

STŘEDOŠKOLSKÁ ODBORNÁ ČINNOST

Obor č. 14 – Pedagogika, psychologie, sociologie a problematika volného času

Problematika návykových látek u dětí a mladistvých

Natalie Brzáková

Středočeský kraj

Neveklov, 2021

STŘEDOŠKOLSKÁ ODBORNÁ ČINNOST

Obor č. 14 – Pedagogika, psychologie, sociologie a problematika volného času

Problematika návykových látek u dětí a mladistvých Problems of addictive substances in children and adolescents

Autor: Natalie Brzáková

Škola: Obchodní akademie Neveklov, Školní 303, 257 42 Neveklov

Kraj: Středočeský kraj

Konzultant: Mgr. Miroslava Hulanová

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svou práci SOČ vypracoval/a samostatně a použil/a jsem pouze prameny a literaturu uvedené v seznamu bibliografických záznamů.

Prohlašuji, že tištěná verze a elektronická verze soutěžní práce SOČ jsou shodné.

Nemám závažný důvod proti zpřístupnění této práce v souladu se zákonem č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších předpisů.

V Neveklově dne 24.03.2021 Natalie Brzáková

Poděkování

Největší poděkování patří vedoucí této práce Mgr. Miroslavě Hulanové za její ochotu, trpělivost a usměvavost. Další poděkování patří všem ředitelům a ředitelkám základních škol za předání ankety svým žákům. Bez jejich spolupráce by nebylo možno získat odpovědi potřebné pro tuto práci.

Anotace

Práce vznikla jako Středoškolská odborná činnost studentky 4. ročníku. Cílem je navrhnout, jak předejít závislosti u dětí a mladistvých. Dalším cílem je informovat děti školního věku o škodlivosti a míře rozšíření návykových látek.

Pro splnění cílů byly vytvořeny dvě internetové ankety. První byla určena rodičovské veřejnosti a druhá žákům základních škol. Dále byl proveden rozhovor s odbornou ředitelkou sdružení Magdalena o.p.s. Mgr. Kristýnou Baumovou. Na základě tohoto rozhovoru byla uskutečněna formou distanční výuky aktivita s tematikou primární prevence se žáky 6. ročníku Základní školy Krhanice.

Klíčová slova

primární prevence; návykové látky; závislost

Annotation

The work was created as a graduation thesis of a 4th year student. The aim is to suggest how to prevent addiction in children and adolescents. Another goal is to inform school-age children about the harmfulness and prevalence of addictive substances.

Two internet surveys were created to meet the objectives. The first was intended for the parent public and the second for primary school pupils. Furthermore, an interview was conducted with the professional director of prevention and education, Mgr. Kristýna Baumová. Based on this interview, primary prevention was carried out in the form of distance learning with pupils in the 6th year of the Krhanice Primary School.

Keywords

primary prevention; addictive substances; addiction

Obsah

Úvod	6
1 Návykové látky.....	8
1.1 Typy drog u dětí a mládeže.....	8
1.1.1 Alkohol	9
1.1.2 Tabák	9
1.1.3 Halucinogeny.....	9
1.1.4 Stimulancia	10
1.2 Drogová závislost	10
1.2.1 Typy závislostí.....	11
1.3 Poruchy vyvolané užíváním návykových látek	11
1.3.1 Akutní intoxikace	11
1.3.2 Škodlivé užívání	11
1.3.3 Syndrom závislosti	12
1.3.4 Odvykací stav	12
1.3.5 Amnestický syndrom.....	13
2 Prevence a léčba závislostí	13
2.1 Prevence.....	13
2.2 Léčba.....	14

3	Dotazníkové šetření	15
3.1	Rodičovská veřejnost	15
3.2	Dětská veřejnost.....	20
4	Rozhovor s pracovnící Magdaléna o.p.s.....	26
5	Prevence rizikových jevů – návykové látky	29
5.1	Příprava projektu.....	29
5.2	Prevence rizikových jevů – 6. třída ZŠ Krhanice.....	30
	Závěr.....	32
	Použité internetové zdroje	36
	Seznam grafů	37
	Seznam tabulek.....	38
	Seznam příloh.....	39

Úvod

Posledních několik desetiletí se výskyt a užívání návykových látek u dětí a mladistvých stále zvyšuje. Mezi nejčastěji užívané návykové látky patří tabák, alkohol a marihuana. Jeden z důvodů je, že jsou nejen lehce dostupné, ale mnohdy nejsou veřejností ani vnímány jako návykové látky. Pro dětský organizmus jsou však tyto látky velmi škodlivé, jelikož je nedokáže zpracovat a odbourat. Následkem může být ve většině případů otrava alkoholem nebo předávkování marihuanou. Problémem je ale i to, jak se děti a mladiství po požití alkoholu chovají. Často dochází k úrazům, krádežím, sebevraždám nebo násilí. Užívání návykových látek se vyskytuje u dětí s různým sociálním zázemím, napříč spektrem společnosti.

Dalším důvodem, proč děti a mladiství užívají drogy, jsou například duševní problémy a představa, že droga dokáže nejlépe pomoci. Dalo by se také říci, že užívání návykových látek je teď taková „móda“. Spousta dětí a mladistvých začne tyto látky užívat jen kvůli tomu, že to dělají všichni v jejich partě a oni nechtějí zaostávat, ale také zde hraje velkou roli zvědavost z něčeho tajemného, nepoznaného. Návykové látky, respektive halucinogeny, jako je například MDMA (extáze) nebo LSD, se často vyskytují na různých zábavách či diskotékách a jsou zde velmi lehce dostupné a dost oblíbené, jelikož to jsou různobarevné a různotvaré pilulky, které se uživatelům prostě líbí. Přece když něco dobře vypadá, nemůže to být škodlivé. Další kategorie poměrně rozšířených drog mezi omladinou jsou stimulanty. Zahrnují například pervitin, amfetamin, kokain, kofein. Jsou to látky, které vzbuzují bdělost, potlačují spánek, navozují euforii, ale po jejich odeznění přicházejí úzkosti a depresivní stavy. Nejnebezpečnější z nich je pervitin či kokain, jelikož jsou silně návykové.

Pro tuto práci bylo vybráno téma – Problematika návykových látek u dětí a mladistvých. Práce se zde bude zabývat tím, jak předejít závislostem na návykových látkách, popřípadě jak je později řešit. Dále se bude zabývat mírou rozšíření a užívání.

Cílem práce je navrhnout, jak předejít závislosti u dětí a mladistvých. Dalším cílem je informovat děti školního věku o škodlivosti a míře rozšíření návykových látek.

Nejprve bude ujasněn rozdíl mezi dítětem a mladistvým člověkem, jak je realizována prevence a jaká existují opatření k zabránění užívání. Dále bude zjišťováno, jak vypadá závislost, jaké jsou její projevy a typy, jaké existují poruchy vyvolané návykovými látkami, ať už fyzické či psychické a zda existují kliniky případně centra pro jejich léčbu.

Pro splnění cílů by mělo být zrealizováno dotazníkové šetření. První dotazník bude určen žákům základních škol. Dotazník se bude zabývat tím, kolik dětí a mladistvých užívá nebo někdy vyzkoušelo návykovou látku, popřípadě jakou, jaký k tomu měli důvod a následné pocity.

Druhý dotazník bude určen pro rodiče těchto žáků. Zde bude cílem zjistit, zda rodiče vědí, jestli jejich dítě užilo či užívá návykovou látku, jaký mají názor na návykové látky a zda dětem poskytují prevenci nebo zda již řešili problém s tím, že museli svým dětem zařídit léčbu ze závislosti.

Je také plánován rozhovor s lékařem z kliniky, která se věnuje léčbě závislosti u dětí a mladistvých, případně s odborníkem z centra pro primární prevenci rizikových jevů. Zde bude cílem zjistit, jak léčba určitých závislostí probíhá. Jaká by měla být účinná prevence, aby k závislosti vůbec nedošlo. Jaké je množství a složení klientů.

