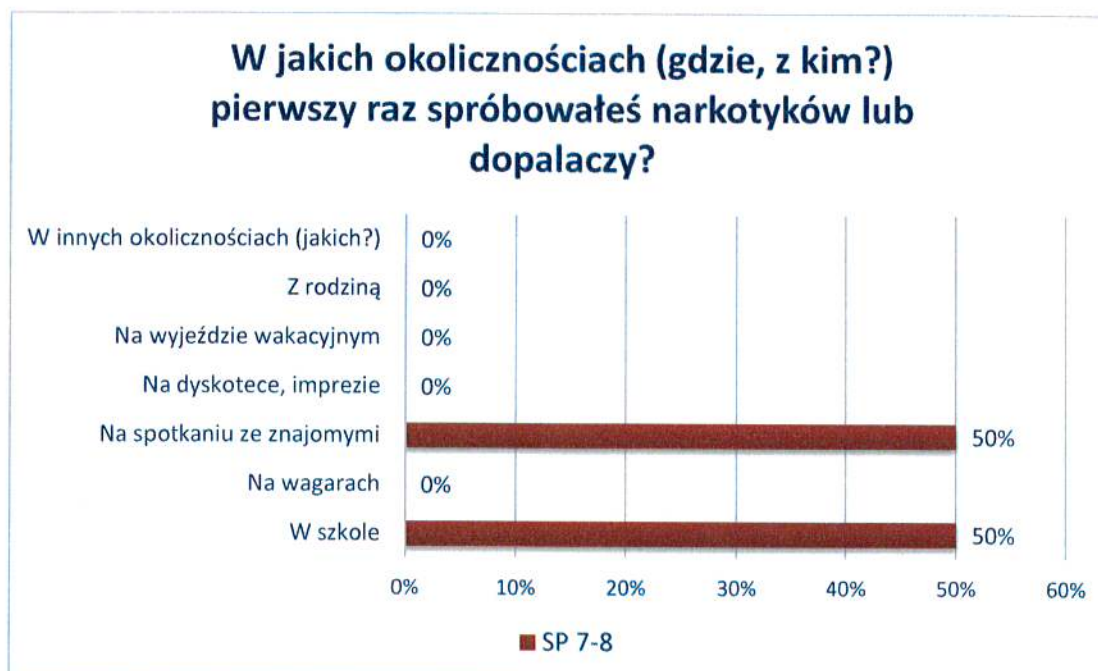
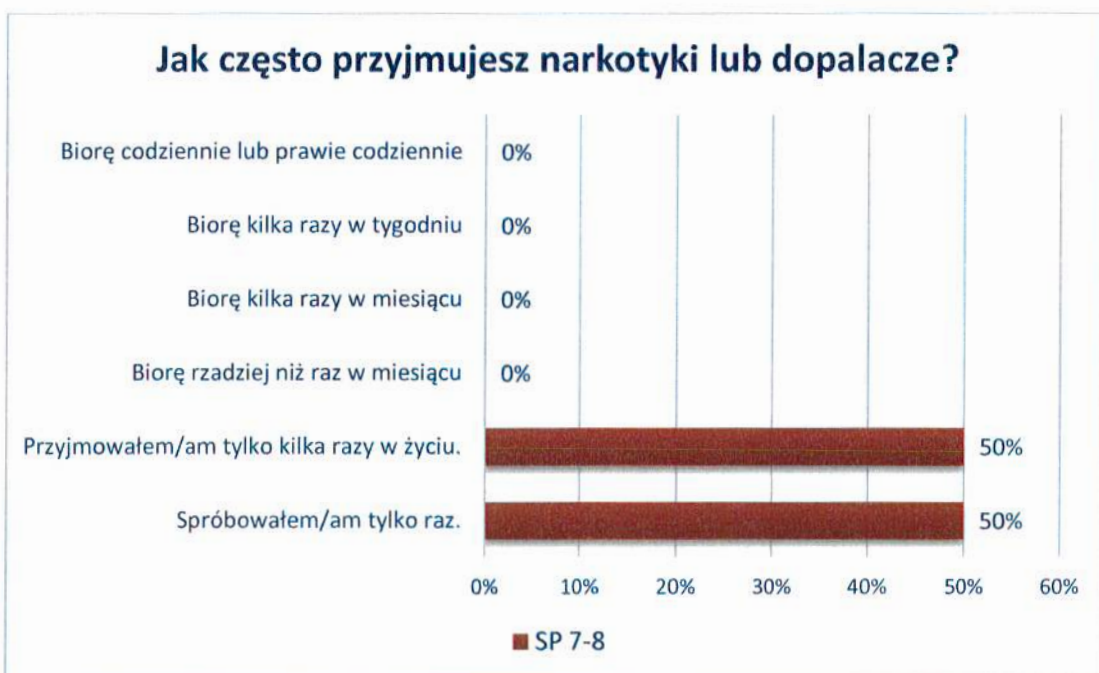
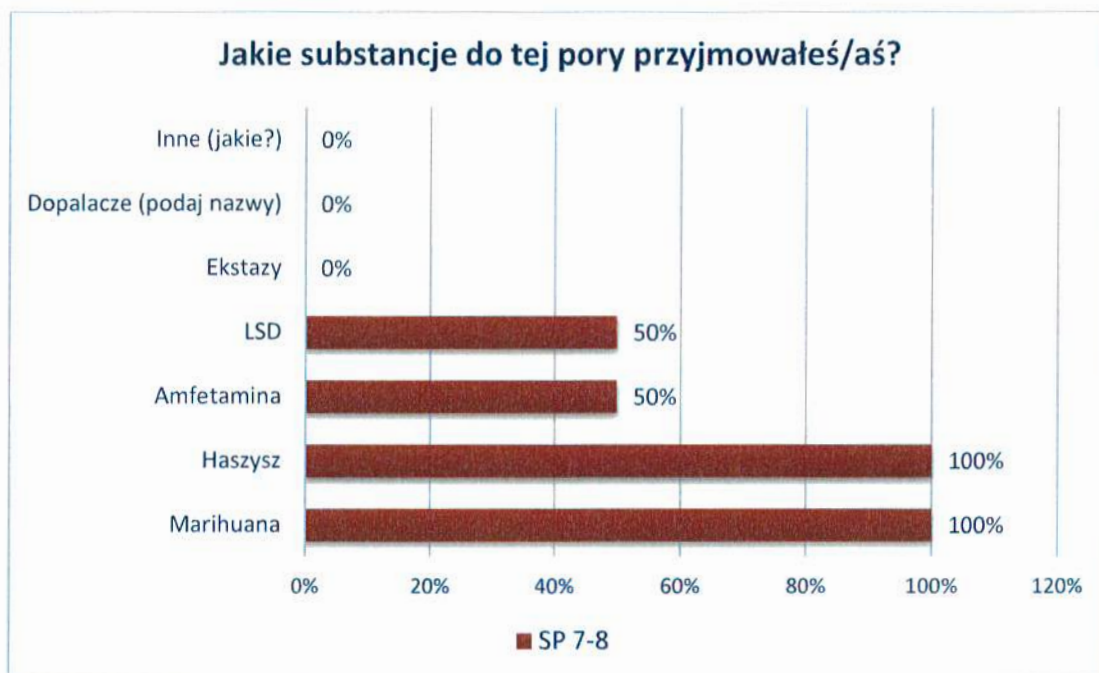


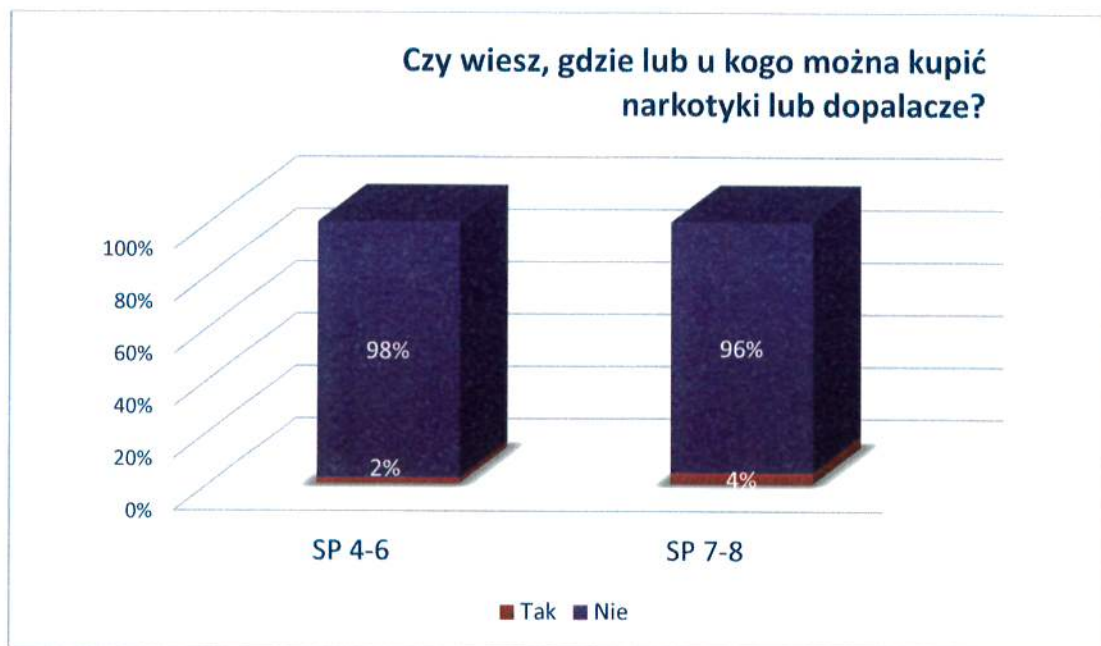
## SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: NARKOTYKI I DOPALACZE

Kilkoro starszych uczniów deklaruje inicjację narkotykami lub dopalaczami (3%). Jako okoliczności uczniowie podali szkołę (50%) oraz spotkanie ze znajomymi (50%). Uczniowie przyjmowali marihuanę (100%), haszysz (100%), amfetaminę (50%), LSD (50%). Część młodych ludzi, którzy mają za sobą próby przyjmowania narkotyków zrobiła to raz (50%), a część przyznaje, że kilka razy w życiu (50%).





Poniższe wykresy przedstawiają wiedzę na temat źródeł pozyskiwania narkotyków oraz subiektywną ocenę dostępności narkotyków i dopalaczy. **Zdecydowana większość uczniów nie wie, gdzie można kupić narkotyki lub dopalacze (SP 4-6 - 98%; SP 7-8 - 96%), aczkolwiek kilkoro uczniów sugeruje, że posiada tę wiedzę.**



W subiektywnym pytaniu czy łatwo jest kupić narkotyki lub dopalacze w Twoim otoczeniu 74% młodszych i 65% starszych uczniów nie zna odpowiedzi na to pytanie, a odpowiednio 25% i 32% uważa, że jest to trudne.





