a dětmi. Ty mají totiž za důsledek problémy v mezilidských vztazích a ty vedou k sociální úzkosti. Sociální úzkosti a špatné mezilidské vztahy vedou k rozvoji závislosti na online prostředí.

Mezi další rizikové faktory podporující vznik závislosti patří:

1. **Úzkost** – internet odvrátí pozornost od vlastních vnitřních strachů.
2. **Deprese** – velké riziko prohloubení závislosti. Jelikož člověk uniká před nepříjemnými pocity do online prostředí, kde nachází nový smysl života.
3. **Nedostatek podpory z okolí** – objevuje se zde touha na internetu navázat nové důvěrné vztahy.
4. **Pocit nepochopení** – v období dospívání dítě touží zapadnout do party. To může být jednodušší ve virtuálním světě, než v tom reálném
5. **Ztráta sociální mobility** – ať už důvodu nemoci, úrazu nebo přestěhování (Hýbnerová in Děti a online rizika, 2012, s.38).

Obecně můžeme říci, že internet a komunikace na něm ovlivňují lidskou psychiku, zdravý vývoj osobnosti a fyzické zdraví. Kromě závislosti, internet skýtá i jiná nebezpečí. Jedno z takových rizik představuje i kyberšikana, což je chování odpovídající normální šikaně, nicméně prováděno pomocí internetu, či psáním sms zpráv. Velmi nebezpečný je také kyberstalking. Sledování, obtěžování a celkové pronásledování za pomoci internetu, či jiných elektronických zařízení. Méně známý je pojem kybergrooming, který označuje chování lidí, kteří se na internetu vydávají za někoho jiného. Často s cílem vylákat nezletilého ven a pak se ho pokusit sexuálně, nebo jinak zneužít. Se sexuálním obsahem rozesílané fotografie, zpráv či videí je zase chování nazývané sexting. Příkladem sextingu může být zveřejnění fotek jedno z páru, který tak činí z nejrůznějších důvodů, třeba rozchodu.

Nevhodné pro správný vývoj dětí mohou být také stránky s nevhodným obsahem, například s pornografií, či stránky nabádající k agresivnímu, či jinak patologickému chování (Ulbertová in Děti a online rizika, 2012, s.55).

## 1.6 Prevence závislosti

### 1.6.1 Pojem prevence

Pojem prevence pochází ze slova *praeventus*, a je tedy latinského původu. Význam tohoto slova znamená *zákrok předem*. Z toho už můžeme chápat, že prevence znamená předcházení nějakým škodlivým jevům. Často používané slovo u patologických jevů, kde znamená právě předcházet vzniku těchto jevů a jejich negativních důsledků (Maříková, H., Petrušek, M., Vodáková, A. et al., Velký sociologický slovník, 1996).

Prevenici lze rozdělit na tři základní typy a to **primární, sekundární a terciální**. Pro tuto práci je vhodná především ta primární. Obecně lze říci, že **primární prevence** je zaměřena na všechny, tedy celou populaci a chápeme ji jako předcházení rizikovému chování a tím pádem i zabránění tak vzniku patologických jevů, zatímco **sekundární prevence** se jí soustřeďuje na určitou ohroženou skupinu. Sekundární prevence se soustředí na to, aby předcházela rozvoji již vzniklému rizikovému chování. A poslední **terciální prevence** je poskytována lidem již postiženým patologickým chováním. Například jsou to vyléčení lidé ze závislosti na návykových látkách, u nichž se terciální prevence snaží zabránit návratu k drogám (Potměšilová, P. et al. 2013).

Pro nás nejdůležitější primární prevenci můžeme dále rozdělit na specifickou a nspecifickou. **Nespecifická primární prevence** se nezaměřuje na žádný konkrétní jev, nýbrž jejím cílem je vedení ke zdravému životnímu stylu a vhodného využívání volného času. **Specifická primární prevence** se zase zaměřuje na konkrétní jev a snaží se, aby se tento jev ve společnosti nevyskytoval (Potměšilová 2013, s. 112).

I specifickou primární prevenci lze dělit. Dělíme jí do tří úrovní, kdy první úroveň představuje **všeobecná primární prevence**. Ta se soustředí na běžnou populaci a vytváří programy pro větší skupiny, jako například pro školní třídu. Druhou úrovní je **selektivní primární prevence**, která se soustřeďuje na skupinu osob, kde hrozí větší riziko vzniku patologických jevů. Zde jsou utvářeny programy pro menší skupiny či jednotlivce. Jako poslední úroveň je **indikovaná primární prevence**, která pracuje převážně s jedinci, u kterých se již patologické chování projevilo (Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže, MŠMT ČR [online], 2013.).

Aby byla primární prevence účinná, existuje několik zásad:

- **Komplexnost** – patologické jevy jsou různé, proto musí být komplexní a instituce musí spolupracovat.
- **Návaznost** – plánování a preventivní jednání musí navazovat.
- **Adekvátnost** – informace o problému musí být adekvátní, musíme podrobně znát problém i cílovou skupinu
- **Včasný začátek preventivního působení** – dobré je začít již v předškolním věku. Děti často více naslouchají svým vrstevníkům, takže je často velmi účinná prevence známá jako „peer“ prvek. A tedy, preventivní působení mezi vrstevníky.
- **Podpůrné prostředí** – Prostor, v kterém děti nalézají klid a bezpečí, kterému napomáhají uspokojivé vztahy uvnitř rodiny je velmi důležitá součást primární prevence (Bártík, Miovský, 2010).

Už víme, jak je rodina důležitá sociální skupina pro dítě, díky předávání hodnot a prostředí, které dítěti poskytují. Pokud v pravou chvíli zařadíme do výchovy prevenci, která je úspěšnější, pokud začne několik let (2-3 roky) před prvním kontaktem s drogou, výrazně zvýšíme její účinky. Děti se ve věku od sedmi do dvanácti let začínají učit novým dovednostem a během toho vycházejí i se svými vrstevníky. To je doba, kdy je potřeba zařadit primární prevenci do výchovy. Nečekat, až se dítě zeptá, ale začít s ním o této problematice hovořit. Od třinácti let zhruba do dvaceti dvou dítě duševně a tělesně dozrává. Stává se kritické vůči svým rodičům a stává se více samostatným. Je potřeba, aby s nimi rodiče probírali možná nebezpečí, a to tak, že v klidu a přátelském rozpoložení, bez vyhrožování nesmyslnými tresty (Nešpor, Csémy, 1994, s. 20-23).

Rodiče dětí by se měli snažit dozvědět o drogách co nejvíce, přečíst si odbornou literaturu na toto téma, aby o tom mohli s dětmi hovořit. Rodiče si musí ujasnit, jak rozhovor směřovat a jaký má mít cíl. Mluvit s dětmi nenuceně a používat slova jim blízká. U menších dětí můžeme použít jako příklad čaroděje, který se nejdříve chová velmi přívětivě, ale nakonec se ukáže, že je to nepřítel, který chce zvítězit nad zdravým a šťastným životem. Za použití příkladu, jako například poukázat, jak jsou lidé užívající alkohol, mnohem smutnější než ti, co to nedělají, můžeme vysvětlit, jak zle se situace vyvíjí, když se to přežene (Hajný, 2001, s. 64).

Samozřejmě velmi rizikové je pro děti trávení volného času s vrstevníky a vůbec okolí, se kterým se dítě setkává. Je tedy dobré předcházet nevyplněnému volnému času, ve kterém se dítě nudí. Důležité je se věnovat svým zájmům, například sportu, kde i vrstevníci se

tomuto zájmu věnují. Rodič by neměl direktivně určovat úkoly, měl by dítě spíše inspirovat a dítětem vybranou činnost podporovat a dítě motivovat k rozvíjení schopností, které povede k plnohodnotnému trávení volného času. Naproti tomu naopak jednotvárná práce, která může být ještě špatně ohodnocená má negativní účinky (Nešpor, Csémy, 1994, s. 29-31).

### 1.6.2 Zásady prevence v rodině

Zásady prevence v rodině, dle Nešpora (2000, s. 79 ad.):

- Získat si důvěru dítěte, naslouchat mu, být pro něj vzorem
- Zajímat se, co, kde a s kým dělá
- Posilovat jeho sebevědomí
- Chválit ho i za malé úspěchy
- Nekritizovat jeho osobnost
- Přílišné moralizování může být také k neprospěchu
- Jasně stanovit pravidla a ty dodržovat, stejně tak i tresty
- Snažit se dítě chránit před nevhodnou společností
- Spolupráce (s rodinou, širší rodinou, školou)
- Přísný zákaz drog a hazardu
- Důležité je také neopomíjet zaslouženou pochvalu

Rodiče, a nejen ti, ale i jiné blízké osoby, by si měli uvědomit, že klíčovou roli nejen v prevenci užívání návykových látek, ale i v prevenci závislosti na internetu je velmi důležitá kvalita komunikace v rodině či blízkém okolí a bezpečné sociální prostředí, či funkční stabilní rodina. Je nutné se dětem věnovat. Lze posílit jeho sebevědomí, které je velmi důležité tím, že ho budeme podporovat a povzbuzovat, ne je jen obdarovávat moderní technologií, kterou samozřejmě požadují. To není cesta, jak si posílit postavení u svého dítěte (Hýbnerová in Děti a online rizika, 2012, s.46).

Pokud chceme o rizikovém chování dítěte hovořit, je dobré opustit brány domácnosti. Například při dobře naplánovaném výletu na chalupu, můžeme dosáhnout při rozhovoru jiných výsledků než za dveřmi bytu. Ve změněném prostředí, a pokud je tedy toto prostředí příjemné, můžeme odbourávat stres, a uvolněnější atmosféra nám připravuje půdu pro rozhovor s dítětem. Výlety přinášejí zážitky, je dobré se přitom vyhnout užívání alkoholu, které k tomu často patří. S prevencí, ale moc nepomůže. Je také dobré zapojovat dítě na výletě do nejrůznějších aktivit, což dítěti napomáhá uvolnit se a rozvíjet dovednosti, praktické schopnosti, tvořivost a podobně (Hofbauer, 2004, s. 61).

### 1.6.3 Vykonavatelé primární prevence

Abychom se mohli v primární prevenci dobře orientovat, měli bychom si ujasnit vykonavatele primární prevence. Primární prevenci nevykonávají jen rodiče a jiné blízké osoby, samozřejmě ji vykonává také škola a jiné subjekty. Aby tedy byla prevence účinná je potřeba preventivními aktivitami na sebe navazovat a doplňovat se. To je velmi náročné, jelikož subjektů vykonávaných prevencí je poměrně mnoho.

Vykonavatelé primární prevence jsou národní, krajské, nebo místní. Za zmínku určitě stojí Ministerstvo vnitra, které vykonává prevenci kriminality. Ministerstvo zdravotnictví, nebo Ministerstvo školství, Mládeže a tělovýchovy a některé neziskové organizace (Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže, 2013).

V této práci nás zajímá především prevence Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, která se zaměřuje na děti mládež a mladé dospělé. Školská poradenská zařízení jako jsou pedagogicko-psychologické poradny a speciálně-pedagogická centra poskytují preventivně výchovnou péči. Tato zařízení také vykonávají funkci diagnostickou, informační, poradenskou a metodologickou a jejich činnost vymezuje vyhláška č. 197/2016 Sb., kterou se částečně mění vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských zařízeních.

Důležitou součástí primární prevence jsou **pedagogicko-psychologické poradny** (PPP), které poskytují své služby na základě zákona č. 561/2004 Sb. ve znění pozdějších předpisů. Pedagogicko-psychologické poradny se zaměřují na intervenci, prevenci a poradenství. Pomáhají například řešit problémy ve třídách kde je šikana. Provádějí diagnostickou činnost, a tudíž zjišťují školní připravenost dítěte a připravují pro něj podpůrné opatření, pro žáky se speciálními potřebami. Pomáhají rozvoji učitelům. Pedagogicko-psychologické poradny často pomáhají i rodičům, jak řešit problémy s jejich dítětem. Psychologové, speciální pedagogové a sociální pracovníci v pedagogicko-psychologických poradnách pracují většinou ambulantně.

**Speciálně pedagogické centrum** (SPC), pracuje také na základě školského zákona č. 561/2004 Sb. Jsou rozdělena a specializována podle typů postižení žáků. Opět poskytují své služby, dětem i rodičům a školám. Jedná se o školy, které vzdělávají žáky se zdravotním postižením v oblasti mentální, zrakové, sluchové apod. Také vykonávají svou činnost ambulantně a patří do jejich činnosti diagnostika, poradenství a konzultace (Knotová, 2014).

**Střediska výchovné péče** (SVP) se věnují předcházení vzniku a rozvoji patologického chování, či výchovným problémům. Pomáhají jak studentům, tak školám.

Zmírňují či odstraňují příčiny vzniku rizikového chování dětí. Pracovníci středisek výchovné péče jsou psychologové, speciální pedagogové, vychovatelé a etopedi.

Všechny tyto střediska navíc pro zachování komplexnosti spolupracují s orgány sociálně-právní ochrany dětí, neboli OSPOD (Bártík, Miovský, 2010, s. 92).

**Školní poradenská pracoviště** se také zaměřují na primární prevenci ve školách. Jedná se o pracovníky, kteří působí přímo na školách, jako třeba školní metodik prevence, který vytváří preventivní program školy a hlídá jeho dodržování a napomáhá pedagogům ve vzdělávání v oblasti prevence. Dalším zaměstnancem školy, jehož náplní práce je také mimo jiné primární prevence je výchovný poradce, většinou zastoupený některým z učitelů. Práce výchovného poradce spočívá v poradenství, jak pro žáky nadané (např. kariérní poradenství), tak pro ty méně nadané, nebo ty které mají problémy s chováním. Dále pak také intervence a poskytování metodické pomoci ostatním učitelům. Dalším důležitým pracovníkem školy je školní psycholog. Školní psycholog se podílí na tvorbě preventivních programů, poskytuje konzultace žákům, ale i rodičům, provádí diagnostiku výchovných a vzdělávacích problémů. Jako další pozici na školách můžeme najít školního speciálního pedagoga, jehož prací je poskytovat pedagogickou péči, poradenství a konzultace a v neposlední řadě intervenční činnost (Knotová, 2014).

