Vztah studentů středních škol k alkoholu

Denisa Hönigová

Bakalářská práce
2015

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií
Ústav pedagogických věd
akademický rok: 2014/2015

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení:	**Denisa Hönigová**
Osobní číslo:	**H12194**
Studijní program:	**B7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor:	**Sociální pedagogika**
Forma studia:	**kombinovaná**
Téma práce:	**Vztah studentů středních škol k alkoholu**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.
Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti alkoholismu, závislosti a prevence.
Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.
Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

CSÉMY, Ladislav a Karel NEŠPOR. Léčba a prevence závislostí: příručka pro praxi. 1. vyd. Praha: Psychiatrické centrum, 1996, 199 s. ISBN 80-851-2152-2.
NEŠPOR, Karel. Vaše děti a návykové látky: alkoholismus jako nemoc a možnosti efektivní léčby. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 157 s. ISBN 80-717-8515-6.
PECINOVSKÁ, Olga. Pavučina závislosti: alkoholismus jako nemoc a možnosti efektivní léčby. Vyd. 1. Praha: Togga, 2011, 215 s. ISBN 978-80-87258-62-0.
ROTGERS, Frederick a Marlyse TSCHUI. Patologické závislosti. Překlad Martin Hajný, Magdalena Sláčalová. Brno: Ústav psychologického poradenství a diadnostiky r.s., 2002, 260 s. ISBN 80-86568-02-04.
UEHLINGER, Claude a Marlyse TSCHUI. Když někdo blízký pije: rady pro rodiny osob závislých na alkoholu. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, 140 s. ISBN 978-807-3676-100.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Eva Šalenová**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **23. ledna 2015**

Termín odevzdání bakalářské práce: **30. dubna 2015**

Ve Zlíně dne 23. ledna 2015

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ
Fakulta humanitních studií
L.S.

doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.
děkanka

Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby [1)];
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 [2)];
- podle § 60 [3)] odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 [3)] odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 29. 4. 2015 .....

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevýdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst. 3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce se zabývá problémem užívání alkoholu studenty středních škol. Zkoumá, do jaké míry mají studenti středních škol zkušenost s konzumací alkoholických nápojů a co je vede k tomu, pít alkohol v tak mladém věku. Jaké pocity jim to přináší a jestli si uvědomují rizika, která jsou s tím spojená. Zabývá se tím, do jaké míry jsou ovlivněni svým okolím, touhou experimentovat, zda mají volnočasové aktivity a nastavená pravidla v rodině. Bakalářská práce se skládá ze dvou částí. Teoretická část se zaměřuje na odbornou literaturu a praktická část zkoumá danou problematiku dotazníkovým šetřením.

Klíčová slova: alkohol, alkoholismus, středoškoláci, závislost, prevence

ABSTRACT

This bachelor thesis deals with the problem of alcohol of high school students. It examines extent to which high school students have an experience with the consumption of alcoholic beverage and what make them to drink alcohol at such young age. What feelings it brings to them and if they become conscious of the risks that are associated with it. It deals with extent to which they are influenced by their surroundings, desire to make experiments, if they have leisure activities and set the rules in family. The bachelor thesis consists of two parts. The theoretical part is focused on specialist literature and the practical part examines the issues by questionnaire survey.

Keywords: Alcohol, Alcoholism, High school students, Addictions, Prevention

Touto cestou bych ráda podĕkovala své vedoucí bakalářské práce paní Mgr. Evě Galenové za její odborné rady, cenné připomínky a metodické vedení. Dále dĕkuji střední škole XY za vstřícný přístup a umožnění výzkumu na její půdĕ.

„Alkoholismus začíná tam, kde se již za alkohol platí něčím jiným než penězi.“

(PhDr. Vladimír Pohl)

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD **10**
I TEORETICKÁ ČÁST **11**
1 OBECNĚ O DROGÁCH **12**
1.1 HISTORIE UŽÍVÁNÍ ALKOHOLU A DROG 13
2 ALKOHOL A ALKOHOLISMUS **14**
2.1 ALKOHOL 14
2.2 ALKOHOL A MLADÝ ČLOVĚK 15
2.3 ALKOHOLISMUS 17
2.3.1 Požívání alkoholu z medicínského hlediska 17
2.3.2 PŘÍČINY POŽÍVÁNÍ A ZNEUŽÍVÁNÍ ALKOHOLU 18
3 ZÁVISLOST **19**
3.1 ROZDĚLENÍ ZÁVISLOSTI TYPŮ PODLE JELLINEKA: 19
3.2 ZÁVISLOST U ŽEN 20
3.3 ALKOHOLICKÉ PSYCHÓZY 21
3.4 LÉČBA ZÁVISLOSTÍ 23
3.4.1 Ambulantní léčba 23
3.4.2 Ústavní léčba 24
3.5 CRAVING (BAŽENÍ) 24
3.6 RECIDIVA 25
3.6.1 Varovné signály recidivy 26
4 ADOLESCENCE **28**
4.1 ZDRAVÉ DOSPÍVÁNÍ 29
5 RODINA **32**
5.1 ZPŮSOBY VÝCHOVY DÍTĚTE 33
5.2 PŘEHLED PREVENCE PODLE VĚKU DÍTĚTE 33
6 PREVENCE **36**
6.1 PREVENCE V RODINĚ 37
6.2 PREVENCE VE ŠKOLE 39
II PRAKTICKÁ ČÁST **40**
7 METODOLOGIE VÝZKUMU **41**
7.1 POJETÍ VÝZKUMU A VÝZKUMNÝ PROBLÉM 41
7.2 VÝZKUMNÉ CÍLE 41
7.3 VÝZKUMNÉ OTÁZKY 41
7.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR 42
7.5 METODY VÝZKUMU 42
8 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU **44**
8.1 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT 44
9 SHRNUTÍ VÝSLEDKŮ ŠETŘENÍ A DOPORUČENÍ PRO PRAXI **77**
ZÁVĚR **82**
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY **84**

SEZNAM GRAFš 87
SEZNAM Př ÍLOH 89

ÚVOD

Bakalářská práce se zabývá vztahem studentů středních škol k alkoholu. Počet mladých konzumentů alkoholu neustále přibývá. Potvrzují to dostupné výzkumy, které Českou republiku dostávají na přední místa ve statistikách. Alarmující jsou dopady tohoto trendu. Vývoj mozku končí až po 20. roce života. Do té doby vznikají v mozku stále nová spojení a síť nervových buněk. Alkohol u mladých lidí působí na mozek natolik, že může ovlivnit jejich studijní výsledky, pozdější chování, sebekontrolu, adaptabilitu, uplatnění ve společnosti. Alkohol může způsobit při pravidelném užívání škody, které se v dospělosti těžko napravují. Tohle může být časovaná bomba, která může skrytě ohrozit budoucnost národa.

Tyhle skutečnosti jsou natolik závažné, že je nutné zamyslet se nad tím, proč u nás neustále přibývá tolik problémů s návykovými látkami. Zpravidla začínají nevinně a to obdobným experimentováním. Naše kultura je k opilosti tolerantní. Vzhledem k tomu, že být v náladě je v naší společnosti přijímáno kladně, vytváří se tak podmínky, jež potom přispívají u mladých lidí k zneužívání alkoholu. Dalším důvodem je i dostupnost alkoholických nápojů. Aktivní nabízení návykových látek formou reklamy, které se hrnou z televize, časopisů a jiných masových médií. Svádí je k výjimečným chvílím, strávených se sklenkou alkoholu a přáteli, kdy jen chtějí vyzkoušet jak onen nápoj chutná.

Svoji důležitou roli také sehrávají rodičovské vzory. To jak se chovají rodiče, často působí na chování dětí. Nebezpečné jsou postoje rodičů a to, že dětem pití alkoholu tolerují. Pokud rodiče mají lhostejný postoj k nebezpečí alkoholu a nezajímá je, zda děti pijí alkohol, pak bohužel může následovat jeho zneužívání.

Faktory rizika zvyšuje stres, sociální problémy a tlak vrstevníků, kdy se jim chtějí vyrovnat a nechtějí se odlišovat. Mohou mít i pocity prázdnoty, deprese, pocity méněcennosti a pocit, že láhev, kterou svírají v ruce, jim pomůže vyřešit jejich neskonalý problém v osobním životě. Je smutné, že se k této možnosti ubírají mladí lidé, kteří by se k tomuto neduhu vůbec dostat neměli. Velmi důležitý je základ rodiny. Pozitivní, harmonické rodinné vztahy, pocity bezpečí a zdravé sebedůvěry. Tohle je hlavní úkol pro rodiče v této hektické, uspěchané době. Ukázat svým dětem, že alkohol za nějaký problém nevyřeší a naučit je překonávat problémy bez návykových látek.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 OBECNÁ O DROGÁCH

Drogu můžeme chápat jako každou látku, ať již přírodní, nebo syntetickou, která má takzvaný psychotropní účinek. To znamená, že působí na naši psychiku, ovlivňuje naše prožívání okolní reality a může vyvolat závislost v případě jejího nedostatku. Všude okolo nás jsou látky, které ovlivňují psychiku a jsou schopné vyvolávat závislost. Drogy jsou spojeny s různou mírou rizika. Jedním z hlavních rizik je mocná ztráta kontroly nad původně obvyklou konzumací a postupný vznik závislosti. Hlavním kritériem pro dělení drog je právě míra rizika vzniku závislosti. (Presl, 1995, s. 9-10)

Rozdělení drog:

Legální drogy tzn. v naší společnosti tolerované. Jedná se o alkohol, například pivo, víno, lihoviny, tabákové výrobky či nejrůznější léky. Může to být i zdánlivě nevinný čaj a káva, protože i ty mohou ovlivňovat psychiku. Jsou společností tolerované a patří k běžnému životu. Úplná a naprostá abstinence, trvalé odmítání kávy, čaje a tabákových výrobků je v naší společnosti spíše výjimkou a to mnohdy výjimkou nepříznivě posuzovanou. (Nešpor, 1997, s. 9-10)

Nelegální drogy jsou zákonem zakázány, i jejich distribuce a prodej. Ale splňují, výše uvedené náležitosti. (Nešpor, 1997, s. 9-10)

Měkké (lehké) drogy zde patří káva, tabákové výrobky všeho druhu, produkty konopí (marihuana, hašiš) a alkohol. U alkoholu může být sporná hranice mezi měkkou a tvrdou drogou. Posuzuje se podle negativního účinku nemírného užívání. Na jednu stranu je doporučován některými lékaři v přesně stanovených dávkách jako vhodná prevence kardiovaskulárních onemocnění a na druhé straně nadužívání alkoholu může být vysoce rizikové pro organismus. (Nešpor, 1997, s. 9-10)

Tvrdé (těžké drogy) je zde vysoké, neakceptovatelné riziko vzniku závislosti a patří sem například metamfetamin (pervitin), efedrin, kokain, crack, morfin, kodein, heroin (Nešpor, 1997, s. 9-10)

V této kapitole jsme se zabývali obecnými informacemi o drogách a vymezili pojmy legálních a nelegálních drog a jejich rozdělení. V následující kapitole se budeme zabývat historií užívání drog.

1.1 Historie užívání alkoholu a drog

Užívání alkoholu je tu od počátku vývoje celého lidstva. Přirozené kvašení bylo pravděpodobně objeveno lidmi již v prehistorických dobách. Začali vyrábět víno a pivo z cukernatých a škrobnatých rostlin. První záznamy se dochovaly na egyptském papyru z roku 3500 př. Kr. Opojné nápoje byly součástí náboženských, společenských i soukromých událostí. Od korunovací po války, od narození po pohřby. I když byl alkohol náležitě oceňován při společenských událostech, již se vědělo o jeho škodlivých stránkách. Stáří destilace lihovin se odhaduje na 1000 let, ale první mezinárodně známe značky jako je například Johnnie Walker se objevily až v 80. letech 18. století. V roce 1720 a 1750 se objevil gin. Ve výrobě se začalo soutěžit o nejlevnější a nejúčinnější alkoholické nápoje, o zásobování lokálů, kde se člověk mohl opít do němoty. V roce 1971 omezil parlament v Anglii prodej ginu a na pití uvalil vysokou daň. Tohle bylo provázeno výbušným protestem. V druhé polovině 19. století bylo vyvoláno abstinenční hnutí, kdy lékaři, duchovní a všichni zastánci morálky chtěli po veřejnosti, aby si osvojili lepší návyky. (Tyler, 1988, s. 39-40)

Stejně jako užívání alkoholu je zneužívání drog staré jako samo lidstvo. Příslušníci různých náboženství věřili, že látky, které způsobují zapomnění, povznesenou náladu nebo jiné stavy, jsou darem bohů. Pomocí drog si navozovali spánek, brávali si drogy na lov, aby jim pomohly lépe snášet námahu, hlad a únavu, využívali i čarodějnictví k léčení nemocí, protože, i když sami chorobu nevyléčili, navodili u nemocného alespoň příjemné pocity nebo stav otupělosti. Lidé věřili, že se dají připravit různé látky, které jim umožní získat nesmrtelnost, setkat se s nadpřirozenými bytostmi, navrátí jim mládí, navodí lásku, přinesou zapomnění, nebo zbaví člověka vlastní vůle a podrobí ho vůli druhého. Drogy byly hojně užívány v čarodějnictví. Magie je prastará věda. Používaly se masti, které obsahovaly výtažky z rostlin, afrodiziaka a hypnotika. Dochovaly se popisy z čarodějnických procesů a ty svědčí o tom, že složení mastí bylo obdobné po celé Evropě. S vlivy drog se můžeme setkat i v kultuře a umění, kdy obrazy, sochy a hudební díla mistrů ze středověku byli inspirovány drogami. (Janík a Dušek, 1990, s. 13-15)

Již z historicky dochovaných skutečností je zřejmé, že lidé od nepaměti hledali a nalézali látky, které jim pomohly ovlivnit jejich psychiku. Z dochovaných záznamů je zřejmé, že opojného stavu lidé rádi využívali. Následující kapitola se již zaměřuje na samotný alkohol a na jeho škodlivost.

2 ALKOHOL A ALKOHOLISMUS

2.1 Alkohol

Alkohol je nejrozšířenější užívanou drogou na našem území. Je snadno vyrobitelný a dostupný. Ve spotřebě alkoholu zaujímáme ve světovém žebříčku velice služné první místo. Alkohol dokáže být našim příjemným společníkem, ale pokud naše osobnost není schopna jej udržet pod kontrolou, může se stát démonem. (Cimický, 2007, s. 185)

Alkohol působí na lidskou psychiku. Má širokospektrý účinek ú tišící bolesti, způsobuje změny nálad, má uspávací účinky. Patří sem také schopnost společenského uplatnění při řešení společenských situací a v neposlední řadě má vliv i na sexuální sféru. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 10-11) Jeho užívání je zde odjakživa. Našel si tady pevné místo a nemůže být vykázán. Obecně se o alkoholu tvrdí, že je méně nebezpečný než ostatní drogy, ale je stejně návykový, návykový a životu nebezpečný jako kterákoliv jiná omamná látka. (Tyler, 1988, s. 25-26)

Cimický (2007, s. 185) ve své knize uvádí, že „alkohol vzniká přirozeným kvašením cukru až do koncentrace 13-14 % alkoholu, pak už samotné kvasinky hynou a my můžeme získat vyšší koncentraci dalšími procedurami (destilací).“ Alkohol je jednoduchá chemická látka, která snadno proniká k různým orgánům v lidském mozku. Záleží jak na koncentraci alkoholu, tak na vypitém množství. Alkohol je mnohem nebezpečnější pro děti, než pro dospělé. Již velmi malé množství alkohol u nich může vyvolat opilost a nebezpečné otravy. Také co se týká návyku dětí a mladých lidí, ten se u nich vytváří velmi rychle. Děti mají menší tělesnou hmotnost a jejich játra nejsou schopna odbourávat alkohol v takové míře, jako u dospělých. Proto v civilizovaných společnostech bývá zvykem děti a mladistvé chránit před alkoholem. U nás je věková hranice stanovena na 18 let a stejně se nedodržuje. V Japonsku a Spojených státech je povoleno konzumovat alkoholické nápoje až od 21. let, ve Švédsku od 20 let. I co se týká dospělých, tak by měli být ke konzumaci alkoholu opatrní. Světová zdravotnická organizace uvádí, že bezpečná dávka alkoholu je kolem 20g

100 % lihu za den. To odpovídá zhruba půl litru piva nebo 2 „deciny“ vína. (Nešpor, 1994, s. 58-59)

Rozdělení společnosti podle vztahu k alkoholu:

ABSTINENT – vůbec nepije alkohol

KONZUMENT – pije jen při vhodných příležitostech

PIJÁK – pravidelně pije, jedinec již nemůže být bez své dávky alkoholu

ALKOHOLIK – pokles tolerance, u jedince se vyskytují osobní, pracovní společenské problémy, které souvisí s alkoholem (Cimický, 2007, s. 186-187)

2.2 Alkohol a mladý člověk

Mladí lidé si většinou první skleničku alkoholu dají v pubertě za svolení rodičů. Velmi často se jedná o rodinné oslavy, nebo jim sem tam nalijí pivo. Pokud je alkohol nabízen jako součást odměny nebo příznání, není v budoucnu nic přirozenějšího, než si ho dopřávat v životě co nejčastěji, i když jeho chuť zpočátku nevzbuzuje nadšení. (Ühlinger a Tschui, 2009, s. 45)

Konzumace alkoholických nápojů často u mladých symbolizuje vstup do dospělého světa. Mladým lidem alkohol usnadňuje integraci do party kamarádů, posiluje sebedůvěru, neboť v tomto období se jedinci cítí velmi zranitelní. Na konci týdne se stává pravidlem, že si nedovedou zábavu představit jinak, než že se opijí. Z příležitostného pití se může stát zvyk. Statistiky ukazují, že z mladých lidí, kteří jsou zvyklí se každý týden o víkendu opít, se každý třetí stane notorickým alkoholikem. (Ühlinger a Tschui, 2009, s. 45)

Townsend (2009, s. 133) ve své knize uvádí že „Zneužívání různých látek činí vše, co je dobré. Místo svobody přichází otroctví. Lásku nahrazuje odcizení. Místo řádu je tady chaos a místo naděje zoufalství.“

Zneužívání alkoholických nápojů a drog je mezi mladými lidmi dlouhodobým problémem a v dohledné době nezmizí. Toto období je nejvhodnějším pro vznik závislostí. Dospívající často dají na názory svých kamarádů a často zpochybňují hodnoty a autoritu rodičů. Mohou se cítit osamělí, je snadné jim ublížit, zranit je a znechutit. Mohou mít sklony zbavit se bolesti co nejrychleji. Zvláště v této době, kde jsou drogy snadno dostupné. Je to velmi závažný problém, který může vést k chudobě, zraněním, nemocem a smrti. Rodiče dospívajících dětí jsou nejmocnějším silou, jak mladému člověku pomoci poradit si se závislostí. Rodiče musí projevit zájem a musí nějakým způsobem zasáhnout. (Townsend, 2009, s. 133)

U mladých lidí se podstatně brzo rozvíjí závislost na alkoholu a otrava alkoholem nastává již po malých dávkách. Navíc zneužívání alkoholu u mladých lidí zvyšuje riziko přechodu k jiným návykovým látkám. Většinou se jedná o nelegální drogy. A je to jeden alarmující

argument, co se týká nebezpečí užívání alkoholických nápojů mladými lidmi. Mezi nejčastějšími příčinami úmrtí u dětí a dospívajících patří úrazy, sebevraždy, otravy a dopravní nehody. Na všech uvedených příčinách se většinou podílí alkohol. (Nešpor, Pernicová a Csémy, 1999, s. 15)

Mladí lidé, kteří se stali závislými, často trpí nějakou odchylkou vývoje osobnosti. Mezi tyto odchylky vývoje patří nejistota, sklony k depresi, jedinci mívají problém s trvalejším navazováním vztahů. Pacienti velmi často pocházejí z rodin, které jsou narušené, nebo v jejichž rodině nebyla důsledná výchova. (Drtilová a Koukolík, 1994, s. 93)

V tomto období mladí lidé hledají sami sebe, situace kolem sebe nezvládají a snaží se utéct do světa představ. Často to bývá obyčejná zvědavost, chuť zkusit zakázané ovoce a také neschopnost říci ne skupině, ke které chce jedinec patřit, a která mu alkohol nabízí. Někdy může mít vliv dlouhodobé přetěžování dětí úkoly, na které nestačí. Co se týká závislosti na alkoholu, hraje velký vliv napodobování rodičů a starších sourozenců. (Drtilová a Koukolík, 1994, s. 93)

Dle Hellera a Pecinovské, (2011, s. 187) ,,Odmítnutí konzumace vzbuzuje pozornost a reakce. Člověk, který odmítá konzumaci alkoholu, je považován za podivína".

Společenské cítění je proalkoholní. Konzumace alkoholu je zabudována do většiny rituálů. A právě rituály nejsou vhodným příkladem pro děti a mládež. Rituály šukání ,,na zdraví" jsou symbolem dospělého života. Pokud si dítě nevytvoří jiné prospěšnější rituály, které jsou projevem dospělých, může se stát rituál pití lehce dosažitelný. Zvláště v období puberty, kdy mladí lidé obtížně hledají odpovědi v oblasti společenské i psychické, si mohou myslet, že jim alkohol pomůže najít řešení. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 187)

Vliv závislosti na alkoholu alespoň jednoho z rodičů směřuje k nevhodnému utváření základních sociálních vztahů. Děti nemají dostatek potřebných životních jistot, vhodné vzory pro model rodinného soužití. Tohle závažným způsobem ovlivňuje vývoj osobnosti dítěte. (Heller a Pecinovslá, 2011, s. 188)

V této podkapitole jsme se zabývali mladými lidmi a vztahem alkoholu k nim. Již z odborné literatury je zřejmé, že alkohol nabízí svým dětem sami rodiče. Většinou samotný alkohol dětem ani nechutná, je jakýmsi ,,zpestřením" každodenního života. Pokud děti vidí u svých rodičů, že si tímto způsobem zpříjemňují běžný život, není nic přirozenějšího, aby v tomhle způsobu pokračovali a brali konzumaci alkoholu jako běžnou součást života.

2.3 Alkoholismus

Alkoholismus patří mezi nejrozšířenější návykové formy. Ne každé pití alkoholických nápojů jde nazvat alkoholismem. Pokud ale alkohol začne škodit jedinci, společnosti, nebo obojím, lze tento stav alkoholismem nazvat. (Janík a Dušek, 1990, s. 58)

Vyšší riziko vzniku závislosti na alkoholu je u lidí, kteří jsou psychicky labilní, trpí duševními poruchami, poruchami chování, mají dlouhodobé bolesti, prodělali úraz hlavy, při porodu se objevilo poškození mozku, více ohrožení jsou jedinci, kteří nejsou spokojení v mezilidských vztazích, mají nízké sebevědomí. Určité riziko mohou představovat lidé, kteří vykonávají práci, která je hodnocena psychicky náročná. Lidé, kteří se od mládí setkávali s alkoholem, drogami, tabákem. (Pokorný, Telcová a Tomko, 2002, s. 29)

Dalšími faktory, které mohou vést ke vzniku závislosti, jsou neuspořádané rodinné poměry ve kterých dítě nebo mladiství vyrůstá. Pokud je v rodině schvalována konzumace alkoholu, sexuální zneužívání, nezaměstnanost a chudoba, psychické onemocnění některého člena rodiny, lhostejnost, rodinné dysfunkce – odtržení od rodiny, nepřátelství, neúplná rodina. (Pokorný, Telcová a Tomko, 2002, s. 29)

Vývojová stádia alkoholismu podle Jellinka:

POČÁTEČNÍ – alkohol jedinci konzumují pro zlepšení nálady a odstranění trémy. Projevuje se občasnou podnapilostí

VAROVNÉ – tady již dochází ke stavům opilosti, roste tolerance. Přechází se ke koncentrovanějším alkoholickým nápojům.

ROZHODNÉ – zde se již objevují výpadky paměti, jejíž roste tolerance. Jedinec je bez alkoholu nervózní, hledá každou příležitost, aby se mohl napít. Kontrola alkoholu je v tomto případě již nemožná. Pomůže jen trvalá abstinence.

KONEČNÉ – v tomto případě již klesla tolerance. Jedinci stačí pít jen velmi málo, aby došlo k opilosti. Pije už od rána a je dlouho opilý. Jeho osobnost chátrá. (Cimický, 2007, s. 186-187)

2.3.1 Požívání alkoholu z medicínského hlediska

Úzus - jde o požívání alkoholu při různých společenských událostech, nebo jako součást jídla. V tomto případě nemá alkohol vliv na psychiku, nebo fyzickou činnost člověka. Pití

alkoholu probíhá v takových dávkách s určitým odstupem času, že se závislost nevytvoří.(Janík a Dušek,1990, s. 58)

Abúzus – jedná se o nadměrné pití, které lze formulovat jako zneužívání či nadměrné užívání. Může se uskutečňovat v nevhodnou dobu a v nevhodném množství. Jde o časté pití alkoholu, ale v menších dávkách, kdy nedochází k opilosti ani k podnapilosti. V tomto případě se nemusí vytvářet závislost. (Janík a Dušek, 1990, s. 58)

Misúzus (závislost) – zde je již alkohol zneužíván pravidelně a v nadměrném množství po určité době již dochází k vytvoření závislosti (Janík a Dušek, 1990, s. 59)

2.3.2 Příčiny požívání a zneužívání alkoholu

Společenské příčiny – může souviset s nedostatečným využíváním volného času, kdy jedinci tráví svůj volný čas konzumací alkoholických nápojů.(Janík a Dušek, 1990, s. 68) Další příčinou může být hojnost. Schází zde hlubší smysl života a jeho smysluplné naplnění. Porušování zákona a podávání alkoholických nápojů dětem a mladistvým. (Skála, 1988, s. 35)

Individuální příčiny - souvisí s důsledky nepříznivého rodinného prostředí, s nepříznivými zážitky z dětství. Důsledkem je citová nezralost a nevyrovnanost jedince. Vyznačuje se zranitelností a křehkostí, což může být příčinou zneužívání alkoholu. Jestliže se v rodině vyskytuje zneužívání alkoholických nápojů, směřuje jedince ke špatnému příkladu a napodobování. (Skála, 1988, s. 36) Pokud se u jedince objeví nepříjemné psychické stavy jako je např. úzkost, nezdary, napětí, mimořádné životní události, může člověk pokládat alkohol za jakousi oporu. (Janík a Dušek, 1990, s. 69)

V této kapitole jsme se zabývali alkoholismem. Je všeobecně známé, že alkohol je nejdostupnější a nejvíce užívaná droga. Popsali jsme si vývojová stádia alkoholismu. Z uvedených stádií plyne, že začíná pouhým zpestřením všedního každodenního života a alkoholismus, který souvisí se závislostí, může přijít po špičkách, téměř nepozorovaně. V životě každého člověka jsou situace, které nejsou lehké, a je někdy velmi snadné začít je řešit alkoholem.