## POSTAWY WOBEC SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH

Zbadaliśmy postawy i przekonania uczniów na temat różnych substancji psychoaktywnych. **Młodzi ludzie w większości przyjmują konstruktywne postawy. Mają świadomość szkodliwości alkoholu oraz substancji psychoaktywnych. Jednocześnie nie uważają, że ich spróbowanie oraz przyjmowanie jest modne wśród rówieśników ze szkoły. Jednakże wśród młodych ludzi szeroko rozpowszechniony jest mit o mniejszej szkodliwości napojów alkoholowych niskoprocentowych oraz wysoki odsetek uważa, że alkohol pomaga się wyluzować.** Dokładne wyniki zamieszczone są w tabelach poniżej.

## Przekonania dotyczące substancji psychoaktywnych – SP 4-6

Twierdzenia	Zdecydowanie nie zgadzam się	Raczej nie zgadzam się	Raczej zgadzam się	Zdecydowanie zgadzam się
Alkohol zawarty w piwie jest mniej groźny niż ten zawarty w wódce.	33%	24%	17%	26%
Picie alkoholu pomaga się wyluzować i zapomnieć o smutkach.	3%	12%	26%	59%
Alkohol jest szkodliwy, szczególnie dla osób poniżej 18 roku życia.	63%	13%	5%	20%
To normalne, że osoby w moim wieku piją regularnie alkohol. Warto korzystać ze wszystkich sposobów na dobrą zabawę.	0%	1%	10%	89%
Bez alkoholu nie można się dobrze bawić na imprezie.	9%	3%	22%	66%
Dopalacze są mniej szkodliwe niż narkotyki.	12%	17%	24%	47%
To normalne, że osoby w moim wieku próbują narkotyków i dopalaczy. Wszystko jest dla ludzi!	1%	2%	14%	83%
Od dopalaczy można uzależnić się tak samo jak od narkotyków.	56%	20%	3%	21%
Jeśli ktoś bierze narkotyki z umiarem, to się nie uzależni.	7%	7%	26%	60%



Palenie papierosów jest modne w mojej szkole.	5%	3%	16%	76%
---	----	----	-----	-----

### Przekonania dotyczące substancji psychoaktywnych – SP 7-8

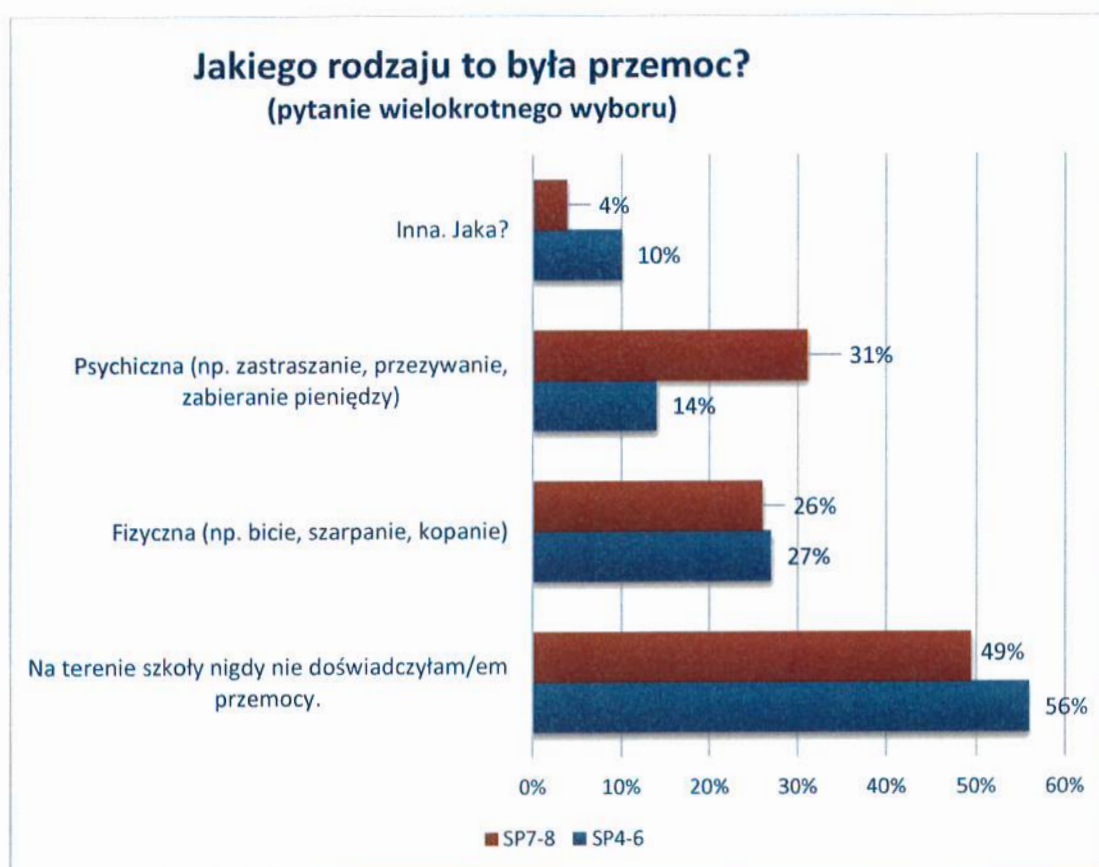
Twierdzenia	Zdecydowanie zgadzam się	Raczej zgadzam się	Raczej nie zgadzam się	Zdecydowanie nie zgadzam się
Alkohol zawarty w piwie jest mniej groźny niż ten zawarty w wódce.	26%	44%	14%	16%
Picie alkoholu pomaga się wyluzować i zapomnieć o smutkach.	6%	35%	27%	32%
Alkohol jest szkodliwy, szczególnie dla osób poniżej 18 roku życia.	40%	34%	16%	10%
To normalne, że osoby w moim wieku piją regularnie alkohol. Warto korzystać ze wszystkich sposobów na dobrą zabawę.	5%	9%	32%	54%
Bez alkoholu nie można się dobrze bawić na imprezie.	16%	13%	23%	48%
Dopalacze są mniej szkodliwe niż narkotyki.	13%	6%	39%	42%
To normalne, że osoby w moim wieku próbują narkotyków i dopalaczy. Wszystko jest dla ludzi!	3%	19%	9%	69%
Od dopalaczy można uzależnić się tak samo jak od narkotyków.	64%	23%	3%	10%
Jeśli ktoś bierze narkotyki z umiarem, to się nie uzależni.	13%	13%	25%	49%
Palenie papierosów jest modne w mojej szkole.	14%	18%	35%	33%

## PRZEMOC W SZKOLE

Zjawisko przemocy w środowisku młodych ludzi staje się problemem coraz bardziej aktualnym i wymagającym podjęcia odpowiednich rozwiązań. Agresja ujawniająca się w szkole często ma swoje źródła w przemocy domowej, kiedy rodzice uczą swoje dzieci niewłaściwych wzorców reagowania i podejmowania kontaktów z innymi ludźmi. Przeprowadzone ankiety w szkole pozwalają przyrzeć się dokładniej nasileniu zjawiska agresji w środowisku szkolnym.

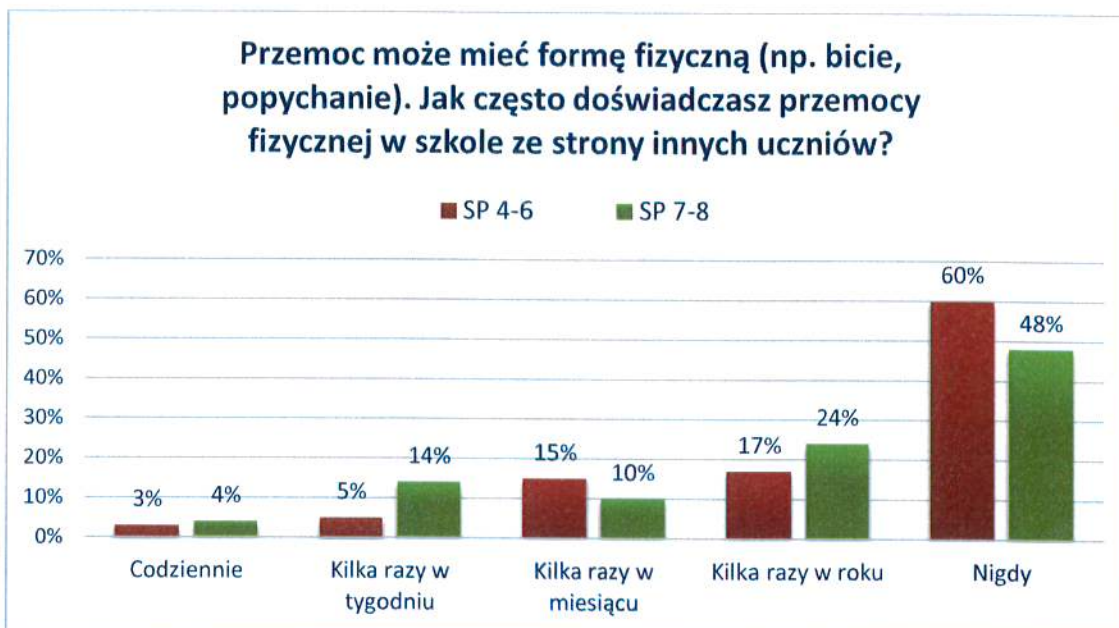
W ankiecie wytłumaczyliśmy uczniom, że przemoc może mieć formę fizyczną (np. bicie, popychanie) lub psychiczną (np. przezywanie, straszenie, wykluczanie z grupy). Zapytaliśmy ich, jak często doświadczają jakichkolwiek form przemocy.

Młodszy uczniowie najczęściej doświadczają przemocy fizycznej (27%), a starsi psychicznej (31%).