1 Návykové látky

„Návykové látky jsou pojmem pro řadu látek, které jsou schopny ovlivňovat lidské vnímání, chování, a na které vzniká závislost“.¹ Ovlivňují nervový systém člověka. Jiným názvem drogy. Drogy nejsou rozlišovány podle síly účinku na lehké a tvrdé, jelikož účinek na organismus je individuální. Někomu může i „lehká droga“ velmi vážně poškodit organismus. Návykové látky se dělí dle způsobu užívání, dle účinné látky a také z hlediska legislativního. Na drogy legální a nelegální. „Nelegální drogy jsou látky zákonem zakázané, typickými představiteli jsou např. marihuana, heroin, pervitin nebo kokain. Legální drogy nejsou zákonem zakázané patří mezi ně např. kofein, tabák nebo alkohol.“² „Návyk znamená nekontrolované nutkání opakovat své chování bez ohledu na jeho důsledky.“³

1.1 Typy drog u dětí a mládeže

„Dítětem se rozumí osoba, která nedosáhla osmnáctého roku věku. Tato osoba se nazývá nezletilou, a to za předpokladu, že zletilost nenabyla dříve. Zletilost vzniká dosažením osmnáctého roku věku. Mladistvou osobou se rozumí osoba, která nabyla věku patnácti let. Je již trestně odpovědná. Dítětem se rozumí osoba, která nenabyla věku patnácti let.“⁴

Jedná se o látky, které se nejčastěji vyskytují u dětí a mladistvých. Je zde zahrnut alkohol, tabák, halucinogeny a stimulantia. Nejsou zde zahrnuty opiáty, organická rozpouštědla a těkavé látky. Mezi opiáty se řadí opium, morfin, kodein a heroin.

^{1, 2, 3} *Návykové látky* [online]. Praha, 2009 [cit. 2020-10-28]. Dostupné z: <http://www.vychovakezdravi.cz/clanky/zavislosti.html>

⁴ *Pomoconline.cz* [online]. Praha, 2020 [cit. 2020-11-12]. Dostupné z: <https://pomoconline.saferinternet.cz/2-uncategorised/17-trestn%C4%9B-pr%C3%A1vn%C3%AD-odpov%C4%9Bdnost-mladistv%C3%BDch.html>

1.1.1 Alkohol

„Jedná se o jednoduchou chemickou látku, která snadno proniká k různým orgánům včetně mozku. Spolu s tabákem je zdrojem největších zdravotních škod, zvláště pro vyvíjecí se dětský organismus, jelikož ten je nedokáže dostatečně zpracovat, odbourat.“⁵ Velice snadno tak u dětí a mládeže dochází k akutním otravám alkoholem. Alkohol patří mezi legální látky.

1.1.2 Tabák

Tabák patří spolu s alkoholem k nejrozšířenějším drogám na světě. Samotný tabákový kouř neobsahuje jen nikotin, ale řadu různých plynů a částic, které jsou velmi nebezpečné pro plíce. I když je většina dospívajících dobře informovaná o škodlivosti kouření, tuto závislost podceňují. Tabák též patří mezi legální látky.

1.1.3 Halucinogeny

MDMA (extáze) a LSD jsou mezi dospívajícími velmi rozšířené. Jsou označovány jako takzvané rekreační drogy. Nejvíce se vyskytují na diskotékách či v tanečních klubech. Tato droga se nejčastěji vyskytuje v podobě různobarevných a různotvarých pilulek. Ve většině případů se polykají, ale dají se i šňupat, nebo rozpustit v nápojích. Tyto drogy jsou velmi nebezpečné a nevyzpytatelné. Tyto drogy se řadí mezi nelegální látky.

⁵ *Pojem návyk* [online]. 2005 [cit. 2020-10-28]. Dostupné z: <https://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/navyk>

1.1.4 Stimulancia

Spadá sem pervitin, kokain a kofein. Tyto látky jsou budivé, podporují bdělost, povzbuzují výkon. Jak psychický, tak fyzický. Potlačují spánek, navozují euforii a pocit síly a energie. Pervitin a kokain patří mezi nejnebezpečnější, buď se šňupají nebo se aplikují nitrožilně. U těchto látek rychle vzniká závislost. Pervitin a kokain patří mezi nelegální látky, ale kofein je legální látka.

1.2 Drogová závislost

„Jedná se o stav psychické i tělesné závislosti na psychoaktivních látkách užívaných trvale se škodlivými důsledky jak pro jedince, tak pro společnost. Závislost může být vytvořena jak na jednu drogu, tak i na více drog. Od roku 1955 je regulován výdej všech látek vyvolávajících lékovou závislost.“⁶ Pokud je jedinec již závislý a neužije návykovou látku nastane takzvaný abstinenční syndrom. Může se projevat různě, jde například o zimnici, bolest celého těla, agresivita, stres, deprese, absolutní vyčerpání, halucinace a další.

⁶ *Definice závislosti* [online]. 2013 [cit. 2020-10-28]. Dostupné z: <https://www.promaminky.cz/clanky/zdravi-ditete-170/navykovye-latky-a-zavislosti-u-deti-a-mladistvych-651>

1.2.1 Typy závislostí

Závislosti na návykových látkách se dělí na psychické a fyzické. Psychická závislost se projevuje nepotlačitelnou touhou po droze. Chováním, které je zaměřeno výhradně na získání drogy. Nezájmem o vše, co s drogou nesouvisí. Fyzická závislost se projevuje abstinčním příznakem, což znamená, že tělo protestuje, dokud nedostane to, na co si zvyklo. Vyskytuje se zde nutnost neustále zvyšovat dávky drog, aby bylo dosaženo stejného účinku.

1.3 Poruchy vyvolané užíváním návykových látek

Jedná se o duševní poruchy a poruchy chování, které jsou vyvolané návykovými látkami. Poruchy se dělí podle hlavní zneužívané látky. Například poruchy vyvolané požíváním alkoholu, poruchy vyvolané požíváním tabáku či poruchy vyvolané požíváním kannabinoidů.

1.3.1 Akutní intoxikace

„Jedná se o přechodný stav vzniklý aplikací návykové látky a dostatečně vysoké dávce. Dle hloubky intoxikace a charakteru látky dojde k narušení psychických funkcí v podobě změněné emotivity, chování, aktivity, myšlení, vnímání a někdy i vědomí.“⁷

1.3.2 Škodlivé užívání

„Škodlivé užívání je stav, kdy dlouhodobě zneužívaná návyková látka vede k tělesným či duševním komplikacím, jako je deprese, poruchy chování apod. U alkoholiků se může jednat o jaterní cirhózu.“⁸

^{7,8} Duševní zdraví [online]. [cit. 2020-11-12]. Dostupné z: <https://www.odusevnimzdravi.cz/dusevni-poruchy-a-poruchy-chovani-vyvolane-ucinkem-psychoaktivnich-latek/>

1.3.3 Syndrom závislosti

„Dochází k němu tehdy, pokud v období posledního roku je přítomna silná touha po užívání látky, dochází k problémům při kontrole jejího užívání, po odnětí látky dojde k fyzickým příznakům odvykacího stavu, zvyšuje se tolerance návykové látky, většinu času věnuje závislý získáváním látky na úkor svých dřívějších zálib a užívá látku dál i přesto, že je si vědom škodlivosti užívání této látky.“⁹

1.3.4 Odvykací stav

„Ten je charakterizován rozvojem nejrůznějších somatických a psychických příznaků v důsledku náhlého vysazení látky nebo prudkého snížení pravidelné dávky.“¹⁰ Mezi somatické příznaky patří například únava, nespavost nebo chronické bolesti. „Může nastat také odvykací stav s deliriem. Jedná se o odvykací stav komplikovaný kvalitativní poruchou vědomí, psychomotorickým neklidem, dezorientací, iluzivním vnímáním, někdy epileptiformními záchvaty a třesem, proběhlý stav si postižený vůbec nebo povětšinou nepamatuje.“¹¹

^{9, 10, 11} Duševní zdraví [online]. [cit. 2020-11-12]. Dostupné z: <https://www.odusevnimzdravi.cz/dusevni-poruchy-a-poruchy-chovani-vyvolane-ucinkem-psychoaktivnich-latek/>

1.3.5 Amnestický syndrom

„Ten bývá komplikací chronického alkoholismu, typická je pro něj ztráta všítivosti paměti, chorobná obrazotvornost, euforie a chybění náhledu na problémy. Porucha je v tomto případě převážně trvalá.“¹²

2 Prevence a léčba závislostí

2.1 Prevence

„Prevence znamená předcházení, ochranu, působení proti nějakému jevu. Snaží se zabránit nežádoucímu jevu. Což může být například vznik, pokračování, šíření, opakování, anebo odstranění či zmírnění následku. Prevence se dělí na primární, sekundární a terciální. Primární prevence se zabývá posilováním žádoucích osobnostních charakteristik, Což je důvěra, vůle, vytrvalost, schopnost komunikace, spolupráce a vytváření vztahů.“¹³

Nejúspěšnější formou primární prevence je naplnění volného času dítěte. Může to být v podobě návštěv Domů dětí a mládeže, organizace Skaut či jiných podobných organizací.