3 ZÁVISLOST

Závislost vychází z nutné tělesné potřeby konzumenta získat pro své tělo dávku alkoholu. Jakmile je tato dávka tělu dodána, nastane zklidnění a uvolnění jedince. Tento stav je vrcholem spokojenosti, kterou lze v menších dávkách poměrně dlouhou dobu udržovat. Následuje potřeba spánku. (Hosek, 1998, s. 10)

Je-li již závislost vyvinuta, musí v ní jedinec pokračovat. V případě, že jedinec přeruší příjem látky, na kterou je zvyklý, objeví se abstinenční příznaky. Tyto příznaky jsou nepříjemné, ale pokud jsou potřebné látky tělu dodány, příznaky zmizí. Tyto stavy nutí jedince k dalšímu vyhledávání alkoholu. Masové požívání alkoholu se považuje za nebezpečné. Škodí jak společnosti, tak jedinci a mají zdravotní a sociální dopad. Alkoholová závislost se plně rozvine v rozmezí 3-15 let a závislými se stává asi 10 % pijáků. (Mečíř, 1989, s. 39-41)

Zvláště v období dospívání se závislost vyvíjí poměrně brzy a snadno. Motivací bývá často zvědavost, touha po smyslovém prožitku, ale i vlivy okolí. Může jít o projev vzpoury vůči dospělým, kteří mají jiné hodnoty a názory než on. Závislost u mladých lidí začíná většinou ve skupině jako svedení. Alkohol také pomáhá mladým lidem dodat si odvahu při navazování známostí s druhým pohlavím, ovlivňuje úzkost, mohou si pomocí alkoholu chtít vynutit respekt a přijetí do určité skupiny lidí. Bohužel tato zkušenost vede k tomu, aby se posílila a následně opakovala. (Kvapilík a Svobodová, 1985, s. 84-86)

3.1 Rozdělení závislosti typů podle Jellineka

Alkoholismus gama – je charakteristický zvýšenou tolerancí a ztrátou kontroly, ale jedinec má schopnost abstinovat. Vyskytuje se většinou u nadějných alkoholiků. (Janík a Dušek, 1990, s. 67)

Alkoholismus delta – neprojevuje se ztráta kontroly, ale není také schopný abstinovat. U tohoto typu je vytvořená somatická závislost a při abstinování jsou znatelné abstinenční příznaky. Tento typ alkoholika nebývá nadměrně opilý, ale ani stížlivý. Vyskytuje se ve Francii a Itálii, v zemích s velkou spotřebou vína. (Janík a Dušek, 1990, s. 67)

Alkoholismus epsilon – jedná se o kvartální pijáctví, kdy jedinec nadměrně pije v určitých pravidelných obdobích. Obvykle na jaře a na podzim, nebo naopak v létě a v zimě. Bývá většinou spojeno s psychickou poruchou. (Janík a Dušek, 1990, s. 67)

Alkoholismus alfa – nedisciplinované pití, jedná se o jednorázové nebo opakující se excesy v pití. Může vést ke společenským potížím. Zde nedochází ke vzniku závislosti. (Janík a Dubek, 1990, s. 67)

Alkoholismus beta – dochází k somatickým komplikacím, jako jsou například záněty trávicího ústrojí, poškození jater, nervů, vědomí choroby. V tomto případě však nedochází k závislosti psychické ani somatické. (Janík a Dubek, 1990, s. 67)

3.2 Závislost u žen

U žen je vyšší konzumace alkoholu v premenstruálním období. Objevili se také důkazy o tom, že u žen, které konzumují alkohol i v malých dávkách, se častěji vyskytla rakovina prsu, než u žen, které alkohol nepijí. U žen, které mají problémy s alkoholem, jsou častější zdravotní problémy. Souvisí se zátěžovými životními situacemi. Týká se to vyššího výskytu úzkostných stavů a depresí. Závislost u žen bývá často provázena současnou nemocí zvanou bulimie. Tyto ženy bývají často vystaveny násilí a sexuálnímu zneužívání. Nejčastějšími důvody k léčbě ze závislosti na alkoholu bývají právě zdravotní a rodinné problémy. (Nešpor a Csémy, 1996, s. 153)

Specifickým problémem u žen, co se týká konzumace alkoholu, je fetální alkoholický syndrom. V těhotenství není žádná dávka alkoholu považována za bezpečnou. Je doporučováno v průběhu celého těhotenství i během laktace abstinovat. Vzhledem k tomu, že se alkohol dostává do mateřského mléka a i ve velmi malých dávkách má nepříznivý vliv na psychomotorický vývoj kojenců. (Nešpor a Csémy, 1996, s. 154)

Pokud žena během těhotenství užívá alkohol, může dojít k poškození plodu. Alkohol působí škodlivě na lidské orgány, zejména na mozek, nervový systém a játra, ale také poškozuje plod. Žena o svém těhotenství v okamžiku početí neví, ale i běžná, společenská spotřeba alkoholu může představovat pro dítě nebezpečí. V prenatálním období hrozí nebezpečí vzniku vrozených vad, trvalých a závažných poškození. Může být také příčinou mentální retardace. Alkohol se dostává přes placentu k plodu, krev plodu tak obsahuje stejné množství alkoholu, jako krev matky. Vrozené vady způsobené alkoholem jsou široké. Může se jednat o nevýznamné poškození, až po těžké handicapy končící smrtí. Dále může způsobit znetvoření části obličeje dítěte i těla, poškozuje mozek a brání růstu. (Velemínský a Čiháková, 2008, s. 36-37)

Pokud otěhotní alkoholička, mohou se očekávat komplikace v průběhu gravidity. Velmi závažná je také alkoholická cirhóza jater. U cirhotiček je vyšší riziko potratů a předčasných porodů. (Vavřinková a Binder, 2006, s. 58)

Fetální alkoholový syndrom (FAS)

Je vážné poškození. Projevuje se poškozením mozku, nízkou váhou, malou výškou, malým obvodem hlavy. Dále jsou charakteristické rysy v obličeji. Co se týká poškození mozku u dětí, projevuje se neobvyklým způsobem chování. V některých případech se může odhalit až v pozdějším věku. Může to souviset s opožděným vývojem. Děti se špatně soustředí, neprospívají. Dlouho neudrží pozornost. Vyskytnout se mohou problémy s chováním, učením, vnímáním. V některých případech se může objevit mentální nebo intelektuální retardace. (Velemínský a Čiháková, 2008, s. 37)

Alkohol již v prenatálním období je pro plod škodlivý. Proto matky, které plánují těhotenství, by se měly alkoholu na určitý čas vzdát.

3.3 Alkoholické psychózy

Jedná se o stav, kde se již projevila závislost na alkoholu, nebo se vyskytuje hrozící stav závislosti. Souvisí s úplným nebo částečným výpadem souvislé paměti ve fázi vrcholného alkoholového opojení v rozsahu minut nebo i hodin. (Kvapilík a Svobodová, 1985, s. 162-163)

Alkoholická psychóza je způsobena dlouhodobým zneužíváním alkoholu, považuje se za vážnou chorobu a na psychice jedince zanechává stopy. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 82)

Rozdělení alkoholických psychóz:

Delirium tremens – je u alkoholiků nejčastější psychózou a důsledkem částečné nebo úplné abstinence. Například při nuceném vysazení pití při pobytu v nemocnici. Nastupuje 3 až 4 dny po nucené abstinenci a většinou trvá 4 až 8 dnů. Projevuje se tělovými iluzemi, bručivým, svědivým, velkou úzkostí, pocením, neklidem, hrubým třesem, pocením, zrychlenou srdeční činností a v některých případech i vysokými teplotami. Bývá zakončeno dlouhým zotavným spánkem. Vzpomínky na delirium tremens bývají mlhavé. (Kvapilík a Svobodová, 1985, s. 163)

Dále se projevuje zrakovými a sluchovými halucinacemi v různé intenzitě, kdy jedinec může vidět malá zvířátka, například bílé myšky. Vidění je černobílé, velmi živé a postižený se jich bojí. Je neklidný, vystrašený, úzkostný a snaží se před nimi uprchnout. V některých případech může mít delirium smrtelný konec, kdy jsou postižení jedinci důsledkem neklidu znaků nebo vyčerpaní. (Janík a Dušek, 1990, s. 65)

Alkoholická halucinóza – projevuje se sluchovými halucinacemi, postižení mívají pocit pronásledování. Pacient může slyšet kroky, hlasy, které se hádají a obviňují ho, nebo ho hájí. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 80) Má dvě stádia a to akutní, které trvá 2-4 dny provázené sluchovými přeludy, obviňováním, výčitkami, pronásledováním. Nebo chronické, které může vyústit v paranoidní psychózu, schizofrenii, nebo demenci. Tuhle psychózu lze léčit neuroleptiky. (Kvapilík a Svobodová, 1985, s. 164)

Alkoholická paranoidní psychóza – výskyt této psychózy je častější u mužů. Projevuje se podezřívavostí, vztahovačností, žárlivostí a nedůvěřivostí. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 80)

Typická je nadměrná žárlivost, kdy alkoholik podezřívá svou ženu z nevěry a nezřídka na ni používá fyzické násilí. Tahle psychóza bývá častou příčinou rozvodů. V prvním stádiu se žárlivecké projevy objevují v podnapilosti. Jestliže se tyto podezřívavé, žárlivecké smýšlenky z nevěry začnou objevovat i mimo opilost, jde již o rozvíjející se duševní onemocnění.(Janík a Dušek, 1990, s. 66-67)

Alkoholická demence – poměrně často se vyskytuje u pijanů piva. Projevuje se emoční labilitou, ztrátou zábran, rozpadem osobnosti a značným úbytkem inteligence. Léčba je ve většině případů neúspěšná, obecně platí včasná a úplná abstinence.(Kvapilík a Svobodová, 1985, s. 164)

Korsakovova psychóza – vzniká dlouhodobou závislostí na alkoholu. Typickými projevy jsou poruchy paměti a výpadky paměti jsou nahrazeny výmysly. Postupně dochází k úbytku intelektových a rozumových schopností což vede k demenci. Dále dochází k nervovým poruchám, kdy jsou zasaženy zadní míšní provazce, které se projeví při chůzi postiženého.(Janík a Dušek, 1990, s. 66)

3.4 Léčba závislostí

Pokud se vyvine chronická závislost na alkoholu a postižený jedinec ztrácí schopnost vlastními silami najít cestu zpátky, nastupuje léčba. Léčba však nevede k vyléčení, ale pouze k úzdravu (tj. vymizení příznaků choroby). Znamená trvalou abstinenci po celý život. To je základní a nejobtížnější předpoklad pro úspěšnou léčbu. S tímto předpokladem také samozřejmě souvisí vlastní motivace pacienta k léčbě. Tahle choroba bohužel s sebou nese nezodpovědnost a neukázněnost. Postupně se rozvíjí a velmi obtížně se léčí. V některých případech může za dramatických okolností končit smrtí, která zasahuje především rodinu. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 121-123)

Mečíř uvádí (1989, s. 89) „že za sebou jde nejprve pití, opíjení, narůstání frekvence opíjení a vznik závislosti na alkoholu. Tato cesta vyžaduje čas. Čím později pití alkoholu začne, tím později se objeví nepříznivé psychické a somatické následky. Již proto je naprosto oprávněný požadavek, aby počátek i pouhého společenského užívání alkoholu byl odsunut do co nejvyššího věku".

3.4.1 Ambulantní léčba

Zprvu by měla být v léčbě preferována léčba ambulantní. Až po jejím neúspěchu by měla následovat léčba ústavní. Léčbu je možno podpořit Antabusem. Není povinný, blokuje možnost napití a v tomto případě léčbu podstatně ulehčuje. Mysl pacienta se může zabývat produktivními záležitostmi, třeba na plnohodnotné trávení volného času. Ambulantní léčba má určitou výhodu. Léčený a rodina jsou ve stálém kontaktu, léčený není v pracovní neschopnosti. Je těžší než léčba ústavní. (Profous, 2013, s. 84-87)

Nejčastěji probíhá ve specializovaných zařízeních. Poradny většinou mají přizpůsobeny ordinační hodiny tak, aby umožnily lidem navštěvovat je po pracovní době. Některé z poraden nabízí i anonymní léčbu, kdy člověk neuvádí své jméno. Léčba ambulantní je velmi praktická, ale má i své nevýhody. Jestliže jedinec, který dochází na léčbu ambulantní, ale i přes velkou snahu se mu problémy s pitím nedaří zvládat a pije dále, měla by nastoupit léčba ústavní. V mnoha ambulantních zařízeních je kromě individuální léčby i možnost psychoterapeutických skupin, nebo i práce s rodinami závislých. (Nešpor, 1999, s. 85) Jednou ze základních podmínek úspěšné ambulantní léčby je vztah mezi terapeutem a pacientem a měla by se poskytovat alespoň 2x týdně. Co se týká psychoterapie minimál-

ní 1 hodinu. Důležitý je jak nabízený program léčení, tak individuální přístup. Ten je v zásadě rozhodující. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 134)

3.4.2 Ústavní léčba

Nastupuje ve chvíli, kdy pacient nemůže zvládnout závislost vlastními silami a opakovaně se ke konzumaci alkoholu vrací, aniž by bral ohledy na své zdraví a své okolí (rodina, zaměstnání). V tomto případě je hospitalizace nezbytná. U ústavní léčby se jedná o dlouhodobý pobyt na nemocničním lůžku a nejkratší doba, která má smysl, trvá 4-6 týdnů. Tohle je doba potřebná k detoxikaci, odstranění následků, které droga způsobila v organismu a přiblížení se zdravotnímu stavu k normě. Nejčastějších komplikací po odnětí drogy bývají alkoholové psychózy. Jak již bylo výše zmíněno - delirium tremens. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 125-126)

Ústavní léčba bývá potřebná také u těžkých zdravotních a psychiatrických komplikací, které vznikají důsledkem pití alkoholu. Zdravotní komplikace se lépe zvládají při ústavní léčbě. Formou léčby jsou skupinové terapie a terapeutické komunity, relaxační techniky. (Nešpor, 1999, s. 85)

Součástí ústavní léčby jsou přednášky, studium odborné literatury, která poskytuje hluboké informace. Pacienti si píší deníky, kde se terapeuti denně dozvídají informace o jejich současném stavu i průběžně o situaci v jeho rodině. Ústavní léčba vtiskuje šablonu pravidelného režimu, co se týká stravování, otužování, sportování, které pacienti v mnoha případech praktikují celá život. Osvojit si tyto návyky bývá daleko těžší v léčbě ambulantní. (Profous, 2013, s. 87)

3.5 Craving (bažení)

Světová zdravotnická organizace se shodla na definici cravingu jako neodolatelné touze pociťovat účinky psychoaktivní látky, s níž má osoba dřívě zkušenost. Uvádí se jako silná touha užívat látku. (Nešpor, 1999, s. 79)

Bažení může zvyšovat riziko recidivy, ale vždy tomu tak být nemusí. Pokud se závislý jedinec naučí rozpoznávat pocity bažení, může se na ně připravit lépe připravit a naučit se jim vyhýbat.(Nešpor, 2000, s. 17)

Kdy je bažení nejsilnější:

Když je dostupný předmět – může se jednat o místní restauraci, kterou jedinec navštěvoval nebo navštěvuje a má s ní spojené příjemné zážitky

V počátcích abstinence – v prvních dnech, co závislý přestal pít

Negativní duševní stavy – smutek, úzkost, samota, deprese.(Nešpor, 1999, s. 79)

Tři nejužívanější způsoby, jak překonat bažení: dle Nešpora (2000, s. 17)

,,Vyhýbat se situacím, které bažení vyvolaly

Uvědomit si negativní důsledky recidivy

Odvedení pozornosti"

3.6 Recidiva

Největší nebezpečí číhá na pacienta v momentě, kdy si myslí, že se vyléčil. Nástrahy ale čekají například v restauraci u příležitosti dobrého jídla, nebo při oslavách. Bývalý alkoholik zjistí, že mu jedna sklenka stačila, a že se vůbec nic nestalo. Myslí si, že má situaci pod kontrolou, dá si v průběhu dní skleničku a o několik dní později další. Aniž by si to osoby léčené z alkoholismu uvědomovaly, uvádí v mechanismus chod závislosti. Organismus začíná vyžadovat stále větší dávky alkoholu a nastupuje stav zvaný recidiva. Všichni se jí obávají. (Ühlinger a Tschui, 2009, s. 119 - 120)

Člověk, jemuž se vrátila závislost na alkoholu, mívá pocity méněcennosti, že jsou k ničemu, že léčba, kterou absolvovali, byla k ničemu a nedokáží trvale abstinovat. Cítí hanbu a dostávají se do začarovaného kruhu opíjení a přetvářky. Recidiva se nerovná katastrofě, ale je důležité zavčas rozpoznat varovné signály, které upozorňují na to, že se jedinec nachází v situaci, kdy by mohl selhat. Jedná se o stresy v zaměstnání, běžné neshody v rodině, večírky, emoce, které se nesnadno ovládají, něčí urážlivé poznámky atd. Všechny tyto faktory mohou člověka dohnat k tomu, aby opět našel uklidnění v alkoholu. Jedinec se musí naučit co nejrychleji přerušit toto parazitní chování a myšlenky. A to tím, že si o svém problému s někým promluví, například terapeut, někdo blízký z rodiny. Také pomáhá fyzicky náročná činnost, plánování určitých činností ve volném čase tak, aby jedinec odvedl touhu se napít. (Ühlinger a Tschui, 2009, s. 121-123)

Alkoholismus je choroba, která má tendenci se vracet. V izolaci léčebny se zdá všechno daleko jednodušší. Tady pacienti nenarážejí na realitu. Nutné je, aby si recidivu pacient sám odpustil, nevyčítal si selhání, plané sebeobviňování. To by bylo jen úrodnou půdou pro další pití a deprese. Okolí také musí být na tuto možnost připraveno. Nesmí ztratit trpělivost a všechno bezhlavě vzdávat. Recidiva je určitá příležitost, jak se naučit zvládat problém závislosti. V této fázi je nutné s terapeutem promyslet co bylo zanedbáno a vyvarovat se dalších chyb. Vychází se z předpokladu, že pacienta recidiva mrzí a že ji jako chybu vnímá. (Profous, 2013, s. 89-91)

Krizová místa v léčebném procesu:

Konec 3. měsíce léčby – jedinci se daří úspěšně abstinovat, vzbuzuje pocity, že léčba nebyla potřeba.

Konec prvního roku – léčba je ukončená abstinencí za pomocí Antabusu nebo skupinové terapie. Pacienti si myslí, že jsou vyléčení.

Konec 3. roku – abstinence zevšední, vzroste falešné sebevědomí, vyprchá očarování z abstinence. (Profous, 2013, s. 91)

3.6.1 Varovné signály recidivy

Varovné známky - objevuje se přepracování, samota, nuda, člověka to může táhnout do hospody

Přicházení spouštěče – může to být hádka, prostředí kde se pije, kamarád, který pije

Nevhodné zpracování spouštěče - lidé si naivně myslí, že překonají samotu alkoholem, najdou přátelé, nebo vyřeší problém

Vzniká nebezpečný pocit – touha po alkoholu, vztek, smutek

Nevýhodné jednání – zde může následovat požití alkoholického nápoje

Zhoršení duševního stavu – po krátké úlevě přichází zhoršení životní situace i duševního stavu. Toto vede k dalšímu pití, dalšímu zhoršení. Je to bludný kruh. (Hosek, 1998, s. 173-175)

Ve třetí kapitole jsme se zaměřili na závislost. Je to stav, který je brán jako nemoc. Asi nikdo, kdo si touto „nemocíň neprošel, jen těžko může pochopit stavy závislosti a jak těžké může být se tímto problémem poprat. Je všeobecně známo, že nástrahy na jedince, kteří jsou závislý na alkoholu, číhají na každém kroku. Pokud jedinec najde odvahu a rozhodne

se z vlastní motivace svůj problém, nebo lépe řečeno svoji nemoc řešit, je teprve na začátku této dlouhé, předlouhé cesty. Je nezbytná podpora a pomoc jeho nejbližších. Jedinec musí přehodnotit a hlavně změnit svůj dosavadní způsob života. Pravděpodobně bude muset změnit i své přátelé, protože tam je jedna z hlavních příčin k opětovnému návratu k závislosti na alkoholu. A také přijmout to, že jedině abstinence je cestou k uzdravení.

Lidé, kteří se léčí ze závislosti na alkoholu o sobě a svém životě často pochybují. Trápí je pocity prázdnoty, beznaděje, zda to, co dělají, má smysl. Je důležité najít ve svém životě rovnováhu a najít si zábavné a naplňující činnosti, které dávají životu smysl. Naučit se mít radost z každodenního života. V této hektické a dravé době to může být velmi těžké.

4 ADOLESCENCE

Období adolescence přibližně trvá od 15. do 20. roku. Je fází dospívání v oblasti sociální a psychické. Je to období, kdy se mění osobnost dospívajícího i jeho sociální pozice. Vrstevníci se stávají důležitějšími, než byli dříve. (Vágnerová, 2000, s. 253)

Mladiství začínají své chování a myšlení orientovat na své vrstevníky, na přátele, ke kterým chtějí patřit, nebo by rádi patřili. Začínají se vzdalovat myšlení, chování, cítění, které jim bylo vštěpováno jako malému dítěti. Tím, že děti začínají potlačovat to, co bylo dosud vytvořeno, vzniká nerovnováha a začínají se sami sobě odcizovat. Mladí jedinci mají potřebu sounáležitosti, uznání, rozvoje osobnosti, vlastní identity a potřebu nějakým způsobem patřit do nějaké skupiny. (Prekop a Hüther, 2008, s. 83-84)

V období dospívání jsou kladeny velké nároky na nové přizpůsobení v životě. Vrstevnická skupina se dostává na první místo. Dospívající často riskují, testují hranice, hledají nové podněty, experimentují s návykovými látkami. Řada dospívajících, co se týká návykových látek, nejprve experimentuje s alkoholem, tabákem a později s ilegálními drogami. Čím dříve dojde ke zkušenosti s legální drogou, tím víc se zvyšuje riziko problémů s ilegálními drogami v pozdějších letech. U adolescentů se velmi rychle vytváří závislost na alkoholu a s tím jsou spojená další rizika, jako je například vážné nebezpečí úrazu, smrtelné intoxikace. (Nešpor a Csémy, 1996, s. 159)

Typy vztahů s vrstevníky:

Potřeba stimulace – blízký kontakt s vrstevníky, kteří sdílí nějaký prožitek. Typický je tanec na diskotéce, hudba, sport, společné cestování. Působí jako ventil napětí, má relaxační charakter.

Potřeba orientace a smysluplného učení – jedinec s vrstevníky experimentuje, šetří různé situace, učí se potřebné sociální strategie. Toto soužití s vrstevníky a porovnávání své podobnosti nebo odlišnosti, vede jedince k poznání sebe samého. Takovou zkušenost v rodině nelze získat. (Vágnerová, 2000, s. 285)

Potřeby citové jistoty a bezpečí - jakmile se dospívající jedinec začne od rodiny odpoutávat, do určité míry ztrácí citové zázemí, které mu poskytovala. Rodinu postupně nahrazují vrstevníci a pocit jistoty je uspokojován vztahy mezi vrstevníky. Nikdy se může stát, že jedinec končí v podivné partě. Vzdává se dosavadních hodnot a rolí, přijímá nové, o nichž by ve skutečnosti nikdy nestál, kdyby mu neposkytovaly určité zázemí. Je to způsobeno

tím, že potřeba akceptace je příliš velká. Snaha rodičů dostat adolescenta z této party většinou bává neúspěšná, protože ti mu nemůžou vztah s vrstevníky nahradit a pro adolescenta je osamělost nepřijatelná. Jakmile se adolescent stává jistějším a vyspělejším, dokáže se ze závislosti od vrstevnické skupiny odpoutat. Začíná se spoléhat na vlastní názor, dokáže vyjádřit nesouhlas se svými vrstevníky i rodiči. Emoční jistotu většinou poskytnou stabilní kamarádi. Jde o pocit vzájemného porozumění a pochopení. (Vágnerová, 2000, s. 285-287)

Naplnění partnerského vztahu, zahrnujícího i sexualitu – adolescenti dozrávají a začínají mít potřebu partnera opačného pohlaví. Stává se potřebou na úrovni psychické, tělesné a sociální. Jedná se o novou variantu vztahu, potřeby poznání a sebepoznání. Adolescentní lásky mají experimentální charakter. Nebývají ještě pro trvalý vztah dostatečně zralí, teprve se dotváří jejich identita. Trvalý vztah vyžaduje zodpovědnost a částečné omezení vlastní identity ve prospěch partnera. Za těchto okolností se párová identita může vytvořit.(Vágnerová, 2000, s. 277-288)

Dospívání je období, které není lehké pro dítě a ani jejich rodiče. Vyžaduje z obou stran spoustu práce. Adolescence je období, kdy děti již nejsou plně závislé na rodičích, ale nejsou ještě ani zralé na to, aby byly schopné se samostatně rozhodovat jako dospělý. (Townsend, 2009, s. 63)

V dospívání se odehrává spousta změn, tato léta jsou plná emocí a výbušné náladovosti. Změny probíhají v oblasti fyzické, duševní, osobní a společenské. Najednou musí děti zvládat spoustu věcí. Musí přijít na to, kým jsou, co cítí a koho milují. Děti se mohou cítit uvnitř zmatené. Učí se nezávislosti a samostatnosti dospělého člověka. V tomto období děti hledají svoji identitu. Rodiče jsou pro ně vzory, s některými věcmi se ztotožňují, jiné odmítají. Ale ze všeho nejvíc v tomto období potřebují pocit bezpečí a zájem rodičů. Způsob, jak pomoci dětem toto nelehké období zvládnout a připravit je na dospělost, je stanovit dobré hranice, řád a při překročení vyvodit důsledky. V nitru dospívajících vládnou konflikty. Důsledný řád, láska rodičů a nastavení hranic mohou dospívajícím pomoci najít zdravou rovnováhu. (Townsend, 2009, s. 64- 67)

4.1 Zdravé dospívání

Navazování vztahů a komunikace – navazování vztahů s jinými lidmi, komunikace. Nejsou odtažití ani uzavření. Emocionální vazby na rodiče, kamarády.