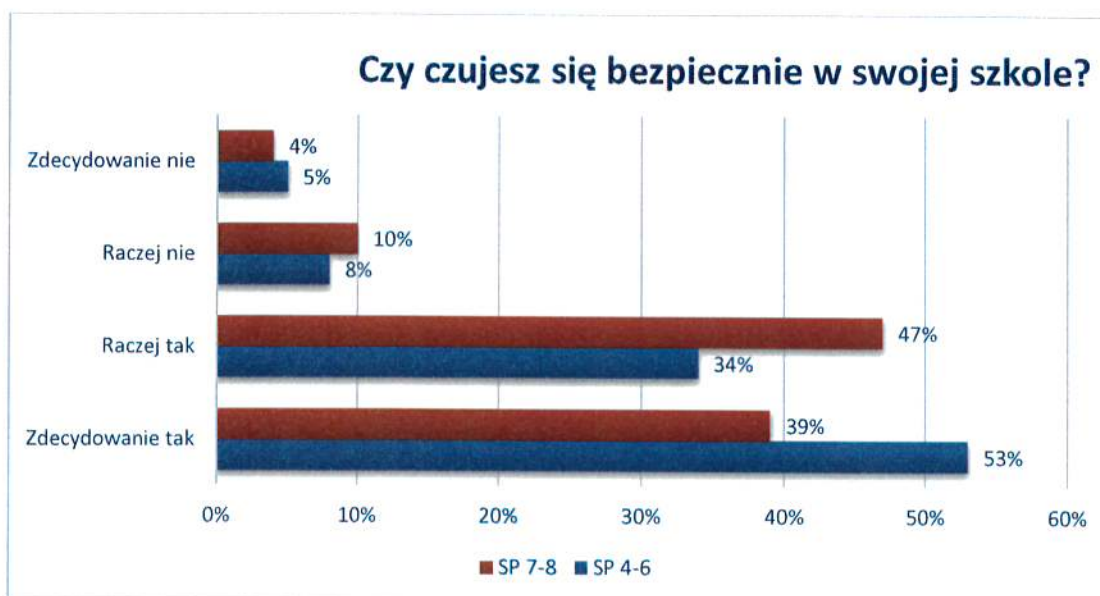


Uczniowie odpowiadali, że są ofiarami przemocy fizycznej ze strony innych uczniów kilka razy w roku (SP 4-6 – 17%; SP 7-8 - 24%), kilka razy w miesiącu (SP 4-6 – 15%; SP 7-8 -

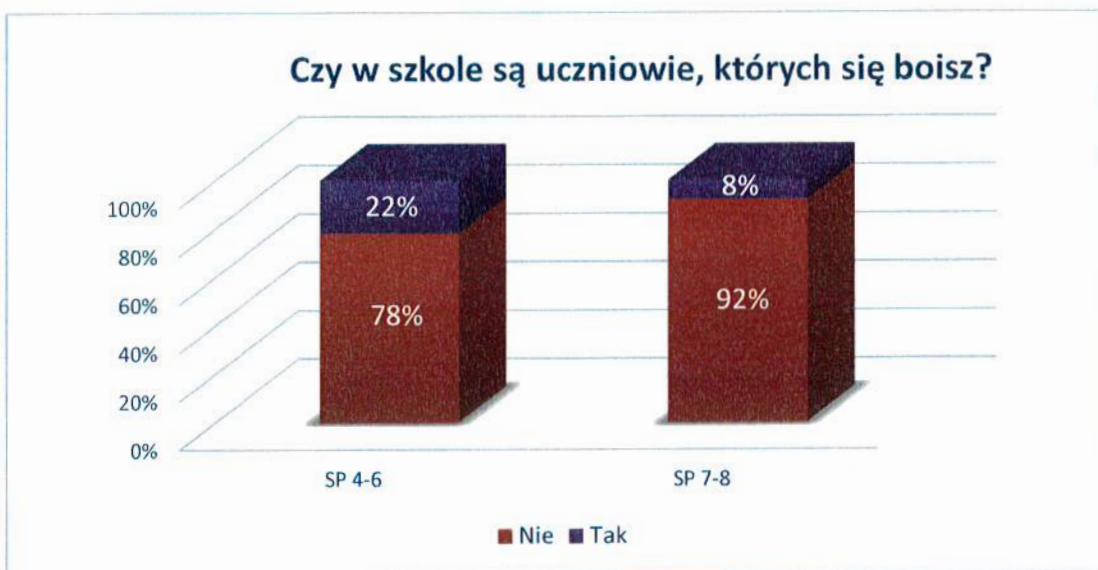
10%), kilka razy w tygodniu (SP 4-6 – 5%; SP 7-8 - 14%) oraz nawet codziennie (SP 4-6 – 3%; SP 7-8 – 4%).



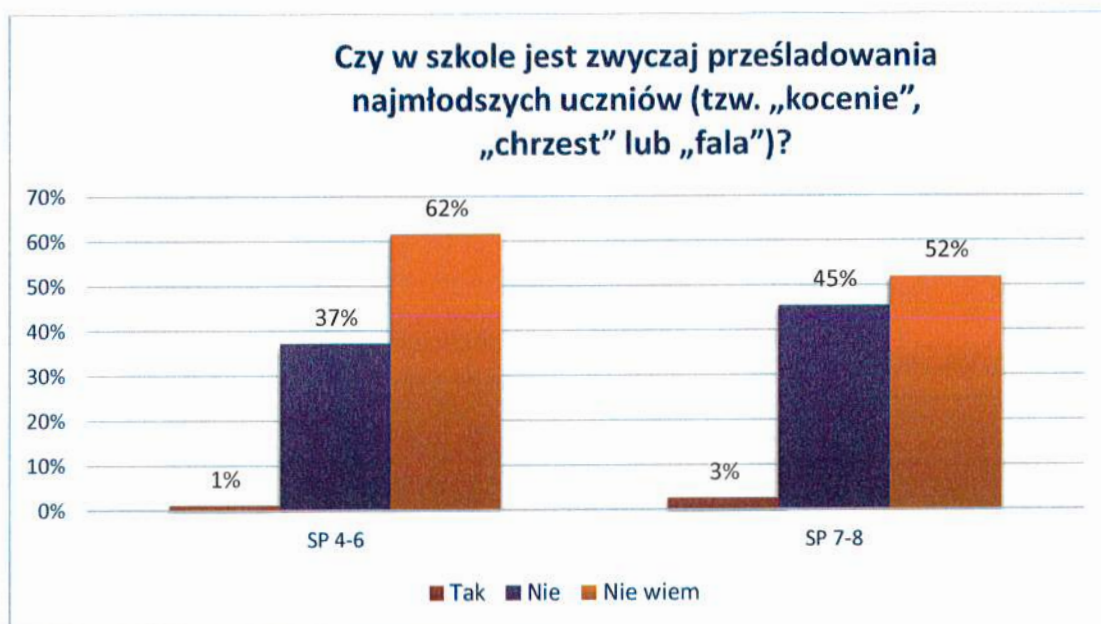
W następnym pytaniu nawiązaliśmy do poczucia bezpieczeństwa w szkole. Większość uczniów czuje się w szkole zdecydowanie lub raczej bezpiecznie (łącznie: SP 4-6 - 87%; SP 7-8 - 86%). **Jednakże część przyznaje, że nie czuje się bezpiecznie**, a na terenie szkoły są uczniowie, których się obawiają (SP 4-6 - 22%; SP 7-8 - 8%).







Z odpowiedzi udzielonych przez uczniów wynika, że w szkołach występuje zwyczaj „chrztu” młodszych uczniów, ale nie jest on rozpowszechniony.



---

## UZALEŻNIENIE OD INTERNETU I CYBERPRZEMOC

---

*Nadmierne korzystanie z Internetu staje się dziś niezwykle poważnym problemem społecznym. Na ryzyko uzależnienia szczególnie narażone są dzieci i młodzież, dla których Internet jest nieodłącznym elementem ich codziennej aktywności, życia społecznego oraz rozrywki. Badania pokazują, że problem staje się coraz poważniejszy i wymaga szybkiej reakcji rodziców, opiekunów i pedagogów. W Polsce 23% badanych nastolatków (w wieku 11–16 lat) stwierdziło u siebie przynajmniej jeden z badanych symptomów nadużywania Internetu. Najczęściej występujący symptom to surfowanie po Internecie nawet wtedy, kiedy to specjalnie nie jest interesujące (38%) oraz zaniedbywanie rodziny, znajomych i nauki szkolnej (35%).<sup>10</sup>*

*Poczynając od 2013 roku coraz więcej czasu spędzają w Internecie – w 2018 roku było to przeciętnie ponad cztery godziny na dobę. Do najpopularniejszych aktywności w sieci należy kontaktowanie się ze znajomymi, co deklaruje trzy czwarte badanych, a trzy piąte twierdzi, że w zasadzie cały czas są online, na bieżąco otrzymując wiadomości i reagując na nie. Trzy czwarte słucha muzyki, ponad połowa głównie ogląda seriale, połowa spędza czas na portalach społecznościowych (z których najpopularniejszy jest Facebook – 98% badanych deklaruje, że ma konto na Facebooku), jedna trzecia badanych szuka tam informacji potrzebnych do nauki.*

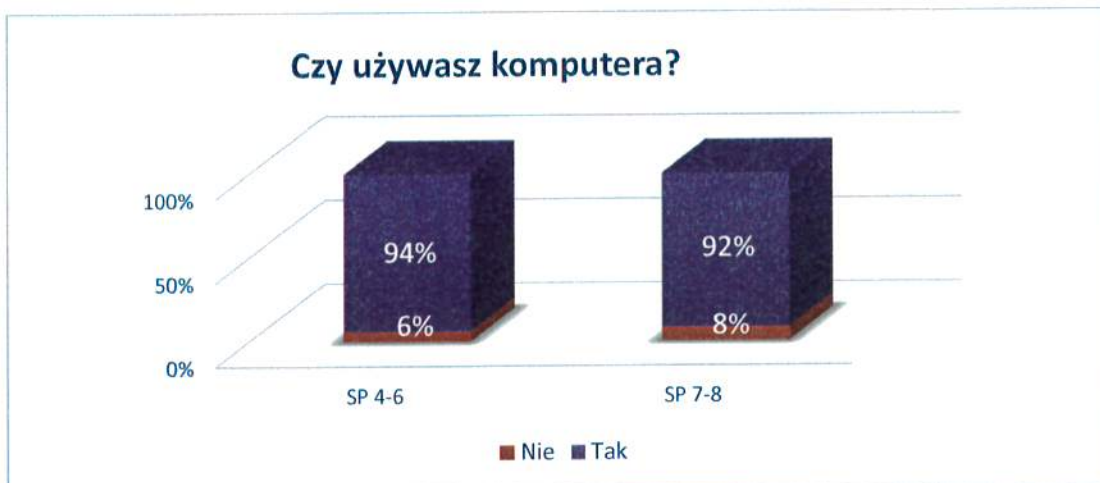
*W tym „życiu w sieci” na pewno pomagają smartfony – posiadane przez niemal wszystkich badanych uczniów – które łączą w sobie funkcje telefonu komórkowego i komputera. O tym, jak bardzo „wrosł” on w życie młodych ludzi, świadczy choćby fakt, że ponad połowa uczniów nie uważa za niewłaściwe używania smartfonów do przeglądania Internetu, portali społecznościowych lub aplikacji podczas lekcji.<sup>11</sup>*

**Uczniowie prawie jednogłośnie deklarują używanie komputera** (SP 4-6 - 94%; SP 7-8 - 92%). Odpowiedzi negatywne starszych uczniów spowodowane były preferowaniem telefonu zamiast komputera.