¹² *Duševní zdraví* [online]. [cit. 2020-11-12]. Dostupné z: <https://www.odusevnimzdravi.cz/dusevni-poruchy-a-poruchy-chovani-vyvolane-ucinkem-psychoaktivnich-latek/>

¹³ *Mé dítě užívá drogy. Kam s ním?* [online]. Praha, 2011 [cit. 2020-12-08]. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/51171/BPTX_2009_2_11270_RZSZPSP05_261065_0_108764.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze.

S prevencí je důležité začít už od nejtítlejšího věku. U malých dětí je dobré používat informace zejména s důrazem na drogy, jakožto ničitele zdraví a identity. O drogách by měla s dětmi mluvit osoba, která má více informací než děti. Nejlépe někdo, kdo s drogově závislými lidmi pracuje, nebo si problematikou sám prošel. Nejvíce by však děti měli informovat jejich rodiče. Ti bohužel většinou svou odpovědnost přenáší na školy či jiné instituce. „*Sekundární prevence obsahuje linky důvěry, terénní práce či nízkoprahová centra. Mezi další formy sekundární prevence patří léčebně kontaktní centra s ambulantní léčbou, terapeutické komunity.*“¹⁴ Všechna tato zařízení jsou dobrovolná. „*Terciární prevence obsahuje doléčovací centra a kluby s ambulantní docházkou, domy a chráněné byty poskytující dočasné chráněné bydlení a kontrolu.*“¹⁵

2.2 Léčba

„*Léčba spočívá hlavně v psychoterapii, sociální práci, důležitá je i pracovní terapie, sportování, vhodné využívání volného času a další. Použití léku je jen omezené, např. při zvládání odvykacího stavu, zdravotních komplikací spojených se závislostí, nebo u lidí, kteří mají navíc depresi, úzkostné a panické stavy, mentální anorexii apod.*“¹⁶

^{14, 15} *Mé dítě užívá drogy. Kam s ním?* [online]. Praha, 2011 [cit. 2020-12-08]. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/51171/BPTX_2009_2_11270_RZSZPSP05_261065_0_108764.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze.

¹⁶ *Závislost na návykových látkách* [online]. [cit. 2020-12-08]. Dostupné z: <http://www.plhb.cz/content/zavislost-na-navykovych-latkach>

3 Dotazníkové šetření

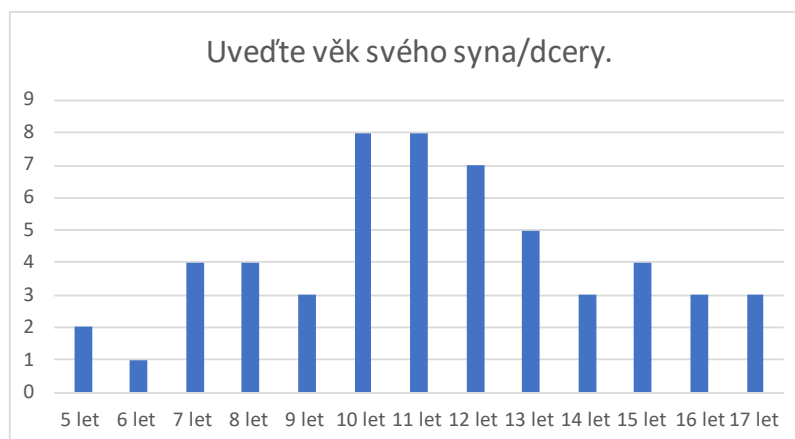
V rámci práce byly zpracovány 2 ankety související s problematikou návykových látek u dětí a mladistvých. První anketa je určena pro rodičovskou veřejnost a druhá je určena pro děti základních škol.

3.1 Rodičovská veřejnost

Tato anketa pro rodiče byla vytvořena na webové stránce survio.com. Výsledky jsou zachyceny v grafech. Na otázky odpovědělo 55 respondentů.

Otázka č. 1 – Uveďte věk svého syna/dcery.

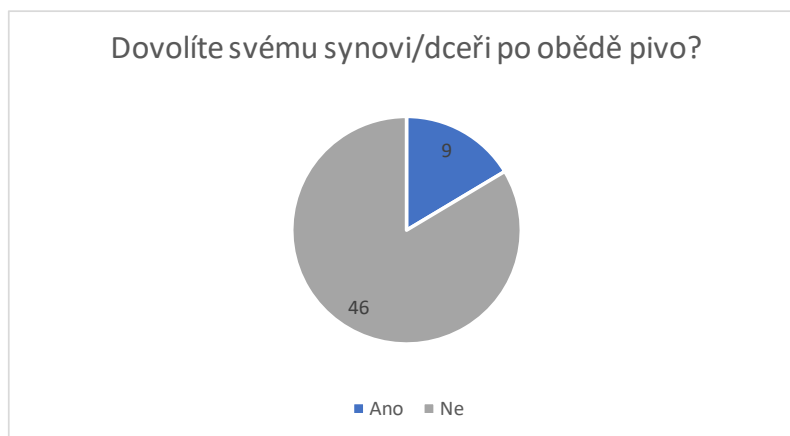
Graf č. 1 – Věk dítěte



Věk dětí odpovídajících rodičů se nejčastěji pohybuje mezi 10 a 11 lety, ty jsou v počtu osm. Nejméně dětí je zde ve věku 6 let, jedná se pouze o jedno dítě.

Otázka č. 2 – Dovolíte svému synovi/dceři po obědě pivo?

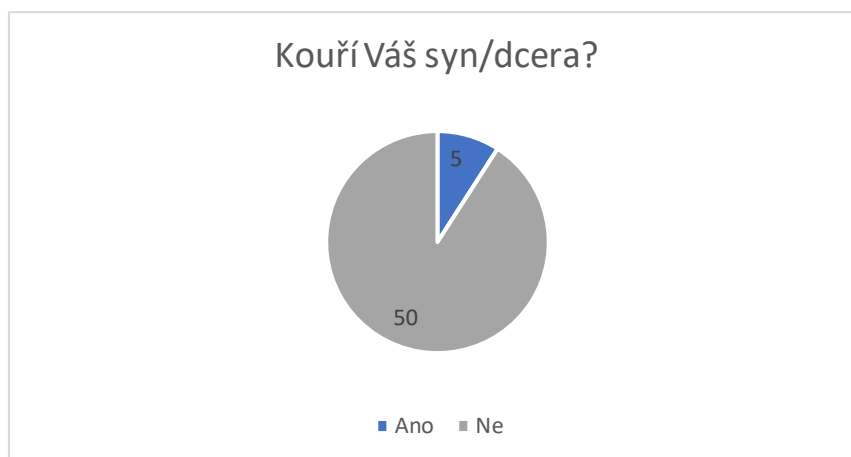
Graf č. 2 – Pivo po obědě



Téměř většina rodičů svým dětem nedovolí si dát po obědě pivo. Pouze 9 rodičů jej svým dětem dovolí. Jedná se o rodiče, kteří mají své děti ve věku od 15 do 17 let.

Otázka č. 3 – Kouří Váš syn/dcera?

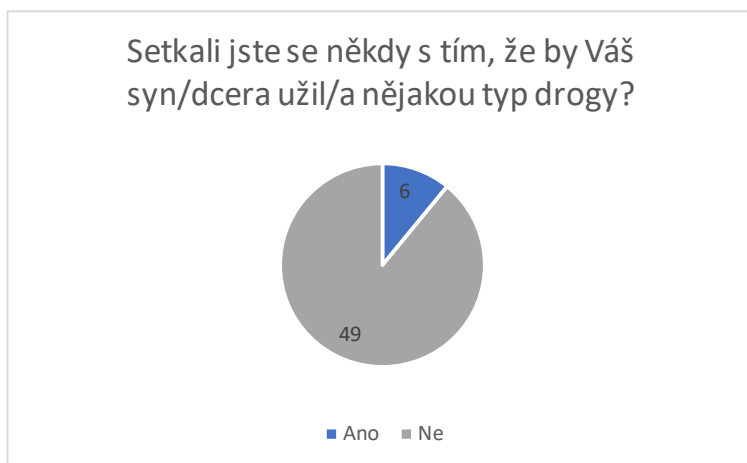
Graf č. 3 - Kouření



V podstatě žádný mladistvý nekouří. Může se zde jednat také o to, že rodiče o tom pouze neví.

Otázka č. 4 – Setkali jste se někdy s tím, že by Váš syn/dcera užil/a nějakou drogu?