Zodpovědnost – jsou schopni bez stálého dohledu plnit své úkoly a povinnosti. Celkově jsou spolehliví a dá se jim věřit.

Přijetí reality – i když někdy mají sklony intenzivně se zajímat sami o sebe, nebo sklouzávají k personalismu, dokáží přijmout realitu, že nikdo není dokonalý a každý může udělat chybu.

Když něco pokazí, není to vážné – mohou se dopustit přestupku, nebo se něco nepodaří, ale není to nic tragického a neprocházejí krizí.

Orientace na vnější svět – méně času věnují rodině a stále více času svým přátelům a vnějšímu světu.

Kamarádi s dobrým vlivem – i když rodiče plně nesouhlasí s tím, co jejich kamarádi dělají, dítě nestahují nepříjatelným způsobem.

Rozvoj dobrých hodnot – vytváří si systém morálních hodnot, mají svá přesvědčení. Rodiče nemusí se vším souhlasit, ale základ je dobrý.

Zpochybňování autority – dospívající chtějí myslet samostatně, zpochybňují autoritu rodičů, odmlouvají. (Townsend, 2009, s. 65-66)

Je důležité, aby rodiče svým dospívajícím dětem vytvořili bezpečné zázemí. Kam se budou moci vrátit, když se jim něco nepovede, nebo se nebudou cítit bezpečně. V tomto období přechodu od dětství do dospělosti potřebují spoustu trpělivosti, lásky a vedení, aby se naučili správně rozhodovat. (Townsend, 2009, s. 70)

Tato kapitola se zaměřila na období adolescence. Je to nelehké období a to jak pro rodiče, tak pro jejich děti. Je to období dospívání, kdy se jedinci cítí být už dospělí, avšak s dospělostí je často spojená zodpovědnost, což některým jedincům v tomto období schází a s tím je spojené určité dodržování pravidel. Adolescenti se dostávají do procesu nastavování si žebříčku hodnot už ne v tom bezpečném, rodinném kruhu, ale mezi svými vrstevníky, přáteli. Právě vrstevníci, spolužáci, přátelé se v tomto období dostávají do popředí před rodinou a učí se mezi sebou vycházet, nalézat kompromisy. Často se ocitnou v situaci, kdy je někdo zklame, zradí a oni se teprve učí jak s těmito skutečnostmi a pocity zacházet. Často se to projevuje ve vztahu ke svým rodičům, kdy nemají náladu a ventilují tyto pocity doma. Je zde na místě určitá tolerance a v určitých chvílích shovívavost, protože jestli rodiče dali svým dětem zdravý harmonický základ, je zde předpoklad, že z nich vyrostou šťastní

jedinci, kteří umí rozlišit, co je v životě správné a co není. Nejlepší prevencí pro děti je příklad, vzor rodičů. Třeba někomu dítě uvěří, pokud rodič bude pít a bude mu domlouvat, ať nepije, protože je to škodlivé. Vlastním příkladem mohou rodiče ze svých potomků vychovat a připravit do života jedince se zdravým sebevědomím, s úctou k druhým i s úctou sami k sobě. I toto je velmi důležité, aby si jedinec byl vědom své vlastní ceny.

5 RODINA

Rodina se vyznačuje úzkými citovými vazbami. Zajišťuje mnoho činností. Hmotně zabezpečuje, předává kulturní dědictví, vytváří pro děti výchovné a sociální prostředí, vštěpuje morální hodnoty, chrání, usměrňuje, podporuje, ovlivňuje. Pečuje o zdraví a výživu. (Kraus a Poláčková, 2001, s. 79)

Rodina má především sociálně výchovnou funkci. Je první sociální skupinou, která dítěti učí osvojovat si určité způsoby chování ve společnosti, základní návyky. Úkolem rodiny je připravit dítě na vstup do praktického života. Dítě od narození přebírá od svých rodičů a sourozenců vzorce chování a hodnotové orientace. Učí se tomu, jak vypadají vztahy, jaká jsou pravidla pro jejich fungování. Od svých rodičů čerpají jistotu pro své první kroky do společnosti. Učí se samo řešit konflikty v mezilidských vztazích. Harmonická rodina ulehčuje dítěti pozdější zdravou orientaci ve svět dospělých a jeho partnerských vztazích. Děti u své rodiny hledají pocit bezpečí a vzájemné porozumění. Toto zázemí je základem dalších sociálních kontaktů ve společnosti. (Kraus a Poláčková, 2001, s. 82)

Funkce rodiny však může být narušena. Jedná se o konfliktní situace (rozvod rodičů, mezigenerační neshody, nepřijetí dítěte) nebo závislost rodičů na alkoholu, hracích automatech, drogách. Emočně a sociálně nevyzrálí rodiče často nezískají vhodné vzory od svých rodičů a mívají pak problém naplňovat sociálně i psychologické potřeby svých dětí. Vzniká nerovnováha mezi rozumem a citem, což ovlivňuje rodinné klima a vzniká citová labilita. Toto se odráží především na dětech. Nalézt rovnováhu mezi rozumem, citem a zodpovědností není jednoduché. Proto by rodina měla dětem poskytnout základní jistotu, protože citovou funkci rodiny nemůže žádná jiná sociální instituce uspokojivě nahradit. (Kraus a Poláčková, 2001, s. 82-83)

Nejpor a Csémy (1994, s. 23) ve své knize uvádí, že „dodře vychovávají ti rodiče, kteří dokáží dítě přijímat, očekávají od něj zralé chování, poskytují mu jasná měřítka.“

Důležitá jsou pravidla v rodině. Děti podporovat k tomu, aby dokázaly vyjádřit svůj názor, otevřeně komunikovat. Rodiče by měli umět dětem vyslechnout. Děti, které vyrůstají v takovém prostředí, se dokáží přiměřeně prosadit, bývají zodpovědné, zdravě sebevědomé, jsou nezávislé a zdatné. Umí ovládat agresi a hněv. Později nevyžadují zásadní omezení a dohled.

Při špatném způsobu výchovy vzniká nerovnováha mezi přijímáním požadavků dítěte od rodičů a uspokojováním potřeb dítěte. Nikdy se můžete stát, že rodiče omezují oprávněné požadavky a potřeby dětí. V extrémních případech děti mají zakázáno hovořit, jestliže není tázáno. Pravidla v rodině jsou jasně daná, nediskutuje se o nich, není prostor pro vyjednávání a vysvětlování. V těch rodinách, kde jsou časté fyzické tresty, bývají děti uzavřené, bojí se projevit iniciativu. Buď se neumí prosadit, nebo jsou agresivní. Tyto děti jsou více ohroženy alkoholem a drogami. (Nešpor a Csémy, 1994, s. 23-24)

5.1 Způsoby výchovy dítěte

Přijímající rodič – rodiče z dětí mají radost a jsou s ním spokojeni, dítě povzbuzují, vyhledávají, citlivě přistupují k jejich potřebám a názorům

Odmítající rodič – rodiče děti nevyhledávají, netěší se na ně. Jsou vůči němu kritičtí, málo ho povzbuzují. K jeho potřebám a názorům jsou necitliví.

Omezující rodič – v rodině jsou jasně stanovená pravidla a důsledky za jejich porušení. Zřídka podléhá vynucování a nátlaku.

Povolný rodič – rodiče nestanoví jasná pravidla a ani důsledky jejich porušování. Žádná pravidla neprosazují. Snadno podléhá vynucování a nátlaku. (Nešpor a Csémy, 1994, s. 23)

Není snadné vychovávat a každá rodina si vytváří svůj vlastní způsob výchovy. Žádný univerzální způsob, který pomáhá předcházet problémům a alkoholem a drogami pro výchovu neexistuje. (Nešpor, a Csémy, 1994, s. 23)

5.2 Přehled prevence podle věku dítěte

Období před narozením – dobrý duševní a tělesný stav matky se projevuje i na dítěti. Důležitá je podpora všech členů rodiny. Maminky by se měly v tomto období vzdát pití alkoholických nápojů, kouření a užívání drog, neboť jejich před narozením tímto ublužují svému dítěti. Rizika s sebou mohou nést i léky, proto by je neměly těhotné ženy užívat bez souhlasu lékaře. (Nešpor, 2001, s. 31-32)

Novorozenecký a kojenecký věk (do jednoho roku) – první roky života jsou velmi důležité pro vytváření citových vazeb. Citové vazby dávají do života dobrý start. Tyto děti jsou optimističtější, dokážou navazovat hlubší citové vazby. Mívají menší problémy s návykovými látkami v pozdějších letech. Jsou méně smutné a méně agresivní. U těchto

dítí je menší riziko trestné činnosti. Lépe se učí, jsou zdravější, protože jejich organismus nebyl vystavován v dětství chronickému stresu. (Nešpor, 2001, s. 32-33)

Batolecí období (1 až 3 roky) – toto období ze strany rodičů vyžaduje velkou trpělivost. Je důležité vytvářet bezpečné, předvídatelné prostředí. Stanovit hranice co dítě smí a co ne. Přitom je laskavá, trpělivá a důsledná dodržovat. Rodiče by měli nechat dítě projevit, co cítí a všele s ním komunikovat. (Nešpor, 2001, s. 33-34)

Předškolní věk (3 až 6 let) - rodiče by měli dítě učit, co smí a co už rozhodně ne. Jasně a zřetelně vymezovat hranice. Být dostatečně citlivý a laskavý. Hrozí rizika v podobě léků z domácí lékárničky, nebo alkoholických nápojů. Proto alkohol a léky odstranit z dosahu dětí, neboť otravy nastávají v tomto věku po velmi malých dávkách. Dítě by se mělo učit chránit si své zdraví. Nadále platí, že dítě musí mít možnost projevit co cítí. Dítě v tomto věku intenzivně poznává svět. Zajímá ho hodně věcí, vyptává se. Odpovědi rodičů mají pro děti velký význam. Nastává vytváření sociálních kontaktů mimo rodinu. Začínají si utvářet vztahy se svými vrstevníky, osvojují si první sociální role. (Nešpor, 2001, s. 36-38)

Mladší školní věk (zhruba od 6 do 12 let) – v tomto věku děti již začínají experimentovat s návykovými látkami. Zejména s alkoholem a tabákem. Důležité je děti informovat o škodlivosti alkoholu a tabáku. Zdůrazňovat dětem, jak důležitou hodnotou je zdraví a posilovat přání být zdráv. Alkohol a jiné návykové látky by dětem neměli být doma dostupné a rodiče by pití alkoholu a kouření měli jednoznačně zakazovat. (Nešpor, 2001, s. 38-39)

Dospívání (asi od 12 do 20 let) – vrstevníci jsou velmi důležití. Rodiče musí nadále rozvíjet dobré stránky osobnosti u svých dětí. Přátelé, kteří pijí alkohol, nebo užívají drogy, jsou nejrizikovější činitelé. Toto je období, kdy se dospívající připravují na budoucí povolání, samostatný život mimo rodinu. Je to složité období, děti mohou mít studijní problémy, nedostaly se na školu, kterou chtěly. Nezvládají na ně kladené nároky, ve škole nenachází přiměřené uplatnění a uspokojení. Rodiče by na děti měli klást přiměřené nároky a umožnit jim vlastní rozvoj. Rodiče musí být připraveni mluvit otevřeně se svými dětmi o obtížných otázkách, vč. etně návykových látek. Platí, že by rodiče měli nadále informovat děti o návykovém nebezpečí a použít je. Dospívající by se měl naučit zvládat stres a dobře si uvědomovat a předvídat následky svého jednání. (Nešpor, 2001, s. 40-41)

Tato kapitola byla zaměřena na rodinu jako na jednu z nejzákladnějších a nejúčinnějších prevencí, co se užívání návykových látek u dětí a dospívajících týká. Děti podvědomě pře-

bírají vzory chování od svých rodičů. Až později, kdy dochází k postupnému začleňování jedince do společnosti, zjišťuje, že v každé rodině jsou jiná pravidla, jiné hodnoty. Co je v jedné rodině povoleno, v druhé rodině může být striktně zakázáno. Rozhodnutí stát se rodičem by mělo být doprovázeno velkou zodpovědností. Protože pokud jedinci nejsou na rodičovství připravení, může mít na potomka negativní dopad. Rodinné zázemí je jeden ze základních předpokladů pro plnohodnotný rozvoj jedince. Harmonická rodina, bezpodmínečná láska, tolerance, porozumění a pochopení, ale také určitá pravidla a hranice, která se musí dodržovat, jsou pro vývoj jedince velmi důležitá. Každé dítě je jedinečná bytost. Ke každému dítěti se musí přistupovat jiným způsobem. Není výjimkou, že rodiče mají více dětí, všechny vychovávají stejně a přesto je každé dítě jiné. Má jiné hodnoty, jsou pro ně důležité jiné věci, stýká se s jinými kamarády atd. Je zřejmé, že pokud rodiče nemají svůj život v pořádku a neví si se svými těžkostmi rady, je zde určitá pravděpodobnost, že i jejich děti si nebudou umět poradit v krizových situacích, protože je to nemůže kdo naučit. Je na intuici a zodpovědnosti rodičů, aby naučili ke svým dětem cestu a pokusili se jim předat to nejlepší, co v nich je.

6 PREVENCE

Negpor, Csémy a Pernicová, (1996, s. 30) ve své knize uvádí, ge „Cílem prevence je pSedcházet gkodám pTsobeným návykovými látkami.“

Cílem prevence není pSedat maximum informací, ale pSedat takové informace, aby ovlivnily chování jedincT tak, ge si uvndomí, jak dTlegitou hodnotou je zdraví. Prevence musí také ovlivRovat chování jedincT a to v tom smyslu, ge se bude snigovat nabídka návykových látek (aby byli ménn dostupné) a snigování poptávky (aby je lidé nechtnli). Tyto zpTsoby prevence se vzájemnn posilují. (Negpor, Csémy a Pernicová, 1996, s. 30)

Dalgím cílem prevence je sníGit gkody, které byly zpTsobeny návykovými látkami. To mohou být napSíklad úrazy, zdravotní komplikace, intoxikace. Pokud má být prevence úlinná, mnla by ovlivnit chování jedincT, aby si vágili svého zdraví. DTlegitá je prevence, která souvisí se zdravým givotním stylem. Co se týká prevence, nnkdy nemusí mít pozitivní odezvu ani pSednágky odborníkT a dobSe mínné rady. V nnkterých pSípadech mohou pTsobit i gkodlivn U dospívajících mohou mít opalný efekt a nnkdy vzbudí touhu a zájem s drogami experimentovat. (NTgpor a Csémy, 1996, s. 20)

Závagným momentem, který umogRuje mladý lidem konzumaci alkoholických nápojT, je jeho snadná dosagitelnost. I propagace pití alkoholických nápojT pSispívá k jeho pogívání. Inzerce, filmy, televize, lasopisy, propagují pití alkoholických nápojT jako samozSejmou vnc, kterou si mTge kagdý dovolit, ba co víc, pSinágí dokonce nnco kladného. Existuje jegtn úlinnjgí propagace a tou je chvála pití alkoholu samotnými piják, se snahou pSesvndlit co nejvíce osob. Existují prostSedí, kde dni mohou od dnství sledovat pijácké návyky dospnlých. V tomto pSípadn mTge být tngké vytvoSit si obecn odmítavý postoj k alkoholu. Podstatný vliv, co se týká konzumace alkoholu mladými lidmi, je tedy snadná dostupnost alkoholických nápojT a neodmítavý postoj veSejnosti k jeho konzumaci. (MelíS, 1989, s. 82-83)

Nezletilí mohou pití alkoholických nápojT povagovat za urlitý projev svobody, pijí bez výlitek a nevidí v nnm umlé a pSechodné zkreslení givota. Polátek pití alkoholu lze oddálit pSíkladem a raným zahájením výchovy proti alkoholu. Výchova by mla zalít jig v pSedgkolním vnku a v prvních, druhých tSídách, kde jegtn dni pSijímají nekriticky a s hlubokou dTvnrou své vychovatele. Pití alkoholu gádné výhody nepSinágí. Dni by se mly naulit, ge euforii je mognné získat i ve sportu, soutngení, tvoSení, v mezilidských vztazích a dalgích linnostech, které jim pSinágí uspokojení. (MelíS, 1989, s. 89-90)

Dle (Hellera a Pecinovské, 2011, s. 198) „Prevenci závislostí je nutno chápat jako aktivitu vedoucí k posílení a ochraně zdraví a výchově ke zdravému způsobu života.“

Rozdělení prevence:

Primární prevence - cílem je předejít vzniku užívání návykových látek. (Nešpor, 2000, s. 133) Je zaměřená na zdraví. Na jeho udržení a podporu. Směřuje ke zdravým jedincům, motivuje k plnohodnotnému životu, který jedinci dokáží sami ovlivňovat. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 199)

Sekundární prevence – uskutečňuje se až po vzniku nemoci, ale jejím nedobrým k poškození. (Nešpor, 2000, s. 133) Již existuje nebezpečí závislosti. Zaměřená na pomoc, rozpoznání symptomů, zmírnění a omezení následných škod. Cílem je ovlivnit chování a jednání prostřednictvím určitých programů. Dosáhnout stavu zdraví vlastním přičiněním. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 199)

Terciální prevence – předchází dalším škodám. (Nešpor, 2000, s. 133) Zabraňuje návratu akutního stádia závislosti. Podporuje odstranění následků a přijímání nových hodnot v životě. Cílem je vést k sociální odpovědnosti a vést aktivní způsob života. (Heller a Pecinovská, 2011, s. 199)

Prevence vede jedince ke zdravému životnímu stylu. Je důležité, aby člověk vnímal své zdraví jako jednu z nejvyšších hodnot. Umět se radovat v každodenním životě a umět řešit problémy jiným způsobem, než prostřednictvím návykových látek. Pokud člověk má nastavené hodnoty ve svém životě zdravě, dokáže si uvědomit, že alkohol a jiné návykové látky za ně problémy nevyřeší. V této bakalářské práci je použita literatura od Jana Mečíře. I když je tato odborná literatura z roku 1989, jeho postoje a náhledy jsou nadčasové.

6.1 Prevence v rodině

Důvěra mezi rodiči a dětmi je velmi důležitá. Děti, které svým rodičům věří, dokáží snadněji přijmout jejich rady. Naopak, pokud dítě o svých rodičích pochybuje, tyto rady je mohou těžko přesvědčit. Aby dítě vážilo svým rodičům, musí vědět, že jim rodiče rozumí, nebo se o to aspoň snaží. (Nešpor a Csémy, 1994, s. 25)

Nejdůležitějším faktorem prevence je bezesporu rodina. Prostředí, ve kterém jedinec vyrůstá, je velmi významné. Dobrá výchova vybaví dítě správnou orientací v oblasti hodnot, správného chování a také schopností umět odolat určitým svodům. Rozpad rodiny má na děti velký dopad, souvisí u dětí se stresem, i když to nemusí být znát hned. Je úkol rodi-

lů, vytvořit pro děti příznivé výchovné klima. Pokud rodiče neumí svým dětem dát dobrý příklad, je to velký problém. Velkou roli hraje, kde se jedinec s návykovými látkami setkává. Zneužívání návykových látek se mohou děti naučit i od svých rodičů. (Riesel, 1999, s. 20-21)

Jak získat důvěru dítěte:

Pokud dítěti začne o něčem vyprávět, věnovat mu soustředěnou pozornost (přestat s uklízením, odložit časopis, vypnout televizi). O děti se zajímat, komunikovat s nimi. Na druhou stranu je neodrazovat příliš časným vyptáváním. Rodiče by měli dávat najevo, že to, co děti říkají, je zajímá. Rodiče by si měli dávat pozor i na tón hlasu. Zvláště v pubertě děti špatně snášejí jízlivý tón hlasu. Děti mluví slovy, ale i gesty, výrazem tváře, tónem hlasu. Porovnávat, zda to co říkají slovy, souhlasí s mimoslovní komunikací. Každý den si vyhradit na dítě alespoň chvilku času a věnovat se jen jemu. Děti nelhat. Pokud rodiče v něčem pochybí, měli by umět se omluvit. Tímto se posílí důvěra a vzájemný vztah mezi dětmi a rodiči. (Nešpor a Csémy, 1994, s. 25-26)

Zásady prevence v rodině

Podle zkušeností je nejlepší styl výchovy vřelý a laskavý, ale zároveň středně omezující. V takové rodině se údajně dítě cítí přijímáno a respektováno. Jasně ví, co smí a kde jsou hranice toho, co nesmí.

Důležité je umět dětem naslouchat. Otevřeně s nimi hovořit o alkoholu a o drogách, když je vhodná příležitost. Velmi důležitou věcí je předcházet nudě. Posiluje vazbu dítěte na rodinu nebo na vhodné zájmy a dobrou společnost, se kterou se tráví volný čas mimo rodinu. V rodině stanovit jasná pravidla. Stanovením těchto pravidel se může předejít problémům s návykovými látkami. Rodiče by svým chováním měli být příkladem dětem, co se týká vztahu návykových látek. Tyto hodnoty předávané právě rodiči jsou účinné. Své děti chránit před nevhodnou společností. Naučit děti, aby nepodléhaly tlaku vrstevníků a uměly odmítnout návykové látky. Podporovat a chránit zdravé sebevědomí dítěte. Spolupracovat se školou, jinými rodiči vrstevníků a jinými dospělými. (Nešpor, Csémy a Pernicová, 1996, s. 119)

6.2 Prevence ve škole

Je v zájmu celé společnosti, aby lidé byli co nejvíce zdraví a v dobré kondici. K tomuto může dopomoci i škola. Každá škola má určitý zájem na to, aby její studenti byli ve svém životě úspěšní a neměli problém s návykovými látkami. Zkušenosti poukazují na to, že před preventivní iniciativou vždy jsou nějaká nepříjemnost, která se v okolí přihodila. Mohou to být upozornění a stížnosti rodičů, problémy s užíváním návykových látek u žáků, otrava nebo dokonce úmrtí dospívajících dětí vlivem alkoholu, nebo při dopravní nehodě. Bylo by nejlépe těmto tragédiím předejít. Pokud ale taková situace nastane, je důležité ji správně využít. Základem je určitý problém, kde škola zmapuje situaci a připraví preventivní program, který bude odpovídat jejím potřebám.(Nešpor, Csémy a Pernicová, 1994, s. 105-107)

Škola sama provádí prevenci ve vztahu k návykovým látkám. Využívá pozitivní alternativy. Spolupracuje a komunikuje s rodiči. Ve škole jsou nastavená rozumná, přiměřená pravidla, které se týkají návykových látek. Návykové látky nejsou žákům v prostorách školy a v nejbližším okolí dostupné a je zakázáno je užívat v těchto prostorách. Učitelé jsou v pozici pomáhajících, komunikujících, pečujících. Pomáhají žákům k pozitivnímu rozvoji. Škola směřuje žáky k prosociálnímu chování, pozitivním hodnotám, pomoci druhým. Škola nabízí kvalitní trávení volného času a mimoškolní aktivity. Pro problémové žáky se snaží škola najít pozitivní alternativy a cesty, jak jim pomoci. (Nešpor, 2001, s. 48-49)

Bakalářská práce se zaměřuje na alkohol a studenty středních škol. Bylo by asi naivní si myslet, že studenti nepijí a neužívají jiné návykové látky. V tomto věku mají jedinci tendenci experimentovat, zkoušet nové věci a mnohokrát to má negativní dopad na jejich zdraví. Je velmi důležité, aby adolescenti věděli, jaké hodnoty jsou v životě důležité a aby z nich vyrostli čestní, zdravě sebevědomí jedinci. V tomto jim mohou pomoci jejich rodiče. V teoretické části bylo čerpáno z odborné literatury kvalifikovaných odborníků, kteří se touto problematikou zabývají. Těmito odborníky je například Csémy, Drtilová, Heller, Koukolík, Nešpor, Pecinovská, Tyler. V této bakalářské práci byla použita literatura od Skály (1988), Mečíře (1989) a Kvapilíka (1985). I když jde o starší literaturu, jejich poznatky a názory jsou nadčasové. V praktické části budou interpretovány výsledky zjištěné dotazníkovým šetřením.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

7 METODOLOGIE VÝZKUMU

7.1 Pojetí výzkumu a výzkumný problém

V praktické části se budeme zabývat studenty středních škol a jejich vztahem k alkoholu. Jaké zkušenosti mají studenti středních škol s alkoholem, zda vnímají adolescenti alkohol jako určitou drogu a uvědomují si jeho hrozbu a škodlivý vliv. Do jaké míry jsou ovlivněni svým okolím. Co je vede k tomu, pít alkoholické nápoje. Jakým způsobem tráví svůj volný čas. Zda již mají určitou představu o tom, čím by se chtěli ve svém životě živit. Jaký vztah má rodina respondenta k alkoholu a zda existují v rodině nějaká pravidla.