Součástí škol je i dokument, který nese název **minimální preventivní program**. Tento dokument vymezuje cíle priority primární prevence na škole. Vypracovává se většinou na jeden školní rok. Vypracovávají ho pedagogičtí pracovníci a odpovídá za něj školní metodik prevence. Tento program je zaměřen k výchově ke zdraví a osobnostnímu rozvoji žáků. Jako další program škola vypracovává **školní preventivní program**, který je na rozdíl od minimálního preventivního programu dlouhodobý. Vypracovává jak krátkodobé, tak dlouhodobé cíle, a přitom musí dbát na personální obsazení a finanční prostředky. Hlavním cílem je omezit rizikové chování a vést žáky k vzájemnému respektu a zodpovědnosti (Bártík, Miovský, 2010).

Primární prevence je taktéž vykonávána již zmíněnými neziskovými organizacemi. Takovéto organizace nejsou státní, jsou dobrovolné a nerozdělují zisk. Často se zaměřují na závislostní chování, jeho prevenci a léčbu. Poskytují pomoc a poradenskou činnost (Bártík Miovský, 2010, s. 98).

Důležitou součástí primární prevence je odmítání návykových látek. Karel Nešpor a Ladislav Csémy (1994, s. 36-39) uvádějí několik možností, jak odmítat drogy:

1. **Odmítnutí vyhnutím se** – jednou z možností může být vyhýbat se místům a lidem, kde riziko nabízení návykových látek hrozí.

2. **Rychlé odmítnutí** – na nabídku řekneme výrazné ne, ať už slovem či gestem, nebo nabídku jednoduše ignorujeme.
3. **Zdvořilé odmítnutí** – odmítnutí s vysvětlením, že nechceme, co je nám nabízeno a nikoliv toho člověka. Můžeme navrhnout jiné řešení.
4. **Důrazné odmítání** – opakování důrazného ne (porouchaná gramofonová deska).
5. **Unavené odmítání** – když dojde energie na odmítání, odložíme splnění požadavku na jiný den a pokusíme se hovor odklonit jinam.

Situace, kdy nám někdo bude nabízet drogu se může stát každému z nás. Je proto dobré být připraven odmítnout drogu. Důležité ale je, aby jedinec pochopil, že neodmítáme jeho, ale nabízenou látku. Naším klidným odmítnutím a vysvětlením ukazujeme, že je možné návykové látky odmítnout.



## 1.1 II. Praktická část

Tato část diplomové práce je věnována praktické části, která byla prováděna pomocí strukturovaného rozhovoru s rodinami a jejich dětmi. Jedná se tedy o kvalitativní výzkum.

### 2.1 Kvalitativní výzkum

#### 2.1.1 Cíle šetření

Cílem kvalitativního výzkumu byl sběr informací o rodině pomocí strukturovaného rozhovoru a tím tak získat pohled na výchovu a prevenci v rodině. Chtěl jsem zjistit, jaké panuje v rodině klima, jaký mají rodiče přehled o aktivitách svého dítěte, jestli se zajímají o prevenci a zdali mají dostatek informací o návykových látkách a jiných závislostech. Zajímal jsem se také, jak probíhá trávení volného času a zda o tom rodiče s dítětem diskutují. Snažil jsem se s pomocí několika základních, předem připravených otázek, a s pomocí několika doplňujících, nahlédnout do výchovy v rodině.

#### 2.1.2 Výzkumné otázky

Ke splnění cílů a požadavku na strukturovaný rozhovor byly formulovány výzkumné otázky pro rodiče a jejich děti zvlášť.

##### **Otázky pro rodiče:**

1. Jak hodnotíte klima ve Vaší rodině, hádáte se před dítětem?
2. Hádáte se s dítětem, jak taková hádka probíhá?
3. Stanovujete dítěti tresty, které nakonec nedodržíte?
4. Jaké tresty používáte? Myslíte, že jsou adekvátní? Jste na nich s dítětem předem domluveni?
5. Mluvíte s dítětem o tom, co prožil během dne, když se vrátí ze školy?
6. Domlouváte se společně s dítětem, jak budete trávit víkend?
7. Pouštíte dítě ven samotné, na jak dlouho?
8. Sledujete, jak Vaše dítě tráví volný čas a s kým?
9. Stanovujete pravidla ohledně doby, kdy může být venku, kdy se může dívat na televizi nebo si hrát na počítači?
10. Pomáhá Vám Vaše dítě s domácími pracemi a jak?
11. Jak se věnujete dítěti ve volném čase?

12. Jak si představujete soukromí Vašeho dítěte?
13. Mluvíte o rizicích závislosti na návykových látkách/internetu?
14. Myslíte si, že máte dostatek informací o návykových látkách a s tím spojených rizicích?
15. Myslíte, že informace, které děti dostávají ve škole ohledně návykových látek, jsou postačující?
16. Pijete alkohol nebo kouříte cigarety před dítětem? Jak často?
17. Považujete pití alkoholu a kouření cigaret za Váš problém?
18. Myslíte si, že Vaše dítě někdy zkusilo legální drogy? (alkohol, cigarety)
19. Myslíte si, že se Vaše dítě někdy dostalo do kontaktu s nelegálními látkami?

### **Otázky pro dítě:**

1. Hádají se rodiče někdy?
2. Hádáš se s rodiči, jak to probíhá?
3. Trestají tě rodiče? Nebo ti nakonec vše odpustí?
4. Jak tě rodiče trestají? Myslíš, že to má smysl?
5. Mluví s tebou rodiče o tom, jak ses měl(a), když přijdeš ze školy?
6. Domlouváš se s rodiči na tom, jak bys chtěl trávit víkend?
7. Chodíš sám ven, na jak dlouho?
8. Vědí Tvoji rodiče, co děláš ve volném čase, s kým ho trávíš?
9. Máš jasně dáno, kdy můžeš jít ven, dívat se na televizi, hrát na počítači?
10. Pomáháš rodičům v domácnosti a jak?
11. Věnují se ti rodiče, když přijdeš ze školy, jezdíte někde o víkendech?
12. Myslíš si, že ti rodiče dávají málo volnosti?
13. Mluví s tebou rodiče o drogách a jiných závislostech?
14. Myslíš si, že Tvoji rodiče mají přehled o drogách?
15. Mluvíte ve škole o zdravém životním stylu a jak se vyhýbat návykovým látkám?
16. Pijí rodiče alkohol, nebo kouří cigarety? Myslíš, že to dělají často?
17. Myslíš si, že kouření a pití alkoholu je normální?
18. Zkusil jsi někdy kouřit, nebo pít alkohol?
19. Dostal jsi se někdy do kontaktu s drogami? Nabízel ti je někdo?

### **2.1.3 Metodologie**

Jak již bylo uvedeno výše, ke splnění kvalitativního výzkumu byl jako prostředek komunikace s respondenty vybrán strukturovaný rozhovor. Pomocí tohoto rozhovoru a

pozorování přímo v rodině jsem se snažil dojít k naplnění cílů výzkumu. Mezi respondenty byly vybírány rodiny, které mají dítě na druhém stupni základní školy.

#### **2.1.4 Realizace výzkumu**

K realizaci výzkumu, a tedy k rozhovorům docházelo v rodinách respondentů, kteří byli vybíráni náhodně. Většinou jsem se k rodinám dostal přes nějakého kamaráda, kterého jsem požádal o radu, nebo jestli náhodou nezná někoho, kdo má dítě na druhém stupni základní školy. Jeden kamarád mi doporučil některé rodiny, jejichž děti jsou návštěvníky p-centra. Tedy centra prevence, podpory a poradenství.

Z důvodů anonymity jsou z práce vynechána jména respondentů. Respondenti byli seznámeni s účelem rozhovoru a k čemu bude v budoucnu použit. Rozhovor jsem prováděl s rodičem a poté zvlášť s dítětem.

K zaznamenání rozhovoru jsem použil magnetofon. Mohl jsem se tedy plně soustředit na rozhovor a pozorovat reakce respondentů.

#### **1. Respondent**

Jako první oslovený respondent je matka se středoškolským vzděláním, která se věnuje výchově své čtrnáctileté dcery. Otec s vysokoškolským titulem je méně doma než matka, jelikož se stará o chod jeho firmy. Otec tedy tráví méně času s rodinou než matka, za to je ale rodina velmi dobře zajištěna a na první pohled se zdá, že je v rodině velmi dobré klima.

##### **Rozhovor s rodiči:**

1. Myslím si, že klima v naší rodině je přiměřené, hádky samozřejmě probíhají, ale žádná velká Itálie se nekoná.

##### ***Jak často ty hádky probíhají?***

To je různé, většinou jednou měsíčně, ale jak říkám, není to nic závažného.

2. S dcerou se samozřejmě hádky konají, ale spíš je to v rozmezí výčitek a domlouvání. To znamená, že jí něco vyčítám, ale nakonec se domluvíme.

3. Tresty nějak nepoužíváme, stačí jen domluvy.

4. Je to většinou motivace zakoupení, nebo peníze na kosmetiku a hadříky.
5. Každý den chceme vědět, co bylo ve škole a podle momentální nálady se dozvíme, co zažila, co kamarádi atd.
6. Víkend vždy naplánujeme, co budeme dělat, kam pojedeme atd.
7. Dceru ven pouštíme a vzhledem k tomu, že máme mezi sebou absolutní důvěru (aspoň si myslím), tak se domluvíme, kdy dorazí v rozumném čase. Většinou v deset hodin, ale někdy i něco málo později.
8. Máme přehled, co dělá a s kým je. Tím jsem si jistá.
9. Vždy je to na vzájemné domluvě, kterou dcera nezneužívá.
10. Samozřejmě se zapojuje do domácích prací a vzhledem k jejímu věku ví, co je v domácnosti potřeba, ale z mé strany ji nijak neomezujeme. Samostatně se rozhodne, co bude dělat.
11. Vzhledem k jejímu věku už nějak nestojí o společné víkendy, ale když nastanou, je to v pohodě na chalupě.

***Společné aktivity teda nijak zvlášť neplánujete, například hry?***

Ne spíše ne.

12. Soukromí akceptujeme. Má svůj prostor a svůj čas.
13. Tímto jsme si už prošli (debatou na téma návykové látky pozn. autora.) teď víme, jaký má názor na drogy a v současné době se s tím neznepokojujeme.

14. Přehled o drogách máme jen omezený a dostupný z médií. Jelikož se to netýká naší rodiny, tak tady toto téma zvláště neprobíráme.

15. Myslím si, že informací ze školy, od přátel a z blízkého okolí má dost a následky jsou jí známé, a tudíž by se návykovým drogám vyhnula.

16. Manžel nepije, nekouří, já jako matka mám tyto neřesti. Alkohol jen příležitostně a cigarety pravidelně.

17. Ano je to můj problém, ale nemám snahu ho řešit, protože vše je stále v určitých mezích.

### ***Jak často pijete?***

Ani ne tak často, jako spíš, že pak piju hodně. Nevím kdy přestat. Ale děje se to ojediněle. Jinak sklenku vína si doma občas dám, tak jednou, dvakrát týdně.

18. Ano, samozřejmě si to myslím, protože jestli ne, tak by to nebylo v dnešním světě normální.

19. Určitě ano, vyzkoušet s rozumem se má všechno!

### **Rozhovor s dítětem:**

1. Hodně málo, spíš z legrace

2. Moc ne, někdy s mamkou, když mě nenapadne udělat nějaká domácí záležitost, co se podle ní zdá naprosto logická, nebo když nemám náladu s ní mluvit a ona vyrukuje s tím, jak jsem nevychovaná, většinou se spolu pak nebavíme a čekáme, až to tu druhou přejde.

3. Netrestají mě, takže asi odpustí.

4. Nikdy jsme doma neřešili nějaký problém, který by zasloužil trest, sice jsem dostala pár výchovných facek, ale ne, jen tak pro nic za nic

5. Ano, každý den se bavíme o tom, co se dělo ve škole

6. No spíš o tom rozhodnou rodiče.

7. Nechodím sama ven, když chci být sama, zavřu se v pokoji.

***Ani s kamarády nechodíš ven?***

To jo. Ne pozdě večer. Normálně musím být doma do sedmi. O víkendu do osmi. Většinou, když jdeme třeba o víkendu do kina, tak jsem venku do půlnoci. Ale to pro mě třeba mamka přijede.

8. Ano ví, většinou se na to i sami zeptají, mají velký přehled, o tom kam chodím a s kým.

9. Ne ne, takhle to nastaveno nemám a nikdy jsem neměla, rozhodně ne doma, možná jen tak já sama podvědomě, že se koupu každý den v 8 večer.

10. Snažím se hodně pomáhat doma, ráda vařím a pečů, takže to mi problém nedělá, jinak vynáším koše, vysávám, občas utřu prach a vyleštím zrcadla, ale to není každý den

11. Po škole si povídáme, jaký jsme měli den, ale potom už si jdeme každý po svém, na výlety jsme nikdy moc nebyli

12. Určitě ne, jsem spokojená s tím, kolik mám volnosti. Rodiče vždycky říkají, že vše podle zásluh. No a já se asi učím dobře, takže jsem spokojená a oni asi taky.

13. Mluvíme, občas jak nastane nějaká situace, třeba v televizi. Ne, že bychom si sedli a já dostala přednášku, jak je to špatné.