---

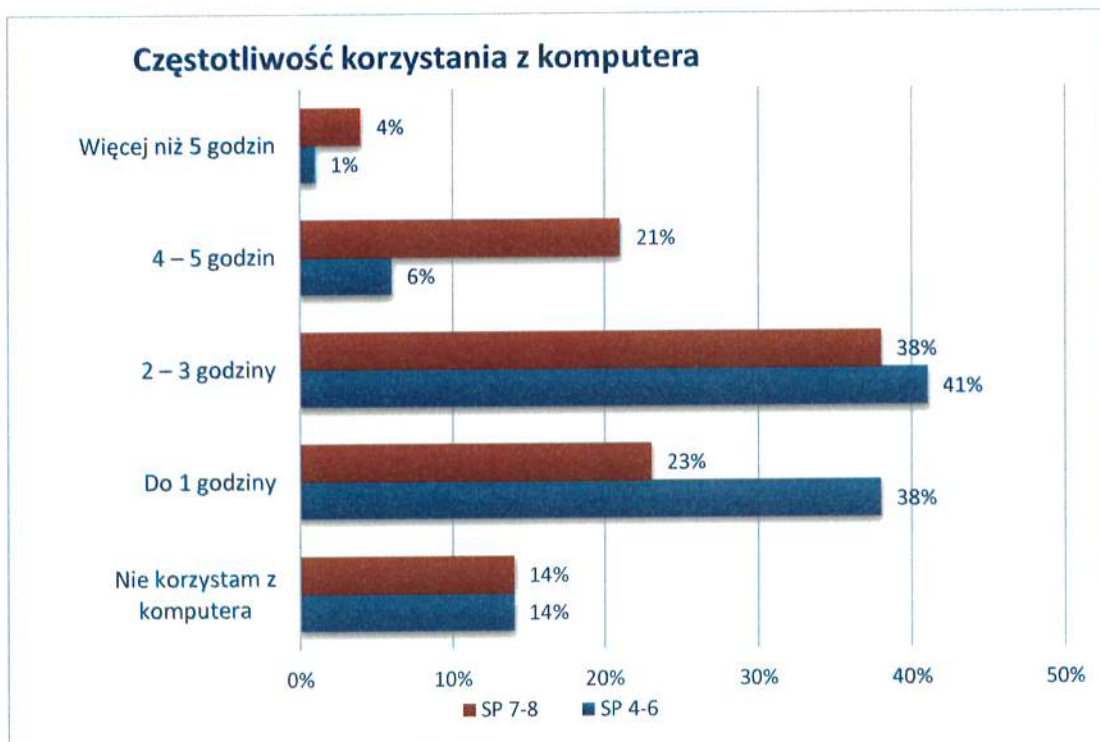
<sup>10</sup> L. Kirwil L., Polskie dzieci w Internecie. Zagrożenia i bezpieczeństwo – część 2. Częściowy raport z badań EU Kids Online II, SWPS, Warszawa 2011.

<sup>11</sup> Mirosława Grabowska, Magdalena Gwiazda, na podstawie danych Centrum Badania Opinii Społecznej oraz Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Młodzież 2018, Warszawa 2019

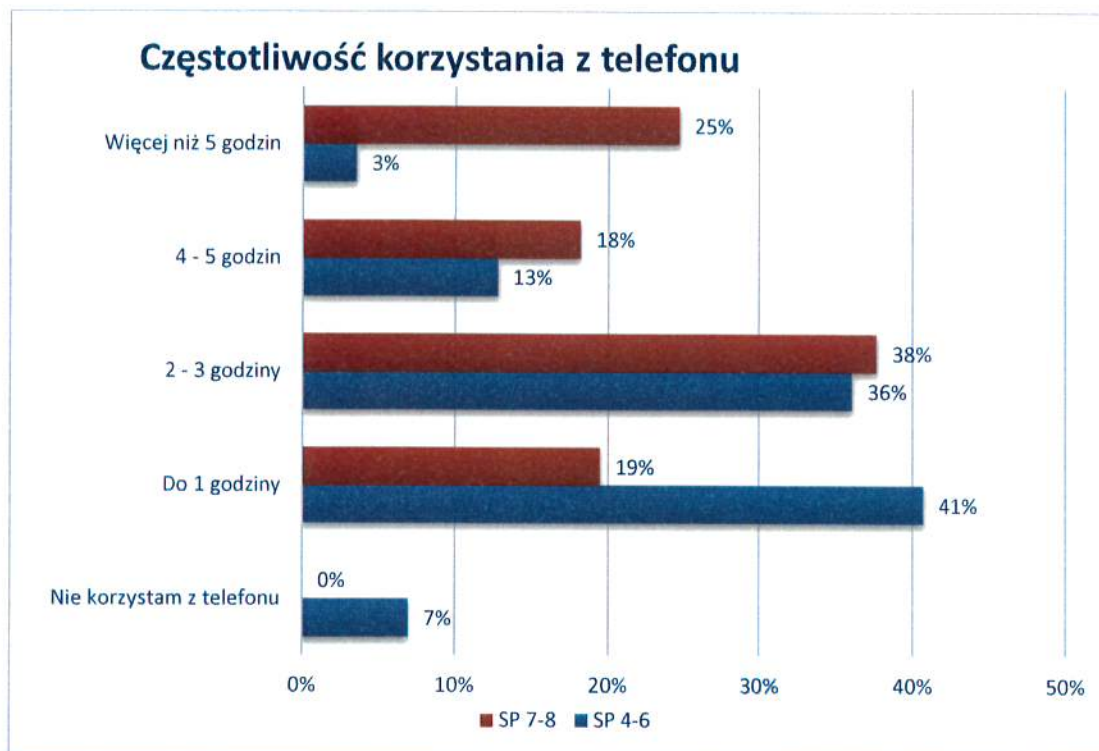


Większość uczniów spędza przed komputerem poniżej 3 godzin dziennie (poza szkołą): łącznie SP 4-6: 79%; SP 7-8 – 61%. Podobnie uczniowie deklarują w przypadku korzystania z telefonu: poniżej 3 godziny (SP 4-6- 77%; SP 7-8 – 57%), aczkolwiek zauważalna część starszych uczniów spędza powyżej 4 godzin dziennie (43%).

W praktyce może to oznaczać, że po przyjściu ze szkoły korzystanie z komputera i telefonu jest dla nich jedyną formą spędzania czasu.





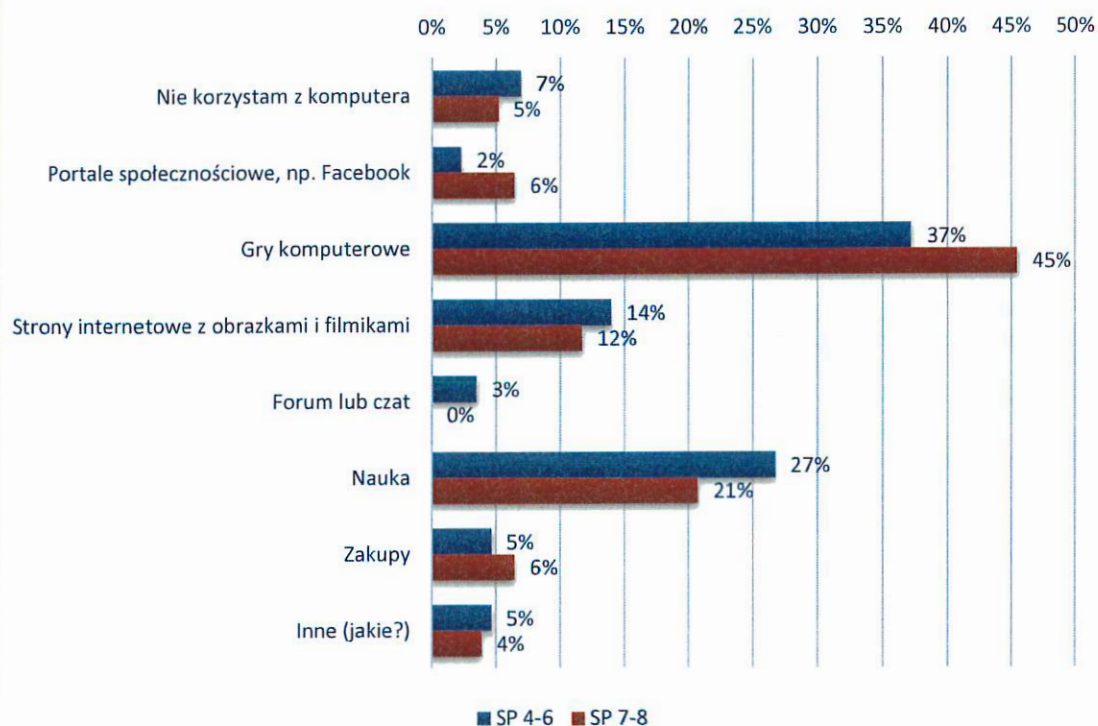


Zapytaliśmy uczniów, w jaki sposób najczęściej wykorzystują komputer oraz telefon, kiedy spędzają przy nim czas.

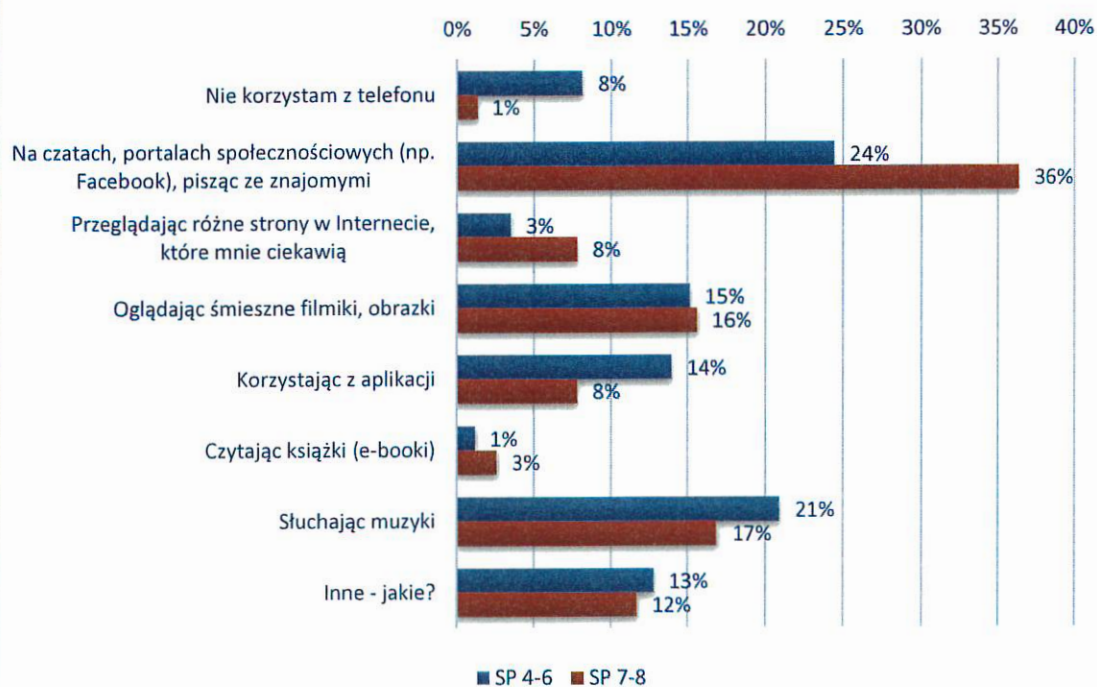
**Najbardziej popularnymi formami podczas korzystania z komputera okazują się być gry komputerowe (SP 4-6 - 37%; SP 7-8 – 45%).** 27% młodszych uczniów oraz 21% starszych przeznacza czas na naukę.