7.2 Výzkumné cíle

- Zjistit, jestli všichni studenti střední školy mají zkušenosti s alkoholem a do jaké míry.
- Zjistit, zda si adolescenti uvědomují negativní důsledky užívání alkoholu.
- Zjistit subjektivní pohled adolescentů na alkohol a vliv okolí.
- Zjistit, jakým způsobem tráví respondenti svůj volný čas.
- Zjistit, co vede respondenty k tomu, konzumovat alkoholické nápoje.
- Zjistit, zda rodiče mají přehled o konzumaci alkoholických nápojů u svých dětí a zda v rodině mají nastavená pravidla.
- Zjistit vztah rodiny respondenta k alkoholu.

7.3 Výzkumné otázky

- Otázka 1. Jakou zkušenost mají studenti středních škol s alkoholem?
- Otázka 2. Vnímají studenti alkohol jako drogu a uvědomují si jeho negativní dopady?
- Otázka 3. Jaký je subjektivní pohled respondentů na konzumaci alkoholických nápojů a jaký má na ně vliv okolí?
- Otázka 4. Jakým způsobem studenti tráví svůj volný čas?
- Otázka 5. Proč studenti konzumují alkoholické nápoje?
- Otázka 6. Mají rodiče přehled o konzumaci alkoholických nápojů u svých dětí a mají nastavená pravidla v rodině?
- Otázka 7. Jaký vztah má rodina respondenta k alkoholu?
- Otázka 8. Jaký je věk respondentů?

- Otázka 9. Jaké pohlaví respondentů?

7.4 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvoří studenti 1. a 2. ročníku střední soukromé školy s uměleckým zaměřením ve Zlínském kraji. Jedná se o mladou školu o celkovém počtu 88 studentů. Škola je zaměřená na počítačové technologie, audiovize a nová média. Dává přednost individuálnímu přístupu k výuce. Vzdělávání je propojené s praxí, což studentům umožňuje orientovat se v zákonitostech na trhu práce. V nabídce má škola 3 studijní obory. Obory jsou zaměřené například na kreativní tvorbu, propagační grafiku, umělecké a reklamní fotografie nebo na reportážní činnost, TV, rádio, marketing mediální tvorby, asistentské profese. Vzhledem na etiku výzkumníka se v bakalářské práci přesně neidentifikuje výzkumný soubor.

Dotazníky byly připraveny pro všechny respondenty, což znamená pro 88 studentů. Celková návratnost dotazníků byla od 71 respondentů. Dotazníky byly osobně předány škole v měsíci březnu 2015. Jedná se o dostupný výzkumný soubor.

7.5 Metody výzkumu

K výzkumu byla použita metoda dotazníkového šetření. Je to metoda, kde se na základě písemného kladení otázek se získávají písemné odpovědi. Kladené otázky se vztahují k vnějším i vnitřním vlivům. Dotazník byl připraven z předem připravených a pečlivě formulovaných otázek. (Chráska, 2007, s. 163)

Dotazník byl při své tvorbě do určité míry inspirován literaturou Karla Nešpora, který se zabývá právě problematikou alkoholu.

Výzkum byl realizován kvantitativním výzkumem, formou dotazníkového šetření. Dotazníky byly rozdány studentům střední školy v měsíci březnu 2015. Školu navštěvuje celkem 88 studentů. Dotazníky byly připraveny pro všechny respondenty. Celková návratnost dotazníků byla od 71 respondentů. Což je 81%.

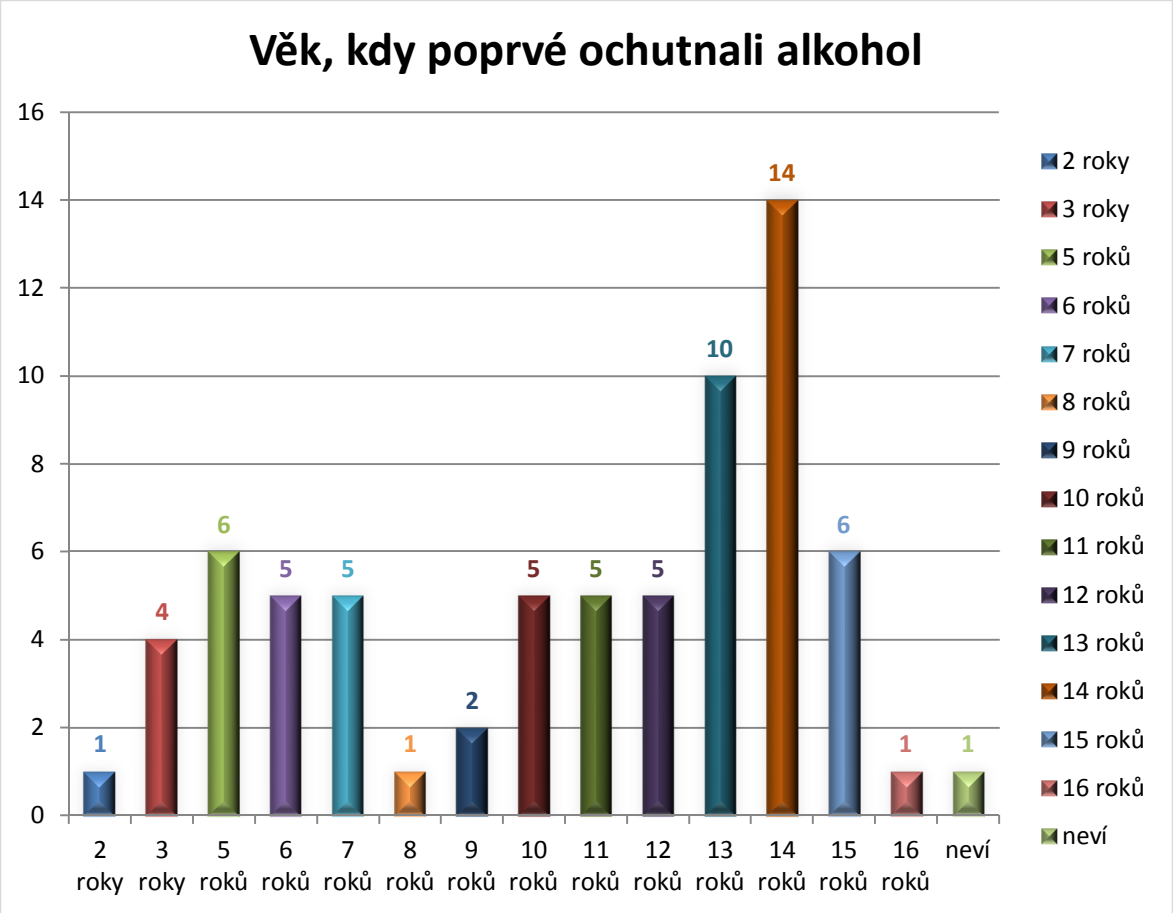
Dotazník se skládá z 35 otázek, z nichž 28 otázek bylo uzavřených a 3 otázky byly otevřené. U 4 polootevřených otázek měli respondenti na výběr u nabízených odpovědí možnost doplnit jiné, pokud jim z nabízených možností žádná nevyhovovala.

Všechny dotazníky byly zpracovány a vyhodnoceny pomocí programu MS Excel. V programu budou data vyjádřeny formou absolutní i relativní četnosti a následně budou vytvořeny tabulky a grafy.

8 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU

8.1 Analýza a interpretace dat

První otázka se zaměřila na to, zda respondenti někdy ochutnali alkohol. Jedná se o 100% jev. Z odpovědí plyne, že úplně všichni respondenti již pili alkohol. Tabulka vykazuje 100 % jev a není nutné ji interpretovat v praktické části. Tabulka bude součástí příloh.



Zdroj: vlastní

Graf 1. Věk, kdy poprvé ochutnali alkohol

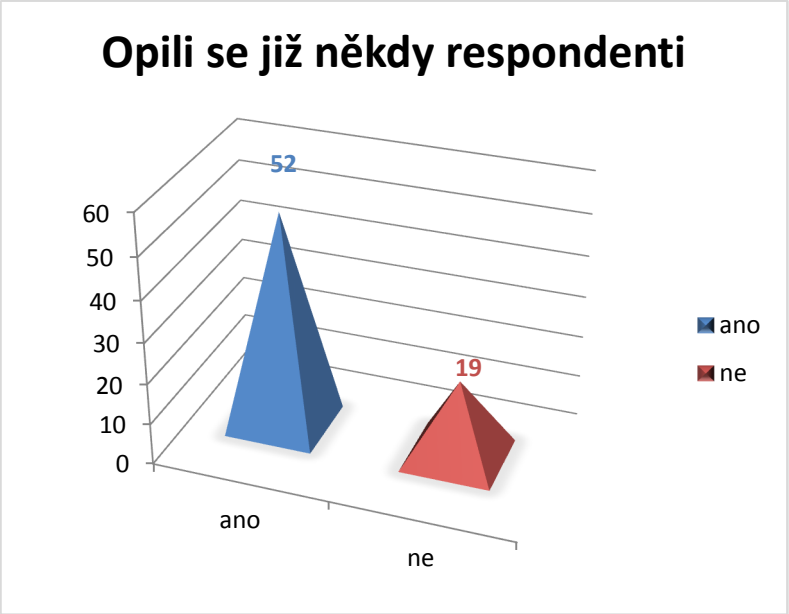
Otázka byla otevřená a zjišťovala, kolik bylo respondentům let, když poprvé alkohol ochutnali. Z grafu vyplývá, že nejdříve jeden respondent ochutnal alkohol ve 2 letech a nejpozději jeden respondent ochutnal alkohol v 16 letech. Většina respondentů odpovědělo, že prvotní zkušenost s alkoholem měli ve 14 letech. Ze zjištěných údajů je zřejmé, že zákonem povolená hranice prodeje a konzumace alkoholických nápojů je v České republice 18 let a byla porušená, všichni respondenti alkohol již konzumovali.

Zdroj: vlastní

Graf 2. Kdo respondentům poprvé nabídl alkohol

Otázka byla polootevřená. Z grafu je patrné, že 34 respondentům (48 %) nabídli alkohol kamarádi. 23 respondentům rodiče (32 %) a 14 respondentů (20 %) využilo možnosti odpovědi jiné. V tomto případě odpovídali, že se alkoholu napili omylem, nebo jim alkohol nabídli prarodiče a v posledním případě uvádění, že se napili tajně sami. Ze zjištěných údajů vyplývá, že v období adolescence začínají jedinci experimentovat s návykovými látkami a zkoušejí účinky alkoholu. Alkohol je nejdostupnější návyková látka, lze tedy předpokládat, že pokud si ji jedinci obstarají, svým přátelům jej nabídnou. U respondentů, kterým alkohol nabídli rodiče, se můžeme domnívat, že povolí svým dětem, aby zkusili chuť, nebo účinky alkoholu právě pod jejich dohledem. Říká se, že zakázané ovoce nejvíce chutná a tak možná povolení od rodičů, aby jejich děti ochutnali alkohol a následně zjistili, že chuť alkoholu není nijak zázračná, by je mohla od konzumace dočasně odradit. Z předchozích zjištěných údajů je zřejmé, že u respondentů nebyla dodržena věková hranice povolená zákonem 18 let. Bylo by asi naivní si myslet, že většina respondentů účinky alkoholu ještě nezkusila

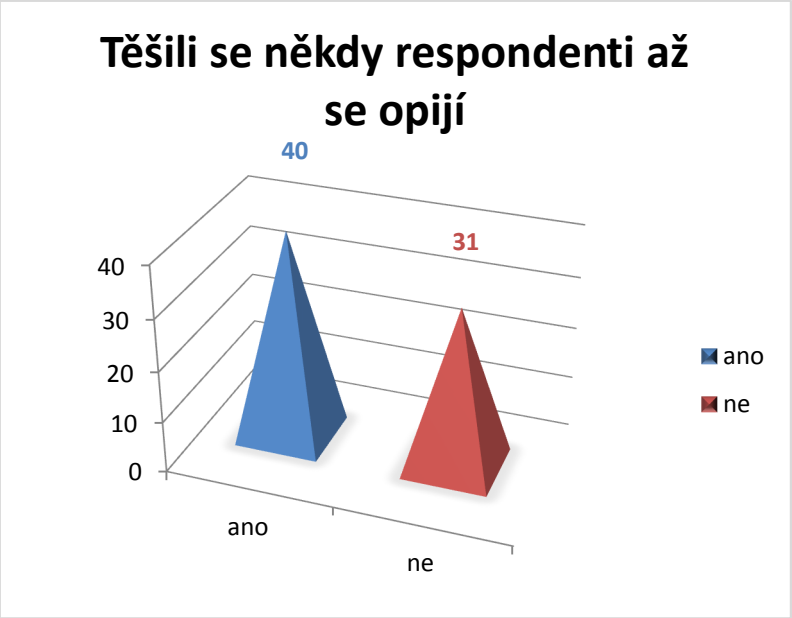
a bude čekat do 18 let, aby se směli napít. Pokud se vezmou v úvahu další rizikové faktory, jako jsou úrazy, otravy alkoholem, rodiče přistoupí na to, aby jejich děti pili raději pod jejich dozorem.



Zdroj: vlastní

Graf 3. Opili se již někdy respondenti

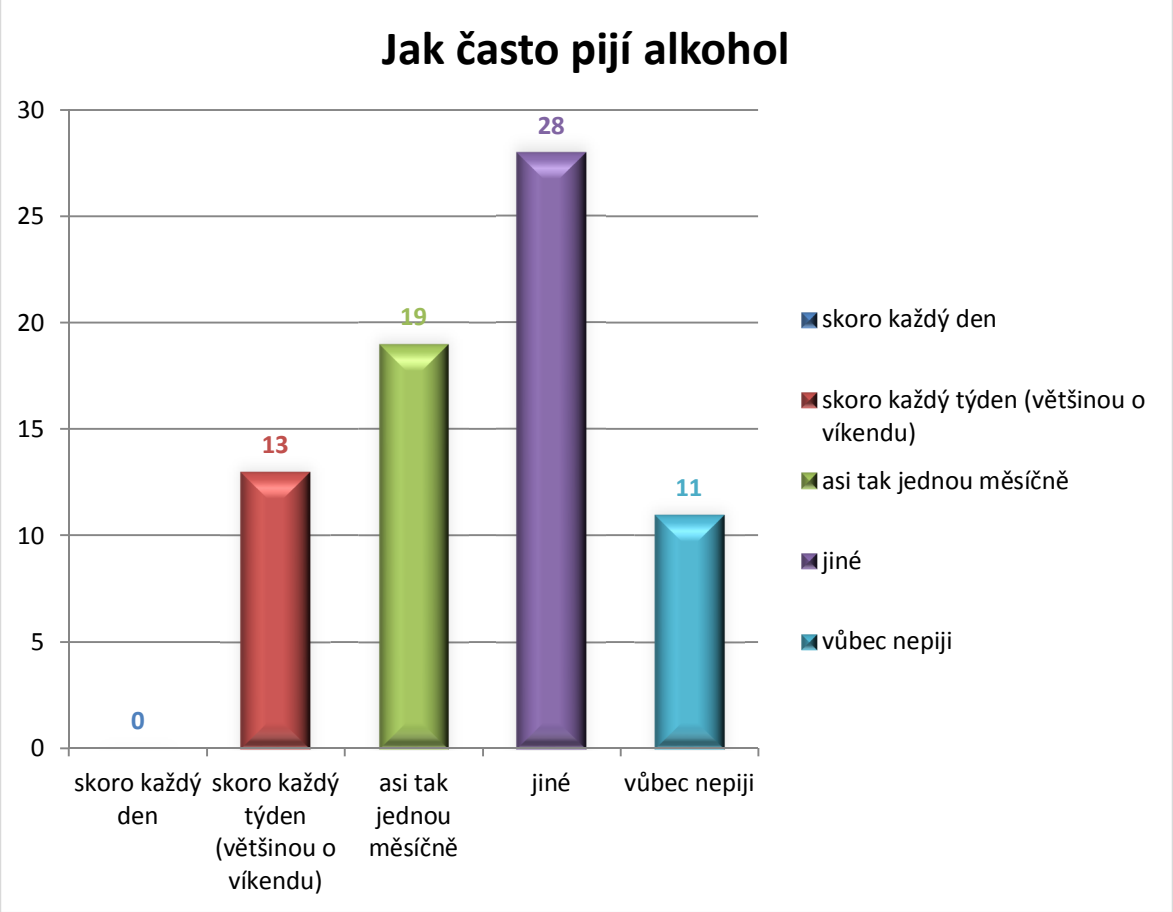
Z odpovědí respondentů je zřejmé, že 52 jedinců (73 %) již vyzkoušelo a zkusilo opojné účinky alkoholu a zkusilo pocit, jaké je to být opilý. Uspokojující zjištění je, že ne všichni respondenti mají s tímto stavem zkušenost. 19 respondentů (27 %) uvedlo, že se ještě nikdy neopili. V porovnání se skutečností, že alkohol pili úplně všichni jedinci, se můžeme domnívat, že někteří jedinci alkohol ochutnají, pro jeho chuť se nijak zvlášť nenadchnou a nemají potřebu vyzkoušet stav, který vybočuje z reality.



Zdroj: vlastní

Graf 4. TĮšili se nĮkdy respondenti aģ se opijí

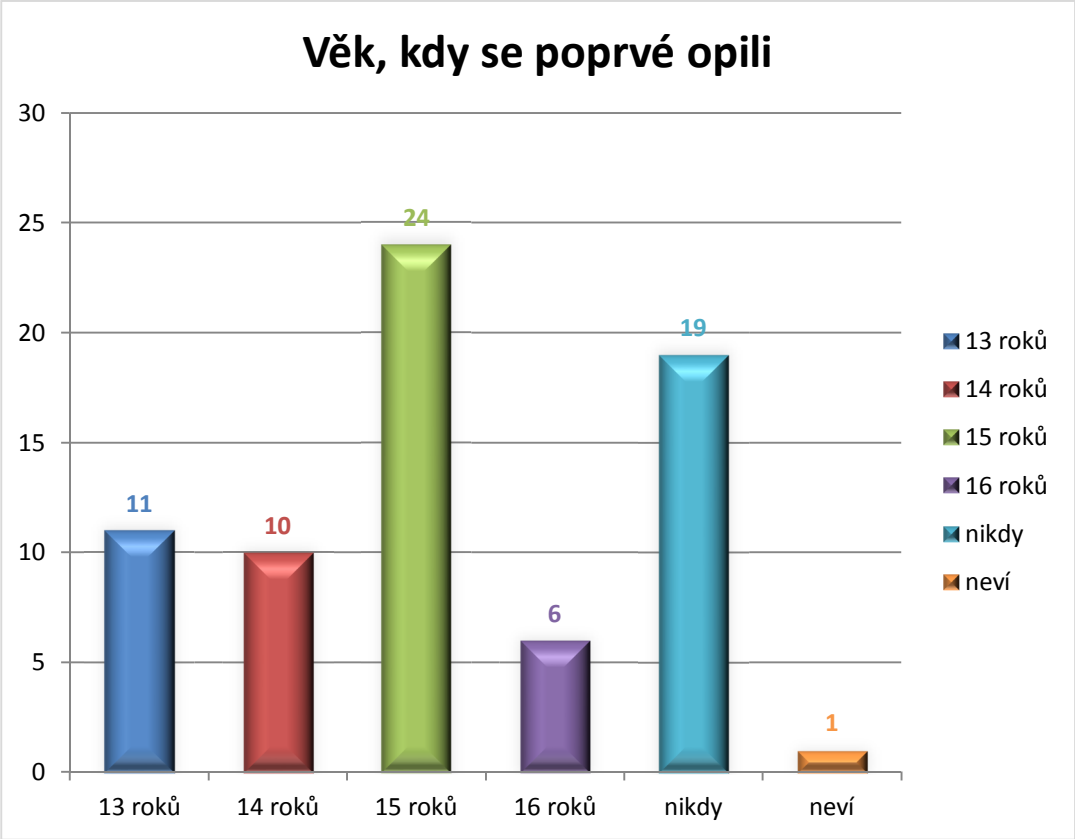
40 respondentĮ (56 %) odpovĮdĮlo, ģe se jiģ nĮkdy tĮšili na to, aģ se opijí. 31 jedincĮ (44 %) takovou potŚebu nemá. Ze zjišťĮných údajĮ vyplývá, ģe respondenti mají jisté myšlenky na to, využít alkoholu k tomu, aby si zpestŚili nebo zpŚíjemnili volné chvíle. Navazujeme na pŚedcházející zjišťĮné údaje. Studenti pravdĮpodobnĮ nepijí alkohol proto, ģe by byli nadšeni z jeho chuti, ale proto, ģe se jim zŚejmĮ líbí stav alkoholového opojení. Z odpovĮdí respondentĮ je zŚejmé, ģe se vĮtšina jiģ nĮkdy opila a také vĮtšina se tĮší na to, aģ se zase nĮkdy opije. MĮžeme se tedy domnívat, ģe jim opilost pŚináší jistý pocit uspokojení.



Zdroj: vlastní

Graf 5. Jak často pijí alkohol

Otázka byla polootevřená a zjišťovala, jak často respondenti konzumují alkoholické nápoje. Nejvíce respondentů 28 osob (39 %) využilo možnosti jiné. Respondenti u této možnosti převážně uváděli, že alkohol pijí jen příležitostně, což pro ně znamenají oslavy, večírky a zbytek z této možnosti jiné odpovědělo, že alkohol pijí vyjímečně. 19 jedinců (27 %) odpovědělo, že alkohol konzumují jednou do měsíce a 13 osob (18 %) každý týden. 11 respondentů (16 %) uvedlo, že alkohol vůbec nepijí. Pokud se zaměříme na údaje v grafu u respondentů, kteří pijí alkohol každý týden, můžeme se domnívat, že pravidelně pijí alkohol a v podstatě si vytvořili určitý návyk se o víkendu napít. Ühinger a Tschui 2009 uvádí, že mladí lidé, kteří jsou zvyklí každý víkend se opít, se každý třetí stane notorickým alkoholikem. Toto zjištění je znepokojivé. V odborné literatuře Negpor, Pernicová, Csémy, 1999 uvádí, že závislost na alkoholu si mladý organismus vytváří velmi rychle. Naopak pozitivní zjištění je, že 11 respondentů nepije vůbec.



Zdroj: vlastní

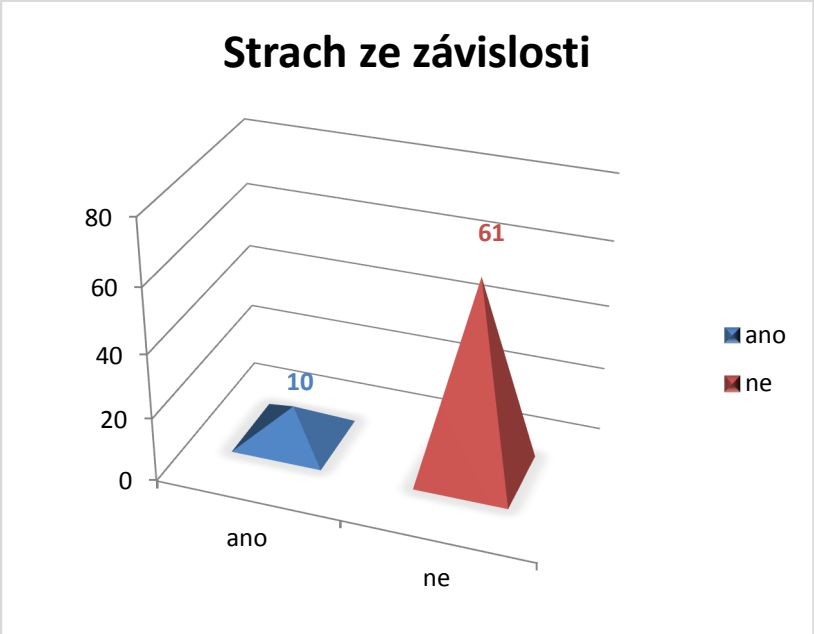
Graf 6. VĮk, kdy se poprvé opili

Otázka byla otevŚená a zamĮŚuje se na vĮk respondentŢ, kdy se poprvé opili. Z odpovĮdí vyplývá, ģe 19 respondentŢ (27 %) se jeģtĮnikdy neopilo. Jestli odpovĮdi byly pravdivé, je toto uspokojivé zjiģtĮní, ģe ne vģichni jedinci v obtíģném období adolescence mají touhu a potŚebu experimentovat a návykovými látkami. Z údajŢ v grafu je zŚejmé, ģe respondenti mají první zkuģenost s opilostí v rozmezí od 13 let do 16 let. Asi není pŚekvapivé zjiģtĮní, ģe vĮtģina respondentŢ má osobní zkuģenost s opilostí. V odborné literatuŚe se uvádí, ģe v období adolescence mají jedinci tendenci experimentovat s návykovými látkami. A alkohol patŚí mezi nejdostupnĮjģí návykové látky. Neģpor, Pernicová a Csémy 1999 ve své knize uvádí, ģe ļ ím dŚíve mají jedinci zkuģenost s alkoholem, tím dŚíve mŢģe dojít k experimentování s ilegálními drogami.

Zdroj: vlastní

Graf 7. Uvědomují si škodlivost alkoholu

Otázka zjišťovala, zda si respondenti uvědomují negativní důsledky alkoholu. Z grafu je zřejmé, že většina respondentů 58 osob (82 %) si škodlivost alkoholu uvědomuje. Jen 8 osob (11 %) odpovědělo, že alkohol není škodlivý a 5 respondentů (7 %) nevědělo. Toto zjištění je pozitivní. Z předchozích údajů plyne, že většina respondentů alkohol zkusila, většina se již opila, většina se i těšila na to, až se opije. Období adolescence je období experimentování s různými druhy návykových látek. Je uspokojivé zjištění, že respondenti jsou schopni uvědomovat si negativní důsledky alkoholu. Lze předpokládat, že jsou schopni si uvědomovat hodnotu svého zdraví.