14. Podle mě naprosto minimální, což je možná i dobře, měli by přehnaný strach.

15. Jo hodně.

16. Taťka je dá se říct abstinent, mamka pije příležitostně, ale kouří cigarety, ve velkém množství.

17. Určitě to není nic nenormálního, spíš je třeba rozpoznat přirozenou hranici a vědět kdy mít dost.

18. Zkusila jsem oboje, taky ne jednou, ale nekouřím a občas si dám sklenku vína s holkama nebo přítelem.

19. Ano a ano, myslím, že každý někdy přišel do kontaktu s takovými lidmi, co je buď berou nebo nabízí. Já jsem vždycky slušně odmítla. Nikdo mi potom už nic nenabízel. To jenom kluci občas po škole kouří trávu, ale neptají se mně.

## **2. Respondent**

Jako druhého respondenta jsem oslovil matku a jejího třináctiletého syna z úplné rodiny. Matka má středoškolské vzdělání a otec, který pracuje noční je vyučen. Rodina se málokdy sejde pohromadě právě kvůli otcově náročné práci především v noci. Díky tomu je ale rodina dobře finančně zajištěna.

### **Rozhovor s rodiči:**

1. Skoro se nehádáme, spíše tedy ne. Málo kdy se sejde celá rodina. Manžel je stále v práci.

2. Hodně málo, jelikož je syn bezproblémový. Když už dojde k hádce, syn nakonec uzná chybu a poslechne.

3 Ano, někdy se to stane.

4. Zakazujeme mu fotbal, ale jelikož syn nakonec poslechne, od trestu nakonec couvnu. Je to ale opravdu minimálně. Syn opravdu tresty nepotřebuje.

5. Ano, vždy před spaním si povídáme o škole, co dělal, o kamarádech apod. Syn je na to už zvyklý a takhle na večer, když je v klidu tak se rozpovídá, to už mám vyzkoušené.

6. Domlouváme se synem, co budeme o víkendu dělat. Dřív sem řekla a basta. Dnes už ne. Rozhodně mu nic nepřikazuji. Náš program vyústí ze vzájemné domluvy. Chodíme spolu na fotbal nebo do kina. Nebo se spolu díváme na televizi. Hrajeme i společenské hry. Hodně o víkendech chodí ke kamarádovi a já odpočívám doma. To je asi tak všechno, žádné zvláštní aktivity neplánuji. Taky jezdíme na kole a na hory.

7. Pouštím ho ven i na noc. Spát ke kamarádovi. Samozřejmě pokud o tom ví i druzí rodiče. Ověřuji si to telefonicky. Známe se mezi sebou.

8. Ano, jsme z vesnice a všechny jeho kamarády znám.

9. Ano, vždy ví, kdy má dojít domů. Večerku má v osm a o víkendech někdy do jedenácti. Na televizi žádná pravidla nemáme. On se na ni skoro nikdy nedívá. Počítač nehledám, on sám uzná, kdy má dost.

10. Doma pomáhá. Především vynáší odpadky a uklízí si pokoj a když je potřeba pomáhá na zahradě.

11. Jezdíme po výletech. Na hory. Na kole po okolí.

12. Klepu na dveře od jeho pokoje. Myslím, že soukromí má dost. Nikdy si nestěžoval. Nečtu mu poštu ani mu nelezu do batohu. Věřím mu.

13. Mluvíme. Varuji ho před tím. Má z toho velký strach.

14. Myslím, že ano. Především díky internetu. Věřím, že tyto údaje jsou postačující.

15. Nevím, do školy s ním nechodím. Víím ale, že nějaké přednášky mají.

16. Nekouří nikdo z rodiny a alkohol pijeme pouze během nějaké oslavy, a to v míře. Tady problém určitě nemáme.

17. Ne



18. Ano, určitě. Trošku vína jsem mu nalila. Cigarety nevím. Nikdo v okolí nekouří. A on se mi nesvěřil, že by to zkoušel.

19. Nevím, myslím si že ne. Ale fakt nevím.

### **Rozhovor s dítětem:**

1. Občas. Nevím, jak to probíhá. Se mnou se o tom nebaví, ale myslím, že vše je ok. Nikdy na sebe nejsou naštvaní.

2. Já se s rodiči hádám minimálně. Většinou kvůli fotbalu, zakazují mi ho, když třeba neposlechnu nebo přijdu domů pozdě. Ale protože pak třeba uklidím na zahradě nebo v pokoji, tak mi odpustí.

3. No nakonec mi odpustí. Jsem miláček.

4. Pohrozí mi třeba, že mi zakážou fotbal. Je to účinné, protože mám z rodičů respekt.

5. Ano mluvíme spolu hodně.

6. Na víkendech se domlouváme. Neměnil bych.

7. Chodím ven sám a musím být doma v osm. O víkendech pak v deset až v jedenáct hodin večer.

8. Co dělávám neví. S kým trávím čas to ví.

9. Nemám.

10. Doma vynáším koš, pomáhám na zahradě, občas teda. Třeba, abych si je udobřil. Nebo, tak co je potřeba pomůžu.

11. Občas někam zajedu. Na kole třeba. Jinak nevím.

12. Ani ne. Volnosti mám dost.

13. Moc ne.

14. Netuším. Fakt nevím.

15. Ano, máme o tom přednášky. Moc si toho nepamatuju.

16. Rodiče nekouří a alkohol si dají zřídka.

17. Pití alkoholu mi přijde normální. Nemělo by se ale přehánět. Kouření mi moc normální nepřijde, akorát škodí zdraví.

18. Zkusil jsem alkohol. Jen jsem ochutnal. Nechutná mi.

19. Ne nikdy.

### **3. Respondent**

Třetím respondentem jsou oba rodiče, kteří společně vychovávají patnáctiletého chlapce. Matka má vysokoškolské vzdělání a otec má výuční list. Na první pohled panuje v rodině dobré klima. Rodina je dobře finančně zajištěna, podnikají dlouhé cesty do lázní či do hor. Tudíž si myslím, že nemají žádné ekonomické problémy.

#### **Rozhovor s rodiči:**

1. Otec: Moc ne

Matka: Jak kdy, spíš bych řekla, že ne. Klidné klima.

2. Matka: No občas. Ale on je introvert. Na něj se musí pomalu, jinak se zatvrdí. Jinak je hádka spíš dialogem.

4. Otec: Sebereme mu počítač, když se nesnaží ve škole, nebo měl něco udělat a neudělal.

5. Matka: On předem ví, že když nedělá, co mu řekneme, že mu zakážeme počítač. Myslíme, že to adekvátní je.

6. Otec: Ptáme se, co ve škole. Hlavně co známky. Nerad nám řekne co dělají s klukama ve škole. Obtěžuje ho to. Známky nám řekne. Ale jinak to musí být nějaká jobovka. Třeba, že spolužákovi hrozí dvojka z chování, ale jinak toho moc neřekne.

7. Matka: Většinou mu to oznámíme. Záleží na tom, jak má manžel služby totiž.

8. Matka: Pouštíme. Do osmi. Je na telefonu. Chodí sám a vyřizuje si co potřebuje. Většinou jde sám. Možná potká kamarády v Šantovce.

Otec: Už je skoro dospělej. Tak do těch půl osmé. Do osmi maximálně, aby byl doma. On na takový partičky moc není, je to samotář.

9. Matka: Když zvládne udělat věci do školy, tak pak může jít na počítač.

Otec: Přes den se na televizi nedívá, jen občas, když má volnou chvíli a neučí se. Večer pak se s náma třeba dívá, ale jen tak do čtvrt na deset. Víkendy ho necháváme co vydrží, až pak jde spát sám.

10. Otec: Pomáhá uklízet celý byt.

Matka: V létě mi pomáhá na zahrádce. Nebo třeba s nákupem.

11. Otec: Jezdíme spolu na výlety. Na chalupu ke známým, nebo na Slovensko. Taky navštěvujeme různé akce. Jako sraz veteránů, letecké dny apod.

Matka: Taky kluci spolu chodí do technických muzeí.

12. Otec: Já myslím, že má soukromí. Má svůj pokoj. Kde se zavře, když chce.

Matka: Jeho věci jsou prostě jeho.

13. Otec: O počítači hlavně jo. To mu vysvětlujeme. Taky, že si musí dávat pozor na internetu a že je to celý návykový aji ty hry. Jinak o drogách je hodně poučujou ve škole.

Matka: Já jsem mu říkala, že mám strach. Ale on to ví, že to je špatný. Myslím, že ve škole to hodně řešej.

***Takže myslíte, že to stačí, že ve škole mu řeknou dost?***

Matka: Já myslím, že jo

14. Matka: Nevím. Vím co to všechno způsobuje ale myslím, že máme mezery.

Otec: To se uvidí až to přijde. Spíš zatím nemáme.

15. Matka: Myslím, že ano.

Otec: Nevím, možná.

16. Matka: Alkohol pijeme i před dítětem. Nekouříme. Spíš jen o víkendu, sem tam tu skleničku vína, manžel pivo. Máme jednu za pár měsíců, akcičku s kamarádama, tak tam se pije víc.

17. Matka: Já myslím, že ne.

18. Matka: Já myslím, že ne.

Otec: Mí mu třeba nabízíme, ať to zkusí a on nechce.

19. Matka: To nevím.

Otec: Určitě mu děcka ve třídě nabídli alkohol. Jinak si myslím, že ne.

### **Rozhovor s dítětem:**

1. No moc ne. Nebývá to zvykem. Bývá to ojediněle.

2. No já se vůbec nehádám. Vůbec no.

#### ***Rodiče na tebe křičí?***

To ne. Spíš, když donesu špatnou známku, tak jsou nešťastní.

3. Pohrozí mi, ale pak to nakonec nedodrží.

4. No vyhrožují mi, že mi zakážou počítač. Tak to radši dodržuju. Takže asi funguje.

5. Ptají se, co bylo ve škole, spíš se ptají ohledně známek.

6. Když je něco ve městě zajímavýho tak jo, jinak moc ne.

***Jinak to plánují rodiče?***

Jo ale, když je něco ve městě, tak tam jdeme. Rozhoduji si to trochu i sám.

7. Po škole chodím ven, chodím do obchodních středisek, nebo do města se podívat, tak na hodinku na dvě.

***V kolik musíš být nejpozději doma?***

To záleží podle učení. Tak většinou v osm.

8. Jo rodiče ví, že chodím do těch obchodních center. Většinou chodím sám.

9. To záleží podle učení. Pak mi řeknou, že už se dívám dlouho. O víkendu můžu víc.

10. Pomáhám s úklidem. V létě se zahrádkou.

11. Jezdíme za babičkou na Vysočinu. Na výlety. Taky jezdíme v létě na hory, třeba i na Slovensko. Rád s tátou stanuju. Nedávno jsme byli v Praze.

***Jak vypadá takový výlet do Prahy?***

Buď jdu s tátou někam po památkách, nebo jdu sám a pak se vždycky někde sejdem. Třeba na oběd. Já si projdu, co mě zajímá. Třeba tramvaje mě zajímají. Nebo metro.

12. Jo.

13. Moc ne. Spíš ve škole.

14. Myslím si, že mají přehled.

15. Jo. Dva týdny zpět. Byl u nás někdo ve škole. A měli jsme o tom přednášku. Jako třeba co je legální a co už ne. Taky jaký to způsobuje zdravotní problémy apod.

16. Rodiče nekouří. A alkohol si myslím, že v míře.

17. Myslím, že jo.

18. Ne, vůbec.

19. Ne. Vím, že za školou někdo kouří trávu, ale já jsem se k tomu nedostal. Mě nikdo nic nenabízel. A ani to nechci.

#### **4. Respondent**

Jedná se o matku, která sama vychovává patnáctiletou dceru. Matka se středoškolským vzděláním se živí jako barmanka v hospodě, kterou sama vlastní. Otec s rodinou nežije již od devíti let jejich dcery. S dcerou se setkává průměrně jednou měsíčně. Dcera se mi však svěřila, že jejich schůzky jsou čím dál tím méně od té doby, co má její otec novou přítelkyni. Platí na ni alimenty.

##### **Rozhovor s rodičem**

1. Občas se hádám s mámou. Tedy s její babičkou, protože se pořád do něčeho plete. Už ani nevím, kdy jsme se nehádali. Je to normální, máme to tak nastavené. Jinak si myslím, že to klima je dobré. Umíme se domluvit. Nakonec i s tou babičkou. S jejím otcem už se dávno nehádáme.

##### ***Hádali jste se hodně?***

No občas se rozzuřil i před malou. Je to nervák. Ale myslím, že rozvod proběhl v klidu. To už jsme se vlastně taky nehádali. Spíš jsme spolu nemluvili. Takže to atmosféra nebyla dobrá. Tak jsme se rozhodli to změnit.

##### ***Mohlo to mít na Vaši dceru nějaký vliv?***

Myslím, že ne. Vím, že brečela jednou. Ale pak se všechno urovnalo.

2. Nehádáme se. Já ji možná občas něco navrhnou, co by měla změnit, ale hádky ty u nás nejsou. Občas je trochu drzá. Tak ji to řeknu, že je drzá ať toho nechá. To je tak všechno. U nás to probíhá v klidu.

3. Žádné tresty nestanovuju. Právě asi proto, že bych je nedodržela. Dcera se učí dobře. Nemám s ní problémy.

4. Jak jsem řekla, dlouho už jsem ji za nic netrestala. Když ji chci potrestat. Pošlu ji za otcem. Ale ona za ním jde, kdy se jí chce.

5. Málokdy. Bavíme se, ale myslím o všem. Nezačínám s ní ale mluvit způsobem, že bych se hned ptala na školu.

6. Ne. Ona si tráví víkend, jak chce. Já většinou pracuju. Jinak trávíme společně čas doma. Ona si třeba čte v obýváku, zatímco já se dívám na televizi nebo žehlím a taky si povídáme.