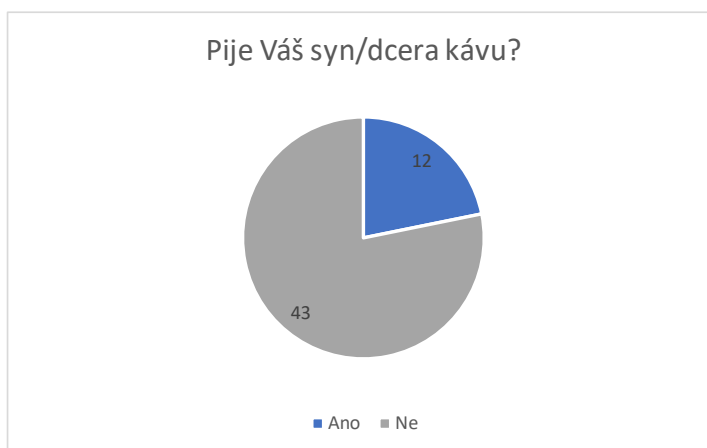
Graf č. 4 – Typ drogy



Pouze šest dětí dle názoru rodičů někdy užilo návykovou látku. Respondenti zde uvedli třikrát marihuanu a jednou elektronickou cigaretu, zbytek nic nevedl. Graf ukazuje, že respondenti si nejsou vědomi toho, že například tabák, alkohol či káva spadá mezi drogy, tedy návykové látky.

Otázka č. 5 – Pije Váš syn/dcera kávu?

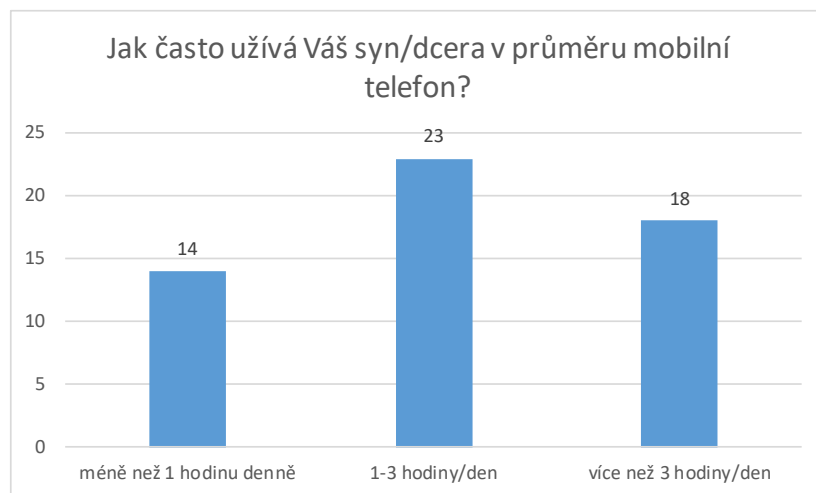
Graf č. 5 - Káva



Zhruba $\frac{3}{4}$ dětí respondentů kávu nepije. Pije ji pouze 12 dětí.

Otázka č. 6 – Jak často užívá Váš syn/dcera v průměru mobilní telefon?

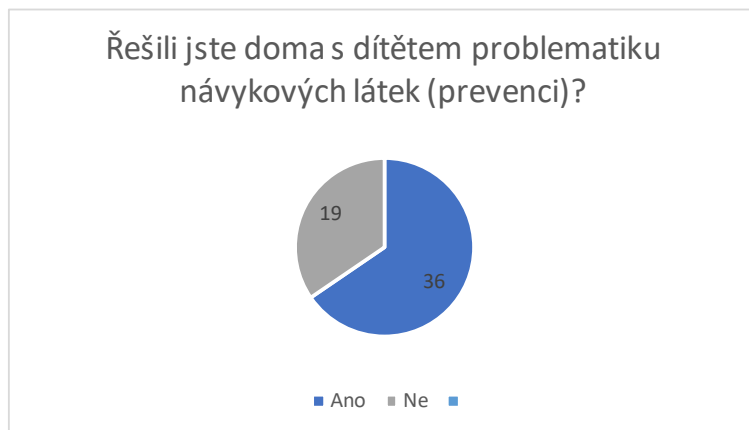
Graf č. 6 – Mobilní telefon



Nejvíce dětí a mladistvých užívá mobilní telefon 1-3 hodiny denně. Ve věku nad 5 let není doporučena žádná doba užívání, ale místo mobilního telefonu je lepší, aby děti trávily více času pohybem, sportem či čtením knih. Rodiče by také měli jít příkladem a před dětmi často netelefonovat či trávit hodně času na telefonu.

Otázka č. 7 – Řešili jste doma s dítětem problematiku návykových látek (prevence)?

Graf č. 7 – Prevence



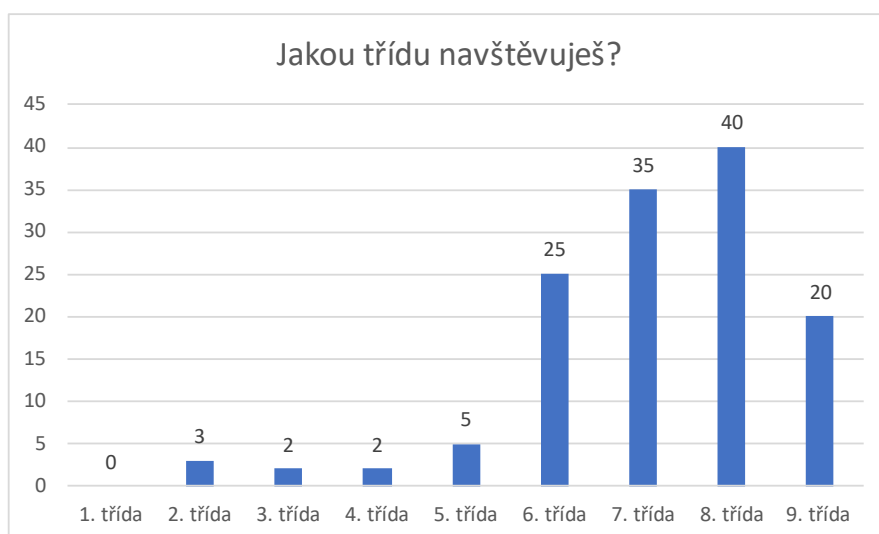
Problematiku návykových látek řešilo se svými dětmi 36 respondentů. Nejčastěji ji řešili konverzací o návykových látkách. O tom, jaký dopad na tělo by mohla mít návyková látka, vysvětlení závažnosti užívání, jaké dítěti hrozí nebezpečí, pokud bude návykovou látku užívat. Dále pak respondenti svým dětem pouštějí naučné filmy či dokumenty o drogách.

3.2 Dětská veřejnost

Tato anketa byla vytvořena na webové stránce survio.com. Výsledky jsou zachyceny v grafech. Na dotazník odpovědělo 132 respondentů.

Otázka č. 1 – Jakou třídu navštěvuješ?

Graf č. 8 – Třída



Dotazník vyplnilo nejvíce žáků z 8. třídy, těch bylo celkem 40. V druhém největším počtu byli žáci 7. třídy v počtu 35. Nejméně neboli žádný žák, nepocházel z 1. třídy.

Otázka č. 2 - Víš, co je návyková látka?

Na otázku, co je to návyková látka odpovědělo 57 žáků, zbytek buď napsal pouze příklady nebo neodpověděl vůbec. 46 žáků odpovědělo, že návyková látka je látka, na kterou vzniká závislost. Devět žáků napsalo, že návyková látka je látka, která mění chování, náladu a vnímání. Jeden žák si myslí, že návyková látka je něco, co pro nás není zdravé a jen to škodí zdraví, a jeden žák si myslí, že je to většinou jídlo, které obsahuje chemii.

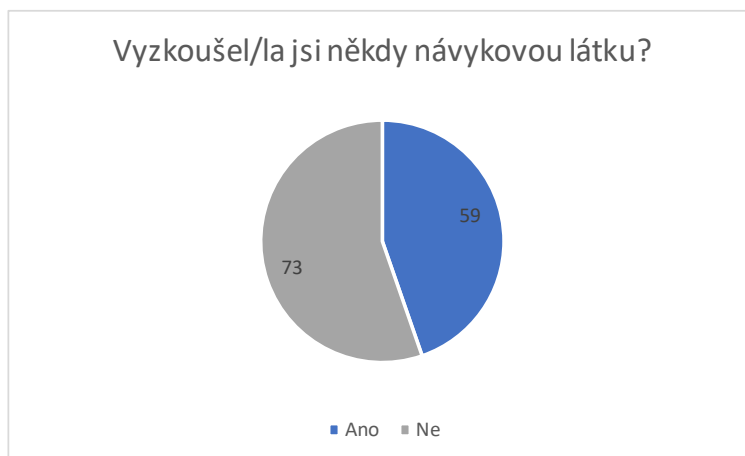
Tabulka č.1 - Příklady

Příklady návykových látek	
drogy	58
alkohol	53
nikotin	45
heroin, kokain, pervitin	20
marihuana	18
léky	6
cukr	6
kofein	3
mobilní telefon	2
extáze	1
peníze	1
hazard, gamblerství	1

Nejvíce žáků uvedlo, že si myslí, že návyková látka je droga. Z čehož vyplývá, že si žáci neuvědomují, že droga je synonymem ke slovu návyková látka. Dále nejvíce zmiňovaný byl alkohol a cigarety, a to v počtu 53 a 45. Překvapivé je, že látky typu heroin, kokain a pervitin byly zmiňované více než marihuana. Několik žáků zmínilo léky, cukr, kofein a mobilní telefon. Je příjemné vidět, že si žáci uvědomují, že návyková látka může být i cukr či mobilní telefon a není to jen alkohol a cigarety. Dále zde byla zmíněna extáze, peníze. Poslední v tabulce je hazard a gamblerství, což návykové látky nejsou, ale jeden žák to zmínil.