Zdroj: vlastní

Graf 8. Strach ze závislosti

Otázka zkoumala, zda se respondenti bojí závislosti na alkoholu. Vzhledem k předchozí otázce, kdy si většina respondentů uvědomuje škodlivost alkoholu a s ním je určitě spojená závislost, je zřejmé, že respondenti ze závislosti strach nemají. 61 respondentů (86 %) odpovědělo, že strach ze závislosti nemají a 10 respondentů (14 %) se závislosti obávají. Můžeme se jenom domnívat, jestli mezi tyto osoby patří respondenti, kteří v grafu č. 5 odpověděli, že konzumují alkohol každý týden. Nebo takhle odpovídali jiní respondenti a k tomuto pocitu je vede jiná skutečnost.

Zdroj: vlastní

Graf 9. Setkali se s někým závislým na alkoholu

Z grafu je zřejmé, že většina respondentů 47 osob (66 %) se již setkala s někým ve svém okolí, kdo je závislý na alkoholu. 24 osob (34 %) odpovědělo, že ve svém okolí neznají nikoho, kdo je závislý na alkoholu. Odpovědi vychází ze subjektivního pohledu respondentů. Můžeme se jen domnívat, koho jedinci považují za závislého. Zda jsou to jejich přátelé, kteří často pijí alkoholické nápoje, nebo je to někdo v rodině, kdo se jim zdá, že dle jejich názoru nadměrně pije, nebo skutečně někdo, kdo se ze závislosti léčí pod odborným dohledem. Je ale zajímavé, že většina respondentů má možnost se ve svém okolí setkat s někým, u koho, dle jejich názoru, vidí negativní důsledky alkoholu, které souvisí se závislostí.

Zdroj: vlastní

Graf 10. Pohled na zákonem stanovenou hranici

Otázka zjišťovala názor respondentů, zda považují věkovou hranici 18 let stanovenou zákonem, co se týká prodeje a konzumace alkoholických nápojů vysoká a zda by ji snížili. 56 respondentů (79 %) ji nepovažuje za vysokou a nesnížili by ji. 9 respondentů (13 %) si myslí, že je povolená hranice příliš vysoká a snížili by ji. 6 respondentů (8 %) nevědělo. V České republice je povolená věková hranice prodeje a konzumace alkoholických nápojů 18 let. Ze zjištěných údajů plyne, že se stejně nedodržuje a pokud si jedinci chtějí alkohol obstarat, je to nejdostupnější návyková látka. Jen si ho nemůžou, nebo nemůžou by si ho dopřát na veřejných místech, jako jsou restaurace, diskotéky, zábavy a jiné kulturní akce a také by jim v obchodě nemělo být prodán. Tedy za předpokladu, že tato zařízení dodržují zákon. V porovnání s jinými zeměmi je v České republice věková hranice nejnižší. V Japonsku a Spojených státech je povoleno pít alkohol až v 21 letech a ve Švédsku ve 20 letech.

Zdroj: vlastní

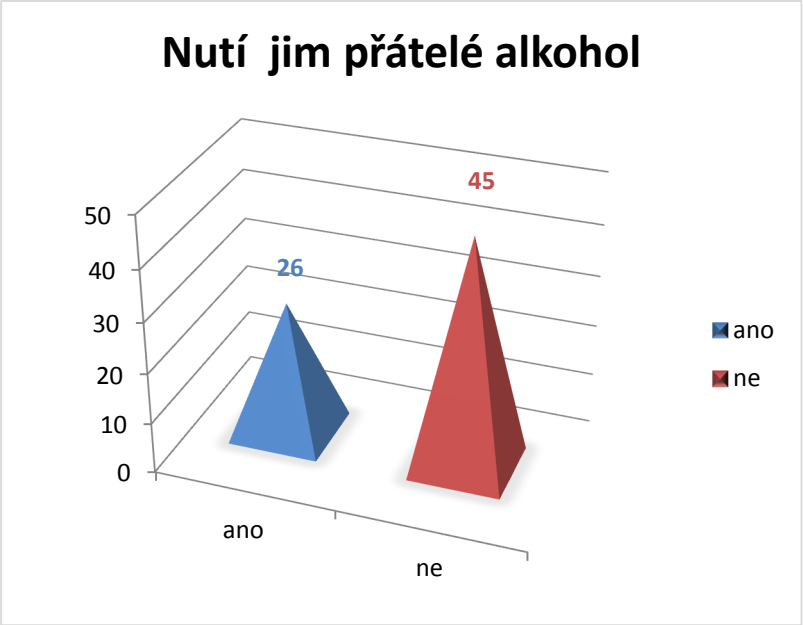
Graf 11. Uvědomění rizika závislosti u mladých

Otázka zjišťovala, zda si jsou respondenti vědomi toho, že mladý jedinec se při pravidelné konzumaci alkoholu stane dříve závislý než dospělý jedinec. Většina respondentů 49 osob (69 %) si toto nebezpečí uvědomuje. Toto je uspokojující zjištění. Pokud vezmeme v úvahu údaje z grafu č. 7, ze kterého vyplývá, že si respondenti uvědomují škodlivost alkoholu, lze předpokládat, že jsou schopni si svého zdraví vážit. 15 respondentů (21 %) nevědělo a 7 jedinců (10 %) si myslí, že alkohol škodlivý není.

Zdroj: vlastní

Graf 12. Konzumace alkoholu u přátel

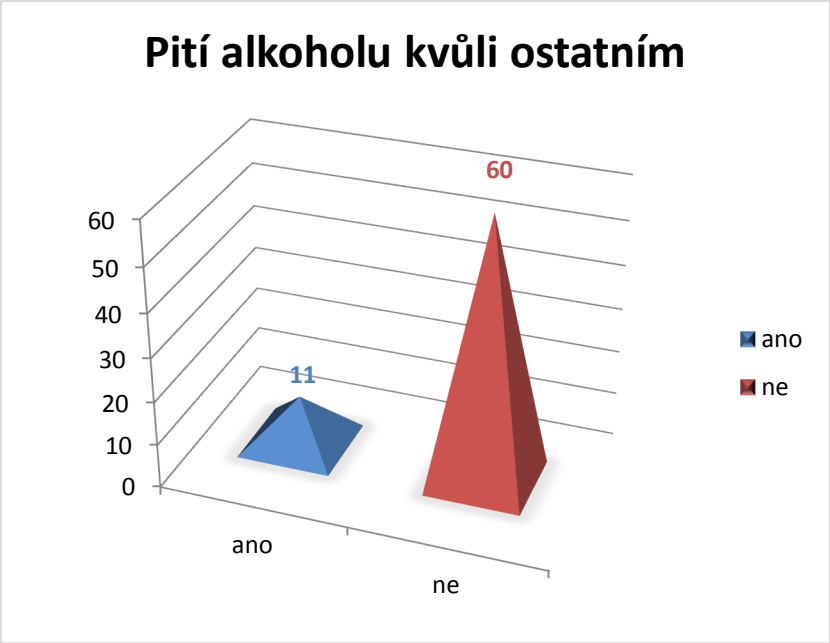
Otázka se zaměřila na subjektivní pohled respondentů, co se týká konzumace alkoholu u svých přátel. Z odpovědí je zřejmé, že 44 respondentů (62 %) si myslí, že jejich přátelé často alkohol pijí. 14 respondentů (20 %) si nemyslí, že jejich přátelé pijí často alkohol a 13 respondentů (18 %) odpovědělo, že neví. Odpovědi vychází ze subjektivních pohledů respondentů. Můžeme se jen domnívat, co pro ně znamená, že jejich přátelé pijí často alkohol. Jestli to vnímají tak, že pijí pravidelně, denně, nebo každý týden. Z odpovědí v grafu č. 5 plyne, že respondenti pijí alkohol spíše příležitostně, nebo jednou do měsíce. Jen 13 respondentů odpovědělo, že pijí každý týden, většinou o víkendu. Jestliže respondenti odpovídali pravdivě, můžeme předpokládat, že se nejedná o jejich spolužáky, ale mají kamarády, kteří dle jejich názoru alkohol často konzumují.



Zdroj: vlastní

Graf 13. Nutí jim přátelé alkohol

V tomto případě se zjišťovalo, jestli respondenty jejich přátelé nutí pít alkohol. Z údajů v grafu vidíme, že většinu respondentů, 45 osob (63 %) přátelé nenutí konzumovat alkoholické nápoje. Ale 26 respondentům (37 %) přátelé nutí pít alkohol. V tomto věku u adolescentů hrají velkou roli přátelé. Pokud jsou jedinci ve skupině, kde se pije alkohol, je velká pravděpodobnost, že jim ho jejich přátelé budou nabízet, popřípadě jim ho nutit. Jedinci se chtějí se svými přáteli identifikovat a mohou sklouznout k tomu, že pokud chtějí k určité partě nebo skupině patřit, donutí je to k tomu, aby alkohol konzumovali, i když nechtějí. Pijí jen proto, že pijí ostatní. Tuto skutečnost zjišťovala následující otázka.

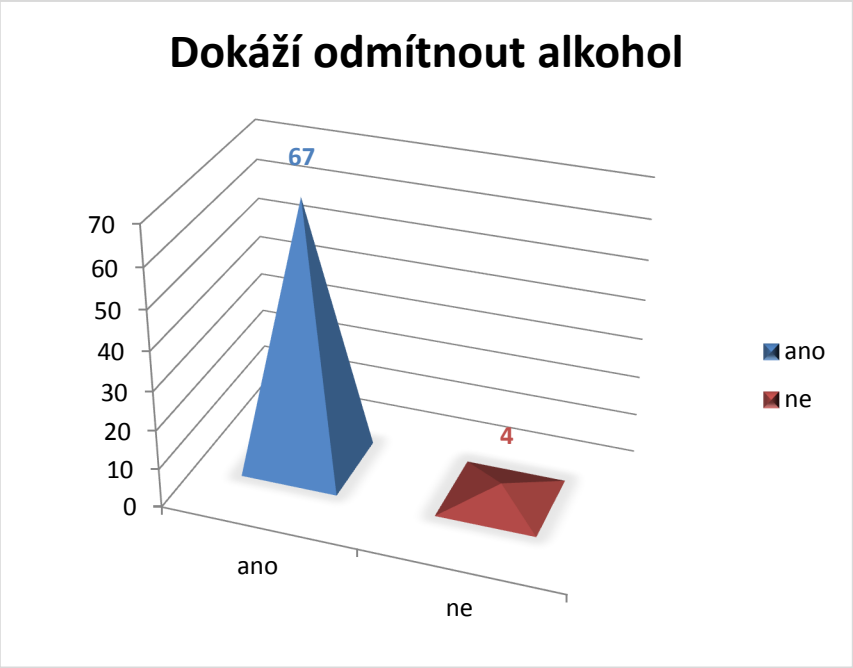


Zdroj: vlastní

Graf 14. Pití alkoholu kvůli ostatním

Z údajů vyplývá, že jen 11 respondentů (15 %) pije alkohol jen proto, že jej pijí ostatní. U 60 respondentů (85 %) je velmi pozitivní zjištění, že pokud nechtějí a jejich přátelé alkohol konzumují, nenechají se ovlivnit. Většina respondentů nepije jen proto, aby nevyčnívala z davu. Údaje z předcházejícího grafu vypovídají, že většině respondentům jejich přátelé ani alkohol nenutí. Lze se tedy domnívat, jestli respondenti odpovídali pravdivě, že mají okolo sebe vhodné přátelé, kteří je nestahují k pití alkoholu.

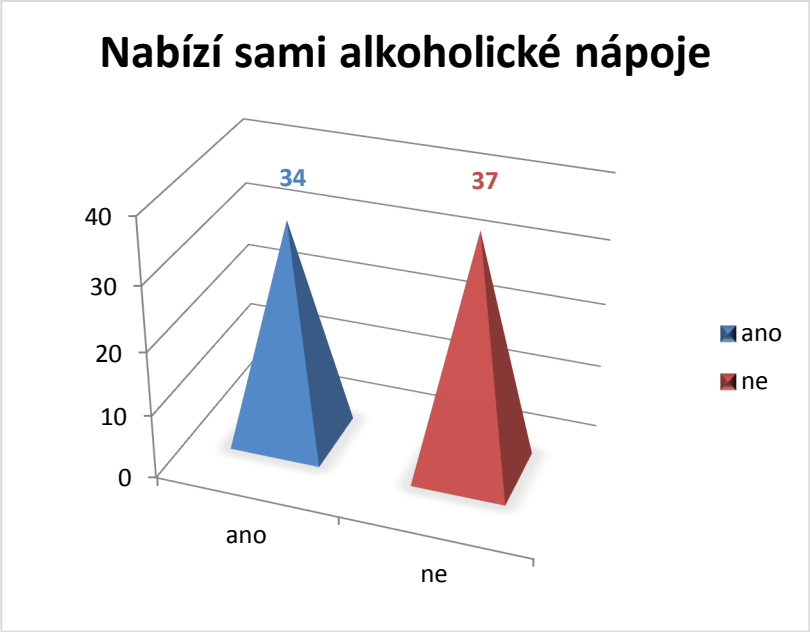
Ühlinger a Tschui 2009 uvádí, že konzumace alkoholu často symbolizuje vstup do dospělého života. Mladým usnadňuje integraci do party, dodává jim sebedůvěru, usnadňuje komunikaci. Je známé, že jedinci v tom nelehkém období jsou velmi zranitelní a zpravidla se nechávají ovlivňovat svými vrstevníky.



Zdroj: vlastní

Graf 15. Dokáží odmítnout alkohol

Otázka souvisí s předcházejícími dvěma otázkami. Zaměřuje se nato, zda respondenti umějí alkohol odmítnout, pokud jejich přátelé alkohol konzumují, popřípadě jim ho nabízí. Odpovědi respondentů jsou uspokojující. Z údajů plyne, že většina respondentů 67 osob (94 %) dokáže alkohol odmítnout. Jen 4 osoby (6 %) uvedly, že nedokáží alkohol odmítnout, pokud jim ho někdo z jejich přátel nabízí. Toto zjištění je velmi uspokojující. Můžeme se tedy domnívat, že respondenti jsou jedinci se zdravým sebevědomím, s vědomou hodnotou sebe sama. Nemají potřebu alkohol konzumovat jen proto, aby patřili ke skupině. I když z předcházející dvou grafů vyplývá, že většině respondentů jejich přátelé alkohol ani nenutí a většina respondentů nepije jen proto, že pijí ostatní. Většina respondentů umí alkohol odmítnout. Toto zjištění je velmi pozitivní. Můžeme se domnívat, že respondenti mají okolo sebe ve většině případů vhodné přátelé, kteří k tomuto druhu návykové látky netíhnou. Bylo by zajímavé se u studentů středních škol zaměřit i na jiné návykové látky, třeba na velmi populární a také dostoupnou, byť již nelegální návykovou látku zvanou marihuana.

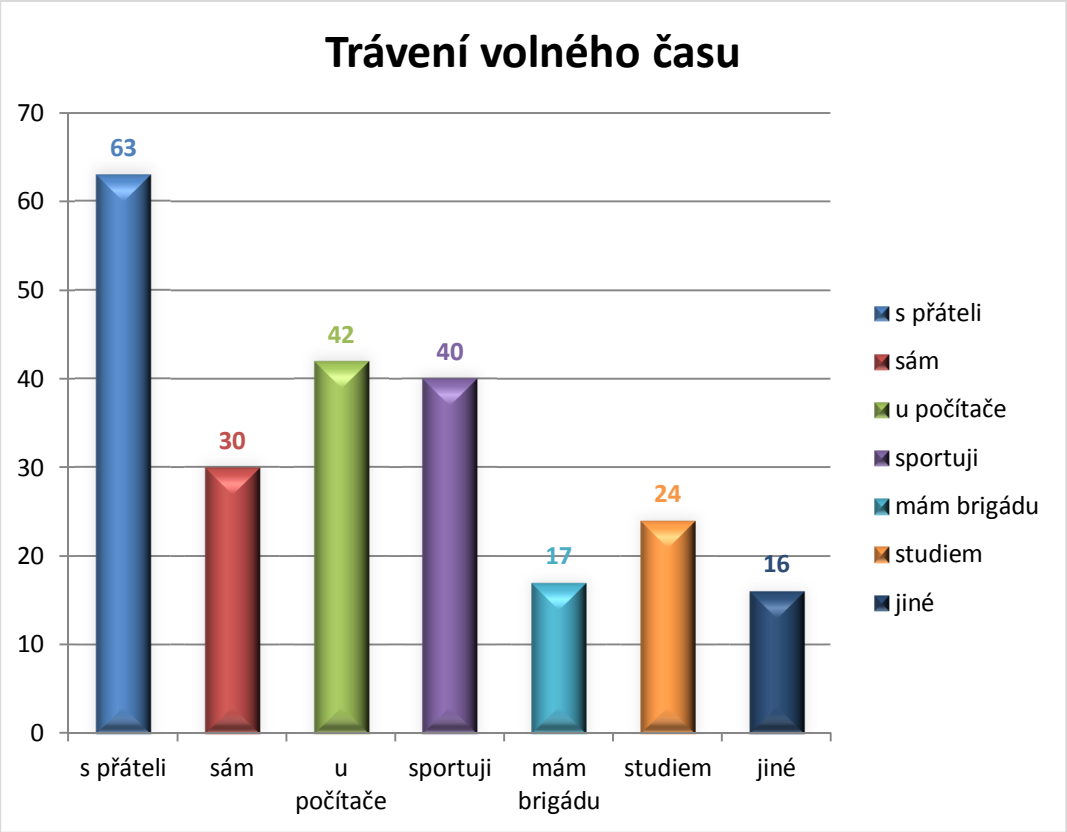


Zdroj: vlastní

Graf 16. Nabízí sami alkoholické nápoje

Otázka zjišťovala, zda sami respondenti svým přátelům alkoholické nápoje nabízí. Z uvedených odpovědí vyplývá, že jsou skoro vyrovnané. 37 respondentů (52 %) svým přátelům alkohol nenabízí a 34 respondentů (48 %) přátelům alkohol nabízí. Lze předpokládat, že pokud si respondenti koupí, nebo jiným způsobem obstarají alkohol, pravděpodobně se o něj s někým chtějí podělit. Je málo pravděpodobné, že by pili někde osamoceně. Můžeme se domnívat, že chtějí s někým sdílet opojné alkoholové chvíle, proto sami svým přátelům alkohol nabídnou. Je to určitý znak dospělost a pocit, že je něco spojuje. Alkohol uvolňuje emoce, jedincům v období adolescence pomůže ztrácet zábrany, dodává jim sebedůvěru a mohná jim umožňuje určitý pocit, být sami sebou.

Otázka zaměřená na volný čas respondentů. Respondenti byli dotazováni, zda mají nějaké koníčky a zájmy. Téměř všichni respondenti odpověděli kladně. Tabulka vykazuje 100% jev, tudíž není nutné jej interpretovat v praktické části a bude uveden v příloze této bakalářské práce.



Zdroj: vlastní

Graf 17. Trávení volného času

Tato otázka zjišťovala, jakým způsobem respondenti tráví svůj volný čas a jaké mají volnočasové aktivity. Otázka byla polootevřená, a pokud se z nabízených možností odpovědí žádná nezamlouvala, mohli respondenti využít odpovědi jiné a doplnit vlastními slovy jak tráví svůj volný čas. Z údajů v grafu lze vidět, že většina respondentů 63 osob (27 %) svůj volný čas nejčastěji tráví s přáteli. 42 respondentů (18 %) u počítače, 40 osob (17 %) sportuje. 30 respondentů (13 %) uvedlo, že svůj volný čas tráví rádo i o samotě, 24 respondentů (11 %) studuje. Některí respondenti mají již brigádu a vydělávají si, což se v tomto případě týká 17 respondentů (7 %). Respondenti, kteří využili odpovědi jiné, uváděli, že svůj volný čas tráví s partnerem/partnerkou. Jiné baví focení, někteří volný čas využívají k tomu, aby byli se svou rodinou a zvířaty, nebo mají rádi hudbu. Jeden respondent u této možnosti uvedl, že volný čas se řídí pravidly na internátě. Jeden respondent u odpovědi jiné odpovědělo, že se stará o nemocnou maminku a je se svým přítelem. Poslední odpověď je dojemná. Nikdy možná okolí neví, jakým způsobem mohou dále trávit svůj volný čas.

V tomto případě na respondenta může doléhat tíha odpovědnosti jiţ dospělého člověka a je moţné, ţe nemá prostor a ani náladu na bezstarostný studentský ţivot.

Zdroj: vlastní

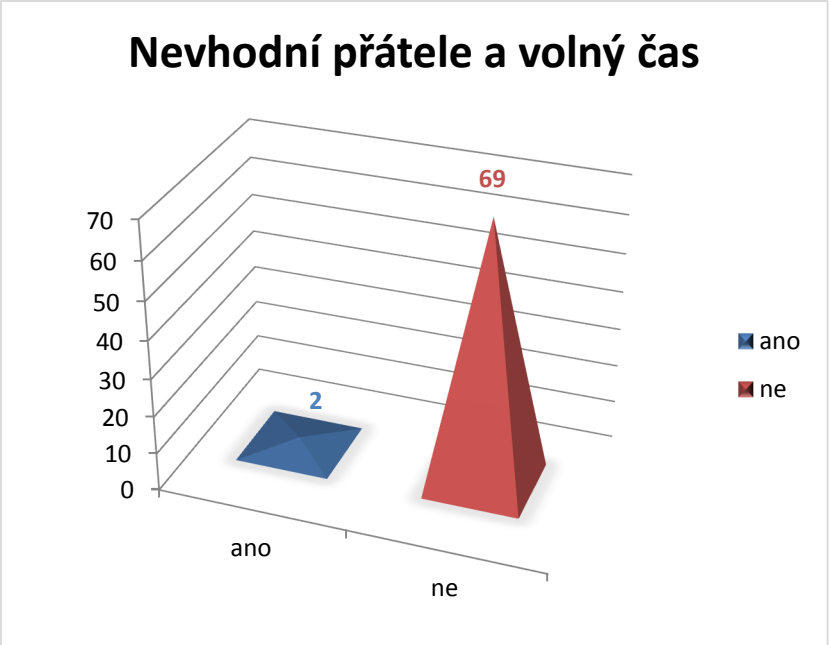
Graf 18. Návštěvy zábavných akcí

Otázka zkoumala, jestli respondenti rádi ve svém volném čase navštěvují diskotéky, zábavy, koncerty, večírky, párty, kde se podává a konzumuje alkohol. Z grafu vyplývá, ţe 44 respondentů (62 %) baví tyto zábavné akce a 27 osob (38 %) odpovědělo, ţe je takové akce nebaví. Bylo zajímavé, ţe někteří respondenti u odpovědí ano dopisovali, ţe je společenské akce baví, ale nechodí tam kvůli tomu, aby konzumovali alkohol. Chodí tam kvůli hudbě, která je zajímá a aby se setkali se svými přáteli. Období adolescence je období, kdy se přátelé, kamarádi, vrstevníci dostávají na přední místa, s nimiţ chtějí trávit jedinci svůj volný čas. Dá se tedy předpokládat, ţe se budou chtít bavit a budou vyhledávat společenské akce. Je překvapivé zjištění, ţe 27 respondentů (38%) zábavné akce nebaví.

Zdroj: vlastní

Graf 19. Pohled na volný čas přátel

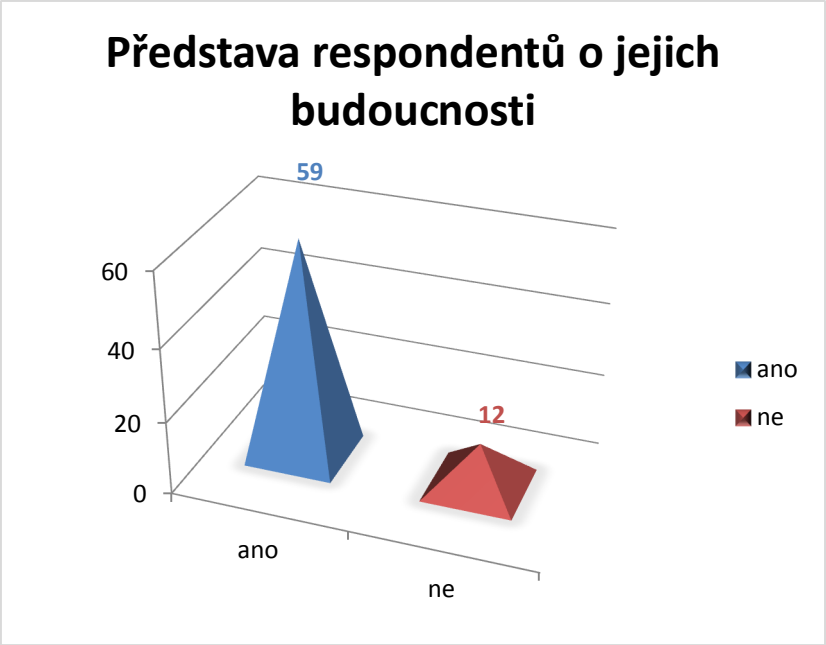
Odpovědi respondentů na otázku, jestli si myslí, že v porovnání se svými vrstevníky mají více zájmů a koníčků jsou skoro vyrovnané. 33 respondentů (47 %) si myslí, že mají více zájmů a koníčků a 37 respondentů (52 %) není toho názoru, že by v porovnání se svými vrstevníky měli více volnočasových aktivit. Jeden respondent na tuto otázku neodpověděl. Z údajů v grafu č. 17 je zřejmé, že všichni respondenti mají nějaké zájmy, koníčky.
K užívání návykových látek je nejlepším společníkem nuda. Pokud adolescenti nemají aktivity, které by je bavily a určitým způsobem jim přinášely pocity uspokojení, mohou k experimentům s návykovými látkami sklouznout. Proto je velmi důležité, aby již od předškolního věku byly děti vedeny k tomu, aby svůj volný čas vnímaly jako hodnotu a uměly jej konstruktivně využívat. Toto je jedna z nejúčinnějších a nejzákladnějších prevencí před užíváním návykových látek. Jde opět o subjektivní pohled respondentů. Opakem nudy je přetěžování a kladení vysokých nároků na děti. V tomto případě mohou jedince také inklinovat k tomu, aby destruktivním způsobem ventilovali stres a nadměrné přetěžování.