7. Pouštím. No to nevím. Má přítele a jak dlouho jsou spolu venku to nevím. Já po ni chci, aby byla do desíti doma. Ale když přespává u něj, tak jsou možná venku i déle.

***Nemáte o ní strach? Věříte jejímu příteli?***

Nemám, znám ho dobře a dlouho. Je to dobrý kluk. Je o dva roky starší a taky rozumnější.

8. Znáám její kamarády. Nevím přesně jak svůj čas tráví. Většinou jsem v práci nebo není doma. Myslím, že se hodně dívá na seriály. Jinak hodně času tráví s klukama, takže asi nějaké klukoviny. Vím, že hrají i stolní hry. Myslím, že si občas dají i pivo.

***Nevadí Vám to, že si Vaše dcera občas dá pivo?***

Ne, znám ji. Vím, že to nepřehání. Spíš si dají pivo o té stolní hry.

9. Ne, na televizi se nedívá. To vím. Počítač má svůj a s tím si dělá co chce.

10. No moc ne. Možná občas vyskládá nádobí z myčky, a to je tak všechno. Jo a stará se o kočku a občas po ní i vysaje. Ale podle toho, kolik máme doma chlupů už to dlouho neudělala (směje se).

11. Bavíme se spolu. Myslím, že máme spolu hezký vztah. Jsme vlastně takové kamarádky. Bohužel, když ona přijde ze školy, já jdu do práce. Občas za mnou přijde do práce. Tam si povídáme, jak se měla. Co ve škole a apod. Nemáme problémy a učí se dobře. Takže si myslím, že to funguje.

12. Já si ho představuju tak, že mi nemusí říkat úplně všechno co dělá a s kým jde ven. A taky, že má právo se zavřít do pokoje a trávit čas tam.

13. Myslím, že ne. Ona toho ví víc než já. Já ji jenom říkám ať si dává bacha, na ten chlast, že je zrádnej. Ale nemusím to říkat, ona to vidí u nás v tý hospodě.

14. Nemám.

15. No doufám, že jo. Chodí na dobrou školu, tak snad jo.

16. Kouřím málo. A nepiju vůbec. Teda občas si dám skleničku vína u nás v práci, někdy i doma ale za pití to už nepovažuju. To bylo, když jsem byla mladší (směje se).

17. Možná to problém byl. Ale už jsem si dala pokoj. Už nejsem nejmladší.

18. Určitě.

19. Jednou jsem ji viděla kouřit trávu. Nic sem jí neřekla. Je chytřejší než já a domů nosí dobré známky. Tak co. Já jsem v mládí dělala taky kraviny.

### **Rozhovor s dítětem.**

1. No teď už ne. Jsou rozvedení.

#### ***Hádali se před tebou?***

Moc ne. Spíš za zavřenýma dveřma. Už si to moc nepamatuju. Občas bylo poznat, že se pohádali, i když jsem u toho přímo nebyla. To pak nebylo dobrý.

2. S mamkou se nehádáme. Je to cajk.

3. Odpustí. Teda máma.

4. Otec by mě možná trestal a snažil pořád vychovávat, ale nebydlím s ním a vidíme se málo.



5. Otec se mě pořád ptá na známky. Dává mi pak peníze, když jsou dobré.

6. Ne. Trávím hodně času se svým klukem.

***Co spolu děláte?***

Všechno možný.

7. Chodím sama. Máma to moc nemá ráda. Třeba, když přijdu v deset nebo tak. Tak radši jdu ke klukovi. Taky nemá ráda. Když za ní přijdu pozdě večer do hospody. Ale nevyhodí mě. Zůstávám s ní a pak jí pomáhám zavřít.

8. Občas přijdeme i s kamarádama do hospody. Zná je všechny. Co děláme, asi ví. Tak různě se poflákujem. Starším kamarádům nalije i zadarmo pivo. Já jim pak upijím.

9. Ne tohle fakt ne.

10. Nepomáhám. Občas uvařím. Nebo pomůžu mámě v hospodě.

11. Nikam nejezdíme. Máme je pořád v hospodě. S otcem se mi nikam jezdit nechce. Vlastně mě už ani nezve.

12. Myslím, že jí mám docela dost. Myslím, že je to správně.

13. Máma mluví hodně o tom, jak se pije v hospodě a jak bych neměla pít. Mluví o těch lidech hnusně. Ale vím, že sama taky kdysi dost kalila.

***A o drogách?***

Nevím. Občas nadává na feťáky.

14. Myslím, že ani náhodou.

***Proč, si to myslíš?***

Nevím. Víím to.

15. Jo. Je to legrace.

***Proč myslíš?***

Jsou tam srandovní videa a tak. Vždycky se tomu s klukama smějem.

***A odneseš si z toho něco?***

Jo, tak já to jako chápu. Ale přijde mi, že to ve škole přeháněj.

16. Nedělají to často. Tak normálně.

17. Asi je. Já sama nekouřím.

***Ani jointy?***

To jo. To si dám. Teď se to snažím omezit, protože si myslím, že to má vliv na to, jak spím. Někdy si potřebuju zapálit abych usla.

***Jednou ses mi svěřila, že chodíš do p-centra kvůli tomu, pořád tam chodíš?***

Chodím ale ne kvůli tomu. To je jen taková záminka. Nechci přestat kouřit trávu. Jen asi kouřit trochu míň. Spíš tam chodím si pokecat. Je to taková moje terapie zadarmo.

***Můžu vědět co tě trápí?***

Spíš jsem někdy taková zmatená a potřebuju si popovídat.

18. Alkohol jsem taky zkoušela. Občas toho špeka pak někde zapijem. Ale nekalím úplně. Jedno, dvě piva.

19. Kámoš mi nabídl LSD, odmítla jsem. Ale chtěla bych to vlastně někdy zkusit.

## **5. Respondent**

Je matka a její dvanáctiletá dcera. Dítě pochází z úplné rodiny. V rodině panuje dobrá atmosféra. Přestože otec měl problémy s hledáním práce a stále pracuje za míň peněz, než by si představoval. Nějaké finanční problémy vznikaly, ale za pomoci širší rodiny se vše vyřešilo. Rodiče mají dosaženo středoškolské vzdělání s maturitou a jsou nábožensky založení.

### **Rozhovor s rodičem:**

1. Snažíme se nehádat, někdy se tomu ale člověk neubrání.

***Jak taková hádka vypadá?***

No je to hlasitá výměna názorů. Jak jinak. Ale nemůžu říct, že by bylo klima nějak špatné. Po hádce se klima zase rychle uklidní.

2. Nehádáme, snažíme se vše vyřešit v klidu a domluvou.

3. Ne. Všechny tresty, je jich ale málo, se dodrží.

4. Adekvátní určitě jsou, ale předem se nich nedomlouváme, vychází to z aktuální situace. Tresty jsou většinou zákazy televize, počítače.

5. Ano, vždycky se zeptám, co bylo ve škole a jaké byly známky, což se někdy setkává s nepochopením za strany dítěte. Pro dítě je to silně obtěžující dotaz.

6. Jak kdy, záleží na pracovním vytížení obou rodičů. Pokud máme oba čas, domluvíme se jako rodina, co budeme dělat. Pokaždé nějak jinak.

#### ***Jezdíte třeba na hory?***

To ani ne, jezdíme v létě k moři. Asi bych řekla, že pokud je čas chodíme do města navštěvovat různé atrakce.

7. Ne, zatím ještě ne.

8. Ano. Většinou je doma se starší sestrou, která na ni má pozitivní vliv a je s ní ráda. Občas, jde za kamarádkou ze třídy, buď domů, nebo ona přijde k nám.

9. Ano, určitě. Ve všední den až po splnění školních povinností, většinou navečer. O víkendech je méně přísný režim.

10. Ano, pomáhá s utíráním prachu, úklidem svého pokoje a vysáváním.

11. Pokud mám volno, snažím se co nejvíce dítěti věnovat, chodíme ven na procházky, pokud to počasí dovolí, doma hrajeme společenské hry, povídáme si nebo se spolu díváme na oblíbené pořady v televizi, většinou pohádky.

12. Má svůj vlastní pokoj, kde má své soukromí a v případě, že chce být sama a nikým nerušená, se tam může uchýlit.

13. Ne, myslím, že ve škole dostane dostatečné informace ohledně této problematiky, takže podle mě není zatím ještě potřeba toto řešit. Samozřejmě, že se také nějaké informace dovídá ze zpráv v televizi.

14. Snad ano, ve sdělovacích prostředcích je těchto informací také dostatek.

***Jaké sdělovací prostředky máte na mysli?***

Televizi, internet.

***Ano, na internetu se toho dá dozvědět určitě spousta informací. Myslíte, že máte přehled, co jaké drogy způsobují a jak se to dá na člověku poznat?***

Ne, vlastně asi ne.

15. Ano, prozatím jsem s informovaností spokojená.

16. Ne, nekouřím vůbec a alkohol pouze při slavnostních příležitostech. Manžel kouřival hodně. Teď to trochu omezil.

17. Ne, jelikož nekouřím vůbec a nepiju skoro vůbec. Manžel to kouření dlouho neřešil ale teď se lepší.

18. Nemyslím si, že by měla zájem a chuť toto vyzkoušet.

19. To rozhodně nemyslím. Všude se dozvídá, o škodlivosti a následcích, které vyplývají z užívání těchto látek.

**Rozhovor s dítětem:**

1. Moc často ne, ale někdy se tomu nedá vyhnout.

***Proč myslíš?***

Každý se jednou pohádá. To je asi normální. I se sestrou se občas pohádáme ale máme se rády.

2. Nehádám, většinou se vše nějak vyřeší bez hádek.

3. Občas. Když nosím špatné známky, tak mě někdy potrestají.

4. Většinou je to zákaz na televizi a počítač. Smysl to má jedině v tom, že si uvědomím, že bych se měla více učit a nesesedět tak dlouho u počítače nebo se dívat tak často na televizi.
5. Ano mluví. Vždy se mě ptají, jaké byly známky a co ostatního se událo ve škole. A já jim to řeknu.
6. Moc ne, když rodiče bývají v práci, tak se to domluvit nedá, když ale mají volno tak se domlouváme na různé výlety nebo chodíme na procházky.
7. Moc ne. Občas jdu se svou kamarádkou na hřiště nebo se někam projít, ale jen kousek od baráku. Většinou chodím jen na hodinu.
8. Ano ví. Pokaždé když jdu s kamarádkou tak se domlouvají naše maminky nebo ho trávím se sestrou, takže to ví vždy.
9. Ano, ale jen ve školním týdnu. Na televizi a počítač můžu, až když si udělám úkoly a naučím se do školy a nejdéle do 9 hodin, pak jdu spát.
10. Ano pomáhám. Někdy utírám prach nebo vysávám a na Vánoce pomáhám s pečením cukroví.
11. Když přijdu ze školy tak se se mnou baví, o tom, co bylo ve škole a pomáhají mi s domácími úkoly nebo mě vyzkouší. Pokud mají rodiče volno, tak občas jedeme na výlet nebo se jdeme někam projít.
12. Trochu ano. Mohli by mě více pouštět ven, ale jinak mám volnosti dost.
13. Většinu informací mám ze školy a z televize, ale když se něco takového objeví v televizi, tak mi občas něco o tom poví.

### ***Co třeba?***

No, že to je špatné. Že to nemá cenu, že ti lidé nejsou šťastní.

14. Myslím, že rodiče ví, které drogy jsou nebezpečné.

15. Moc ne. Mohlo by se o tom vykládat více a škola by mohla dělat nějaké speciální a zajímavé přednášky o škodlivosti drog a zdravém životním stylu.

16. Maminka nekouří, ale tatínek ano a myslím, že by to mohl více omezit. Alkohol rodiče pijí pouze při nějakých oslavách nebo zvláštních příležitostech, a to je myslím v pořádku.

17. Normální to určitě není, protože to škodí zdraví.

18. Ne nezkusila a nikdy taky nechci. Škodí to zdraví.

19. Nikdy jsem se do kontaktu s drogami nedostala a ani mi je nikdy nikdo nenabízel.

## **6. Respondent**

Šestého respondenta představuje matka a její patnáctiletý syn. Matka je rozvedená a otec se znovu oženil. Se synem se příležitostně navštěvují, ale otcův zájem o syna je stále menší. Věnuje se svojí manželce, se kterou nemá děti, mnohem více, než svému synovi. Rodina, ve které tento patnáctiletý chlapec žije je rodinnou doplněnou, jelikož žije s matčíným přítelem, se kterým má velmi dobrý vztah. Sám tvrdí, že lepší než se svým otcem. Matka má středoškolské vzdělání stejně jako otec. Matčín přítel, se kterým žije, má vysokoškolské vzdělání.

### **Rozhovor s rodičem:**

1. Když tak jde spíše o krátkodobou výměnu názoru. Klima určitě dobré.

2. Velmi zřídka, jde spíše o krátkodobou výměnu názorů, projev nesouhlasu s něčím, nikdy to nezavádíme do extrému.

3. Tresty občas vyslovím, ale oba víme že jde spíše o „gesto“, nechávám syna v rámci možností, aby si na spoustu věcí přišel sám. Máme klidný, tolerantní a svobodný vztah. Na čem opravdu trvám většinou pochopí a vyhoví mi.

4. Tresty jako takové nepoužíváme. Máme k sobě vzájemný respekt a pochopení. Věci řešíme domluvou.

5. Ne každý den k tomu máme prostor, ale rádi trávíme čas všichni pohromadě u kávy a povídání.

6. Ano ale dítě má již spoustu svých aktivit, takže o tom mluvíme ale netrávíme každý víkend spolu.

***Jaké aktivity máte na mysli?***

Hraje závodně fotbal a florbal. Někdy je to náročné skloubit dohromady.

7. Dítě je samostatné. Nechávám mu prostor. Respektuje ale, že chci vědět kam jde a kdy se vrátí. Když je mimo domov dá vědět smskou, že je OK.