Otázka č. 3 – Vyzkoušel/la jsi někdy návykovou látku?

Graf č. 9 – Zkouška



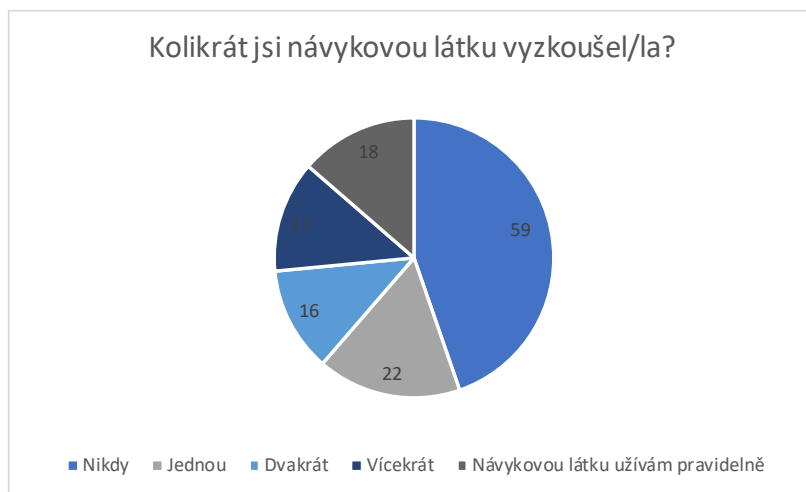
Téměř polovina žáků vyzkoušela návykovou látku, a to v počtu 59. Ta větší část žáků, 73, návykovou látku nikdy nevyzkoušela.

Otázka č. 4. - Pokud si vyzkoušel/la nějakou návykovou látku, o jakou látku šlo?

Nejvíce žáků vyzkoušelo alkohol, a to v počtu 32. Na druhém místě se umístil nikotin v počtu 15. Dále byl pětkrát zmíněn cukr, jednou káva a jednou marihuana.

Otázka č. 5 – Kolikrát jsi návykovou látku vyzkoušel/la?

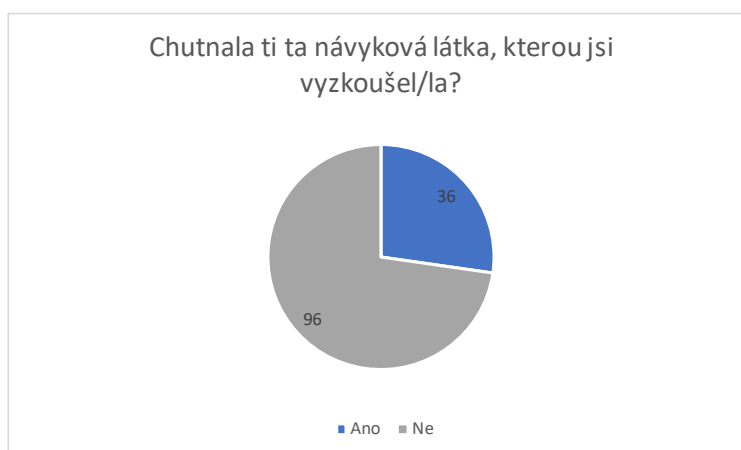
Graf č. 10 – Počet užití



Návykovou látku nikdy neužilo 59 žáků, 22 žáků ji užilo pouze jednou, 16 žáků ji užilo dvakrát a 17 žáků vícekrát. Návykovou látku užívá pravidelně 18 žáků.

Otázka č. 6 – Chutnala ti ta návyková látka, kterou jsi vyzkoušel/la?

Graf č. 11 - Chut'



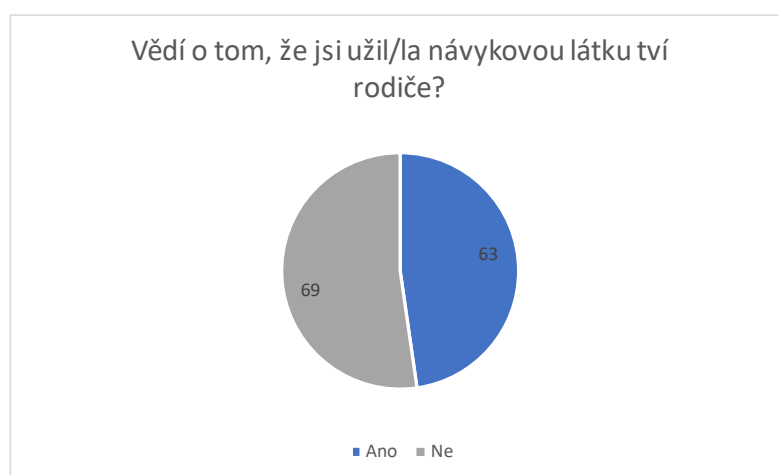
Návyková látka nechutnala 96 respondentům, chutnala však 36.

Otázka č. 7 - Jaké jsi měl/la pocity po ochutnání té návykové látky?

Nejvíce odpovědí bylo na téma normálních pocitů, a to v počtu 5. Dále pak bylo, že po ochutnání 5 žákům návyková látka zachutnala. Naopak pěti žákům bylo po návykové látce nevolno. Jiní měli po cigaretě hořko v ústech a pociťovali pálení na hrudi, z toho důvodu jim nechutnala. A dva žáci se cítili vesele a příjemně.

Otázka č. 8 – Vědí o tom, že jsi užil/la návykovou látku tví rodiče?

Graf č. 12 – Rodiče



Zde se dělí výsledek skoro na polovinu. U 69 žáků rodiče nevědí o tom, že užili návykovou látku, a u 63 žáků o tom rodiče vědí.

Otázka č. 9 – Kolik ti bylo let, když jsi látku užil/la poprvé?

Tabulka č. 2 - Věk

Věk	Počet
15 let	1
14 let	7
13 let	9
12 let	6
11 let	6
10 let	3
7 let	5

Nejvíce žáků užilo návykovou látku ve věku 13 let, a to v počtu 9. Dále pak 7 žáků ve věku 14 let. 12 žáků bylo ve věku 12 a 11 let. Pěti žákům bylo 7 let a třem žákům bylo 10 let. Překvapivě pouze jeden žák užil látku až v 15 letech.

Otázka č. 10 – Z jakého důvodu jsi užil/la návykovou látku?

Návykovou látku vyzkoušelo ze zvědavosti 27 žáků a 5 žáků kvůli kamarádům. Čtyři děti vyzkoušely návykovou látku na nějaké oslavě. Dva žáci kvůli rodičům, jelikož je do toho prý nutili, což je velmi nevhodné, a jeden žák kvůli psychickým problémům.

4 Rozhovor s pracovnící Magdaléna o.p.s.

Magdaléna o.p.s. je nevládní nezisková organizace, většinu prostředků získává formou státních či evropských dotací, či z rozpočtů krajských měst a obcí. Centrum nabízí služby pro závislé v podobě terénních programů či kontaktních center. Dále provádí primární prevenci ve formě preventivních programů nebo adaptačních kurzů. Poskytuje vzdělávání a spolupráci pro odborníky, školy a pedagogy a pro studenty.

Tento rozhovor byl proveden s Mgr. Kristýnou Baumovou, odbornou ředitelkou prevence a vzdělávání. Mgr. Kristýna Baumová tvoří programy primární prevence. Bylo zjišťováno, jakým způsobem lze provádět prevenci na základní škole, aby byla nejúčinnější.

Specialisté na primární prevenci začínají s externími programy u dětí v 6. třídě, ale již na prvním stupni se musí s dětmi pracovat. V Evropě je uznávaný model, že na prvním stupni provádí primární prevenci třídní učitel, jelikož zná svou třídu nejlépe a může prevenci zakomponovat do své výuky tak, jak je to nejvhodnější. Magdaléna o.p.s. nabízí vzdělávání pro pedagogy, kteří pracují s dětmi na prvním stupni.