Zdroj: vlastní

Graf 20. Nevhodní přátelé a volný čas

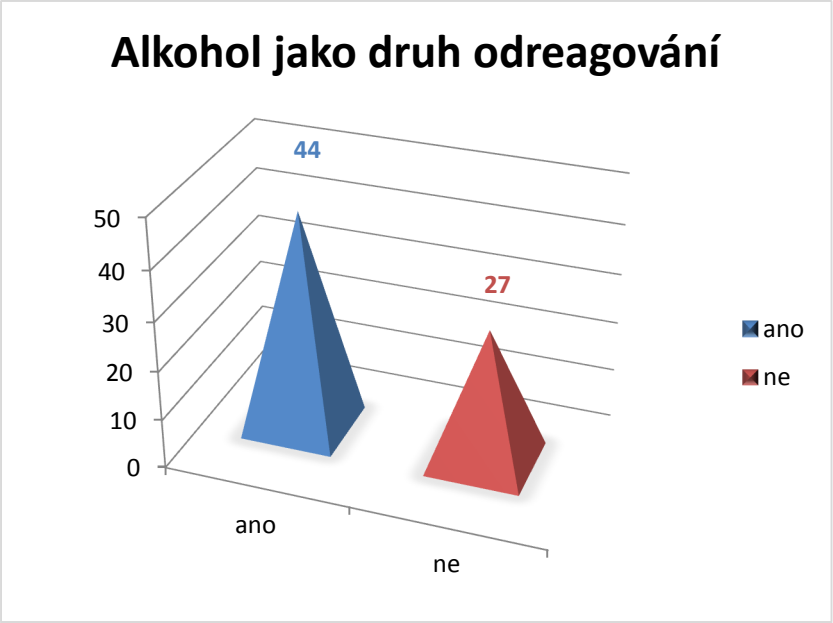
Otázka se zaměřovala na to, jak moc jsou pro respondenty jejich volnočasové aktivity důležité a jestli by se jich dokázali vzdát, kvůli nevhodné společnosti. Většina respondentů 69 osob (97 %) odpovědělo, že jsou pro ně prioritou jejich zájmy a koníčky. Jen 2 respondenti (3 %) odpověděli, že by byli ochotni se svých volnočasových aktivit vzdát na úkor nevhodných přátel. Odpovědi jsou velmi uspokojující. Z grafu vyplývá, že jedinci umí využívat volný čas, vnímají ho jako hodnotu. Otázka, i když byla položená v budoucím čase, směřovala k tomu, zda se již respondenti nevzdali svých aktivit a nevyměnili je za jinou skupinu přátel, kteří mají sklon inklinovat k alkoholu. Je známé, že období adolescence je velmi těžké a to jak pro rodiče, tak pro dospívající. Potřebují určitý pocit zázemí, jistoty, podpory a pomoci, ale zároveň by už chtěli být dospělí a rozhodovat se podle svého a většinou již odmítají poslouchat rodiče a přijímat zodpovědnost. Rodiče přestávají být největší autoritou a do popředí se dostávají vrstevníci. Alkohol může být pro někoho jistým znakem dospělosti a dosavadní hodnoty a priority se mohou rozpadnout. Odpovědi jsou velmi uspokojivé a z odpovědí plyne, že jedinci by nedali přednost kamarádům, kteří by je ovlivnili negativním způsobem.



Zdroj: vlastní

Graf 21. Budoucnost respondentŢ

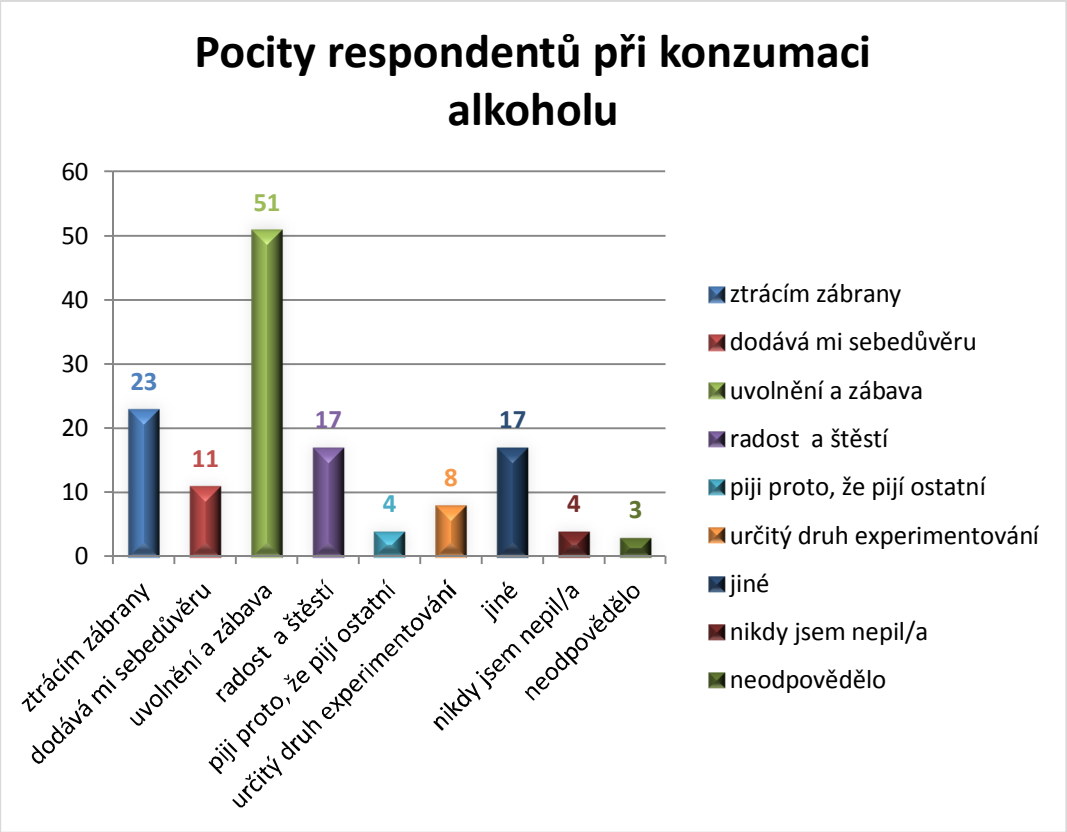
Otázka zjiġŠovala, zda respondenti jiġ mají urļitou pŚedstavu o tom, ļím by se ve svém ġivotĐchtĐli ġivit. OdpovĐdi jsou velmi pozitivní. VĐtġí ļást respondentŢ 59 osob (83 %) jiġ má pŚedstavu o tom, co by v ġivotĐchtĐla dĐlat a jiġ k tomu smĐŚuje své volnoļasové aktivity. 12 respondentŢ (17 %) jeġtĐpŚedstavu o tom, co by v ġivotĐchtĐli dĐlat, nemá. ZjiġtĐné údaje jsou uspokojivé. Je velmi dŢleġitá motivace dĐtí, zda ġkolu, kterou studují, jejich záliby a zájmy je uspokojují a vĐdí, ġe toto vġechno má nĐjaký smysl. V tomto nároļném období dospívání jedinci jeġtĐani nemusí mít pŚedstavu o své budoucnosti. Nuda a pocity prázdnoty mohou vést k umĐle si navozování pocitŢ spokojenosti, coġ jsou právĐ návykové látky. ZjiġtĐné údaje vypovídají o tom, ġe respondenti mají urļitou pŚedstav o své budoucnosti. MŢġeme se tedy domnívat, ġe nemají tendenci sklouzávat k návykovým látkám. DŢleġité je pro kaġdého jedince se umĐt radovat z kaġdodenního ġivota. VnitŚní pocit spokojenosti a rovnováhy je velmi dŢleġitý k tomu, aby jedinci nemĐli tendenci sklouzávat k návykovým látkám. Pokud má ļlovĐk pocit radosti a urļitého uspokojení, vĐtġinou nepotŚebuje si pomáhat k tĐmto pocitŢm návykovými látkami. I kdyġ samozŚejmĐobdobí adolescence s jistým experimentováním souvisí.



Zdroj: vlastní

Graf 22. Alkohol jako zpŢsob odreagování

Otázka se zamĚřuje na to, jak respondenti subjektivnĚ vnímají konzumaci alkoholických nápojŢ. Zda je pro nĚalkohol jistý zpŢsob odreagování. Z údajŢ v grafu vyplývá, ģe u 44 respondentŢ (62 %) je pití alkoholu zpŢsob odreagování. 27 respondentŢ (38 %) odpovĚdĚlo, ģe alkohol pro nĚodreagování není. To znamená, ģe vĚtšina respondentŢ alkohol vnímá jako odreagování se od bĚžného kaģdodenního ģivota. PŘedpokládá se, ģe v období dospívání jedinci chtĚjí vyzkouģet alkohol a jeho úļinky. VģdyŠ je propagovaný, podávaný pŘi slavnostních i vyjímeļných událostech. Reklamy ukazují, ģe s alkoholem se dají zaģít nezapomenutelné chvíle s pŘáteli atd. Je skoro samozŘejmé, ģe mladí lidé si budou chtít vyzkouģet jeho zázraļné úļinky na vlastní kŢģi. Alkohol je tu od nepamĚti a je naivní si myslet, ģe by tomu nĚkdy bylo jinak. Je opĚt pozitivní zjištĚní, ģe ne vģichni respondenti vnímají alkohol jako zpŢsob odreagování.

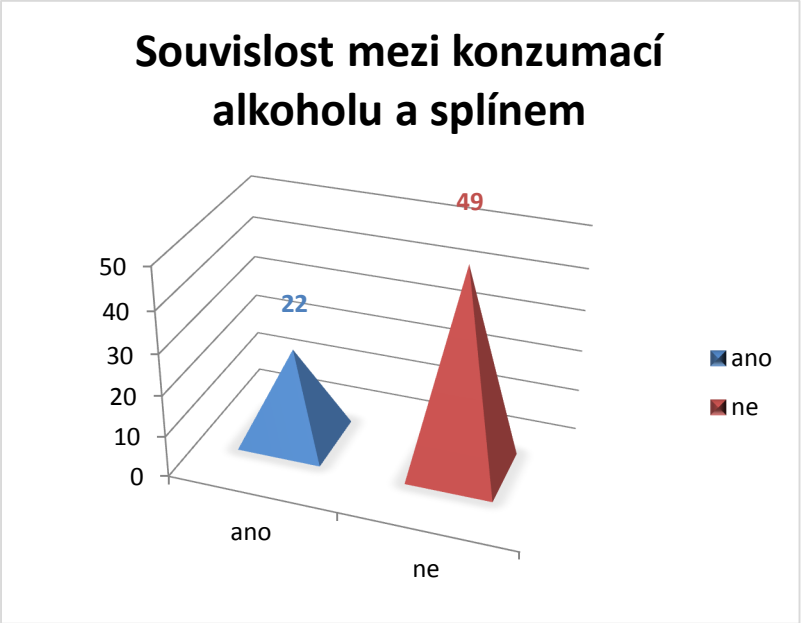


Zdroj: vlastní

Graf 23. Pocity při pití alkoholu

Otázka byla polootevřená a zaměřila se na to, jaké subjektivní pocity alkohol u respondentů vyvolává. Pokud se z nabízených možností respondentům žádná nezamlouvala, mohli využít odpovědi - jiné, kde mohli sami vyjádřit, jaké pocity jim alkohol dává. Z grafu je patrné, že nejčastěji uváděni pocity uvolnění a zábavy. Pak následují pocity, že ztrácí zábrany, nebo radost a štěstí. Dodává sebedůvěru, určitý druh experimentování a některí jedinci pijí jen proto, že pijí ostatní. 4 respondenti nikdy neopili. 17 respondentů využilo odpovědi jiné a v tomto případě uváděli, že nepili tak moc, aby v nich alkohol nějaké pocity vyvolával, dále uváděli, že mluví pravdu a pocity jdou ven, líbí se jim pocit ztracení, někteří uvedli, že vyhodí z hlavy stresy a starosti. Líbí se jim atmosféra s kamarády, zapomenou na problémy. Dva respondenti v odpovědi jiné uvedli, že alkohol je pro ně zlo a u jednoho vyvolává pocit znechucení. Asi nelze očekávat, že adolescenti v tomto věku nebudou experimentovat s návykovými látkami, z nichž nejdostupnější je právě alkohol. A je zřejmé, že alkohol konzumují v čím dál mladším věku. Ale je zde nebezpečí, protože od

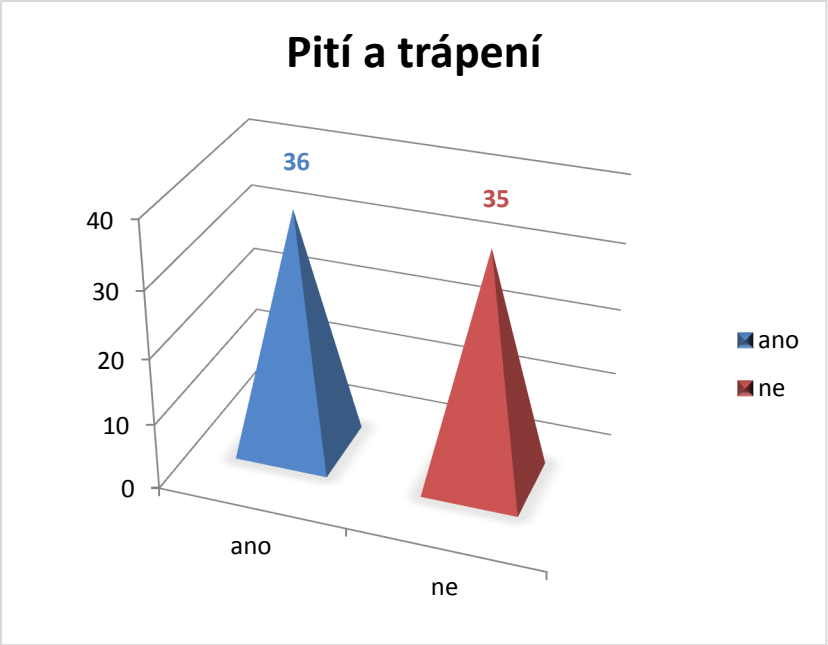
alkoholu se přechází k jiným drogám jako je třeba marihuana, v dnešní době velmi oblíbená, také dostupná a o jisté míry velmi propagovaná.



Zdroj: vlastní

Graf 24. Konzumace alkoholu a splín

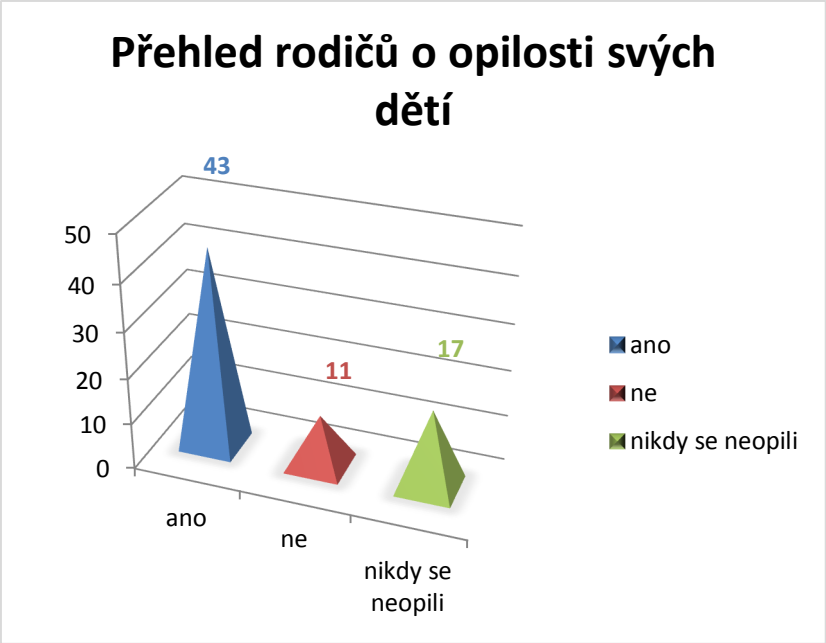
Otázka se zaměřovala na to, zda respondenti pili jen proto, že se cítili opuštění, měli pocity sklíčenosti a prázdnoty. Zjišťovala, zda respondenti mají tendenci sáhnou po alkoholu, když zrovna „nemají svůj den". Zjištěné údaje jsou uspokojující. Většina respondentů 49 osob (69 %) odpovědělo, že nesnáší tyhle pocity alkoholem. Ale 22 respondentů (31 %) uvedlo, že pocity opuštěnosti, sklíčenosti a prázdnoty již alkoholem snášeli. V životě každého jedince se čas od času vyskytnou negativní pocity. Ale je důležité naučit se snášet tyhle stavy jinak než alkoholem. Je důležité, aby adolescenti v tomto nelehkém období měli oporu a zázemí. Porozumění, pochopení u svých rodičů. Aby se měli komu svěřit a rodiče jim uměli správně poradit. Negativní pocity jdou ventilovat relaxací, sportem, malováním, fecením, poslechem hudby, prostě něčím, co jim určitý pocit spokojenosti přivodí a alkohol mezi nerozhodně nepatří.



Zdroj: vlastní

Graf 25. Pití a trápení

Otázka navazuje na předcházející otázku a zjišťuje, zda respondenti mají tendenci pít alkoholické nápoje, pokud je něco trápí. V předchozím grafu vidíme, že respondenti odpověděli, že nemají potřebu pít alkohol, pokud mají pocity opuštěnosti, sklíčenosti a prázdnoty. Avšak z těchto odpovědí je patrné, že 36 respondentů (51 %) pilo někdy jen proto, že je něco trápilo a 35 respondentů (49 %) nemělo tendenci řešit trápení alkoholem. Zjištěné údaje poukazují na to, že polovina respondentů inklinuje k tomu, své trápení a problémy řešit alkoholem. Toto zjištění není uspokojivé. V podstatě celý život jedinec prochází různým obdobím, kdy starosti a určitá trápení patří k životu. Důležité je si uvědomit, že alkohol ten problém nevyřeší. Ba naopak, pokud člověk vnímá jako součást řešení svých problémů alkohol, je na dobré cestě sklouznout právě do závislosti. Ta mnohdy přichází nenápadně a po špičkách a stáhne člověka na dno.



Zdroj: vlastní

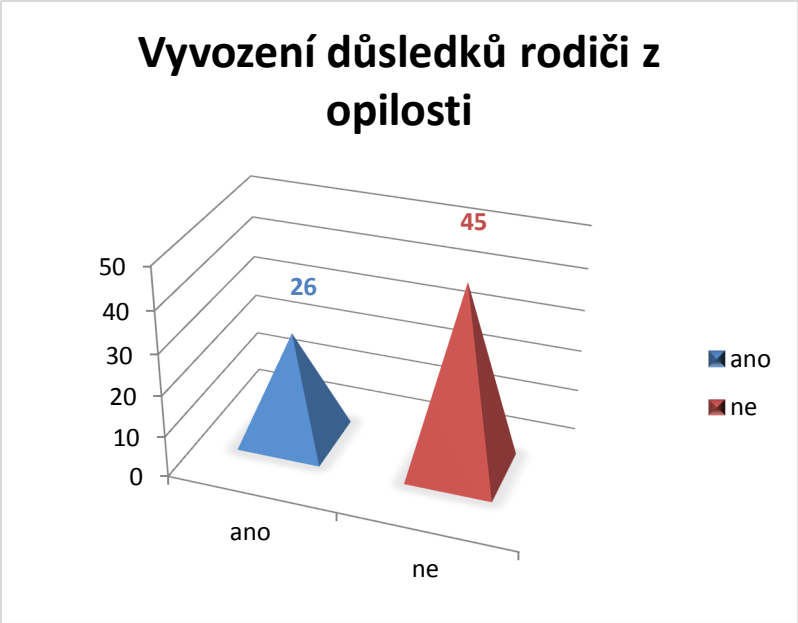
Graf 26. PŚehled rodiļŢ o opilosti dĎtí

Otázka zjiğŠovala, zda rodiļe ví o tom, pokud se jejich dĎti opily. Ze zjiğtĎných údajŢ plyne, ğe rodiļe 43 respondentŢ (61 %) vĎdí o tom, ğe se jejich dĎti opily. 11 osobám (15 %) se tato skuteļnost podaŚila utajit. 17 respondentŢ (24 %) uvedlo, ğe se jeğtĎnikdy neopilo. VĎğina rodiļŢ ví o tom, ğe jejich dĎti konzumovali alkoholické nápoje, a ğe se opily. V dospívajícím vĎku lze pŚedpokládat, ğe adolescenti experimentují a zkouğí rŢzné návykové látky a mezi nejdostupnĎğí patŚí alkohol. Vzhledem k tomu, ğe otázka ļ. 2 se zamĎŚovala na to, kdo respondentŢm poprvé nabídl alkohol a u 23 respondentŢ to byli právĎ rodiļe, se mŢğeme domnívat, ğe v nĎkterých rodinách mŢğe být benevolentní pŚístup, co se týká konzumace alkoholických nápojŢ. A neğ aby dospívající pili za zády rodiļŢ, opijí se pod jejich dozorem. Nebo se mohli vrátit z nĎjaké spoleļenské akce domŢ opilí. Existuje spousta variant, ale nejdŢleğitĎjğí je dŢvĎra mezi rodiļi a dĎtmi. Na opilé dítĎļeká spousta nebezpeļných nástrah. Nejsou ojedinĎlé smrtelné otravy alkoholem, úrazy, dopravní nehody. Bylo by asi naivní si myslet, ğe adolescenti úļinky alkoholu nikdy nezkusí. Ale mezi nejúļinnĎjğí a nejdŢleğitĎjğí prevenci, aby k tĎmto situacím docházelo co nejménĎ je v první ŚadĎ pŚíklad ze strany rodiļŢ. Pokud nebude alkohol bĎğnou souļástí v rodinĎ lze pŚedpokládat, ğe jedinci k tomuto druhu jakéhosi odreagování nebo uvolnĎní také nebudou naklonĎni.

Zdroj: vlastní

Graf 27. Vadí rodičům pití alkoholu

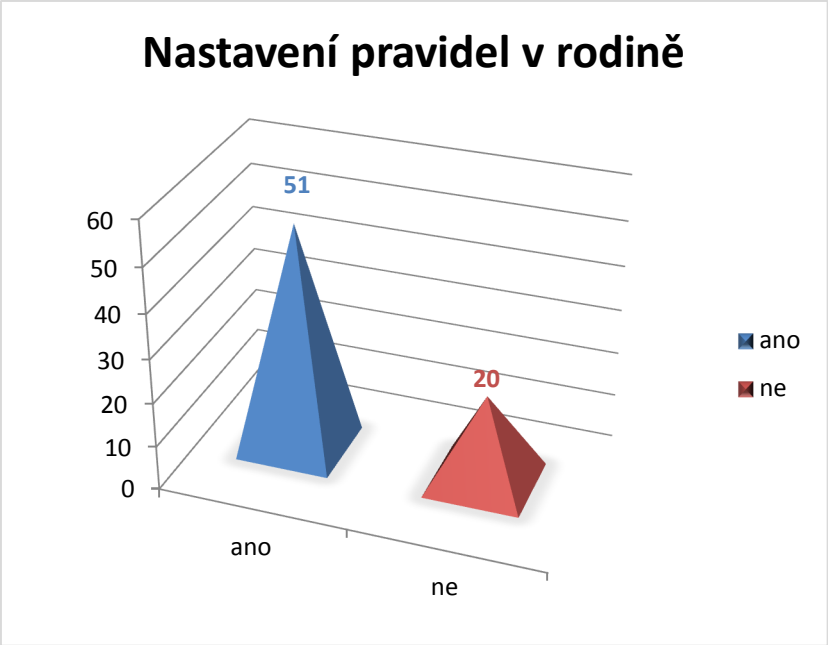
Otázka zjišťovala, zda rodičům vadí skutečnost, že jejich děti byly opilé. Z grafu vyplývá, že u 34 respondentů (48 %) rodičům vadilo, že jejich děti byly opilé. U 21 respondentů (29 %) tato skutečnost rodičům nevadila a 16 respondentů (23 %) nevědělo, zda jejich rodičům vadilo, že byli opilí. V případě, kde rodičům nevadilo, že jejich děti byly opilé, se můžeme domnívat, že opilost svých potomků rodiče přehlédli a nereagovali na ni. Asi každý někdy ve svém životě zkusí opojný pocit alkoholu. I když je zřejmé, že zákonem povolená hranice 18 let není dodržovaná. V rodině jsou důležitá nastavená pravidla a určité hranice. Ty děti potřebují ke zdravému vývoji. Aby věděly, co smí, a kde již zachází na stanovenou mez. V období adolescence mají jedinci tendenci pravidla porušovat a zkoušet nepoznané. Asi nejúčinnější je již zmíněná prevence ze strany rodičů, kdy jdou svým potomkům příkladem. Naopak striktní zakazování a přehnaná přísnost může u dospívajících zvednout vlnu odporu. I dobře míněná rada nebo přednáška odborníka může mít opačný efekt a dítě dostane chuť si alkohol nebo jiné návykové látky vyzkoušet. Jen zdravý základ a zdravý životní styl (úcta k sobě a k druhým lidem, správné nastavení si hodnot v životě) pomůže dětem, aby z nich vyrostli vyrovnaní jedinci se zdravým sebevědomím, schopní plnohodnotného života. Takoví jedinci nemají potřebu sklouzávat k návykovým látkám a umí se radovat v běžném každodenním životě a hlavně umí řešit problémy bez návykových látek.