Natomiast podczas korzystania z telefonu na pierwszym miejscu znajdują się portale społecznościowe (SP 4-6 - 24%; SP 7-8 – 36%), na drugim miejscu jest słuchanie muzyki (SP 4-6 - 21%; SP 7-8 – 17%) oraz oglądanie śmiesznych filmików/obrazków (SP 4-6 - 15%; SP 7-8 – 16%).

### Na co poświęcasz najwięcej czasu korzystając z komputera?



### Na co poświęcasz najwięcej czasu korzystając z telefonu?



Internet jako nieocenione narzędzie komunikacji, edukacji oraz rozrywki jest atrakcyjnym medium. Należy jednak pamiętać, że korzystanie z Internetu może wiązać się z występowaniem licznych zagrożeń: przestępstw internetowych, cyberbullyingu, stalkingu, sekstingu, szantażu, podszywania się, hatingu. W badaniu postanowiliśmy sprawdzić doświadczenia związane z cyberprzemocą. Wyniki badań wskazują, że uczniom nie są obce wymienione poniżej doświadczenia.

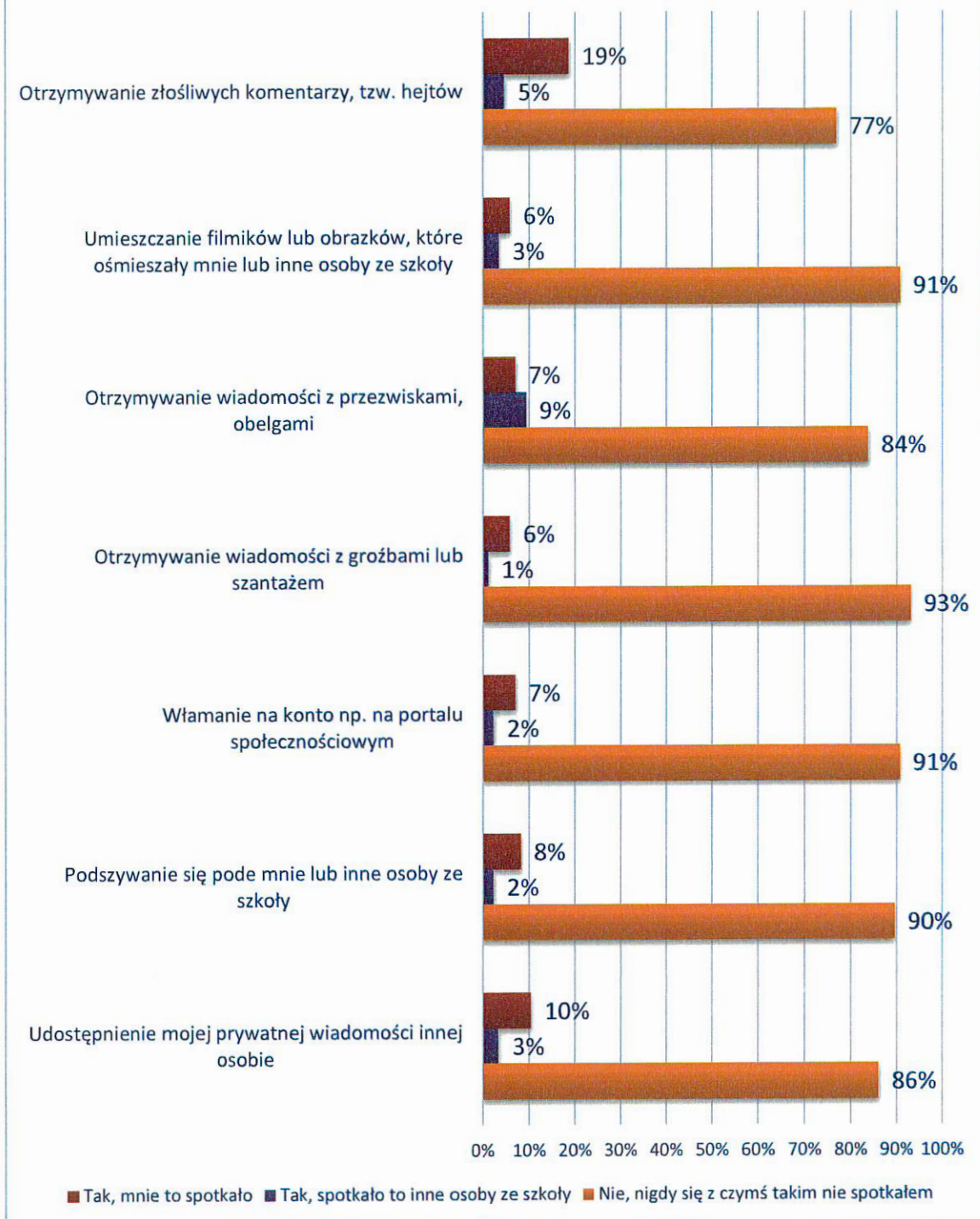
**19% uczniów klas 4-6 i 40% uczniów klas 7-8 doświadczyło w przestrzeni internetowej zjawiska hatingu, nazywanego potocznie przez uczniów „hejtowaniem”.** Polega ono na otrzymywaniu obraźliwych komentarzy atakujących bezpośrednio osobę. Komentarze takie są widoczne publicznie w serwisach społecznościowych i często występują w formie zmasowanej – jeden negatywny komentarz powoduje falę kolejnych. Dla dorastającej młodzieży doświadczenie hatingu może być niezwykle traumatyczne. Okres dojrzewania jest czasem, gdy środowisko rówieśnicze stanowi najmocniejszy punkt odniesienia. Odrzucenie, a wręcz nienawiść ze strony innych młodych osób może stanowić zagrożenie dla poczucia własnej wartości i rozwijającej się tożsamości.

**Uczniowie również często otrzymywali wiadomości z przezwiskami i obelgami (SP 4-6 – 7%; SP 7-8 – 32%), ich prywatne wiadomości zostały udostępnione innej osobie (SP 4-6 - 10%; SP 7-8 - 30%) oraz doświadczyli włamania na konto (SP 4-6 - 7%; SP 7-8 - 14%)**

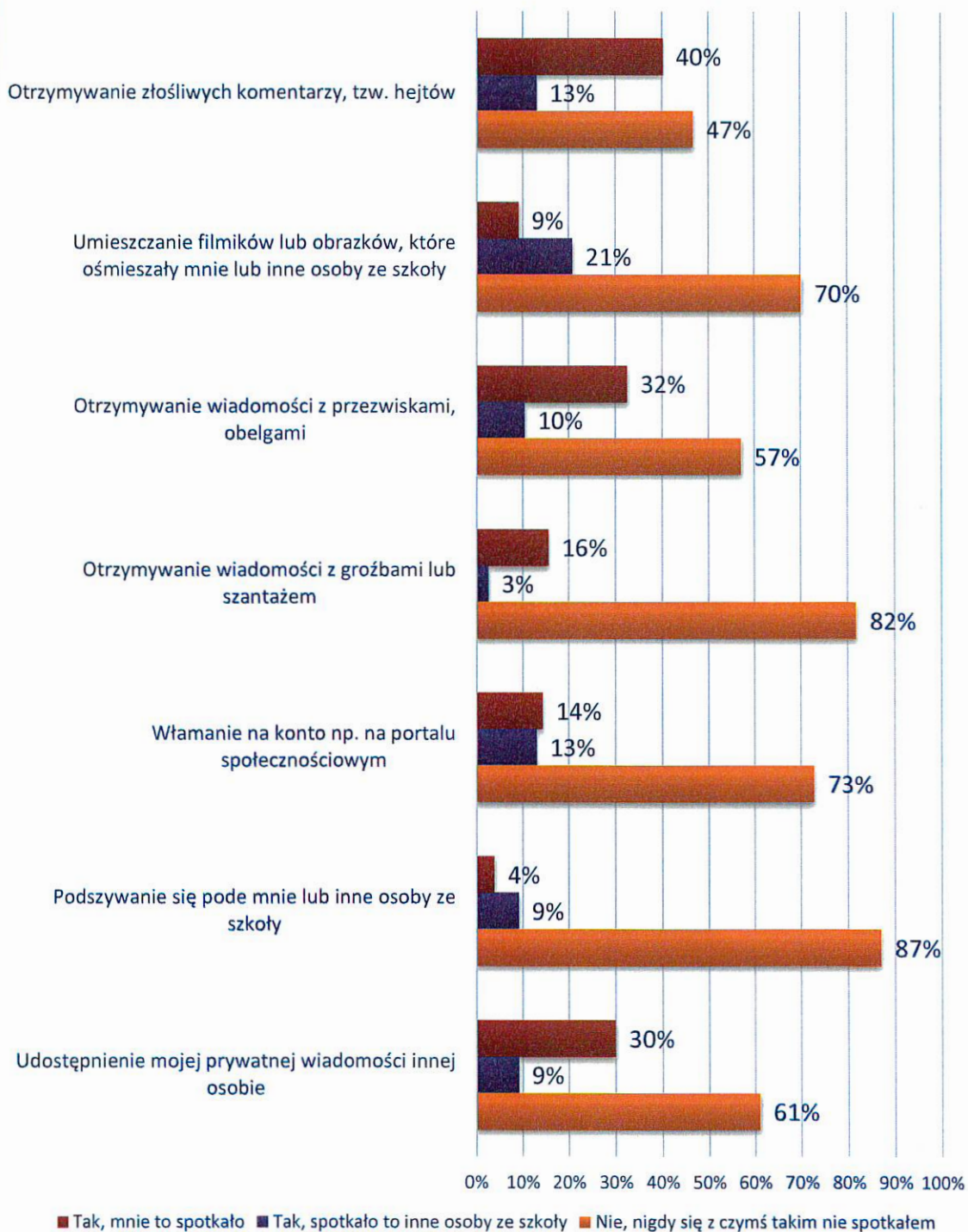
**Wskazuje to na konieczność edukacji z zakresu bezpiecznego korzystania z Internetu:** wspierania świadomości prawnej, umiejętności ochrony przed niebezpiecznymi sytuacjami, wiedzy dotyczącej ochrony własnych danych.