Jeden z programů se jmenuje Kočičí zahrada. Podstatou je, že hrdinové jsou kočky, je to celé v jedné zahradě, a každá z koček zažívá nějaký příběh. Vyskytuje se zde i téma smrti, že jedné z kočiček zemře babička. Dále se pak s dětmi mluví o tom, co znamená, když někdo zemře. Děti se nejlépe ztotožní se zvířecím hrdinou a díky tomu to je pro ně méně ohrožující. Mohou se o tom tématu bavit a zároveň si i skládat v hlavě, jak je potřeba se těchto věcí zbavit. Je zde i příběh o záhadném lektvaru, po kterém byly kočičky zmatené, motala se jim hlava, skákaly ze zídek a jedna z nich se u toho zranila. Téma návykových látek je dobré otevřít již na prvním stupni, ale prostou formou, nevyjmenovávat dětem druhy návykových látek atp.

Na setkáních s dětmi se používají 4 základní pravidla. První pravidlo je, že *mluví jen jeden*. Vysvětluje se dětem, že je důležité, aby se každý mohl vyjádřit a upozorňuje se, že skákání do řeči je nepříjemné a vyzařuje z toho nerespektování dané osoby. Další pravidlo mluví o tom, že *všichni jsou si rovni*. Jakýkoliv názor může zaznít, ale s respektem na předešlý názor. *Všichni si musí důvěřovat*, tím pádem třetím pravidlem je nevynášení osobních informací. Samozřejmě děti mohou svobodně mluvit o použitých technikách, jak je daná činnost bavila, nebo jaké informace se dozvěděly. A posledním pravidlem je *STOP*, což je základní pravidlo těchto programů. Znamená to, že když se děti z nějakého důvodu nechtějí účastnit programu, tak nemusí. Dobré by bylo, když si někdo vezme STOPku, aby vysvětlil, proč si ji bere. Není to z důvodů posuzování závažnosti, ale pokud by najednou někdo stál bokem a neúčastnil se, aby bylo jasné proč tomu tak je.

Pracovníci centra pracují zážitkově a mají tříhodinová sezení. To začíná úvodním kolečkem, kde jsou pokládány otázky k tématu, je to i pro naladění na komunitní práci. Následuje většinou pohybová hra, která je zaměřena na téma, které je probíráno. Pokud se jedná o informační téma, jako je například téma Návykové látky, tak probíhá Brainstorming. To znamená, že na zem se položí velký papír a děti na něj píšou cokoli co je napadne k tomu tématu. Poté se o těch slovech, co jsou psaná na papíru komunikuje. Mluví se hlavně o legálních látkách jako je alkohol či tabákové výrobky, prozatím není vhodné s dětmi mluvit o nelegálních návykových látkách. Brainstorming má výhodu toho, že si děti řídí úroveň toho, jak se o tom tématu bude mluvit. Je to i ochrana před tím, aby dětem bylo sdělováno něco, o čem v podstatě ještě ani nevědí. Dále se mohou provádět různé zážitkové techniky. Děti si na papír napíší svoje 3 hodnoty a přitom co „letí balónem“ se musí rozhodnout, kterých 2 ze svých hodnot se zbaví. Dále je to propojeno s tím, co se musí stát, aby někdo byl ochotný například své zdraví nebo svou rodinu obětovat tomu, že užívá ty návykové látky a jak tomu celému předcházet.

Všechny techniky, které jsou prováděny obsahují reflexi. To znamená, že na konci té určité aktivity jsou děti dotazovány na to, co se dozvěděly o své třídě, jak to souvisí s tím tématem, proč se to dělalo a jaký to mělo smysl. Slouží to k získání zpětné vazby.

Pouštění filmů jako prevence proti návykovým látkám se nedoporučuje. Filmy jsou považovány za neefektivní prevenci. Ve chvíli, kdy děti vidí film, a nikdo si s nimi následně o tématu nepromluví, je to velmi riskantní. Jde o to, že některé děti, to, co vidí ve filmu, už dávno znají, ale některé děti o tom zatím ještě ani nevěděly, a ty to může zbytečně vyděsit, nebo naopak navést. Například film Katka nebo film V Síti není vhodný. Mgr. Kristýna Baumová se dokonce setkala s tím, že některé lidi film Katka inspiroval k užití návykové látky. Pokud se ale přeci jen například učitel rozhodne dětem pustit film, nejlepší variantou jsou krátká videa. Jedno z těchto videí se jmenuje Children see Children do, je to o tom, že rodiče jsou vzorem pro své děti. Toto video má děti vést k tomu, že jak jsou jejich rodiče vzorem pro ně, tak oni mohou být vzorem pro své mladší sourozence nebo pro mladší žáky. Takže když například kouří za zastávkou a vidí je u toho mladší žák, může se tím inspirovat. To znamená, že by se lidé měli chovat slušně, a tak jak by se správně mělo.

V 6. třídách se dokonce vyskytují děti, které kouří marihuanu. Hodně záleží na kontextu města. Ve větších městech děti spíše navštěvují fastfoody, a naopak v menších městech nemají děti k dispozici fastfoody, zato mají k dispozici trafiky. Takže v menších městech děti spíše kouří a požívají alkohol, kdežto například v Praze, děti se hodně stravují fastfoodem a mají problém s cukrem. Což je v podstatě také návyková látka. Tvrdší návykové látky se u dětí vyskytují výjimečně. Hodně závisí na rodinném zázemí. Mgr. Kristýna Baumová se dokonce setkala s případem, kdy otec aplikoval své dceři návykovou látku.

5 Prevence rizikových jevů – návykové látky

5.1 Příprava projektu

Datum: 08.03.2021

Věková skupina: 12 let

Cíl: Vést děti ke kolektivnímu citění a správné komunikaci.

Vést děti k vytváření správných životních postojů, životních hodnot.

Forma: distanční výuka – přes MS Teams

Metody: řízený rozhovor

brainstorming

zážitková technika

reflexe

Obsah: úvodní kolečko – seznámení

- vysvětlení 4 základních pravidel

brainstorming – vyjmenovávání pojmů a následná konverzace o nich

zážitková technika – let balónem

reflexe – shrnutí her

odpovědi na otázky

5.2 Prevence rizikových jevů – 6. třída ZŠ Krhanice

Cílem hodiny bylo provést primární prevenci, vést děti ke kolektivnímu cítění a správné komunikaci a vést děti k vytváření správných životních postojů, životních hodnot u žáků 6. ročníku Základní školy Krhanice. Projekt proběhl 8. března 2021 a výuka probíhala distančně.

Hodina začínala úvodním „kolečkem“ Všechny děti se představily a řekly, o čem si myslí, že bude hovořeno. Následovalo seznámení se 4 základními pravidly, mluví jen jeden, všichni jsou si rovni, všichni si musí důvěřovat a pravidlo STOP.

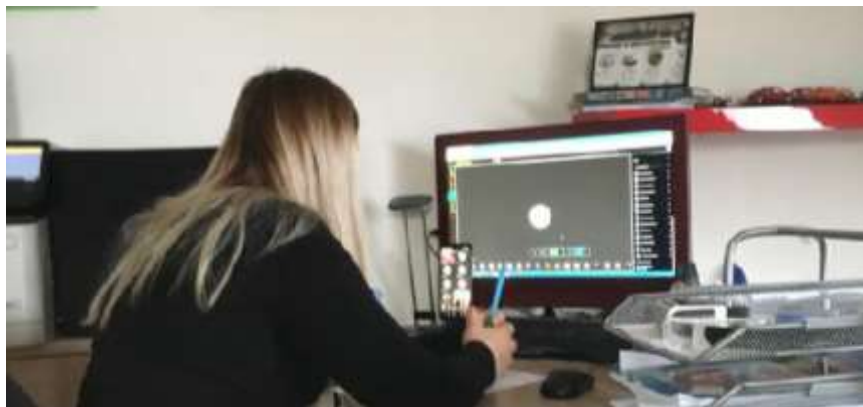
Byla použita metoda brainstorming, což znamená, že každý žák řekl jedno slovo, které podle něj souvisí s tématem. Následovala konverzace o těchto slovech. Nejčastěji se zde objevovala slova typu drogy, alkohol, cigarety, marihuana, cukr či sport.