Zdroj: vlastní

Graf 28. Vyvození dŢsledkŢ z opilosti

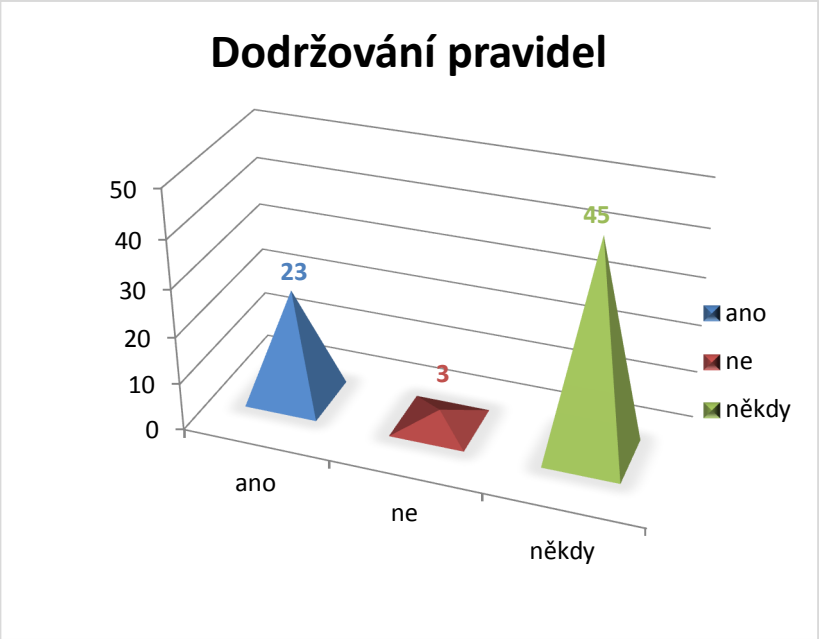
Otázka se zamĚřila na to, zda rodiče vyvodili z opilosti svých dĚtí dŢsledky. U 45 respondentŢ (64 %) rodiče z opilosti svých dĚtí dŢsledky nevyvodili. 26 rodičŢ (36 %) opilost svých dĚtí nĚjakým zpŢsobem řešilo a vyvodilo z této situace dŢsledky. Z údajŢ v grafu vyplývá, že většina rodičŢ žádné dŢsledky z opilosti svých dĚtí nevyvodila. Otázka nezjišťovala, zda se tak stalo jednou, nebo k opilosti respondentŢ dochází opakovanĚ. Je zřejmé, že povolená věková hranice konzumace alkoholu je 18 let a je všeobecnĚ známo, že tato hranice se porušuje. Proto lze předpokládat, že respondenti v tomto věku experimentovat s alkoholem budou. Lze se pouze domnívat, že pokud k tomuto stavu došlo výjimečnĚ tak jejich rodiče velkoryse přešli. V opačném případĚ by rodiče mĚli vyvodit dŢsledky z opíjení svých dĚtí.



Zdroj: vlastní

Graf 29. Nastavení pravidel v rodině

Tato otázka zjišťovala, zda v rodině mají jasně nastavená pravidla. Z odpovědí je zřejmé, že u většiny respondentů 51 osob (72 %) pravidla nastavená mají. 20 respondentů (28 %) odpovědělo, že nemají doma vymezené hranice, co smí a co ne. V rodině by měla být nastavená pravidla a adolescenti by měli vědět, jaké chování mají povoleno a s jím rodiče nesouhlasí. Pokud pravidla vymezená nejsou, děti samy nedokážou rozpoznat, kde je ta hranice, za kterou již zachází. Nejnevhodnější výchovný prostředek je lhostejnost. Děti potřebují cítit, že někomu na nich záleží, i když se jim nastavená pravidla někdy nemusí líbit. Každý jedinec je individuální bytost a na každého platí jiné výchovné metody. Často se říká, že když rodiče mají více dětí, každé je jiné a na každé platí jiné výchovné prostředky. Záleží hlavně na rodičích, aby našli ke svým dětem cestu a našly taková pravidla, která budou pro obě dvě strany akceptovatelná, protože jednotný a osvědčený návod na výchovu neexistuje.

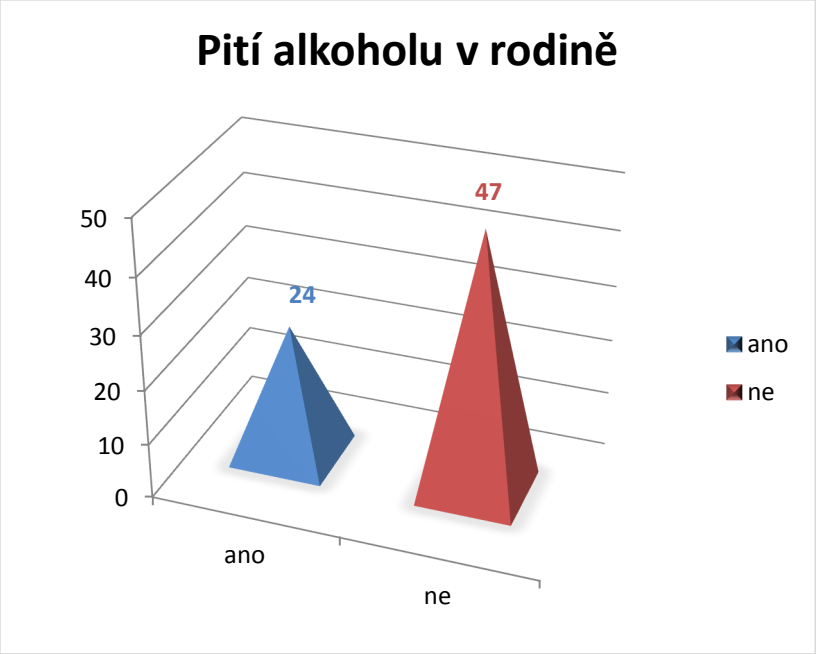


Zdroj: vlastní

Graf 30. Dodržování pravidel

Otázka zjišťovala, zda v rodině, kde mají nastavená pravidla, dochází k jejich dodržování. Z odpovědí je zřejmé, že nejvíce početní respondenti 45 osob (63 %) nastavená pravidla v rodině dodržují jen někdy. 23 respondentů (33 %) pravidla v rodině dodržují a 3 respondenti (4 %) uvedli, že pravidla v rodině nedodržují. Tato otázka souvisí s předcházející otázkou. Je zřejmé, že i když v rodině převážná většina respondentů nastavená pravidla má, tak je dodržuje jen někdy. V období dospívání je pravděpodobné, že se respondenti dostávají do věku, kdy se již cítí být téměř dospělí a poslouchat rodiče je může jistým způsobem popuzovat. K dospělosti ale patří i zodpovědnost, což některé jedince v tomto věku mohou odmítat. Jedinci se v tomto věku pomalu osamostatňují, nastavují si hodnoty, pravidla, žebříčky priorit. Můžeme se domnívat,
že v období adolescence jedinci nastavená pravidla někdy porušovat budou. Uspokojujícím zjištěním je, že ne u všech respondentů dochází k porušování nastavených pravidel. 23 respondentů odpovědělo, že pravidla dodržují. U těchto respondentů lze předpokládat, že je v rodině vzájemná důvěra, harmonické vztahy, kdy děti své rodiče respektují a pravidla mají s největší pravděpodobností nastavená tak, že jsou přijatelná jak pro respondenty, tak pro jejich rodiče. Tam, kde děti vyrůstají v harmonickém prostředí, v lásce, porozumění, důvěře, otevřené komunikaci, je velký předpoklad, že z dětí vyrostou zdravě sebevědomí jedinci se správně nastavenými hodnotami. K tomu samozřejmě patří určitá pravidla a ná-

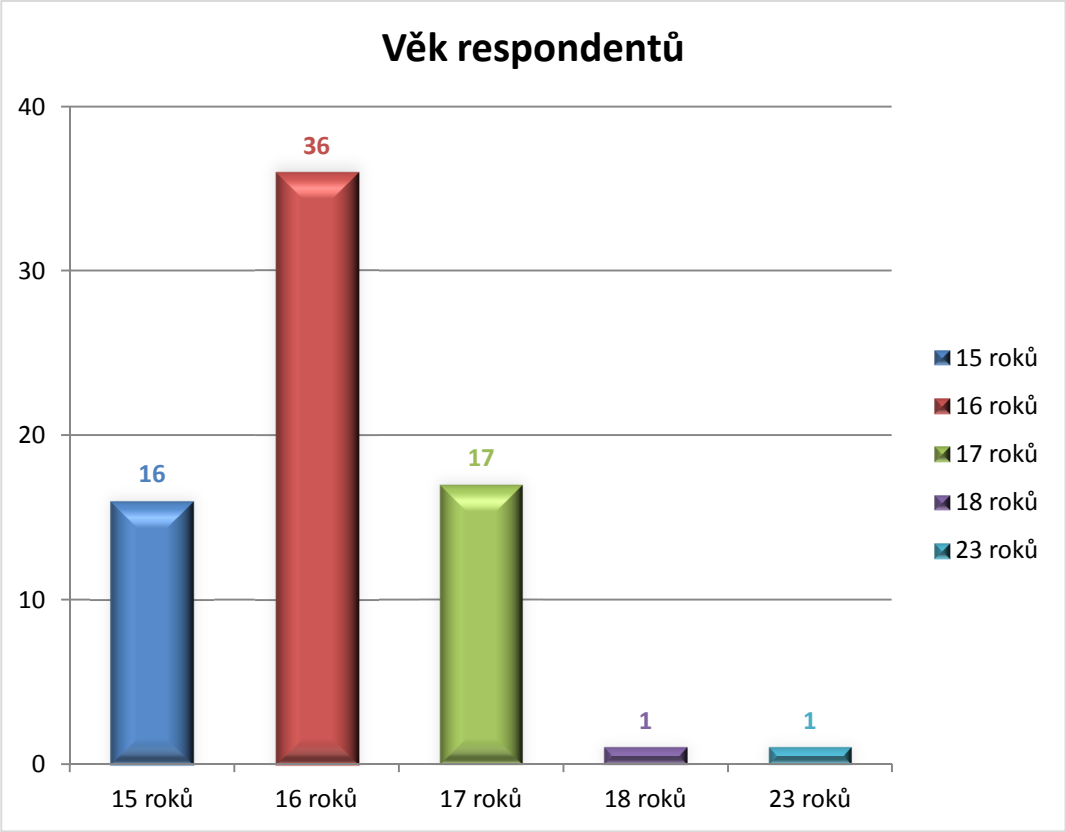
sledné sankce za jejich porušování. Pouze 3 respondenti odpověděli, že pravidla v rodině nedodržují. Bylo by další otázkou, co je k tomuto jednání vede.



Zdroj: vlastní

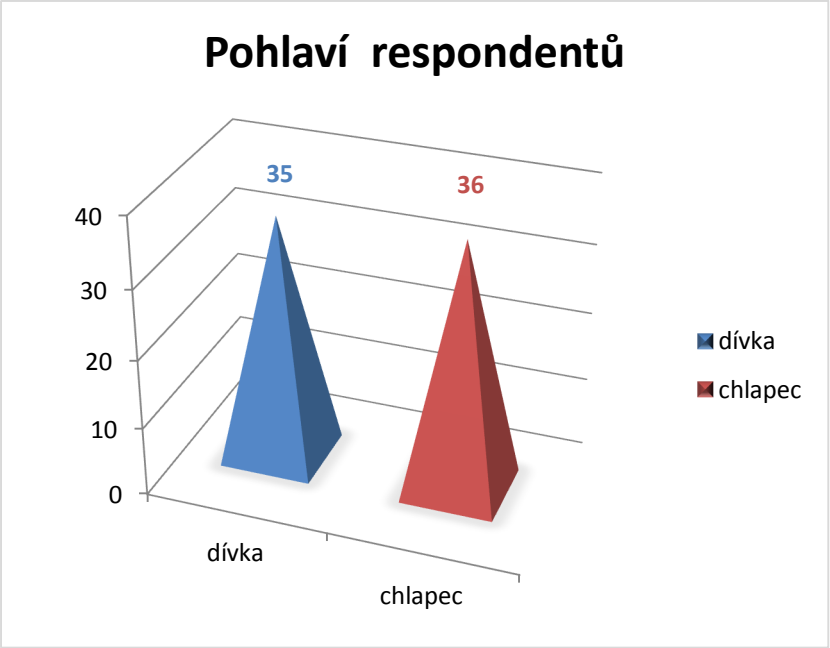
Graf 31. Pití alkoholu v rodině

Otázka se zaměřila na to, zda je běžnou součástí v rodině konzumovat alkoholické nápoje. Většina respondentů 47 osob (66 %) uvedlo, že u nich v rodině není běžné pít alkoholické nápoje. U 24 respondentů (34 %) je běžnou součástí života v rodině pít alkoholické nápoje. U odpovědi ano některí respondenti dopisovali, že i když je běžné v rodině pití alkoholických nápojů, neznamená to, že by se jejich rodiče opíjeli. Údaje jsou pomě rně uspokojivé. U většiny respondentů doma rodiče aktivně nepijí. Vzhledem k tomu, že primární prevence začíná právě v rodině, je skutečnost zásadní. Právě rodiče jsou pro své děti vzorem. Potomci od svých rodičů podvědomě přebírají vzorce chování. Rodiče předávají svým dětem zkušenosti, učí je, co je správné a co správné není. Lze předpokládat, že pokud děti u svých rodičů neuvidí, že je běžnou součástí života alkohol, pravděpodobně také nebudou mít sklony k tomu, jej běžně konzumovat. 24 respondentů uvedlo, že je součástí života v rodině alkohol. Otázka nezjišťovala do jaké míry. Ale jen těžko si dětství svého dítěte získá ten rodič, který často pořívá alkoholické nápoje a bude svému potomkovi promlouvat do duše, že je alkohol škodlivý a bude mu pití alkoholu zakazovat. V tomto případě se pravděpodobně výchova mine účinkem.



Zdroj: vlastní

Graf 32. Věk respondentů



Zdroj: vlastní

Graf 33. Pohlaví respondentů

9 SHRNUTÍ VÝSLEDKš ĠETř ENÍ A DOPORUĻENÍ PRO PRAXI

První výzkumná otázka se zabývala zkuġeností respondentŢ s alkoholickými nápoji. Ze zjiġtĎných údajŢ vyplývá, ġe zkuġenost s alkoholem mají témĎŚ vġichni respondenti. NejdŚíve alkohol chutnal jeden respondent ve 2 letech, nejpozdĎji v 16 letech a nejvĎtġí poļet respondentŢ tvoŚící 20 % mĎlo první zkuġenost s alkoholem ve vĎku 14 let. 48 % respondentŢm alkohol nabídli jejich kamarádi, v 32 % sami rodiļe, a u 20 % alkohol nabídli prarodiļe, nebo se napili omylem, nĎkteŚí uvedli, ġe se napili sami. 73 % respondentŢ se jiġ nĎkdy opilo, 27 % uvedlo, ġe se jeġtĎ nikdy neopilo. 56 % respondentŢ se jiġ tĎġilo, aġ se nĎkdy opije a 44 % tento pocit nemĎlo. 39 % dotazovaných odpovĎdĎlo, ġe alkohol konzumují spíġe pŚíleġitostnĎ, to pro nĎ znamená oslavy nebo veļírky. 27 % uvádí, ġe pijí alkohol jednou mĎsíļnĎ, 18 % kaġdý týden a 16 % uvedlo, ġe vŢbec nepije. NejvĎtġí poļet respondentŢ, který pŚedstavuje 34 %, uvedlo, ġe se opilo v 15 letech a 27 % respondentŢ se jeġtĎ nikdy neopilo.

Není pŚekvapivým zjiġtĎním, ġe s alkoholem mají zkuġenost témĎŚ vġichni respondenti. Ale je celkem pozitivním zjiġtĎním, ġe jsou mezi studenty i jedinci, kteŚí se jeġtĎ nikdy neopili. V tomto vĎku se do urļité míry pŚedpokládá, ġe adolescenti v tomto vĎku experimentují s návykovými látkami, z nichġ je nejdostupnĎjġí právĎ alkohol. Co se konzumace alkoholických nápojŢ týká, údaje ze statistik ukazují na dlouhodobé prvenství Ļeské republiky. Neġpor, Pernicová a Csémy 1999, ve své knize uvádí, ġe ļím dŚíve zaļnou jedinci experimentovat s alkoholem, tím vĎtġí je riziko, ġe sklouznou k nelegálním drogám v pozdĎjġím vĎku.

Druhá výzkumná otázka se zamĎŚuje na názor respondentŢ, zda si uvĎdomují negativní dŢsledky alkoholu. ZjiġtĎné údaje jsou pozitivní. 82 % respondentŢ si myslí, ġe je alkohol ġkodlivý, 11 % respondentŢ si myslí, ġe alkohol ġkodlivý není a 7 % nevĎdĎlo. 86 % dotazovaných nemá ze závislosti na alkoholu strach, 14 % respondentŢ se bojí závislosti. 66 % respondentŢ se jiġ setkalo s nĎkým, kdo je závislý na alkoholu a 34 % dotazovaných uvedlo, ġe nezná nikoho ve svém okolí, kdo je závislý na alkoholu. Je subjektivním pohledem respondentŢ, co si pod pojmem závislý na alkoholu pŚedstavují. MŢġeme se jen domnívat, zda jsou to jejich kamarádi, kteŚí pijí dle jejich názoru ļasto, nebo je to nĎkdo v rodinĎ, kdo ve vĎtġí míŚe konzumuje alkoholické nápoje, nebo skuteļnĎ nĎkdo, kdo se jiġ ze závislosti léļí pod odborným dohledem. 79 % respondentŢ si myslí, ġe vĎková hranice 18 let, co se týká konzumace a prodeje alkoholických nápojŢ, je dostaļující a nesníġili by

ji, ale 13 % uvedlo, že jim příjde věková hranice příliš vysoká a sníţili by ji. Můţeme se jen domnívat, co respondenty k tomuto názoru vede. Je všeobecně známo, ţe věková hranice povolená zákonem se nedodrţuje. Vyplývá to i z předcházejících zjištěných údajů, ţe zkušenost s alkoholem mají úplně všichni respondenti. Z této skutečnosti je zřejmé, ţe není problém si jej obstarat. Ale nemohou, nebo nemohli by si jej dopřávat veřejně, to znamená v restauracích, na zábavných akcích, nebo jej běţně koupit v obchodě. Je moţné, ţe zrovna toto je pro respondenty důvod, proč by věkovou hranici sníţili. Dále velmi pozitivní zjištění je, ţe si 69 % dotazovaných uvědomuje, ţe mladý organismus je více náchylný k určitým druhům závislosti, neţ organismus dospělého jedince.

Třetí výzkumná otázka se zaměřovala na subjektivní pohled respondentů na konzumaci alkoholických nápojů ve vztahu k jejich okolí. 62 % respondentů si myslí, ţe jejich přátelé konzumují často alkohol. Jen 20 % respondentů si toto o svých přátelích nemyslí. 18 % nevědělo. Z odpovědí je zřejmé, ţe si respondenti o svých kamarádech myslí, ţe často pijí alkohol. Ale zjištěné výsledky ukazují, ţe respondenti pijí spíše příleţitostně, nebo jednou do měsíce, jen 18 % respondentů se přiznalo, ţe pijí kaţdý týden. Můţeme se tedy jen domnívat, ţe respondenti mají kamarády mimo školu, kteří dle jejich subjektivního názoru často konzumují alkohol. Nejedná se tedy o jejich spoluţáky. 63 % respondentů jejich přátelé a kamarádi konzumovat alkoholické nápoje nenutí, 37 % dotazovaných jejich kamarádi nutí pít alkohol. 85 % dotazovaných nemá potřebu pít jen proto, ţe jejich přátelé pijí alkohol a dokáţou odmítnout, 15 % respondentů pije jen proto, ţe pijí ostatní. Toto je opět překvapivým zjištěním. Je zřejmé, ţe dospívající mladí lidé experimentují s návykovými látkami, z nichţ alkohol je nejdostupnější návyková látka. Zkouší úlitky návykových látek a právě vrstevníci, kamarádi se dostávají na první místa před rodiči a jejich autoritou. Období adolescence je období, kdy se jedinci chtějí ztotoţňovat se skupinou a nechtějí vyčnívat z davu. Můţeme se opět jen domnívat, zda respondenti odpovídali pravdivě a nesnaţili se dělat lepšími, v opačném případě mají zdravou hodnotu sebe sama, zdravé sebevědomí a umí říci ne, pokud se s něčím neztotoţňují. Zjištěné výsledky nekorespondují s výzkumy, výsledky a názory odborníků, kteří se zabývají problematikou alkoholu. 94 % respondentů uvedlo, ţe dokáţe odmítnout alkohol, pokud jim ho jejich přátelé nabízí, jen 6 % odpovědělo, ţe nedokáţe odmítnout alkohol, pokud jim ho jejich přátelé nabídli. 48 % respondentů sama svým přátelům nabízí a 52 % dotazovaných nenabízí svým přátelům alkohol.

Dá se předpokládat, že pokud si adolescenti někde obstarají alkohol, chtějí s někým sdílet opojné alkoholové chvíle. Pravděpodobně si jej neobstarají, aby si jej někde sami vypili, proto sami svým přátelům alkohol nabídnou. Je to určitý znak dospělosti a pocit, že je něco spojuje. Alkohol uvolňuje emoce, jedincům v období adolescence pomůže ztrácet zábrany, dodává jim sebedůvěru a možná jim umožňuje určitý pocit, být sami sebou. Opět překvapivé zjištění, že ne všichni dotazovaní alkohol svým přátelům nabídnou. V tomto případě můžeme předpokládat, že si alkohol neobstarávají a nekonzumují ho.

Čtvrtá výzkumná otázka zjišťovala, jestli respondenti mají záliby a koníčky a jakým způsobem tráví svůj volný čas. Ze zjištěných údajů je pozitivní, že všichni respondenti mají nějaké záliby a koníčky. 27 % respondentů svůj volný čas tráví s přáteli, 18 % u počítače, 17 % sportem, 13 % svůj volný čas tráví o samotě, 11 % studiem, 7 % má brigádu. 62 % respondentů baví společenské akce, jako jsou diskotéky, koncerty, zábavy. 38 % tyto zábavné akce nebaví. Toto je překvapivé zjištění. V tomto věku lze předpokládat, že adolescenti budou vyhledávat své vrstevníky, kamarády a budou si užívat nespoutaného mládí.

47 % respondentů si myslí, že má více zájmů a koníčků než jejich vrstevníci. 52 % si nemyslí, že by v porovnání se svými vrstevníky měli více volnočasových aktivit. 97 % respondentů by nebyla ochotna vzdát se svých zájmů a koníčků, kvůli partnerovi, která má nezdravý životní styl, jen 3 % dotazovaných odpovědělo, že by byli ochotni vzdát se svých koníčků a zájmů, kvůli partnerovi, která vykazuje známky patologického trávení volného času. Můžeme se jen domnívat, jestli se tomu tak již stalo a pokud ano, co je k tomu vedlo. 83 % respondentů již má jasnou představu o tom, co by v životě chtěli dělat, čím by se chtěli živit a již k tomu směřují své aktivity. 17 % respondentů jednoznačnou představu nemá. Zjištěné údaje jsou uspokojující. Respondenti mají záliby, koníčky, využívají volný čas konstruktivním způsobem. Někteří již dokonce vědí, čím by se chtěli v životě živit a již k tomu směřují svoje aktivity. V období adolescence je nejlepším pomocníkem a přítelem nuda, co se týká experimentování a konzumování návykových látek. Je tedy velmi pozitivním zjištěním, že respondenti umí volný čas využívat. Pokud děti nejsou vedeny již od předškolního věku využívat konstruktivně svůj volný čas, je možné riziko, že v období adolescence nebudou umět volný čas pozitivně využívat a je zde právě riziko zpestřovat si realitu vědního dne návykovými látkami, z nichž nejdostupnější je alkohol.

Pátá výzkumná otázka zjišťovala, co vede respondenty k tomu, že konzumují alkoholické nápoje a jaké pocity jim přináší. 62 % respondentů uvádělo, že alkohol berou jako určitý druh odreagování pro 38 % dotazovaných alkohol není odreagováním. 37 % přináší uvol-

ní a zábavu, 17 % ztrácí zábrany, 12 % radost a uvolnění, 8 % dodává sebedůvěru, 6 % experimentování, 3 % dotazovaných pije proto, že pijí ostatní, 3 % nikdy nepilo. 69 % nemělo potřebu pít alkohol v případě, že měla pocity opuštěnosti, sklíčenosti a prázdnoty. 31 % odpovědělo, že pili někdy jen proto, že takové pocity měli. Tyto pocity se časem od času objevují v každodenním životě každého jedince a někdy tento pocit může svádět k pití alkoholu. Ale zajímavé bylo zjištění, že 51 % respondentů mělo potřebu tímto způsobem řešit problémy, pokud se v jejich životě nějaký objevil a 49 % respondentů odpovědělo, že pokud mají problémy, tak nemají potřebu jej řešit alkoholem.

Období adolescence je období dospívání, hledání a nelézání sebe sama. Na jednu stranu se jedinci cítí být už dospělý a mnohdy odmítají autoritu rodičů, do popředí se dostávají vrstevníci a kamarádi. Tady jedinci často zkusí první zklamání, zrady a skutečnost, že není všechno tak, jak by si představovali a jak by si přáli. Možná toto je jeden z důvodů, proč se pomaličku dostávají do světa dospělých a proč mají tendenci zpestřovat si dlouhé chvíle alkoholem, nebo jej využívat k tomu, aby aspoň na chvilku zmírnili svoje problémy, trápení a zrady. Mohou mít pocity, že jim celý svět nerozumí a s tímto pocitem si neví rady. Ve své knize Townsend 2009 uvádí, že období dospívání je nejvhodnějším pro vznik závislosti. Začíná nenápadným víkendovým pitím, kdy se z něj stane určité pravidlo a právě zde je největším předpoklad ke vzniku závislosti.

Čtvrtá výzkumná otázka se zaměřuje na rodinu respondentů, zda rodiče mají přehled o opilosti svých dětí a zda mají nastavená pravidla v rodině. Jaký postoj mají rodiče ke konzumaci alkoholických nápojů, co se týká jejich dětí. Ze zjištěných údajů plyne, že pokud se jejich děti opily, 80 % rodičů o tom ví a 20 % rodičů se o této skutečnosti nedozvědělo. 48 % rodičů tato skutečnost vadila. 29 % nevadilo, že se jejich děti opily. 64 % nevyvodilo z opilosti svých dětí důsledky, 36 % opilost svých dětí řešilo a vyvodili z toho důsledky. U 72 % v rodině mají nastavená pravidla, co smí děti a co ne, v 28 % pravidla v rodině nemají a pravidla dodržují jen v 33 %, 63 % nastavená pravidla dodržují jen někdy. U 4 % pravidla v rodině nedodržují.