8. Myslím, že mám plně přehled kde a s kým tráví volný čas.

9. Dítě je samostatné. Máme přehled o jeho aktivitách a jen mu občas sdělíme svůj názor, jinak pracuje se svým volným časem sám.

10. Většinou jsou práce na mně. Pokud ho požádám o pomoc, někdy s řečmi nebo zpožděním, ale nakonec mi vyhoví.

11. Má spoustu aktivit, zájmů ale umí si udělat klidné odpoledne s přáteli, spolužáky.

12. Myslím, že s jeho soukromím jsem spokojená. Jen mu občas připomenu, že by se měl trochu více učit. Představuji si studium, aktivity, sport, vše s mírou a rozumem.

13. Tohle téma jsme často otevřeli, nebráníme se mu, dítě má spoustu informací. Jsem přesvědčena, že v této oblasti má jasno. Ale respekt k tématu zůstává. Určitě jsme to ještě neuzavřeli.

14. Myslím, že mám, a myslím že syn jich má ještě více.

15. Pokud bereme školu jako celek, včetně spolužáků, tak si myslím, že jejich vzájemná komunikace a vztahy mezi nimi jsou velmi dobré. Tak máme v tomhle směru asi štěstí. Takže myslím, že ano. Škola funguje výborně.

16. Jen alkohol příležitostně.

17. Určitě ne.

18. Myslím, že každý má jednu potřebu zkoušet. Důležitý je pro mne zdravý postoj k těmto věcem, o kterém jsem u svého syna přesvědčena.

19. Do kontaktu ano. Je otázka, jestli je použilo, myslím že ne.

### **Rozhovor s dítětem**

1. Ne mají ryze harmonický vztah.

2. Nehádám. S každým, kdo mi neodporuje tak vyjdu.

3. Tresty nejsou. Ani odměny. Nic mi neodpustí. Nakonec to musím udělat.

4. Netrestají, protože už zjistili, že to nemá smysl.

### ***Jak to myslíš, nemá smysl?***

Nemá cenu mi dávat zaracha. Nikdy to nic nevyřešilo. Ani to vlastně nebylo moc zapotřebí. Bylo to jen párkrát.

5. Ano, je to každý den. Aspoň tak hodinu.

6. Domlouváme se na společných aktivitách jinak žiju jako samorost.

7. Chodím ven většinou sám na dobu, kterou si stanovuji sám.

### ***Vracíš se pozdě večer?***

Ne, spíš ne. Jak je tma, tak už chodíme domů.

8. Většinou to vědí. Ne vždycky jim to říkám, a ne všechny ty lidi znají.

9. Nemám dáno jasně. Ale čeho je moc toho je moc, jak říká maminka.

### ***Kolik trávíš času denně sledováním televize nebo počítače?***

Na televizi se dívám spíš jen na fotbal. Na ligu mistrů hlavně. Nebo když je mistrovství. Taky na hokej. Na počítači hraju tak hodinku denně. Možná trochu víc. Někdy hrajem s kámošem spolu, tak to hrajeme někdy celý odpoledne.

10. Jistě. Někdy i vařím.

11. Věnují se mi, pokud jsou doma a na víkendy mám toho hodně. Takže já moc s něma nikam nejezdím. Buď mám sport nebo hrajeme s kámošem ty hry.

12. Nemyslím.

13. O tom mluvím spíš já s nimi. Poučuju je.

### ***Víš o tom hodně, kde ses to dozvěděl?***



Hodně z netu, nebo od kámošů. Hlavně ten internet.

14. Základní ano. Ale ne takový jako já.

15. Moc ne. Rozebírali jsme rodinu, nějaké krize rodiny a tak. O drogách nám pustitli video ale nebyl na to moc čas.

16. Ano pijí a občas i kouří. Ale myslím, že to je ve vsí počestnosti.

17. Tak co v dnešní době normální není, je to na každém z nás, aby se rozhodnul.

18. Zkusil jsem obojí. Ochutnal jsem pivo. Není to tak špatný. Cigarety mi nechutnají.

***Zkoušel jsi to opakovaně?***

No to pivo jo. Jednou jsem se trochu přiopil, když jsme s klukama vyhráli turnaj. Tak jsme si dali každé dvě piva. To bylo jednou.

19. Do kontaktu se dostávám poměrně často. Ale neužívám.

***Do kontaktu s čím? A u koho?***

U spolužáků, u kluků z fotbalu a vlastně i z florbalu. Všude se najde někdo, kdo kouří trávu.

***Kouří trávu a ještě něco jiného?***

Nemyslím si. Jenom trávu.

## **7. Respondent**

Dalším v pořadí sedmým respondentem je otec, který se stará o čtrnáctiletého syna. Jedná se o úplnou rodinu, do které patří navíc ještě dospělá dcera a invalidní nesoběstačný čtyřiatřicetiletý syn, který je především v každodenní péči matky. Otec je vyučený truhlář a matka se středoškolským vzděláním.

**Rozhovor s rodičem:**

1. Nehádáme se. Před dětmi rozhodně ne. Když dojde k hádce, většinou odcházím pryč.

2. S dítětem se nehádám. Snažím se najít kompromis. Pokud to nejde, předpokládám, že mě syn bude respektovat. Snažím se mu vše vysvětlit a být mu dobrým příkladem. Snažíme se najít kompromis. Pokud na to nechce přistoupit, já rozhodnu, protože jsem starší a měl by mě poslouchat.

3. Bez fyzických trestů. Většinou teda. Jinak mi pomáhá za trest v dílně, nebo v domácnosti. Ke mně má syn respekt, ale občas si dovoluje na ženu. To se pak někdy stane, že mu dám pohlavěk.
4. Záleží na typu prohřešku. Podle provinění závisí doba trestu. Syn je s tím předem obeznámen. Ví, že když mu řeknu ať se učí a on se neučí a pak donese špatné známky. Ví, že ho čeká trest, že mi bude muset pomáhat v dílně.
5. Zeptám se, jak bylo ve škole ale moc o tom nemluvíme. Syn toho moc neřekne. Mám hodně práce, musím se taky starat o nesoběstačného druhého syna.
6. My moc na rodinné výlety nejezdíme. Já jsem pořád v dílně. A syn běhá někde po venku nebo je na počítači.
7. Pouštím, když má hotové povinnosti. Může jít ven a dělat si co chce. Zpátky musí být na večěři nebo do tmy.
8. Bydlíme na malé vesnici, takže znám rodiče jeho kamarádů, takže vím, co dělají. Známe se všichni navzájem. Aspoň jeden rodič má povědomí kde děcka jsou.
9. Stanovuju. Do tmy doma. Když není venku, tak na počítači maximálně tři hodiny denně. Do půl desáté se může dívat na televizi a v deset už musí být v posteli.
10. Ano. Pomáhá v dílně. Seká trávu kolem domu. Co je potřeba na zahradě apod.
11. Volného času mám málo, když už si udělám čas беру ho do lesa, protože provozuju myslivost. Snažím se ho učit. Střílíme ze vzduchovky. Jezdíme aspoň na menší výlet na kolách.
12. Syn má samostatný pokoj. Od pěti let má samostatný pokoj. Když nechce být rušen, tak je sám v pokoji. V pokoji si vládne sám. Já jenom občas kontroluju, jestli ho udržuje v čistotě. Někdy ho nutím ať si poskládá prádlo a uklidí si.

13. Ano mluvíme spolu o těchto problémech, jelikož jeho starší sestra přišla do styku s marihuanou. Prodávala ji ve škole. Bylo jí šestnáct let. Synovi tenkrát bylo deset. Ničeho si nevšiml. Já jako otec jsem o tom nevěděl a myslel jsem, že takové věci se nás netýkají. Takže, mluvíme o tom, že to není správné. Snažím se mu jít dobrým příkladem a ukazuju mu i ty špatné. Ukazuju mu lidi, kteří podlehli účinkám drog. Syn má čtrnáct, zatím je rozumnej a zatím se nezajímá o drogy ani o holky, Ale nevím, co bude dál.

14. Myslím, že mám dostatek informací, vzhledem k potížím s jeho sestrou.

***Přečtete si o této problematice nějaký odborný článek?***

Odborné články nečtu. Měli jsme několik sezení kvůli jeho setře u výchovné poradkyně, která mi dala dostatek poučujících informací. Co se týče tvrdších drog, než je marihuana, tak nežijeme v lokalitě, kde by se tyto drogy vyskytovaly.

15. Myslím si, že ano, protože na to mají odborné školy.

16. Kouřím deset cigaret denně. Alkohol piju vždy po práci. Někdy i před dítětem. Snažím se ale, aby mě neviděl v podnapilém stavu. Snažím se jít příkladem. Žena pouze příležitostně a jen trochu vína.

17. Ne, nepovažuji.

18. Myslím si, že alkohol zkusil. Ale cigarety ne.

***V jaké míře?***

Sám jsem mu dal napít piva. Cigarety jsem mu nenabídl, přesto, že kouřím mu říkám, že cigarety jsou špatné. Snažím se přestat.

19. Myslím si, že zatím ne. I přesto, že jeho sestra s tím měla problémy. Ale obávám se co přijde za pár let.

**Rozhovor s dítětem:**

1. Rodiče se někdy hádají. Ale přede mnou nikdy. Když přijdu, tak oni přestanou.

2. S tátou se nehádám, protože musí být vždy po jeho. S mámou se občas hádám ale stejně nakonec musím poslechnout.

3. Trestají mně. Většinou musím pomáhat tátovi v dílně, nebo musím uklízet kolem domu.
4. Nevím
5. O škole a co se dělo mluvím s mámou. S tátou málo. Mámě říkám skoro všechno, co se dělo ve škole. Taky mi pomáhá s úkoly.
6. Většinou ne, víkend trávím venku s kamarády. Nebo hrajeme po internetu hry.
7. Ven chodím s kamarády. Většinou jsme venku od oběda do večera. Za tmy musím být doma.
8. Rodiče to vědí. Znají moje kamarády a jejich rodiče.
9. Když mám volno a mám hotové úkoly, tak můžu jít ven. Když nejdu ven, tak na počítači můžu být tři hodiny denně. Když o tom ale neví táta, tak to porušuju a jsem tam dýl.
10. Pomáhám. Kolem domu. V dílně. Musím vysávat, nádobí nebo auto. Taky venčím psa.
11. Na výlety jezdíme málo. Mamka se musí starat o brácha. S tátou jezdíváme o prázdninách na kole. Chodíme do lesa.
12. Myslím, že bych mohl mít víc volnosti.
13. Mluví. Hlavně o marihuaně. Kvůli sestře. Táta o tom ví dost.
14. Myslím, že ano.
15. Asi jo. Ve škole mně to moc nezajímá, ikdyž o tom míváme přednášky.
16. Táta kouří každý den. Večer, třeba u jídla pije pivo. Máma nepije. Problém to není.
17. Zkusil jsem pivo a u kamaráda jsme jeho dědovi ukradli slivovici. Cigarety jsem taky zkusil ale nechutná mi to.

***Opil ses?***

Bylo mi špatně a zvracel jsem. Doma jsme řekli, že jsme snědli zkaženou pomazánku.

*A co jste dělali, když jste tu slivovici vypili?*

Smáli jsme se. Hráli jsme hry na telefonu. Motala se nám hlava a pak nám bylo zle.

*Chceš tuto zkušenost opakovat?*

Nevím. Bylo mi fakt špatně.

18. Věděl jsem o tom, že sestra má doma trávu, ale nikdy jsem to nezkusil.

## **8. Respondent**

Osmým respondentem je otec, který se stará o šestnáctiletého syna. Matka dítěte hodně pracuje a výchova je převážně na otci. Jedná se o rodiče s vysokoškolským vzděláním. Otec dosáhnul nejvyššího možného stupně vysokoškolského vzdělání a tedy doktorského. O žádné ekonomické, či sociální problémy se v této rodině nejedná.

### **Rozhovor s rodičem:**

1. Domnívám se, že relativní pohoda vládne, samozřejmě před dětmi řešíme různé situace, které někdy vyústí ve výměnu názorů s eventuelně zvýšeným hlasem.
2. I děti v určitých situacích mají svůj názor a snaží se přesvědčit svým osobitým způsobem, který vrcholí hádkou s ukončením „silnějšího, či staršího“ i když dítě si myslí své. Není vítěze ani poraženého, jindy se dítě urazí a dělá „otočeného“ po krátkou dobu.
3. Tresty jsou zřídka udělovány a dodržovány. Jedná se většinou o zákaz počítače, či oblíbeného pořadu v televizi apod.
4. Tresty se hlavně týkají zákazu oblíbených činností dítěte, na kterých jsme předem domluveni.
5. Každý den se bavíme o průběhu dne, i když ne vždy jsou otázky akceptovány, spíše jsou pro dítě obtěžující. Volí se i otázky v průběhu hry či rodinné diskuse.
6. Občas, dnes už většinou dítě samo diskutuje s kým, kdy a kde se bude setkávat, či trávit čas.
7. Dítě se může volně pohybovat, pokud předem sdělí, kde se bude pohybovat a bude-li mít u sebe telefon.