Další metodou byla zážitková technika. Žáci si napsali své 3 hodnoty, např. zdraví, rodina..., následně „letěli balónem“ a museli se rozhodnout, kterých 2 svých hodnot se zbaví, jelikož balón se řítí k zemi a oni musí něco vyhodit, aby nenarazili na zem. Aktivita je propojena s tím, čeho se musí člověk závislý na návykových látkách vzdát, nebo o co přišel. Nejčastějším modelem byla slova rodina, zdraví a přátelé s tím, že žáci z balónu vyhodili zdraví a přátele. Dále se zde vyskytovalo jídlo, pití a rodina a žáci si ponechali rodinu. Jeden žák zmínil lásku, úspěch a rodinu s tím, že si ponechal rodinu.

Všechny aktivity obsahovaly reflexi. Žáci byli dotazováni na to, jaké aktivity proběhly, proč proběhly a co jim přinesly, jak je obohatily. Toto sloužilo zvláště jako zpětná vazba.

Hodina byla velmi náročná, chyběla zde přímá interakce, která by byla ve škole. Také zvládnout práci s 26 žáky, motivovat je, aby dávali pozor a soustředili se, když polovině nefungovala kamera ani mikrofon, nebylo úplně jednoduché. Problémem se ukázalo i zpřístupnění mé sdílené obrazovky. Ale i přes tyto všechny překážky hodina proběhla bez zásadních nedostatků. Téměř všichni žáci spolupracovali a byli moc milí a nápomocní. Dle reflexí si žáci uvědomili problematiku návykových látek a aktivity je bavily díky metodám, které byly užity, zejména

zážitková technika – let balónem. Žáci se také hodně dotazovali na osobní otázky. Například na studium a jejich přínos do této maturitní práce.



Obr. č. 1 – Průběh preventivní hodiny – vlastní foto

Závěr

Tato práce se zabývala problematikou návykových látek u dětí a mladistvých. Jejím cílem bylo zjistit, jak předejít závislosti u dětí a mladistvých. Dalším cílem bylo zjistit míru rozšíření návykových látek mezi dětmi a mladistvými a v neposlední řadě zrealizovat aktivitu s tematikou prevence rizikových jevů pro děti ZŠ.

Pro splnění cílů bylo uskutečněno anketové šetření. Na webových stránkách survio.com byly vytvořeny 2 ankety. Mezi nimi měla být vazba, to znamená, že měly být pro rodiče a jejich děti a měly být poskytnuty ve škole, jelikož ale byly ankety vytvořeny přes internet, tak zde nebylo možno vytvořit vazbu. Tím pádem byla první anketa vytvořena pro rodičovskou veřejnost a druhá pro žáky základních škol.

Rodičovská veřejnost byla dotazována, jak staré jsou jejich děti, zda jim po obědě dovolí pivo, jestli kouří nebo pijí kávu. Zda se někdy setkali s tím, že by jejich syn nebo dcera užili nějaký typ drogy. Pouze šest dětí dle názoru rodičů někdy užilo návykovou látku. Respondenti uvedli třikrát marihuanu a jednou elektronickou cigaretu, zbytek neuvedl nic. Tento fakt dokazuje, že respondenti si nejsou vědomi toho, že například tabák, alkohol či kofein v kávě spadá mezi drogy, tedy návykové látky. Další otázkou bylo to, jakou průměrnou dobu za den stráví jejich děti na mobilním telefonu. Nejdůležitější otázkou bylo, zda rodiče poskytli svým dětem prevenci proti návykovým látkám. Třicet šest rodičů svým dětem prevenci poskytlo, nejčastěji ve formě konverzace o tom, jaký dopad na tělo má návyková látka, vysvětlení závažnosti užívání, jaké dítěti hrozí nebezpečí, pokud bude návykovou látku užívat. Dále pak respondenti svým dětem pouštějí naučné filmy či dokumenty o drogách. Toto však není zrovna vhodná a účinná forma primární prevence, zejména pokud nenásleduje reflexe pořadu. Zbylých 19 rodičů svým dětem prevenci neposkytlo, předávají zodpovědnost na školy. Jelikož je dotazník mířen na rodiče žáků základních škol, nebylo zjišťováno, zda se setkali s tím, že by museli dětem zařídit léčbu ze závislosti. U dětí na základní škole se tento fakt nepředpokládá.

K získání odpovědí do ankety pro žáky základních škol bylo osloveno několik ředitelů a ředitelek základních škol na Benešovsku. Internetový dotazník vyplnilo 132 žáků. Samozřejmě nejlepším způsobem by bylo rozdat dotazník přímo dětem ve škole například na konci vyučování, zde děti ujistit o anonymitě této ankety a případně dovysvětlit zadání otázek. Anketa se zabývala tím, kolik dětí a mladistvých užívá nebo někdy vyzkoušelo návykovou látku, popřípadě jakou, jaký k tomu měli důvod a následné pocity. Dále pak byla otázka, zda žáci, vědí, co je to návyková látka. Zde odpovědělo pouze 57 žáků, zbytek buď napsal pouze příklady, nebo neodpověděl vůbec. 46 žáků odpovědělo, že návyková látka je látka, na kterou vzniká závislost. Devět žáků napsalo, že návyková látka je látka, která mění chování, náladu a vnímání. Jeden žák si myslí, že návyková látka je něco, co pro nás není zdravé a jen to škodí zdraví a jeden žák si myslí, že je to většinou jídlo, které obsahuje chemii. Nejčastějším příkladem návykové látky podle žáků je droga. Z čehož vyplývá, že si žáci neuvědomují, že droga je synonymem ke slovu návyková látka. Dále nejvíce zmiňovaným příkladem byl alkohol a cigarety. Překvapivé je, že látky typu heroin, kokain a pervitin byly více zmiňované než marihuana. Několik žáků zmínilo léky, cukr, kofein, mobilní telefon, extáze či peníze. Dále se zde vyskytovalo i hazard a gamblerství. Návykovou látku někdy vyzkoušelo 59 dětí, jednalo se zejména o alkohol, nikotin, cukr, dále pak káva a marihuana a pravidelnými uživateli je 18 žáků. Nejvíce žáků vyzkoušelo drogu ve věku 13 let a překvapivě pouze jeden žák ji vyzkoušel v 15 letech. Ve vyšším věku ji nevyzkoušel nikdo. Žáci užili návykovou látku nejčastěji ze zvědavosti, a to v počtu 27 dalším důvodem byli přátelé, či oslavy.

Dále proběhla aktivita s tematikou prevence rizikových jevů, která proběhla distančně dne 8. března 2021 se žáky 6. třídy na Základní škole Krhanice. Tato třída byla vybrána z důvodu, že v tomto věku je nejvhodnější pracovat s primární prevencí proti návykovým látkám. Hodina proběhla téměř bez komplikací, žáci spolupracovali byli milí a komunikativní. Začínalo se úvodním kolečkem, což obsahovalo seznámení se žáky, s tématem a vysvětlení 4 základních pravidel, ta jsou, že mluví jen jeden. Bylo vysvětleno dětem, že je důležité, aby se každý mohl vyjádřit a nikdo mu u toho neskákal do řeči. Další pravidlo je o tom, že jsou si všichni rovni a respektují se názory ostatních. Pravidlo, že si všichni musí důvěřovat je založena na tom, že děti nebudou vynášet osobní informace. Samozřejmě, že mohou svobodně mluvit o použitých technikách, jak je daná činnost bavila, nebo jako informace se dozvěděly.

Posledním pravidlem je pravidlo STOP, což je základní pravidlo tohoto programu. Znamená to, že když se děti z nějakého důvodu nechtějí účastnit programu, tak nemusí. Toto pravidlo ale nikdo ze žáků nevyužil, všichni se zapojovali a respektovali zbylá pravidla.

Další aktivitou byl brainstorming, to bylo založeno na tom, že žáci řekli slovo nebo slova, která si myslí, že souvisí s tématem. Tato slova měla být napsána do Wordu a za pomoci sdílení obrazovky promítnuta žákům, aby je viděli. Bohužel paní třídní učitelka nepovolila sdílení obrazovky, tak tato slova musela být napsána pouze na papír a následně žákům znovu přečtena. Děti nejčastěji zmiňovaly slova typu drogy, alkohol, cigarety, marihuana, cukr či sport. Kdyby tato aktivita probíhala ve škole, tak by byl na zem položen velký papír a žáci by slova psala na něj. Tato metoda je velmi vhodná z důvodu, že si žáci sami řídí, na jaké úrovni bude probíhat konverzace s nimi.

Poslední použitou metodou byla zážitková technika. Žáci si měli představit, že letí balónem a mají s sebou 3 jejich životní hodnoty. Ty si měli napsat na papír. Následně začal být balón přetížen a oni museli 2 ze svých hodnot vyhodit ven aby nepadli na zem. Aktivita je propojena s tím, čeho se musí lidé závislý na návykových látkách vzdát, nebo o co přišel. Nejčastější trojicí slov byla rodina, zdraví a přátelé s tím, že žáci z balónu vyhodili zdraví a přátele. Dále se zde vyskytovalo jídlo, pití a rodina a žáci si ponechali rodinu. Jeden žák zmínil lásku, úspěch a rodinu s tím, že si ponechal rodinu.