V rodině jsou velmi důležitá nastavená pravidla. Děti musí vědět, kde jsou hranice toho, co smí, a kde zachází za určitou hranici. Zvlášť důležité pro jedince v tomto věku je rodinné zázemí. V prostředí, kde je harmonie, láska, porozumění, otevřená komunikace a důvěra, mohou mít jedinci takzvanou pevnou půdu pod nohama a často jim toto zázemí pomůže lépe zvládnout nelehké období dospívání. Pokud se zamyslíme nad tím, že převážná část dětí pochází z neúplných rodin a někdy možná sami rodiče si neví rady se svým životem,

mţeme předpokládat, jaký dopad to má na dítě. Každý člověk potřebuje někam patřit. Někam, kde ho mají ostatní rádi, kde je v bezpečí a kde se mţe schovat před okolním světem, když mu někdo ublíţí. Pokud dítě pocit jistoty a zázemí nemají, mohou právě v tomto věku potkat nevhodné kamarády a s tím souvisí konzumace alkoholu a jiných návykových látek, při které mají aspoň na chvíli pocit, ţe jim někdo rozumí a někam patří.

Cílem sedmé výzkumné otázky bylo zjistit, zda je součástí běţného ţivota v rodině pití alkoholických nápojů. 66 % respondentů odpovědělo, ţe pití alkoholických nápojů není běţnou součástí ţivota v jejich rodině. V tomto případě respondenti uvádějí, ţe se jedná spíše o rodinné oslavy. U 34 % je běţnou součástí pití alkoholických nápojů.

Respondenti jsou ve věku, kdy neprochází zrovna nejlehčím obdobím. Je to období hledání svého místa v ţivotě a hledání a nastavování určitých hodnot. Nešpor, Csémy, Pernicová 1996, uvádí, ţe dobře míněná jednorázová prevence nemusí mít pozitivní účinek. Adolescenti jsou v období, kdy přednáška nebo film zaměřený preventivně, mţe vzbudit u dětí v tomto věku chuť si zrovna to nebezpečné a zakázané vyzkoušet a experimentovat. Důleţitá je soustavná a systematická prevence ze strany rodiny i školy. Ze zjištěných údajů vyplývá, ţe respondenti se nenechají ovlivnit svými vrstevníky a umějí odmítnout. Alkohol vnímají jen jako určitý způsob odreagování a uvolnění.

ZÁVĚR

Cílem bakalářské práce bylo, jaký mají studenti středních škol vztah k alkoholu, do jaké míry s ním mají zkušenosti, zda si uvědomují negativní důsledky konzumace alkoholu a jak moc jsou ovlivněni svými vrstevníky a kamarády, co se týká konzumace alkoholických nápojů. Dále bakalářská práce zjišťovala, jakým způsobem tráví středoškoláci svůj volný čas. Co je vede k tomu konzumovat alkoholické nápoje, jaké pocity jim pití alkoholu přináší. Zda rodiče studentů mají přehled o tom, že jejich děti byly opilé a jestli mají nastavená pravidla v rodině a dodržují je. V poslední řadě bylo cílem zjistit, zda je běžnou součástí v rodině konzumovat alkoholické nápoje.

Výzkum se realizoval na střední škole ve Zlíně. Škola je soukromá, s uměleckým zaměřením. Jedná se o poměrně mladou školu. Celkový počet studentů na této škole je 88. Výzkum probíhal kvantitativní metodou, formou dotazníkového šetření. Celková návratnost byla 71 dotazníků.

V teoretické části byla prostudována odborná literatura a v praktické části byly interpretovány výsledky dotazníkového šetření. Výsledky této školy jsou velmi uspokojivé. Pokud studenti odpovídali pravdivě, vymykají se jistým dosavadním výzkumům a názorům odborníků, kteří se zabývají právě problematikou alkoholu, závislosti a dospívající mládeže.

Z výsledků vyplývá, že zkušenost s alkoholem mají téměř všichni studenti. Někteří již zkusili alkoholové opojení, ale pozitivním zjištěním je, že jsou na škole i studenti, kteří se jej ještě nikdy neopili. Z výsledků je zřejmé, že věková hranice povolená zákonem 18 let je porušována. Respondenti uvádějí, že alkohol konzumují spíše výjimečně, to pro ně znamená rodinné oslavy, společenské akce. Dalším pozitivním zjištěním je, že si studenti uvědomují negativní důsledky užívání alkoholu. Nejvíce překvapivé bylo zjištění, že se studenti nenechají negativním způsobem ovlivnit svými, kamarády, co se týká konzumace alkoholických nápojů. Nemají potřebu pít alkohol jen proto, že jej konzumují jejich kamarádi a alkohol umí odmítnout. Lze se domnívat, že studenti mají okolo sebe vhodné přátelé, kteří na ně nemají negativní vliv. V odborné literatuře se uvádí, že právě v období adolescence mají velký vliv vrstevníci a jedinci se nechávají ovlivňovat, pokud chtějí k určité skupině patřit. Další uspokojivé zjištění bylo, že všichni respondenti mají volnočasové aktivity a umí volný čas využívat konstruktivním způsobem. Většina respondentů již má jasnou představu, o tom, co by ve svém životě chtěla dělat a již k tomu směřuje svoje aktivity. Z výsledků plyne, že pro studenty je alkohol určitým zpestřením, odreagováním,

uvolněním, experimentováním. V tomto věku lze předpokládat, že jedinci zkoušejí účinky návykových látek, z nichž je nejdostupnější právě alkohol.

Většina rodičů ví o tom, že se jejich děti opily. V rodině mají nastavená pravidla, ale dodržují je jen někdy. V rodinách studentů není běžnou součástí pití alkoholických nápojů.

Zjištěné údaje jsou velmi překvapivé. Jestli studenti odpovídali pravdivě, jsou tyto výsledky velmi uspokojivé. Lze se domnívat, že studenti mají okolo sebe zdravé sociální prostředí, pravděpodobně i dobré rodinné zázemí. Tyto faktory se pak odrážejí pozitivním způsobem u studentů střední školy a na jejich hodnotách.

Důležité jsou priority každého jedince. Pokud děti mají zdravý základ od svých rodičů, umí smysluplně využívat svůj volný čas a své zdraví vnímají jako hodnotu, je velký předpoklad, že budou umět odolat nástrahám návykových látek.

Cíl této bakalářské práce byl splněn. Odpovědi studentů byly vyhodnoceny a data interpretovány v praktické části.

Zjištěné výsledky budou předány škole, na které výzkum probíhal a škola na základě těchto údajů bude tvořit preventivně výchovné programy pro své studenty.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

[1] CIMICKÝ, Jan, 2007. *Sám proti stresu: jak se ubránit stresu a udržet duševní rovnováhu : soubor rad, jak přežít v dnešní době*. 2., dopl. vyd. Praha: VIP Books, 217 s. ISBN 978-80-87134-08-5.

[2] DRTILOVÁ, Jana a František KOUKOLÍK,1994. *Odlišné dítě: alkoholismus jako nemoc a možnosti efektivní léčby*. Vyd. 1. Praha: Vyšehrad, 134 s. ISBN 80-702-1097-4.

[3] HOSEK, Jan, 1998. *Sám proti alkoholu*. 1. vyd. Praha: Grada, 182 s. Psychologie pro každého. ISBN 80-716-9624-2.

[4] HELLER, Jiří a PECINOVSKÁ, Olga, 2011. *Pavučina závislosti: alkoholismus jako nemoc a možnosti efektivní léčby*. Vyd. 1. Praha: Togga, 215 s. ISBN 978-80-87258-62-0.

[5] CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, 2007, 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.

[6] JANÍK, Alojz a Karel DUŠEK, 1990. *Drogy a společnost*. Vyd. 1. Praha: Avicenum, 342 s. Život a zdraví. ISBN 80-201-0087-3.

[7] KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁŠKOVÁ, 2001. *Člověk - prostředí - výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Vyd. 1. Brno: Paido - edice pedagogické literatury, 199 s. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-731-5004-2.

[8] KVAPILÍK, Josef a Alena SVOBODOVÁ, 1985. *Člověk a alkohol*. Praha: Avicenum, zdravotnické nakladatelství, n. p., ISBN 08-091-85.

[9] MEŠÍř , Jan. *Zneužívání alkoholu a nealkoholových drog u mládeže*, 1989. Praha: Avicenum, zdravotnické nakladatelství n. p., ISBN 08-005-90.

[20] NEČPOR, Karel, 1996. *Jak překonat problémy s alkoholem vlastními silami*. Praha: Sportpropag, a.s. pro Ministerstvo zdravotnictví ČR,.

[31] NEČPOR, Karel, 1999. *Jak překonat problémy s alkoholem*. Praha: Sportpropag, a.s. pro Ministerstvo zdravotnictví ČR,.

[42] NEČPOR, Karel, 2000. *Návykové chování a závislost: soudobé poznatky a perspektivy léčby*. Praha: Portál, 150 p. ISBN 80-717-8432-X.

[53] NEČPOR, Karel, 2001. *Vaše děti a návykové látky*. Vyd. 1. Praha: Portál, 157 s. ISBN 80-717-8515-6.

[64] NEČPOR, Karel a Ladislav CSÉMY, 1994. *Alkohol, drogy a vaše děti*. Praha: Sportpropag, a. s., ve spolupráci s MŠMT ČR.

[75] NEČPOR, Karel a Ladislav Csémy, 1996. *Léčba a prevence závislostí: příručka pro praxi*. 1. vyd. Praha: Psychiatrické centrum, 199 s. ISBN 80-851-2152-2.

[86] NEČPOR, Karel, Ladislav CSÉMY a Hana PERNICOVÁ, 1994. *Prevence problémů při při-sobených návykovými látkami*. Praha: BESIP MV.

[97] NEČPOR, Karel, Ladislav CSÉMY a Hana PERNICOVÁ, 1996. *Jak předcházet problé-mům s návykovými látkami na základních a středních školách*. Praha: Sportpropag, a. s. pro Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky.

[108] NEČPOR, Karel a Hana PERNICOVÁ, 1999. *Jak zůstat fit a předejít závislostem*. 1. vyd. Praha: Portál, 112 s. ISBN 80-717-8299-8.

[119] NOČINA, Miroslav, 1997. *Svět drog v Čechách*. 1. vyd. Praha: KLP-Koniasch Latin Press, 347 s., obr. ISBN 80-859-1736-X.

[20] POKORNÝ, Vratislav, Jana TELCOVÁ a Anton TOMKO, 2002. *Patologicné závislosti*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r. s., ISBN 80-86568-02-04.

[212] PRESL, Jiří, 1995. *Drogová závislost: může být ohrožena i Vaše dítě?*. 2. rozš. vyd. Praha: Max dorf, 88 s. MEDICA - Praktické rady lékaře, Sv. 9. ISBN 80-858-0025-X.

[22] PROFOUS, Jiří, 2013. *Průvodce alkoholovou závislostí: především pro ženy pijících part-nerů*. 2. vyd. Praha: Galén. ISBN 978-80-7492-087-5.

[23] PREKOP, Jirina a Gerald HÜTHER, 2008. *Odhalte poklad u svého dítěte: kniha pro zví-davé rodiče*. Vyd. 1. Praha: Grada, 94 s. Pro rodiče. ISBN 978-802-4720-708.

[24] RIESEL, Petr, 1999. *Lesk a bída drog: praktická příručka pro mládež, rodiče a pedagogy*. V Olomouci: Votobia, 87 s. ISBN 80-719-8348-9.

[25] SKÁLA, Jaroslav, 1988. *Až na dno*. Praha: Avicenum, zdravotnické nakladatelství, n. p. ISBN 08-045-88.

[26] TOWNSEND, John Sims, 2009. *Hranice a dospívající*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 247 s. ISBN 978-80-7255-191-0.

[27] TYLER, Andrew, 2000. *Drogy v ulicích: mýty, fakta, rady*. Praha: Ivo Železný, 426 s. ISBN 80-237-3606-X.

[28] ÜHLINGER, Claude a Marlyse TSCHUI, 2009. *Když někdo blízký pije: rady pro rodiny osob závislých na alkoholu*. Vyd. 1. Praha: Portál, 140 s. ISBN 978-807-3676-100.

[29] VÁGNEROVÁ, Marie, 2000. *Vývojová psychologie. Dětství, dospělost, stáří*. 1. vyd. Pra-ha: Portál, 522 s. ISBN 80-717-8308-0.

[30] VAVŘÍNKOVÁ, Blanka a Tomáš BINDER, 2006. *Návykové látky v těhotenství*. V Praze, 122 s. ISBN 80-725-4829-8.

[31] VELEMÍNSKÝ, Miloš a Blanka ŠIŠKOVÁ, 2008. *Péče o těhotné ženy užívající psychotropní látky v těhotenství*. 1. vydání. Praha: Triton, 341 s. ISBN 978-807-3870-959.

SEZNAM GRAFů

Graf 1. Věk, kdy poprvé ochutnali alkohol 44
Graf 2. Kdo respondentům poprvé nabídl alkohol 45
Graf 3. Opili se již někdy respondenti 46
Graf 4. Tvrdili se někdy respondenti, že se opijí 47
Graf 5. Jak často pijí alkohol 48
Graf 6. Věk, kdy se poprvé opili 49
Graf 7. Uvědomují si škodlivost alkoholu 50
Graf 8. Strach ze závislosti 51
Graf 9. Setkali se s někým závislým na alkoholu 52
Graf 10. Pohled na zákonem stanovenou hranici 53
Graf 11. Uvědomění rizika závislosti u mladých 54
Graf 12. Konzumace alkoholu u přátel 55
Graf 13. Nutí jim přátelé alkohol 56
Graf 14. Pití alkoholu kvůli ostatním 57
Graf 15. Dokáží odmítnout alkohol 58
Graf 16. Nabízí sami alkoholické nápoje 59
Graf 17. Trávení volného času 60
Graf 18. Návštěvy zábavných akcí 61
Graf 19. Pohled na volný čas přátel 62
Graf 20. Nevhodní přátelé a volný čas 63
Graf 21. Budoucnost respondentů 64
Graf 22. Alkohol jako způsob odreagování 65
Graf 23. Pocity při pití alkoholu 66
Graf 24. Konzumace alkoholu a splín 67
Graf 25. Pití a trápení 68
Graf 26. Přehled rodičů o opilosti dětí 69
Graf 27. Vadí rodičům pití alkoholu 70
Graf 28. Vyvození důsledků z opilosti 71
Graf 29. Nastavení pravidel v rodině 72
Graf 30. Dodržování pravidel 73
Graf 31. Pití alkoholu v rodině 74
Graf 32. Věk respondentů 75

Graf 33. Pohlaví respondentů..... 76

SEZNAM PŘÍLOH

P I Pili všichni respondenti alkohol

P II Seznam použitých tabulek k vytvořeným grafům v praktické části

P III Mají všichni respondenti koníčky a zájmy

P IV Seznam použitých tabulek k vytvořeným grafům v praktické části

P V Dotazník

Příloha P I: PILI VŠICHNI RESPONDENTI ALKOHOL

Odpověď	Počet	%
ano	71	100%
ne	0	0%

Příloha P II: Seznam použitých tabulek k vytvořeným grafům v praktické části

Tab. 1. Věk, kdy poprvé ochutnali alkohol

Odpověď	Počet	%
2 roky	1	1%
3 roky	4	7%
5 roků	6	8%
6 roků	5	7%
7 roků	5	7%
8 roků	1	1%
9 roků	2	3%
10 roků	5	7%
11 roků	5	7%
12 roků	5	7%
13 roků	10	15%
14 roků	14	20%
15 roků	6	8%
16 roků	1	1%
neví	1	1%

Tab. 2. Kdo porvé nabídl respondentům alkohol

Odpověď	Počet	%
rodiče	23	32%
kamarádi	34	48%
jiné	14	20%

Tab. 3. Opili se někdy respondenti

Odpověď	Počet	%
ano	52	73%
ne	19	27%

Tab. 4. Tři opili se někdy respondenti a již se opijí

Odpověď	Počet	%
ano	40	56%
ne	31	44%

Tab. 5. Jak často pijí alkohol

Odpověď	Počet	%
skoro každý den	0	0%
skoro každý týden (většinou o víkendu)	13	18%
asi tak jednou měsíčně	19	27%
jiné	28	39%
vůbec nepiji	11	16%

Tab. 6. Věk, kdy se poprvé opili

Odpověď	Počet	%
13 roků	11	16%
14 roků	10	14%
15 roků	24	34%
16 roků	6	8%
nikdy	19	27%
neví	1	1%

Tab. 7. Uvědomují si škodlivost alkoholu

Odpověď	Počet	%
ano	58	82%
ne	8	11%
nevím	5	7%

Tab. 8. Strach ze závislosti

Odpověď	Počet	%
ano	10	14%
ne	61	86%

Tab. 9. Setkali se s někým závislým na alkoholu

Odpověď	Počet	%
ano	47	66%
ne	24	34%

Tab. 10. Pohled na zákonem satnovenou hranici

Odpověď	Počet	%
ano	9	13%
ne	56	79%
nevím	6	8%

Tab. 11. Uvědomění vyššího rizika u mladých lidí

Odpověď	Počet	%
ano	49	69%
ne	7	10%
nevím	15	21%

Tab. 12. Konzumace alkoholu u přátel

Odpověď	Počet	%
ano	44	62%
ne	14	20%
nevím	13	18%

Tab. 13. Nutí jim přátelé alkohol

Odpověď	Počet	%
ano	26	37%
ne	45	63%

Tab. 14. Pití alkohol kvůli ostaním

Odpověď	Počet	%
ano	11	15%
ne	60	85%

Tab. 15. Dokáží alkohol odmítnout

Odpověď	Počet	%
ano	67	94%
ne	4	6%

Tab. 16. Nabízí sami alkoholické nápoje

Odpověď	Počet	%
ano	34	48%
ne	37	52%

Př ÍLOHA P III: MAJÍ VĠICHNI RESPONDENTI KONÍĻKY A ZÁJMY

Odpověď	Počet	%
ano	71	100%
ne	0	0%

Příloha P IV: Seznam použitých tabulek k vytvořeným grafům v praktické části

Tab. 17. Trávení volného času

Odpověď	Počet	%
s přáteli	63	27%
sám	30	13%
u počítače	42	18%
sportuji	40	17%
mám brigádu	17	7%
studiem	24	11%
jiné	16	7%

Tab. 18. Návštěvy zábavných akcí

Odpověď	Počet	%
ano	44	62%
ne	27	38%

Tab. 19. Pohled na volný čas přátel

Odpověď	Počet	%
ano	33	47%
ne	37	52%
neodpovědělo	1	1%

Tab. 20. Nevhodní přátelé a volný čas

Odpověď	Počet	%
ano	2	3%
ne	69	97%

Tab. 21. Představa respondentů o budoucnosti

Odpověď	Počet	%
ano	59	83%
ne	12	17%

Tab. 22. Alkohol jako odreagování

Odpověď	Počet	%
ano	44	62%
ne	27	38%

Tab. 23. Pocity při pití alkoholu

Odpověď	Počet	%
ztrácím zábrany	23	17%
dodává mi sebedůvěru	11	8%
uvolnění a zábava	51	37%
radost a štěstí	17	12%
piji proto, že pijí ostatní	4	3%
určitý druh experimentování	8	6%
jiné	17	12%
nikdy jsem nepil/a	4	3%
neodpovědělo	3	2%

Tab. 24. Konzumace alkoholu a splín

Odpověď	Počet	%
ano	22	31%
ne	49	69%

Tab. 25. Pití a trápení

Odpověď	Počet	%
ano	36	51%
ne	35	49%

Tab. 26. Přehled rodičů o opilosti svých dětí

Odpověď	Počet	%
ano	43	61%
ne	11	15%
nikdy se neopili	17	24%

Tab. 27. Vadí rodičům pití alkoholu u dětí

Odpověď	Počet	%
ano	34	48%
ne	21	29%
nevím	16	23%

Tab. 28. Vyvození důsledků z opilosti

Odpověď	Počet	%
ano	26	37%
ne	45	63%

Tab. 29. Pravidla v rodině

Odpověď	Počet	%
ano	51	72%
ne	20	28%

Tab. 30. Dodržování pravidel

Odpověď	Počet	%
ano	23	33%
ne	3	4%
někdy	45	63%

Tab. 31. Pití alkoholu v rodině

Odpověď	Počet	%
ano	24	34%
ne	47	66%

Tab. 32. Věk respondentů

Odpověď	Počet	%
15 roků	16	23%
16 roků	36	51%
17 roků	17	24%
18 roků	1	1%
23 roků	1	1%

Tab. 33. Pohlaví respondentŢ

Odpověď	Počet	%
dívka	35	49%
chlapec	36	51%

Př ÍLOHA P V: DOTAZNÍK

Dotazník

Dobrý den,

jmenuji se Denisa Hönigová a jsem studentkou 3. roļníku Univerzity Tomáģe Bati ve Zlínď Fakulty humanitních studií oboru sociální pedagogika. BakaláŚskou práci píģi na téma *Vztah studentŢ stŚedních ģkol k alkoholu.* Ráda bych Vás poģádala o vyplnďní tohoto dotazníku, který je anonymní a údaje budou vyuģity pouze pro úļely této bakaláŚské práce.

Moc dďkuji za VáģļasJ

1. Pili jste nďkdy alkohol?
   a) ano b)ne

2. Kolik vám bylo let, kdyģ jste poprvé ochutnali alkohol? (prosím doplŔte vďk)
   é .

3. Kdo vám alkohol poprvé nabídl?
   a)rodiļe b)kamarádi c)jinéé é é é é é é é é é é é é é

4. Byli jste nďkdy opilí?
   a)ano b)ne

5. Stalo se vám nďkdy, ģe jste se tďģili na to, aģ se opijete?
   a)ano b)ne

6. Jak ļasto pijete alkohol?
   a)skoro kaģdý den
   b)skoro kaģdý týden (vďtģinou o víkendu)
   c)asi tak jednou mďsíļně
   d)jinéé é
   e)vŢbec nepiji
7. Kolik vám bylo let, kdyģ jste se poprvé opili? (prosím doplŔte vďk)
   é .

8. Myslíte si, ģe je alkohol ģkodlivý?
   a)ano b)ne c)nevím

9. Bojíte se závislosti?
   a)ano b)ne

10. Znáte ve svém okolí nĽkoho, kdo je závislý na alkoholu?
    a)ano b)ne

11. Myslíte si, ģe vĽková hranice 18 let je pŚíliģ vysoká, co se týká prodeje a konzumace alkoholických nápojŢ (sníģili byste ji)?
    a)ano b)ne c)nevím

12. Myslíte si, ģe mladý organismus se pŚi pravidelné konzumaci alkoholu stane dŚíve závislý, neģ organismus dospĽlého jedince?
    a)ano b)ne c)nevím

13. Pijí vaģi pŚátelé ļasto alkohol?
    a)ano b)ne c)nevím

14. Nutili vás nĽkdy vaģi pŚátelé pít alkohol?
    a)ano b)ne

15. Pili jste alkohol nĽkdy jen proto, „abyste netrhali partu?ñ
    a)ano b)ne

16. Kdyģ vám pŚátelé nabízeli alkohol, dokázali jste odmítnout?
    a)ano b)ne

17. Nabízíte vy sami, svým pŚátelŢm alkohol?
    a)ano b)ne

18. Máte nĽjaké záliby/koníļky?
    a)ano b)ne

19. Jak trávíte svŢj volný ļas? (mŢţete zaţkrtnout více moţností)
    a)s pŘáteli
    b)sám
    c)u poļítaļe
    d)sportuji
    e)mám brigádu (jiţ si vydŘlávám)
    f)studiem
    g)jinéé é é é é é é é é é é é é é é é

20. Baví vás diskotéky, zábavy, koncerty, veļírky a podobné akce, kde se podává alkohol?
    a)ano b)ne

21. Zdá se vám, ţe ve srovnání s vaţimi vrstevníky máte více koníļkŢ a zájmŢ?
    a)ano b)ne

22. Byli byste ochotni zanechat svých zájmŢ a koníļkŢ kvŢli partŘ, která holduje alkoholu?
    a)ano b)ne

23. Máte jiţ jasnou pŘedstavu o tom, ļím byste se chtŘli v ţivotŘ ţivit a smŘřujete k tomu jiţ svoje aktivity?
    a)ano b)ne

24. Berete alkohol jako urļitý zpŢsob odreagování?
    a)ano b)ne

25. Jaké ve vás alkohol vyvolává pocity? (mŢžete zaţkrtnout více moţností)
    a)ztrácím zábrany
    b)dodává mi sebedŢvěru
    c)uvolnění a zábava
    d)radost a štěstí
    e)piji proto, ţe pijí ostatní
    f)určitý druh experimentování
    g)jiné é é é é é é é
    h)nikdy jsem nepil/a

26. Pili jste někdy jen proto, ţe jste se cítili opuštění, měli jste pocity sklíčenosti a prázdnoty?
    a)ano b)ne

27. Pili jste někdy jen proto, ţe vás něco trápilo?
    a)ano b)ne

28. Jestliţe jste byli někdy opilí či ví to vaši rodiče?
    a)ano b)ne c)nikdy jsem opilý nebyl/a

29. Vadilo vašim rodiči tím, ţe jste byli opilí?
    a)ano b)ne c)nevím

30. Vyvodili z vaší opilosti dŢsledky?
    a)ano b)ne

31. Existují ve vaší rodině jasná pravidla, co smíte a co ne? (pokud odpovíte ne, otázku 32. nevyplňujte)
    a)ano b)ne

32. Dodrţujete je?
    a)ano b)ne c)nikdy

33. Je ve vaší rodině běţnou součástí ţivota pití alkoholických nápojŢ?
    a)ano b)ne

34. Kolik je vám let?
é é é é é é é é é é é .

35. Jste
a)dívka b)chlapec