8. Vedeme otevřenou komunikaci, kdy si věříme a domnívám se, že vím, s kým dítě tráví volné chvíle.
9. Pravidla samozřejmě existují a dodržují se, jak je jen možné. Většinou chceme, aby byl do devíti doma. Nebo musí zavolat a domluvíme se spolu na termínu, kdy přijde domů.
10. Ano, dítě má své služby v kuchyni, ve svém pokoji i třeba na zahradě.
11. Většinou sportovní aktivitou, avšak se i zúčastníme kulturních aktivit, divadlo, koncerty několikrát do roka.
12. Každé dítě by mělo mít svoje „tajnosti“, které by neměli přesáhnou domluvený rámec hranic. Chodí na fotbal či do kina a v určitý čas se vrací, nebo sděluje kde se nachází.
13. Pravidelně se diskutují návykové látky. S internetem je to složitější, neb toto medium se používá i ve školních zařízeních k např. domácím úkolům, komunikaci, sdělením apod. Zdravotní hledisko počítače nese své následky a syn je upozorněn, že přemíra času stráveného na počítači škodí.
14. Určitě nemám, neb jsem byl upozorněn dítětem, že v dnešních školách si může dítě pořídit vše co je na uličním trhu od marihuany po silné drogy!
15. Moje otázka zní, v jakém slova smyslu? Pokud se to týká výuky, nejsem vždy spokojen, pokud se to týká pouličních drog jsou neadekvátní a chybí absolutně výuka výživy, hospodaření s penězi apod.
16. Ano, nedělní oběd, sklenka vína či piva je běžná. Občas si k tomu i zapálím. Příležitostně.
17. Ne, nepovažuji.
18. Ano, vím o tom, neb jsme o tom hovořili.
19. Ano, neb jsou běžně k dostání ve škole. Škola nekontroluje žáky, nemá k tomu povolení z vyšších instancí, pouze tehdy když je silné podezření na užívání drog.

### **Rozhovor s dítětem:**

1. Nemyslím si, že by se mí rodiče hádali. Určitě si občas vyměňují názory. Já se doma cítím dobře.
  2. Hádám, když se mi něco nelíbí, řeknu to. Vyměňujeme si názory. Nakonec se nějak dohodneme. Někdy je po mém. Někdy ne.
  3. Jo, hrozí mi, že mi zakážou třeba Netflix. No většinou dodrží, co slíbili. Bohužel.
  4. No, protože nechci být bez Netflixu třeba. Nebo chci jít za kámošem, tak dodrším, co jsem slíbil, nebo se o to alespoň snažím.
  5. Jo. Mluvíme spolu o škole. I tak různě. I když o škole se bavíme spíš jenom o známkách. Jinak třeba o fotbale, muzice, tátové práci a dokumentech, co táta sleduje v televizi a tak.
  6. Nevím. Asi jo. Občas se s tátou domluvíme a jdeme třeba na koncert. S mámou se domlouvám jen na tom, kdy pojedeme na hory nebo k babičce.
  7. Chodím. Na dlouho. Ale rodiče to musí vědět. Musím jim volat nebo volají oni. Nevím většinou jsem doma brzo. Ale někdy jsem přišel i ve dvanáct a rodiče už spali.
  8. Myslím, že ví. Tak jsou klidnější. Neznají všechny. U některých lidí, by se asi divili. Ale mé nejlepší kamarády znají.
- Proč by se divili?***
- Není všechno, tak jak bylo za jejich mládí. Nevím. Dělají se různé kraviny.
9. Ne, nemám. Já si hodně čtu, takže si myslím, že s tím problémem nemám. Nebo přijde otec a vypne mi to. Spíš ale ne. Jen se podívá, co dělám a nějak to okomentuje a konec.
  10. Na zahradě, taky umývám nádobí. Utírám prach a vysávám si v pokoji.
  11. Jo, občas koncert, divadlo. Nebo chodíme na fotbal. V zimě hory.
  12. Myslím, že akorát.

13. Jo. Mluvíme o tom. Občas se tátovi zmíním, co se stalo ve škole. Diví se. Ale o drogách toho ví hodně a poučí mě. Já pak o tom machruju ve škole.

14. Jo, mají.

15. Mluvíme. Ale nejvíc to oslovuje ty, kteří už jsou proti drogám a ti co nejsou se tomu smějou.

16. Ne. Občas. Táta ale málo. Máma taky málo ale míň toho snese.

17. Jo, je.

18. Jo zkusil. Občas to pivo a k tomu cigaretu dám. Někdy trochu vodky.

***Děláš to často?***

Jednou za dva týdny asi. Ale nebývám moc opilej. Jen párkrát sem byl.

19. Jo, nabízel. Trávu pořád někdo nabízí. Jestli si nechci dát prda. Někdy dokonce jestli nechci koupit. A to se pak ptají i na tvrdší drogy. Já vím, že je nemaj ale taky vím, že je klidně seženou. Extázi nebo pervitin určitě. Já ale nechci nikdy nic. Pořád to ale zkoušej, protože jsem jednou zkusil trávu, a to si pamatujou.

**9. Respondent**

Jsou rodiče, kteří se starají o patnáctiletého syna. Oba rodiče jsou vyučení. Otec pracuje v obchodě a matka měla pracovní úraz, takže se pohybuje dlouhodobě doma. Momentálně je registrovaná na úřadu práce. Do práce v obchodě se vrátit nechce. Chce si najít novou, ale zatím nehledá. Finančně tvrdí, že přežívají i díky vlastnictví obchodu. Záleží ovšem na každém měsíci, jak se podaří tržba. Finanční situace je tedy nestálá. Rozhovor probíhá převážně s matkou.

**Rozhovor s rodičem:**

1. Ne nehádáme se.

2. Nehádáme se asi s dítětem. Atmosféra je u nás dobrá.

3. Ne, žádné tresty.



4. Netrestáme ho nijak.

***Ani odměny?***

Nevím. Babička ho rozmazluje.

Otec: Já mu za dobrou známku dám vybrat co chce z obchodu.

5. Ano bavíme. Zajímá nás, co má za známky.

***Bavíte se jen o známkách?***

O škole jo. Jinak se bavíme o jeho kamarádech třeba. Občas nám řekne, co dělali. Pokud je to vtipné. Jinak toho moc neřekne.

6. Na společných víkendech se domlouváme. Jedeme k babičce nebo do obchod'áku.

7. Ano, pouštíme. Na jak dlouho si řekne.

8. Ano, znám jeho kamarády i jejich rodiče. Známe se tady na vesnici dobře.

Otec: Kdyby udělal nějakéj průšvih, tak se o tom dozvíme.

9. Ne nestanovujeme. Posíláme ho spát, když už hraje dlouho nebo, když se dlouho dívá na televizi a má jít do školy.

10. Vůbec nepomáhá.

11. Bavíme se spolu. Chodíme spolu na pout', do vsi, nebo na pizzu. Občas si zajedeme do města, do toho obchod'áku něco koupit.

12. Vůbec nevím.

13. Ano je poučena.

***Poučen jak?***

Že to škodí zdraví, že je na tom člověk pak závislej. A nevezmou ho nikde do práce.

14. Ano. Mám dostatek informací.

15. Nevím.

16. Nekouříme, alkohol vyjímečně.

Otec: Někdy se tady pěkně opiješ s Milou.

17. Ne. S Milou to bylo jednou. To měla narozeniny. Pořád jsme nějak popíjeli a hráli karty, až se jí udělalo blbě a mně taky.

18. Ano alkohol ano, cigarety ne. Ty nesnáším.

Otec: Mně nevadí. Ale už nekouřím.

19. Myslím, že dostal. To člověk nikdy neví, co kdo komu nabídne. Vím, že sousedovic kluk měl problémy. A Janě, jedné známé zavřeli syna, že vařil drogy. Hrůza.

### **Rozhovor s dítětem:**

1. Vlastně jsem je neslyšel hádat. Máma občas po tátovi něco řve z kuchyně a tátu to štve. Ale myslím, že se nehádají.

2. Já se s nima nehádám vůbec. Pohoda. Někdy se zavřu do pokoje, když máma něco huláká.

3. Netrestají. Ale zase všechno mi neodpustí. Vždycky se domluvíme na nějakém kompromisu.

4. Vážně netrestají.

5. Jo. Pořád se ptají co známky. Já to většinou zamluvím nějakou srandou, co se stala ve škole.

6. Jo. Domlouváme se, kam pojedem. Jestli do Olomouce třeba. Nebo někdy jedem do Brna. Trávím ale hodně času venku s klukama. Na hřišti, nebo u vody. Teď to moc nejde no. Tak hlavně paříme hry.

7. Ano s kamarády. Chodím, kdy chci domů. Kromě toho, když je nějaká zábava, to chodím později domů, třeba ve dvanáct. Jinak chodím brzo, protože večer je tma, a to je blbý, tak hrajeme hry.

8. Jo ví. Neví všechno, ale hodně jim toho říkám.

9. Ne nemám. Ale občas mě vyženou spát. To já pak ještě chvíli hraju a pak teda jdu no. Stejně se mi chce spát.

10. Ne.

11. Jo. Máma vaří a peče. Jezdíme na ty výlety. Taky do zoo ještě jezdíme.

12. Jak kdy. Vždycky se nějak dohodneme. Občas nechtějí abych chodil pozdě, nebo na zábavu. Ale když jdu se sousedem, ten je starší, tak jim to tak neva.

13. Ne.

14. Ano, mají.

***Jak to víš, když s tebou o tom nemluví?***

Myslím, že něco ví. Ale asi úplnej přehled zas ne no. Spíš třeba o tom alkoholu a cigaretách to jo. To spolu mluvíme. Co je dobrý na kocovinu třeba. Kdy nepít a tak.

15. Jo. Ale už nevím.

16. Alkohol, příležitostně.

17. Pro někoho jo, já si nemyslím že je to nezdravé, ale ať si každý dělá. co uzná sám za vhodné.

18. Cigaretu jsem nezkoušel. Alkohol občas přiměřeně.

***Co to znamená přiměřeně?***

No už jsem se jednou opil, tak že mi bylo špatně. Moc se mi to nechce opakovat. Vlastně dvakrát se to stalo. Po druhé mi nebylo tak blbě. Takže míň je líp. Vím ale, že kluci v parku, flašku dají ve třech, nebo čtyřech lidech.

19. Tady u nás ne. Ale ve městě jo. Tam mi nabízeli. Odmítl jsem. Dokonce i jeden kluk, kámoš měl u sebe něco. Ten mi to nenabízel ale. Ten to bere sám. Já na to moc nejsem.

## 10. Respondent

Matka a její šestnáctiletý syn, kteří žijí spolu v neúplné rodinně, jelikož se rodiče nedávno rozvedli. Ekonomická situace není dobrá. Otec nadělal dluhy a matka má strach, že jí nebude posílat peníze na společný dluh. Matka má středoškolské vzdělání. Otec, přestože udává na internetu jinak, má výuční list.

1. Ne, teď už ne. Dříve nějaké malé hádky proběhly ale snažili jsme se, aby to syn neslyšel, nebo u toho syn nebyl. Pokud přišel, tak já jsem byla zticha. Nechtěla jsem, aby byl přítomen nějakých hádek.

2. Já bych řekla, že ne. Jenom kolem úklidu.

3. V zápalu boje mu nějaký trest dám, ale většinou odpustím. Nejsem důsledná. Je mi to pak líto.

4. Hrozím mu, že mu dám zaracha. Nebo mu zakazuju televizi. Nikdy ne sport. Spíš jenom volnočasovou zábavu, jako jít ven, přestat se dívat na televizi apod.

5. Vždycky. Pokud jel někde na výlet, tak mě zajímá., co tam viděl. Zajímalo mě. jestli má hotové úkoly, a až potom mohl jít ven.

6. Myslím, že jo. Většinou má svůj program a na maminku kašle.

7. O prázdninách měl větší volnost, během školního roku musel být za světla doma. O víkendech mu dovolím spát u kamaráda.

8. Ano. Většinu kamarádů znám, snažím se k nim být kamarádká. Tak s nimi líp vyjdu a nemají pak potřebu mi něco zatajovat. Jeho kamarádi jsou slušní, takže mu nebráním jít za nimi.

9. Pokud je školní rok. Posílám ho brzo spát. Řeknu mu, že má vypnout televizi, třeba za půl hodiny. A on ji fakt za půl hodiny vypne. Nemyslím si, že by to protahoval. Ráno pak do školy poslušně vstává. O víkendu se asi dívá víc. O prázdninách televizi nebo počítač vůbec nepoužívá, na chalupě je nemá. Je venku s dětma.

10. Moc ne. Jeho nejčastější odpověď je za chvíli nebo potom. Pokud to neudělal, tak byly ty drobné hádky.

11. Hraje fotbal. Jezdíme s ním na všechny zápasy, vozíme ho na tréninky. Chodíme do kina, plavat, na minigolf. Jak se nám chtělo. Těch vedlejších aktivit není moc. Má hlavně ten fotbal.

12. Měl by mít svůj pokoj. To mnohdy nejde. Ale můj syn má. Má svůj prostor, když nemá náladu.

13. Samozřejmě. Vadí mi, když sebou nosí všude k jídlu mobil. A drogy máme snad vyjasněný. Doufám, že je rozumnej, vidí to všude kolem, takže by si to nevzal.

14. Něco vím. Ale do hloubky asi ne. Znáám látky, které jsou normálně dostupný. Ale jsou různé chemické látky nové. Ty staré si myslím, že znám. Víím, co dokážou udělat. Trávu tam nepočítám, to si myslím, že si vyzkouší každěj.

15. Myslím, že mají různé semináře. Dneska si myslím, že už ano. Ale to samostatné nestačí. Na děti musí dávat pozor i rodiče. Trávu kouří už i na základce.

16. Ano piju i kouřím před dítětem, ale nechtěla bych, aby pil a kouřil. Nejsem mu dobrým příkladem. Moderní je nekouřit.

17. Ne, nepiju moc. Piju jen, když je příležitost. Nikdy nepiju sama.

18. Myslím si, že ano. Dokonce, když jsem se ho zeptala, tak řekl, že ano. Nelíbilo se mi to. Dostal přednášku, ale zase jsem ráda, že mi to řekl.

***Jak vypadala ta přednáška?***

Říkala jsem mu nepij, nekuř. Je to drahý, nemáš na to peníze, podívej se, jak to končí. Opovaž se to vzít ještě do huby.