Práce s dětmi byla obtížnější, jelikož je u všech metod třeba interakce, a to v rámci distanční výuky nebylo možné. Všechny tyto aktivity obsahovaly reflexi, která slouží k získání zpětné vazby a připomenutí žákům, co se díky dané aktivitě dozvěděli, či předává nějaké ponaučení. Všichni vyvolání žáci byli schopni říct, jakou hru jsme hráli a také, jaké si z ní odnesli ponaučení. Zároveň je hry bavily.

Samozřejmě se problematika rizikových jevů řeší již na prvním stupni základní školy, ale pouze v režii třídního učitele, jelikož ten zná svou třídu nejlépe a může toto téma vhodně zakomponovat do výuky. Je vhodné prevenci podat dětem v rámci hry. Dle pracovnice Magdalény o.p.s. není vhodné s dětmi mluvit o nelegálních návykových látkách. Je třeba upozorňovat na látky legální, jakými je například alkohol či tabák.

Pro zpracování návrhu pro preventivní aktivitu byl uskutečněn rozhovor s odbornou ředitelkou prevence a vzdělávání centra Magdaléna o.p.s. Mgr. Kristýnou Baumovou. Ta byla dotazována na to, jak by měla vypadat nejúčinnější primární prevence a na základě toho byla zrealizována preventivní hodina se žáky 6. ročníku základní školy. Dále bylo zjištěno, že pouštění filmů jako prevence proti návykovým látkám se nedoporučuje, jelikož některé děti to, co vidí ve filmu již dávno znají, ale některé děti o tom zatím ještě ani nevěděly, a ty to může zbytečně vyděsit, nebo naopak navést. Například film Katka nebo film V Síti není vhodný. Mgr. Kristýna Baumová se dokonce setkala s tím, že některé děti film Katka inspiroval k užití návykové látky. Pokud se ale přeci jen učitel nebo rodič rozhodne dětem pustit film, nejlepší variantou jsou krátká videa. Mgr. Kristýna Baumová se setkala s případem, kdy otec aplikoval své dceři návykovou látku, a také se sama potýkala se závislostí na návykové látce, konkrétně na cukru. Klinika Magdaléna o.p.s. neléčí závislosti u dětí a mladistvých, ale pouze tomuto faktu předchází za pomoci primární prevence na základních školách. Z tohoto důvodu nebylo možné zjistit, jak v praxi probíhá léčba ze závislostí u dětí a mladistvých.

Celkově je možné zkonstatovat, že dnešní doba svou složitostí přivádí děti a mladistvé do složitých situací na straně jedné a na straně druhé jim poskytuje velké množství možností „vyzkoušet“ zakázané, nevhodné, škodlivé. Pokud však děti mají potřebný přehled o rizicích spjatých s užíváním těchto látek, pokud mají dostatek podnětů pro zdravý rozvoj a pokud jsou funkční vztahy v rodině, ale funguje i vzájemný vztah mezi rodinou a školou, riziko se snižuje.

Použité internetové zdroje

- *Návykové látky* [online]. 2013. Dostupné z: <https://www.promaminky.cz/clanky/zdravi-ditete-170/navykove-latky-a-zavislosti-u-deti-a-mladistvych-651>
- *Návykové látky* [online]. Praha, 2009. Dostupné z: <http://www.vychovakezdravi.cz/clanky/zavislosti.html>
- *Pojem návyk* [online]. 2005. Dostupné z: <https://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/navyk>
- *Definice závislosti* [online]. 2013. Dostupné z: <https://www.promaminky.cz/clanky/zdravi-ditete-170/navykove-latky-a-zavislosti-u-deti-a-mladistvych-651>
- *Duševní zdraví* [online]. Dostupné z: <https://www.odusevnimzdravi.cz/dusevni-poruchy-a-poruchy-chovani-vyvolane-ucinkem-psychoaktivnich-latek/>
- *Pomoconline.cz* [online]. Praha, 2020. Dostupné z: <https://pomoconline.saferinternet.cz/2-uncategorised/17-trestn%C4%9B-pr%C3%A1vn%C3%AD-odpov%C4%9Bdnost-mladistv%C3%BDch.html>
- *Závislost* [online]. uLékaře.cz, 2007. Dostupné z: <https://www.ulekare.cz/clanek/zavislost-11554>
- *Mé dítě užívá drogy. Kam s ním?* [online]. Praha, 2011. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/51171/BPTX_2009_2_11270_RZSZPSP05_261065_0_108764.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze.
- *Závislost na návykových látkách* [online]. [cit. 2020-12-08]. Dostupné z: <http://www.plhb.cz/content/zavislost-na-navykovych-latkach>

Seznam grafů

Graf č. 1 – Věk

Graf č. 2 – Pivo po obědě

Graf č. 3 – Kouření

Graf č. 4 – Typ drogy

Graf č. 5 – Káva

Graf č. 6 – Mobilní telefon

Graf č. 7 – Prevence

Graf č. 8 – Třída

Graf č. 9 – Zkouška

Graf č. 10 – Počet užití

Graf č. 11 – Chut'

Graf č. 12 – Rodiče

Seznam tabulek

Tabulka č. 1 – Příklady

Tabulka č. 2 - Věk

Seznam příloh

Příloha č. 1 – Dotazník pro rodiče

Příloha č. 2 – Dotazník pro děti

Příloha č. 1

Dotazník pro rodiče

Dobrý den,

prosím Vás o vyplnění dotazníku, který bude podkladem k mé maturitní práci. Jestliže máte více dětí, poprosila bych Vás o vyplnění dotazníku vícekrát. Pokaždé za jiné dítě. Dotazník je zcela anonymní a nehrozí žádné zneužití Vašich odpovědí.

Mockrát děkuji za Váš čas.

1. Uveďte věk svého syna/dcery.
2. Dovolíte svému synovi/dceři po obědě pivo?
 - a) Ano
 - b) Ne
3. Kouří Váš syn/dcera?

a) Ano

b) Ne

4. Setkali jste se někdy s tím, že by Váš syn/dcera užil/a nějaký typ drogy? Např. marihuana, pervitin,..

a) Ano

b) Ne

c) Popř. o jakou drogu šlo?

5. Pije Váš syn/dcera kávu?

a) Ano

b) Ne

6. Jak často užívá (užitím se rozumí telefonování, sms, využití sociálních sítí, hry, apod.)
Váš syn/dcera v průměru mobilní telefon?
- a) Méně než 1 hodinu denně
 - b) 1-3 hodiny/den
 - c) Více než 3 hodiny/den
7. Řešili jste doma s dítětem problematiku návykových látek (prevenci)?
- a) Ano
 - b) Ne
 - c) Popř. o jaký typ prevence šlo?

Příloha č. 2

Dotazník pro děti

Dobrý den,

prosím Vás o vyplnění dotazníku, který bude podkladem k mé maturitní práci. Dotazník je zcela anonymní a nehrozí žádné zneužití Vašich odpovědí.

Mockrát děkuji za Váš čas.

1. Jakou třídu navštěvuješ?
 - a) 1. třída
 - b) 2. třída
 - c) 3. třída
 - d) 4. třída
 - e) 5. třída
 - f) 6. třída
 - g) 7. třída
 - h) 8. třída
 - i) 9. třída

2. Víš, co je návyková látka? Popiš a uveď i nějaké příklady prosím.

3. Vyzkoušel/a jsi někdy návykovou látku (např. alkohol, cigarety, marihuana)?
 - a) Ano
 - b) Ne

4. Pokud jsi vyzkoušel/a nějakou návykovou látku, o jakou látku šlo?

5. Kolikrát jsi návykovou látku vyzkoušel/a?
 - a) Nikdy
 - b) Jednou
 - c) Dvakrát
 - d) Vícekrát
 - e) Návykovou látku užívám pravidelně

6. Chutnala ti ta návyková látka, kterou jsi vyzkoušel/a?
 - a) Ano
 - b) Ne

7. Jaké jsi měl/a pocity po ochutnání té návykové látky?

8. Vědí o tom, že jsi užil/a návykovou látku tví rodiče?
 - a) Ano
 - b) Ne

9. Kolik ti bylo let, když jsi látku požil/a poprvé?

10. Z jakého důvodu jsi užil/a návykovou látku? Ze zvědavosti, kvůli kamarádům, nebo kvůli něčemu jinému?