### Styczność z cyberprzemocą - SP 4-6



### Styczość z cyberprzemocą - SP 7-8



## HAZARD

Prawie 5% młodzieży gimnazjalnej i ponadgimnazjalnej gra na automatach o niskich wygranych stanowi jedną z często praktykowanych form spędzania czasu wolnego (przynajmniej raz na tydzień lub prawie codziennie)<sup>12</sup>. Nastolatki w stopniu większym niż osoby dorosłe są podatne na patologiczny hazard, a zwłaszcza na negatywne skutki gier<sup>13</sup>. Faktem jest, że – szczególnie dla młodzieży – hazard w Internecie jest generalnie dużo łatwiej dostępny niż hazard tradycyjny, ze względu na mniejszą kontrolę wieku oraz możliwość grania o dużo niższe stawki<sup>14</sup>.

Odsetek młodych ludzi mających styczność z formą „rozrywki” jaką jest gra na automatach jest zauważalny: 10% uczniów klas 4-6 oraz 43% uczniów klas 7-8 ma za sobą takie doświadczenia.



<sup>12</sup> P. Sobierajski, J. Szczepkowski, *Postawy zdrowotne młodzieży gimnazjalnej i ponadgimnazjalnej*, Wydawnictwo Edukacyjne Akapit, Toruń 2011.

<sup>13</sup> M. Griffiths M., *Gry i hazard. Uzależnienia dzieci w okresie dorastania*, GWP, Gdańsk 2004.

<sup>14</sup> M. Griffiths M., Gambling Addiction on the Internet, w: Young K. S., Abreu N. de (ed.), *Internet Addiction. A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*, Hoboken: John Wiley and Sons.



**W porównaniu do gier na automatach, internetowe gry „na pieniądze” są mniej popularne wśród młodych ludzi (SP 4-6 – 0%; SP 7-8 – 9%).**



---

## CZAS WOLNY

---

*Wśród ulubionych sposobów spędzania czasu wolnego młodzieży dominują spotkania z przyjaciółmi i znajomymi (86%). Popularną aktywnością towarzyską są też wyjścia do dyskotek i klubów (19%), jednak miłośników tego typu rozrywki po raz kolejny ubyło. Blisko jedna trzecia badanych (31%) najchętniej przeznaczą wolny czas na uprawianie sportu, które jest minimalnie mniej popularne niż dwa lata temu. Po jednej czwartej uczniów lubi spędzać czas grając w gry komputerowe (25%) lub surfując w Internecie (25%), a jedna dziesiąta (10%) – na udzielaniu się w serwisach społecznościowych. Podobne jak przed dwoma laty odsetki uczniów preferują spędzać wolny czas z książką (17%) lub przed telewizorem (18%). Około jednej ósmej (13%) poświęca czas na aktywności artystyczne, a nieco mniej (9%) chodzi na koncerty. „Nicnierobienie” – spanie, leżenie, odpoczywanie – stanowi preferowaną formę spędzania czasu wolnego niemal jednej trzeciej młodzieży (29%), a jej popularność utrzymuje się od dwóch lat na wyższym niż wcześniej poziomie.<sup>15</sup>*

Czas wolny to czas, który pozostaje do dyspozycji dziecka po wypełnieniu obowiązków szkolnych i domowych, na odpoczynek, regenerację fizyczną i psychiczną organizmu, ale także na zabawę oraz rozwój zdolności i zainteresowań.

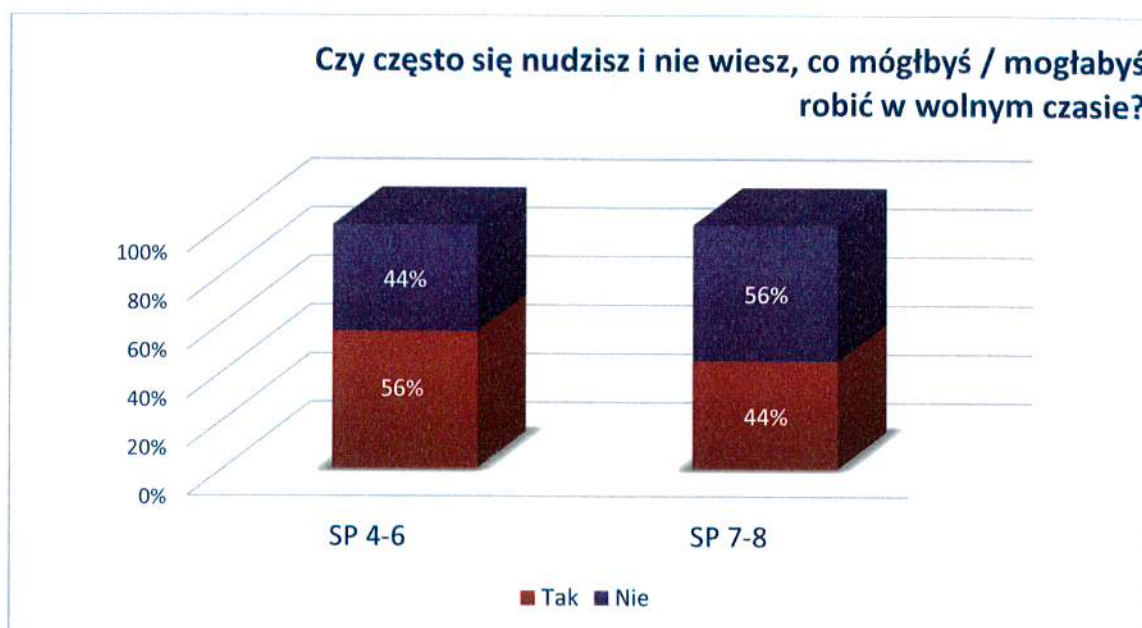
Zapytaliśmy, więc ankietowanych uczniów czy mają obowiązki w domu. Zdecydowana większość młodzieży udzieliła odpowiedzi twierdzącej (SP 4-6 – 87%; SP 7-8 – 92%), a jako przykłady podwali sprzątanie swojego pokoju, wynoszenie śmieci oraz opiekę nad zwierzętami. Posiadanie obowiązków przez dziecko niewątpliwie korzystnie wpływa na jego rozwój, poprzez naukę odpowiedzialności, systematyczności, a także przygotowanie do dorosłego życia.

---

<sup>15</sup> Centrum Badania Opinii Społecznej, Komunikat z badań: Młodzież 2018, Warszawa 2019 (dostęp: 5.10.2020 r.)



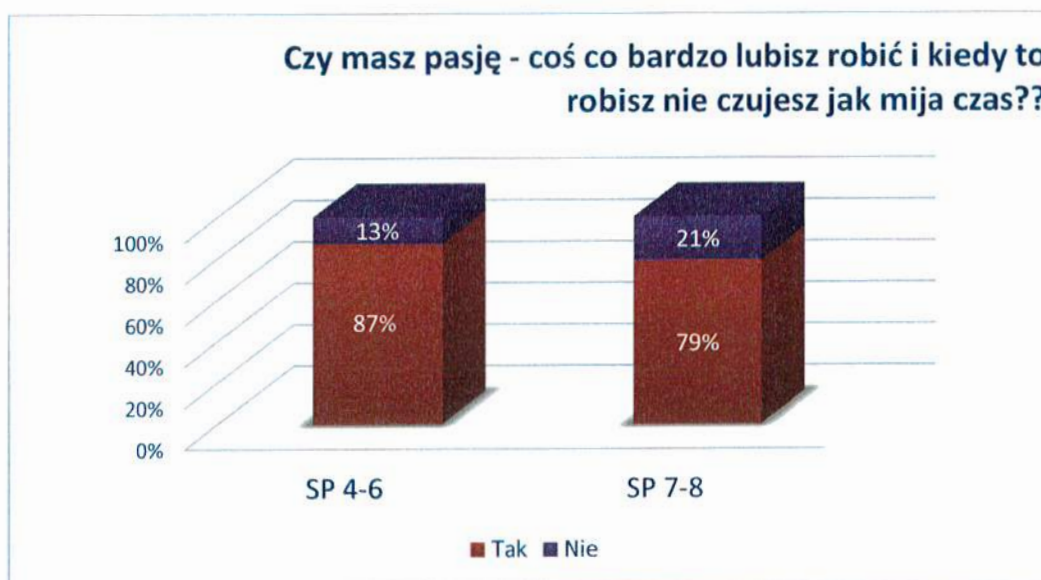
Zauważalna część ankietowanej młodzieży, w szczególności młodszy uczniowie, nie ma pomysłu na spędzanie czasu wolnego (SP 4-6 – 56%; SP 7-8 – 44%).



Zapytaliśmy, również ankietowanych uczniów czy mają pasję, czyli coś co lubią robić w wolnym czasie. Zdecydowana większość uczniów udzieliła odpowiedzi twierdzącej: 87% SP 4-6 oraz 79% SP 7-8.



Uczniowie w obu grupach wiekowych w tym pytaniu wskazywali piłkę nożną, taniec, jazdę na rowerze, jazdę na hulajnodze lub rollkach oraz aktywności artystyczne typu śpiew i rysowanie. Wśród starszych pojawiła się również gra na różnego rodzaju instrumentach, siatkówka, pływanie.



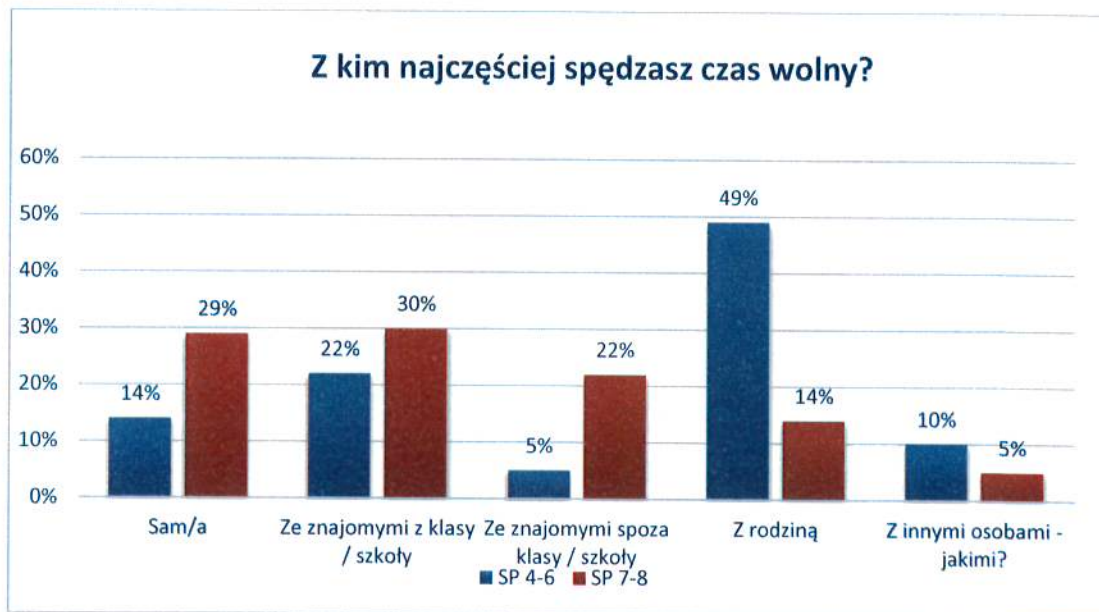
Największy wpływ na sposób organizowania czasu wolnego przez dzieci ma rodzina, a dokładniej wzorce, jakie w niej panują. To na rodzicach spoczywa największy obowiązek rozwijania u swoich pociech umiejętności wykorzystywania czasu wolnego. Wspólne spędzanie czasu, gry i zabawy w gronie rodziny, wspólne spacerowanie i rozmowy pozwalają nie tylko na wspaniałe spędzenie popołudnia czy wieczoru, ale też pozwalają dziecku wykształcić nawyk przyjemnego spędzania czasu wolnego. Im młodsze dziecko, tym większy wpływ mają na jego rozwój osoby znaczące oraz wzorce przez nie przekazywane.