19. Myslím si, že ano. Pokud je tráva ilegální, tak ano. Jinak sportuje a nemá čas někde blbnout. Taky nebydlíme na sídlišti. Má pár svých kamarádů, slušných, které navštěvuje, nebo chodí na školní hřiště hrát fotbal.

### **Rozhovor s dítětem:**

1. Někdy jo. Vlastně teď už nikdy. Otec se občas u nás objeví ale jsou v klidu. Předtím jsem je slyšel. I když si asi mysleli, že ne. Poměrně často jsem je slyšel, nebylo to příjemné.
2. Někdy s mámou. Řeší úplně blbosti. Není to nic důležitýho. Trocha Itálie neuškodí.
3. Odpustí. Snad vždycky.
4. Nemá to smysl. Zakázat mi jít ven je podle mě blbost, když pak budu hledět na televizi nebo do počítače. A když mi zakážou počítač, půjdu ven.
5. Ptají se mě. Moc o tom s nimi nemluví. Spíš jenom jak mě to tam štve.
6. Jenom mi řeknou, kdy jedeme k babičce nebo na chalupu. Zbytek si řeším sám.
7. Chodím. Většinou musím být za tmy doma. Ale už jsem byl i na pivu do dvanácti, jednou o Vánocích.
8. Myslím, že neví. Nemůžou znát všechny a nemůžou vědět všechno. Co nechci, aby věděli jim samozřejmě neřeknu. Tak to neví. Ale jsou v klidu, když myslí, že ví.
9. Ani ne. Já jsem hodnej. Nepřeháním to. Počítač mě zas tolik nebere, jak moje kámoše a tu televizi pak stejně vypnu, protože chci ráno vstát, ne úplně polámanej. Přes den hraju hlavně fotbal.
10. Občas utírám prach nebo vysávám. I když to podle mámy pěkně flákám. Někdy třeba zapomenu vynést koš. Prostě na to nemyslím.
11. Věnují. Jezdíme na chalupu. Podporujou mě ve fotbale. Taky se mnou řeší hodně věcí. A nechají mě poslouchat dospělácký řeči.
12. Nemyslím. Je to dobrý.
13. Nevím. Asi mě před tím varujou. Máma hlavně. Otec to nepřehání. To je možná dobrý, že z toho nedělá vědu.

14. Nevím, myslím, že moc ne.

15. Jo. Něco proběhlo. Bylo to ale přehnané podle mě. Takže blbost. Ale ten dokument Katka byl dobrej. To si myslím, že by měli vidět všichni.

16. Myslím, že často ne. Teda alkohol. Cigarety možná.

17. Myslím, že je. Tady u nás v České republice asi jo.

18. Jo zkusil. Docela mi ta cigareta chutnala. K pivu jo. Připadal jsem si jako machr. Už jsem se párkrát opil a zjistil jsem, že to je docela zábava. Ale mám z toho strach zároveň. Nesmí se to přehánět.

19. Jo. S trávou, kouřili jsme jí před školou. Potom na konci roku se ostatní děcka opily, my jsme se zkouřili. Přišlo nám to lepší. Jiné drogy sem neviděl. Vím, ale že jeden kluk měl houby. Asi našel v lese.

### **2.1.5 Metoda výzkumu – hloubkový rozhovor**

#### **Otázka číslo 1: Jak hodnotíte klima ve Vaší rodině, hádáte se před dítětem? / Hádají se rodiče někdy?**

Na tuto otázku odpovídají respondenti často, že ano, ale zároveň to nepovažují za nic vážného. Jen ve dvou případech jsem zaznamenal pochyby. U respondenta č. 4 bylo dítě vystaveno zátěži během rozvodu. A u respondenta č. 10 si rodič myslel, že ho dítě neslyší, to ovšem, i přes zavřené dveře hádku slyšelo a samo dítě uvádí, že to nebylo příjemné.

#### **Otázka číslo 2: Hádáte se s dítětem, jak taková hádka probíhá? / Hádáš se s rodiči, jak to probíhá?**

U této otázky tvrzení odpovídá realitě, které dítě potvrdilo. Ve většině případů k hádkám nedochází. Pokud ano, dochází tak k rozepřím, kdy se dítě snaží prosadit svou, rodič má ovšem navrch, a tak dítě nakonec ustoupí. Ničeho zvláštního jsem si u této otázky nevšiml. Bylo pro mě překvapení, kolik rodin uvedlo, že se mezi sebou rodič s dítětem nehádají.

**Otázka číslo 3: Stanovujete dítěti tresty, které nakonec nedodržíte? / Trestají tě rodiče? Nebo ti nakonec vše odpustí?**

Ve většině rodin je trest běžnou součástí výchovy. Měl jsem ale ve většině případů pocit, že výchova v rodinách není postavena na odměnách a trestech, nýbrž na spolupráci a vzájemném respektu, který když nefunguje je podpořen trestem nebo alespoň vyhrožováním uložením trestu. Trest tak funguje jako pomůcka k udržení autority rodiče. Navíc se při této otázce rodiče nezmínili o pochvale, a tedy opaku trestu. Domnívám se, že to jen potvrzuje moji teorii.

Někteří z rodičů uvádějí, že trest nestanovují, protože ho stejně nedodrží (respondent 4), nebo trest nedodrží a potom toho lituje (respondent 10).

**Otázka číslo 4: Jaké tresty používáte? Myslíte, že jsou adekvátní? Jste na nich s dítětem předem domluveni? / Jak tě rodiče trestají? Myslíš, že to má smysl?**

Jedná se o tresty, které dítě už zná a je na ně tedy předem připravené. Většinou se jedná o zákazy počítačů, televize, chození ven. Za ne příliš šťastný trest považují zákaz chození hrát fotbal (respondent 2). Sport je vždy dobrým nástrojem v oblasti prevence.

**Otázka číslo 5: Mluvíte s dítětem o tom, co prožil během dne, když se vrátí ze školy? / Mluví s tebou rodiče o tom, jak ses měl, když přijdeš ze školy?**

V tomto případě odpovídali jak rodiče, tak děti shodně. V 90% se rodiče ptají co ve škole, přičemž je především zajímají známky.

**Otázka číslo 6: Domlouváte se společně s dítětem, jak budete trávit víkend? / Domlouváš se s rodiči na tom, jak bys chtěl trávit víkend?**

Tvrzení rodičů je, že ano. Toto tvrzení potvrdil rozhovor s dětmi. Některé z dětí se těší velké volnosti a svůj volný čas si plánují sami.

**Otázka číslo 7: Pouštíte dítě ven samotné, na jak dlouho? / Chodíš sám ven, na jak dlouho?**

I v tomto případě se odpovědi rodičů a jejich dětí shodují. Děti mají jasně dáno, v kolik mají být doma. Nejčastější odpovědí bylo, že mají být po setmění. Běžné je také pouštění na noc ke kamarádovi, kdy jsi jsou rodiče jistí, že tam jejich dítě opravdu je, jelikož znají rodiče kamaráda. U respondenta č. 4 panuje podle mého názoru přílišná volnost. Dítě chodí domů pozdě, nebo vůbec. Matka nechává své dítě v dozoru staršího chlapce, přítele její dcery a dál se nezajímá co její dcera právě dělá.



**Otázka číslo 8: Sledujete, jak Vaše dítě tráví volný čas a s kým? / Ví tvoji rodiče, co děláš ve volném čase, s kým ho trávíš?**

Je pro mě překvapením, jak jistí si rodiče jsou v této otázce. Tvrdí, že vědí, co jejich dítě dělá, a že znají jejich kamarády. Podle mého názoru nemohou znát všechny kamarády a v mnoha případech si nemohou být jisti, co jejich dítě právě dělá.

**Otázka číslo 9: Stanovujete pravidla ohledně doby, kdy může být venku, kdy se může dívat na televizi nebo si hrát na počítači? / Máš jasně dáno, kdy můžeš jít ven, dívat se na televizi, hrát na počítači?**

Ve většině případů opravdu rodiče hlídají užívání počítače nebo dívání na televizi. Někteří si uvědomují rizika závislosti, jiní to neradi vidí, když má jejich dítě radši dělat úkoly. V obou případech pak o víkendu panuje volnější režim. Mobilní telefony jejich děti používají bez jakéhokoliv omezení, přestože tady hrozí největší riziko závislosti. Právě proto, že telefon mají všude sebou.

**Otázka číslo 10: Pomáhá Vám vaše dítě s domácími pracemi a jak? / Pomáháš rodičům v domácnosti a jak?**

Téměř ve všech rodinách dítě pomáhá v domácnosti a je na to zvyklé. Některé děti odmítají, jiné musejí pomáhat v domácnosti za trest. Jen u respondenta číslo 9 dítě vůbec v domácnosti nepomáhá.

**Otázka číslo 11: Jak se věnujete dítěti ve volném čase? / Věnují se ti rodiče, když přijdeš ze školy, jezdíte někam o víkendech?**

Ve většině případech se rodiče snaží dítěti věnovat. Alespoň o víkendech. Přesto jsem byl překvapen, jak v některých rodinách těžce vyjmenovávali, co vlastně s dítětem dělají, kromě hor a dovolené. U respondenta číslo 10 jsem měl pocit, že aktivity jsou nejvíce pestré. Rodiče v tomto případě volili různé aktivity, což vede ke zlepšení různých dovedností dítěte. U respondenta číslo 4 jsem zase s těžší nacházel nějaké aktivity, které by matka s její dcerou pro zlepšení vědomostí a dovedností dělala. Dvakrát se také v odpovědích rodičů (respondent 3 a 9) objevuje návštěva obchodního střediska jako společná zájmová aktivita.

**Otázka číslo 12: Jak si představujete soukromí Vašeho dítěte? /Myslíš si, že ti rodiče dávají málo volnosti?**

Rodiče na tuto otázku nejčastěji odpovídali, že dítě má vlastní pokoj, kde se zavře, když chce být samo. Respondent číslo 8 jako jediný pak odpověděl, že dítě by mělo mít svoje tajnosti.

**Otázka číslo 13: Mluvíte o rizicích závislosti na návykových látkách/internetu? /Mluví s tebou rodiče o drogách a jiných závislostech?**

Rodiče jsou přesvědčeni, že jsou jejich děti o návykových látkách dostatečně poučeni. Nebo jsou přesvědčeni, že se jich a jejich dětí problém s drogami netýká. Mají také pocit, že zatím nebylo potřeba s dětmi toto řešit, že informace, které mají ze školy jsou postačující. Děti potvrzují, že s nimi rodiče o tomto problému mluví, nebo mluvili. Ve většině případů se dozvídají informace o návykových látkách i ze školy. Ovšem, co konkrétně se ve škole dozvěděli si nepamatují.

**Otázka číslo 14: Myslíte si, že máte dostatek informací o návykových látkách a s tím spojených rizicích? / Myslíš si, že tvoje rodiče mají přehled o drogách?**

Tvrzení rodičů je v tomto případě jednoznačné. Až na výjimky, věří tomu, že dostatek informací mají, přestože si o tomto problému nic nepřečetli a ani nedostali odbornou radu.

**Otázka číslo 15: Myslíte, že informace, které děti dostávají ve škole ohledně návykových látek jsou postačující? / Mluvíte ve škole o zdravém životním stylu a jak se vyhýbat návykovým látkám?**

Mezi rodiči také není výjimkou, že vkládají důvěru do školních zařízení, co se týče preventivních programů. Odpovědi dětí potvrzují, že tento problém ve škole probírají. Respondent 6 věří, že škola funguje výborně, jeho dítě, ale pak udává, že na preventivní program ve škole nemají čas.

**Otázka číslo 16: Pijete alkohol nebo kouříte cigarety před dítětem? Jak často? / Pijí rodiče alkohol, nebo kouří cigarety? Myslíš, že to dělají často?**

Tvrzení rodičů, že pijí střídavě jejich děti potvrzují. Děti také uvedly, přestože jejich rodič kouří, že oni sami kouřit nechtějí.

**Otázka číslo 17: Považujete pití alkoholu a kouření cigaret za Váš problém? Myslíš si, že kouření a pití alkoholu je normální?**

Žádný z rodičů nepovažuje své pití za problém. Někteří rodiče, by rádi omezili kouření. Jedno z dětí uvedlo (5. respondent), že pití a kouření určitě není normální, protože škodí zdraví. Jinak většina dětí považuje pití alkoholu a kouření cigaret za normální.

**Otázka číslo 18: Myslíte si, že Vaše dítě někdy zkusilo legální drogy? (alkohol, cigarety) / Zkusil jsi někdy kouřit, nebo pít alkohol?**

Na tuto otázku odpovědělo 9 z 10 rodičů, že si myslí, že jejich dítě zkusilo alkohol. Že jejich dítě zkusilo cigarety si myslí 7 z 10 dotázaných. Děti potom toto tvrzení potvrzují.

**Otázka číslo 19: Myslíte si, že se Vaše dítě někdy dostalo do kontaktu s nelegálními látkami? / Dostal jsi se někdy do kontaktu s drogami? Nabízeli ti je někdo?**

Jinou látku než alkohol a cigarety zkusilo jejich dítě podle 3 rodičů z 10. Do jiného kontaktu s drogou se dostalo dítě 4 dotazovaných rodičů. A 3 rodiče uvádějí, že se jejich dítě pravděpodobně do kontaktu s drogou nikdy nedostalo. I v tomto případě se odpovědi dětí shodují s tvrzením rodičů.

## **2.1.6 Výsledky šetření**

Po deseti strukturovaných rozhovorech a pozorování v navštívených rodinách, mohou říci, že hypotézy, které jsou uvedeny v odborné literatuře a tím pádem i v mé práci, mohou potvrdit.

V neúplných rodinách nebo v rodinách, kde se méně věnují dítěti vzniká prostor pro rizikové chování dítěte.

Výchova v rodinách s nižším vzděláním rodičů není tak propracovaná, jako u rodičů s vyšším vzděláním. Méně vzdělaní rodiče se sice snaží vést výchovu správným způsobem, ale buď trestají dítě nevhodným způsobem, nebo nemají jasně stanovená pravidla.

Většinou rodiče odpovídají, že mají jasný přehled o tom, co jejich dítě dělá a s kým, pak se ale diví, že se už mohli dostat do kontaktu s drogou.

Jako největší problém hodnotím to, že jsou rodiče přesvědčení o své informovanosti o drogách. Většina z nich, ale žádnou odbornou radu nedostala a žádnou odbornou literaturu si nepřečetla. Jejich jistota pramení z toho, že ví, že drogy jsou špatné, a toto se snaží vštěpit i dítěti. Co když se ale dítě setká s mnohem sofistikovanějším popisem, co je to droga a vyloží si jejich účinky jinak, než tomu bylo doposud od jejich rodičů. Dítě, může snadno zjistit, že

rodiče nemají vlastně přehled o tom, co říkají a mohou změnit názor a začít se na drogy dívat jiným způsobem.

Rodiče se také často domnívají, že ve škole se jejich dítě dozví to, co podpoří jejich názory na drogy. Domnívají se, že preventivní programy škol jsou na svém místě a jsou efektivní. To je ovšem v rozporu s tím, jak odpovídaly děti těmto rodičům.

V několika případech se rodiče nevěnují programu dítěte a jeho rozvíjení dovedností. Jejich aktivity nahrazuje rizikový počítač a televize. Rodiče ví, že není zdravé sedět u počítače ale i tak ho málokterá rodina bere jako rizikový faktor a v mnoha případech neexistují přesně stanovená pravidla jeho užívání. Během řeči o návykových látkách se ihned změnila atmosféra rozhovoru, ale počítač je běžnou součástí rodin, kterou ve svém volném čase využívají všichni její členové, a tak se zdá, že ho nevnímají jako riziko.

Považuji za chybu, že jsem se neptal rodičů na užívání mobilních telefonů jejich dětí, a jak k tomu přistupují. Uvědomuju si ale, že žádný z rodičů se o mobilních telefonech nezmínil, ani při otázkách ohledně trestů nebo pravidlech o trávení volného času, přestože všechny děti respondentů mobilní telefon mají. Mobilní telefony, které umožňují dítěti být v kontaktu nejen s rodiči, ale také s vnějším světem a tedy internetem. Já sám jsem si všiml u všech dětí jejich chytrých telefonů a řekl bych, že více než polovina z nich během rozhovoru vzala telefon do ruky. Jeden z rodičů uvádí v rozhovoru časté užívání mobilu dítětem. Mimo rozhovor jsem pak v jedné rodině zaslechnul věty typu: „A už ho má zase v ruce!“ Přesto zákaz telefonů jako trest nepoužívají a ani tím dítěti nehrozí. Snad z důvodu, že se cítí lépe, když mohou být s dítětem v kontaktu.

### **2.1.7 Shrnutí výzkumu a doporučení**

Na základě výzkumu jsem rodičům doporučil, aby více sledovali užívání mobilních telefonů jejich dětí. Pomocí chytrých mobilních telefonů není problém se připojit na internet. Upozornil jsem je, že sám z vlastní zkušenosti vím, jak jednoduché je stát se závislým na některé ze snadno dostupných aplikací. Sdělil jsem jim, že je dobré sledovat, co jejich děti na počítači či mobilu provádějí a jak často. Podle toho potom sestavit plán používání internetu v telefonu. Dále také, že přiměřené tresty, pokud o nich dítě předem ví, mohou být dobrým výchovným prostředkem, ale neměli by zapomínat na odměny a pochvaly, a tedy přirozené pěstování sebedůvěry dítěte.

Vysvětlil jsem rodičům, jak je dnes snadné se dostat do kontaktu s drogou a že období, kdy se do kontaktu budou dostávat stále častěji jejich děti ještě čeká, je proto dobré se poradit s odborníkem, nebo si něco o návykových látkách přečíst v odborné literatuře. Dříve než

začnou děti trestat, nebo jim něco ohledně drog vysvětlovat, měli by si být naprosto jistí, že ví, o čem mluví. Není dobré říkat dítěti věci, které jsou daleko od reality. Dítě to pravděpodobně pozná a rodič tak potom ztrácí autoritu. Je dobré se předem raději poradit a nereagovat ihned a to tak, že impulzivně.

Rodičům jsem také doporučil, ať vyzkoušejí s dítětem více společných aktivit. Hry, zájmy, sport či kroužky, které mohou napomoci, nejen k udržení dobrých vztahů v rodině, ale také fungují jako výborná prevence. Kromě toho napomáhají dětem osvojovat si nové vědomosti a dovednosti. Dítě si také vyzkouší reálnou zábavu, a nejen tu zprostředkovanou počítačem.

## Závěr

V dnešní době užívají návykové látky stále mladší děti a jejich počet stoupá. Stává se velmi oblíbenou činností ve volném čase konzumovat, jak už legální drogy, alkohol a cigarety, tak i ty nelegální, konopné nebo stimulační, zejména pervitin. Stejně tak se stále rozvíjí technologie. Mobily a jejich aplikace jsou stále dokonalejší a pomocí sociálních sítí a různých druhů aplikací lákají stále více dětí, nebo mladých lidí.

Cílem práce bylo zjistit, jak funguje výchova v rodině v dnešní společnosti, jak vnímají rodinu její členové, jak se rodiče zaměřují na prevenci a jestli mají dostatečné informace o návykových látkách nebo internetu a tím spojených rizicích. Popřípadě rodičům poradit a svěřit se jim se svými postřehy.

I když sebe lepší výchova nemusí nakonec uspět, domnívám se, že oddálí první kontakt s drogou, závislost pak nevznikne tak rychle, nebo nemusí vzniknout vůbec. Prevenci drogových závislostí jsem popsal v teoretické části práce vysvětlením drogové problematiky a pojmu droga. Vysvětlil jsem faktory vzniku závislosti a rodinné faktory, které k tomu přispívají. Také jsem se snažil vysvětlit, jak negativní prostředí zvyšuje riziko užívání drog. Dále jsem se zaměřil na to, co je to rodina a jaké má základní funkce. Věnoval jsem se pojmu výchova a jak správná výchova přispívá ke zdravému rozvoji osobnosti. Poukázal jsem na význam výchovy v rodině, která hraje hlavní roli v prevenci proti návykovým látkám, ale i internetu. Zaměřil jsem se také na rodinnou výchovu na druhém stupni základních škol, dnes s názvem výchova ke zdraví, abych zjistil, jaké vědomosti, by žáci měli z této výchovy získat. Uvedl jsem krátkou historii internetu, problematiku internetu a faktory vzniku závislosti na internetu.

Provedl jsem kvalitativní výzkum za pomoci strukturovaných otázek. Navštívil jsem deset rodin v jejich přirozeném prostředí a vedl rozhovor zvlášť s dítětem a zvlášť s rodičem. Snažil jsem se při tom soustředit na pozorování všech jevů, které by mi případně mohly pomoci ve výzkumu.

Na základě výzkumu jsem rodičům dal několik doporučení na základě zjištěných jevů z rozhovoru a pozorování. V rozhovoru jsem se pak několikrát vyhnul, některým otázkám a čekal jsem, jestli tento jev, nebo výchovný prostředek rodič nezmíní sám. Pokud se tak nestalo, na konci rozhovoru jsem jej na tuto skutečnost upozornil.

## Seznam literatury a zdrojů

### Knížní zdroje

BÁRTÍK, Pavel, MIOVSKÝ, Michal, ed. *Primární prevence rizikového chování ve školství: [monografie]*. Praha: Sdružení SCAN, c2010. ISBN 978-80-87258-47-7.

FISCHER, Slavomil a Jiří ŠKODA. *Sociální patologie: analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*. Praha: Grada, 2009. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2781-3.

GANERI, Anita. *Drogy: od extáze k agonii*. Praha: Amulet, 2001. Alfabet. ISBN 80-86299-70-8.

HAJNÝ, Martin. *O rodičích, dětech a drogách*. Praha: Grada, 2001. Pro rodiče. ISBN 80-247-0135-9.

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.

JANIŠ, Kamil, Blahoslav KRAUS a Pavel VACEK. *Kapitoly ze základů pedagogiky: studijní text*. 5. vyd. Hradec Králové: Gaudeamus, 2010. ISBN 978-80-7435-083-2.

KALINA, Kamil. *Drogy a drogové závislosti: mezioborový přístup*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2003. Monografie (Úřad vlády České republiky). ISBN 8086734056.

KALINA, Kamil. *Základy klinické adiktologie*. Praha: Grada, 2008. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1411-0.

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

KNOTOVÁ, Dana. *Úvod do sociální pedagogiky: studijní texty pro studenty oboru sociální pedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2014. ISBN 978-80-210-7077-6.

KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁČKOVÁ. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.

KRAUS, Blahoslav. *Společnost, rodina a sociální deviace*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2014. Recenzované monografie. ISBN 978-80-7435-411-3.

KRČMÁŘOVÁ, Barbora. *Děti a online rizika: sborník studií*. 1. vyd. Praha: Sdružení Linka bezpečí, 2012, 178 s. ISBN 978-80-904920-2-8.

MALACH, Josef. *Teorie metodiky výchovy*. Vyd. 2., upr. a dopl. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2010. ISBN 978-80-86723-93-8.

MAŇÁK, J. a ŠVEC, V. *Výukové metody*. Brno: Paido, 2003. 219 s. ISBN 80-7315-039-5.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Po dobrém, nebo po zlém?: O výchovných odměnách a trestech*. 2., upr. vyd. Praha: Portál, 1993. ISBN 80-85282-78-x.

MOŽNÝ, Ivo. *Rodina a společnost*. 2., upr. vyd. Ilustroval Vladimír JIRÁNEK. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON), 2008. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). ISBN 978-80-86429-87-8.

MÜHLPACHR, P. *Sociopatologie*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009. 194 s. ISBN 978 - 80 - 210 -4550 -7.

MÜHLPACHR, Pavel. *Sociální patologie*. Brno: Masarykova univerzita, 2001. ISBN 80-210-2511-5.

NAVRÁTIL, Pavel. *S počítačem nejen k maturitě*. 7. vyd. Kralice na Hané: Computer Media, 2009, 175 s. ISBN 978-80-7402-020-9.

NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-432-x.



PLAŇAVA, Ivo a Milan PILÁT, ed. *Děti, mládež a rodiny v období transformace: sborník prezentací na sympoziu pořádaném ve dnech 19.-21. září 2002 Fakultou sociálních studií Masarykovy univerzity Brno*. Brno: Barrister & Principal, 2002. Psychologie (Barrister & Principal). ISBN 80-86598-36-5.

POTMĚŠILOVÁ, Petra. *Speciální pedagogika nejen pro sociální pedagogy*. Praha: Parta, 2013. ISBN 978-80-7320-179-1.

PRESL, Jiří. *Drogová závislost: Může být ohroženo i Vaše dítě?*. Praha: Maxdorf, 1994. Medica. ISBN 80-85800-18-7.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 3., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-579-2.

SATIR, Virginia. *Kniha o rodině: [základní dílo psychologie vztahů]*. Vyd. 2. Praha: Práh, 2006. ISBN 80-7252-150-0.

STAŠOVÁ, Leona. *Rodina jako výchovný a socializační činitel* In KRAUS, Blahoslav a Věra

POLÁČKOVÁ. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.

TOMÁNEK, Pavol. *Teoretické východiská rodinnej výchovy*. Brno: Tribun EU, 2012. Librix.eu. ISBN 978-80-263-0233-9.

*Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum, 1996. ISBN 80-7184-310-5.

VORLÍČEK, Chrudoš. *Úvod do pedagogiky*. Jinočany: H & H, 2000. ISBN 80-86022-79-x.

VOJTOVÁ, V. *Inkluzivní vzdělávání žáků v riziku a s poruchami jako perspektiva kvality života v dospělosti*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2010, 330 s. ISBN 978 – 80 – 210 – 5159 – 1.

VYKOPALOVÁ, Hana. *Sociálně patologické jevy v současné společnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2001. ISBN 80-244-0337-4.

WEISS, Petr. *Sexuální deviace: klasifikace, diagnostika, léčba*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008, 351 s. ISBN 978-80-7367-419-9.

WHO. *Lexicon of Alcohol and Drug Terms*. Geneva: WHO, 1994. 65 s. ISBN 92-4-154468-6

### **Internetové zdroje**

Upravený Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání platný od 1. 9. 2013, MŠMT ČR. *MŠMT ČR* [online]. Copyright ©2013 [cit. 03.12.2017]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/upraveny-ramcovy-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelavani>

Strategie primární prevence 2013-2018.doc, MŠMT ČR. *MŠMT ČR* [online]. Copyright ©2013 [cit. 03.12.2017]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/file/28077>

Výchova ke zdraví v učebních osnovách ŠVP. *Metodický portál RVP - Modul Články* [online]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/114/vychova-ke-zdravi-v-ucebnich-osnovach-svp.html/>

Jak na Internet - Závislost na Internetu. *Jak na Internet - Jak na Internet* [online]. Copyright © 2017 CZ.NIC, z. s. p. o. [cit. 03.12.2017]. Dostupné z: <https://www.jaknainternet.cz/page/1700/zavislost-na-internetu/>

Bezpečný internet | Bezpečný internet pro děti. *Bezpečný internet | Rady pro bezpečnost na internetu* [online]. Dostupné z: <http://www.bezpecnyinternet.cz/rodice/doporuceni-pro-rodice/bezpecny-internet-pro-deti.aspx?>

## **Ostatní zdroje**

PEDAGOGIKA. roč. XLVII, 1997. Praha: Pedagogický ústav Jana Amose Komenského, AV ČR.  
ISSN 0031-3815.