49% młodszych uczniów oraz 14% starszych uczniów odpowiedziało, że czas wolny spędza z rodziną. Jako formę spędzania czasu niejednokrotnie młodzież wskazywała gry planszowe oraz gotowanie. Inne odpowiedzi dotyczyły oglądania telewizji, filmów.

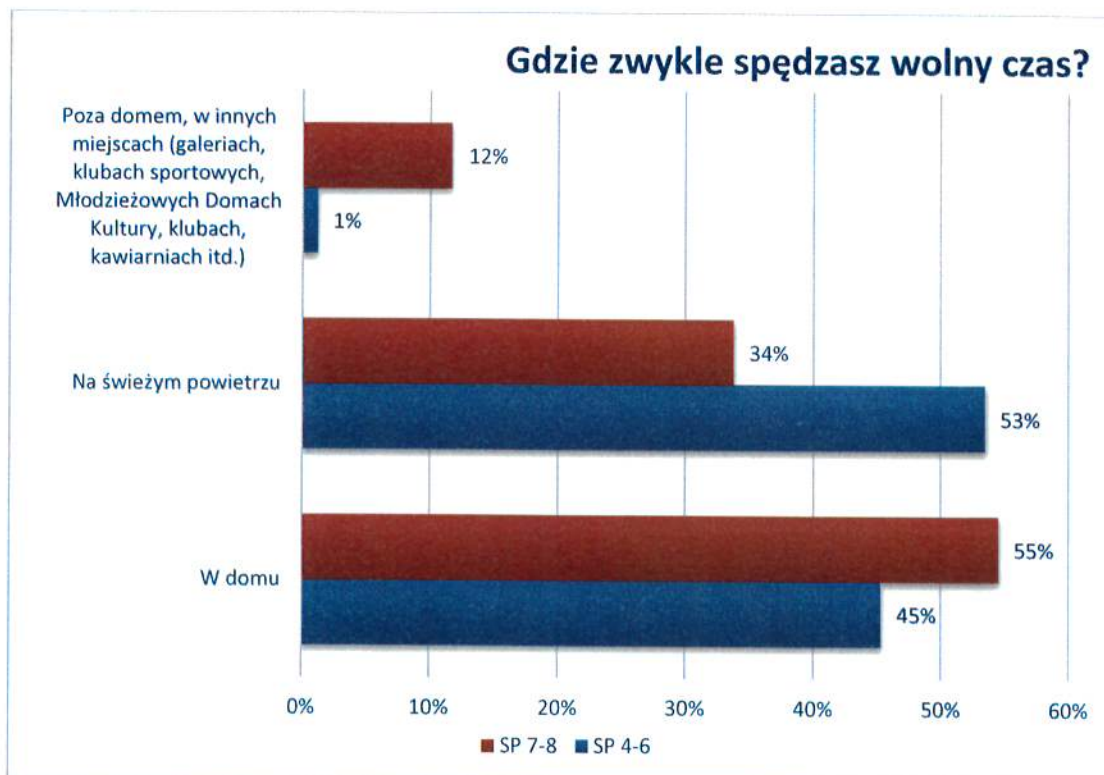
Starsi uczniowie deklarują, że najwięcej czasu spędzają ze znajomymi z klasy i z poza klasy (łącznie 52%) oraz w samotności (30%).

Jako samotne formy spędzania czasu młodzież replikowała słuchanie muzyki, granie na komputerze, czytanie książek oraz odrabianie zadań domowych.

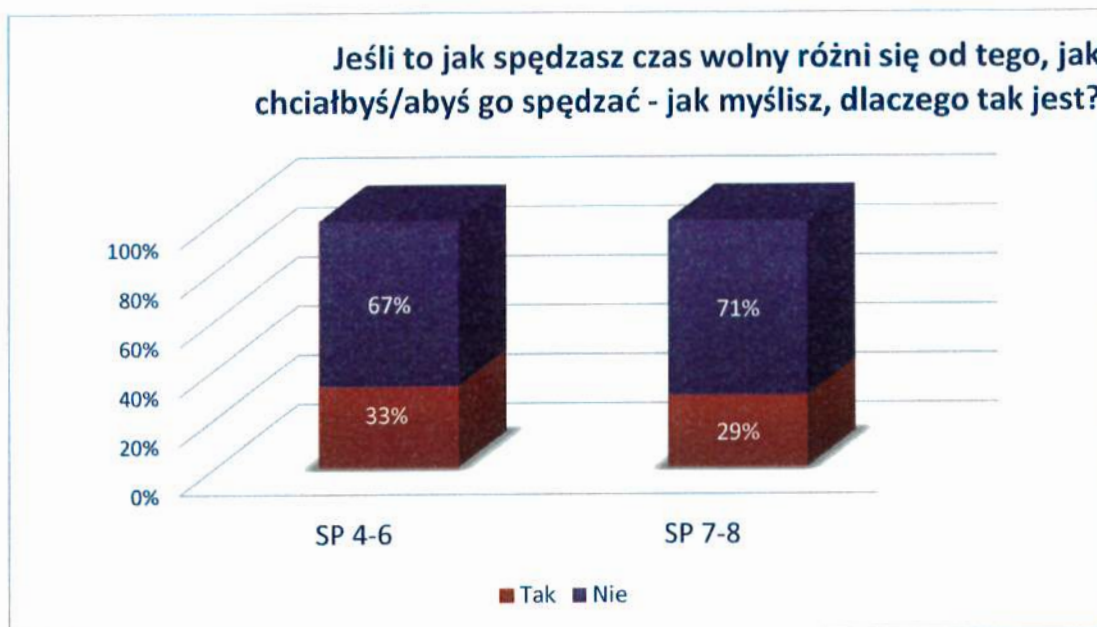
22% młodszych uczniów spędza czas ze znajomymi z klasy. W tym czasie młodszy uczniowie odpowiadali, że grają w gry i chodzą na plac zabaw, starsi natomiast najczęściej jeżdżą na rowerze oraz grają w piłkę.



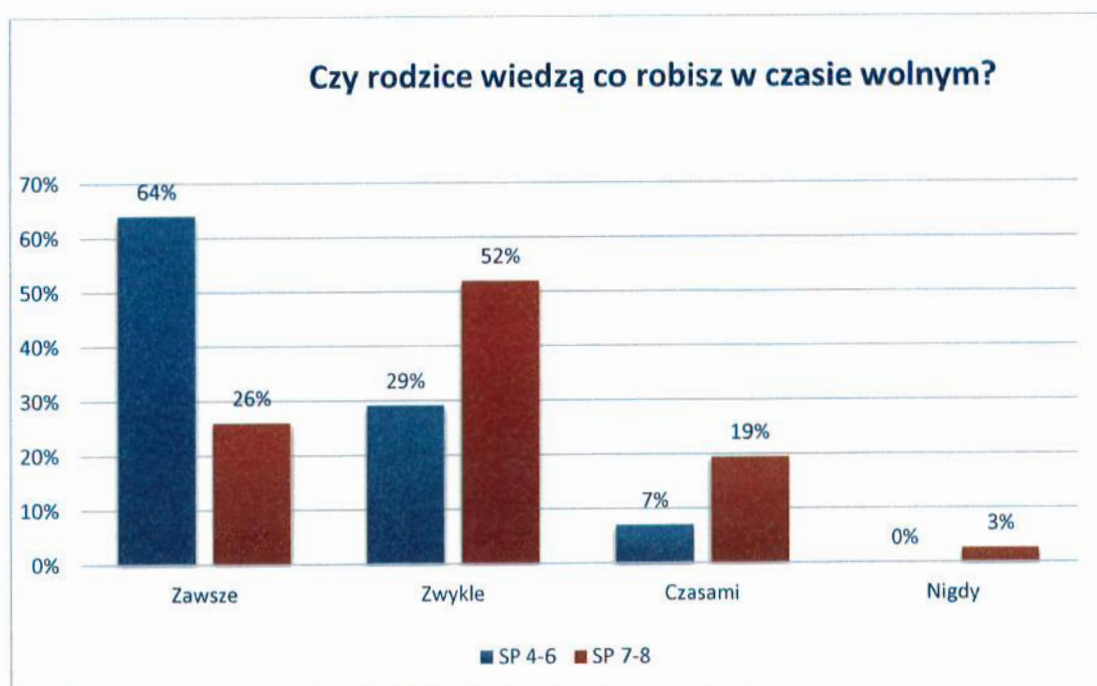
Młodszy uczniowie z gminy Miedzichowo najwięcej czasu spędzają na świeżym powietrzu (53%), natomiast starsi deklarują przebywanie w domu (55%).



W subiektywnej opinii badanej młodzieży realne spędzanie czasu wolnego nie różni się od tego w jaki sposób chcieliby go spędzać (SP 4-6 – 67%; SP 7-8 – 71%). Uczniowie, którzy spędzają czas wolny w inny sposób, niż by chcieli, argumentują to brakiem czasu, dużo ilością nauki oraz wysokim kosztem zajęć dodatkowych.



Na koniec zapytaliśmy uczniów, czy rodzice wiedzą, co robią w czasie wolnym. Dokładne odpowiedzi zaprezentowano poniżej.





---

## TELEWIZJA

---

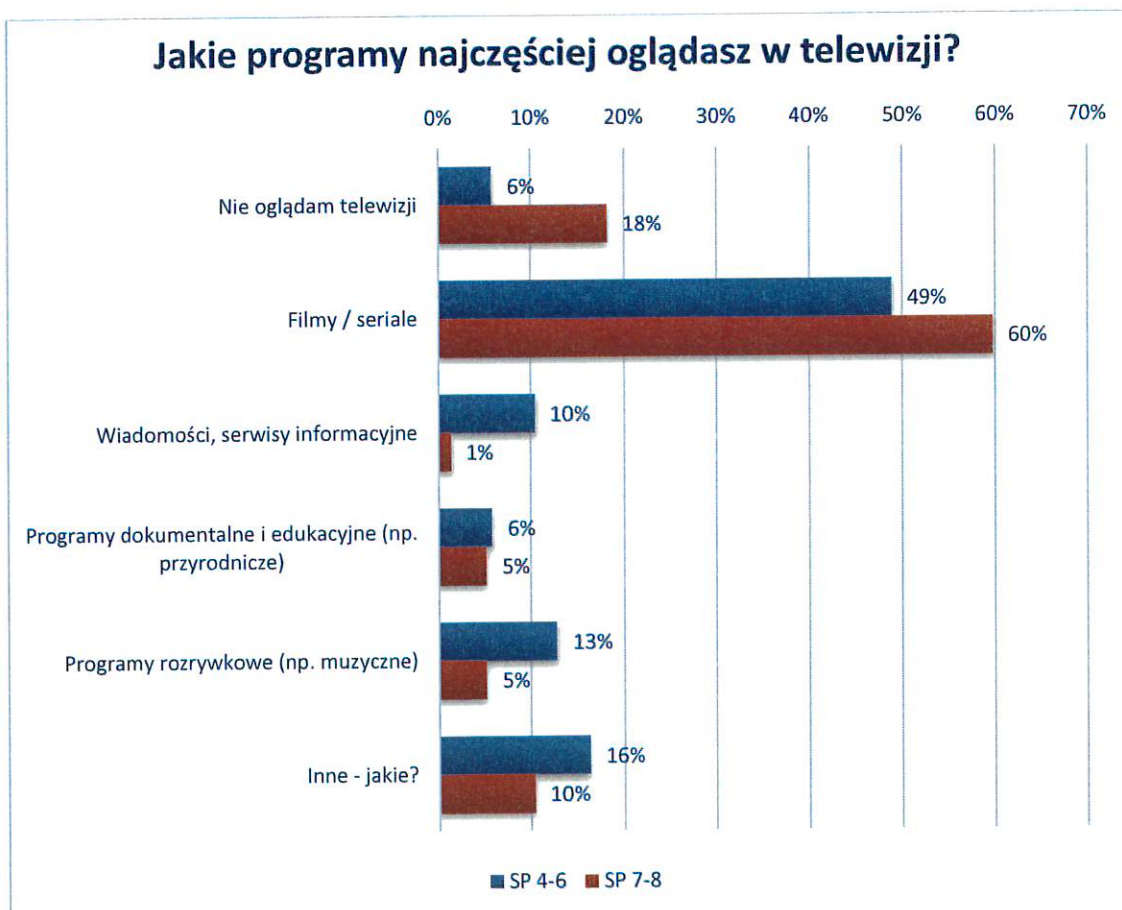
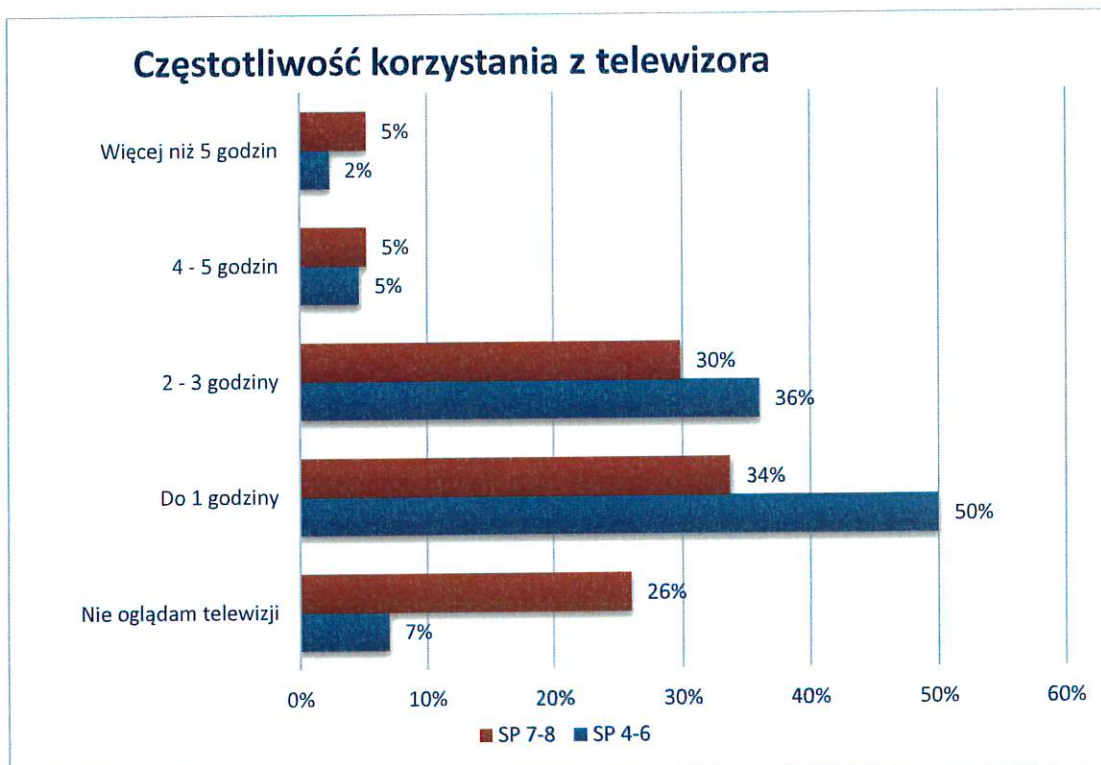
*We fragmencie opracowania „Telewizja a poziom agresji” przede wszystkim podano liczne przykłady programów telewizyjnych, skutkujące wzrostem poziomu niepokoju, a nawet agresji wśród dzieci i młodzieży. Wynika to stąd, że korzystając z nieskrępowanego dostępu do wielu kanałów, najmłodszy telewidz napotyka na duże trudności z odnalezieniem audycji o miłości, przyjaźni czy bezinteresowności. Z drugiej strony, z łatwością odnajduje programy ukazujące konflikty, bójki, prostytutkę, rozwody, zdrady, molestowanie seksualne, gwałty, zabójstwa, szantaż itp. Przemoc i agresja są na porządku dziennym i to nie tylko w filmach skierowanych do dorosłych, ale co zatrażające – również do dzieci. Zwrócono uwagę także na złudny obraz piękna, lansowany przez telewizję. Młodzi telewidzowie za wszelką cenę często starają się upodobnić do postaci „ze szklanego ekranu”, co często wiąże się z konsumpcyjnym stylem życia.<sup>16</sup>*

Zapytaliśmy anektowanych uczniów, ile czasu spędzają przed telewizorem. Uczniowie deklarowali najczęściej 2-3 godziny (SP 4-6 – 36%; SP 7-8 – 30%) oraz poniżej 1 godzinny dziennie (SP 4-6 – 50%; SP 7-8 – 34%).

Zapytaliśmy uczniów, również o to jakie programy najczęściej oglądają. Najbardziej popularnymi programami w telewizji są filmy i seriale (SP 4-6 – 49%; SP 7-8 – 60%).

---

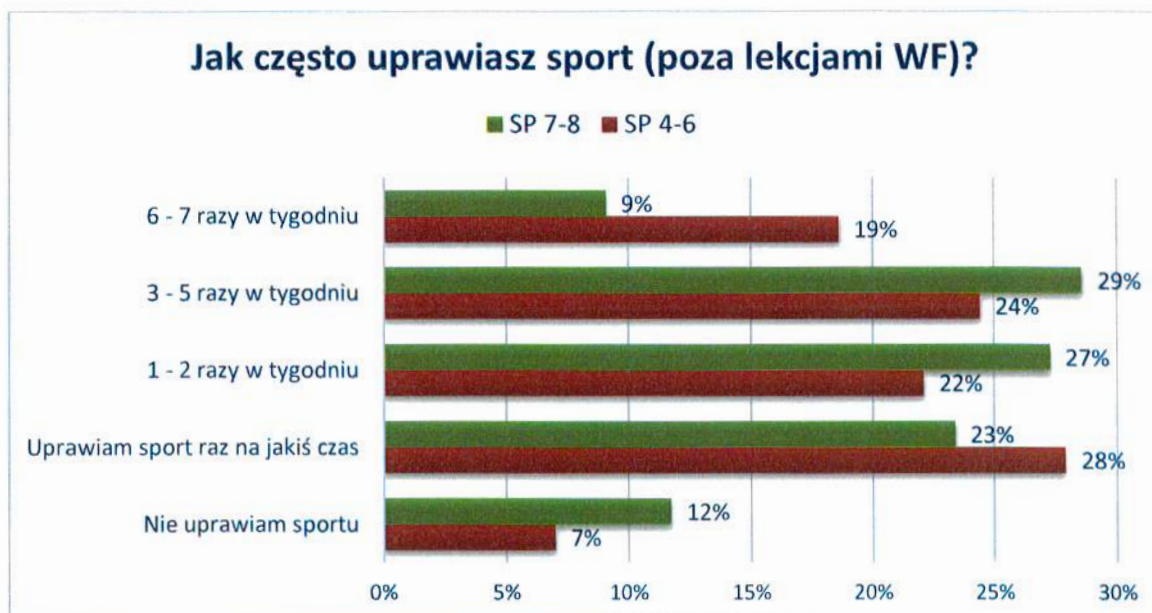
<sup>16</sup> Rola telewizji w kształtowaniu zachowań zdrowotnych dzieci i młodzieży. Cz. III. Zachowania antyzdrowotne, Hygeia Public Health 2011, źródło: <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2011/hyg-2011-2-235.pdf> (dostęp: 6.10.2020)



## SPORT

W ciągu ostatniego roku sześciu na dziesięciu Polaków uprawiało jakiś sport bądź ćwiczenia fizyczne. Najpopularniejszym sportem wśród badanych jest jazda na rowerze, w drugiej kolejności – pływanie, a następnie turystyka piesza. W rankingu najczęściej podejmowanych aktywności fizycznych wysokie miejsca zajmują również: ćwiczenia na siłowni w hali sportowej, ćwiczenia samodzielnie wykonywane w domu z własnej inicjatywy oraz bieganie, jogging. Jak wynika z analiz, sport jest domeną ludzi młodych. Poza wiekiem istotne znaczenie w tym kontekście odgrywa również wykształcenie, położenie materialne oraz miejsce zamieszkania. Na uprawianie sportu częściej decydują się respondenci lepiej wykształceni, bardziej zadowoleni z warunków materialnych swoich gospodarstw domowych, mieszkający w większych miejscowościach. Polacy decydują się na uprawianie sportu z rozmaitych powodów. Najczęściej są to motywacje prozdrowotne, w drugiej kolejności – sport uprawiany jest dla przyjemności, a w trzeciej – dla lepszego samopoczucia i odreagowania stresów.<sup>17</sup>

Młody człowiek, który utrzymuje aktywność fizyczną lepiej się rozwija, mniej choruje, jest pewniejszy siebie oraz wie, w jaki sposób radzić sobie z porażkami. Zapytaliśmy uczniów jak często spędzają swój czas wolny na uprawianiu sportu.

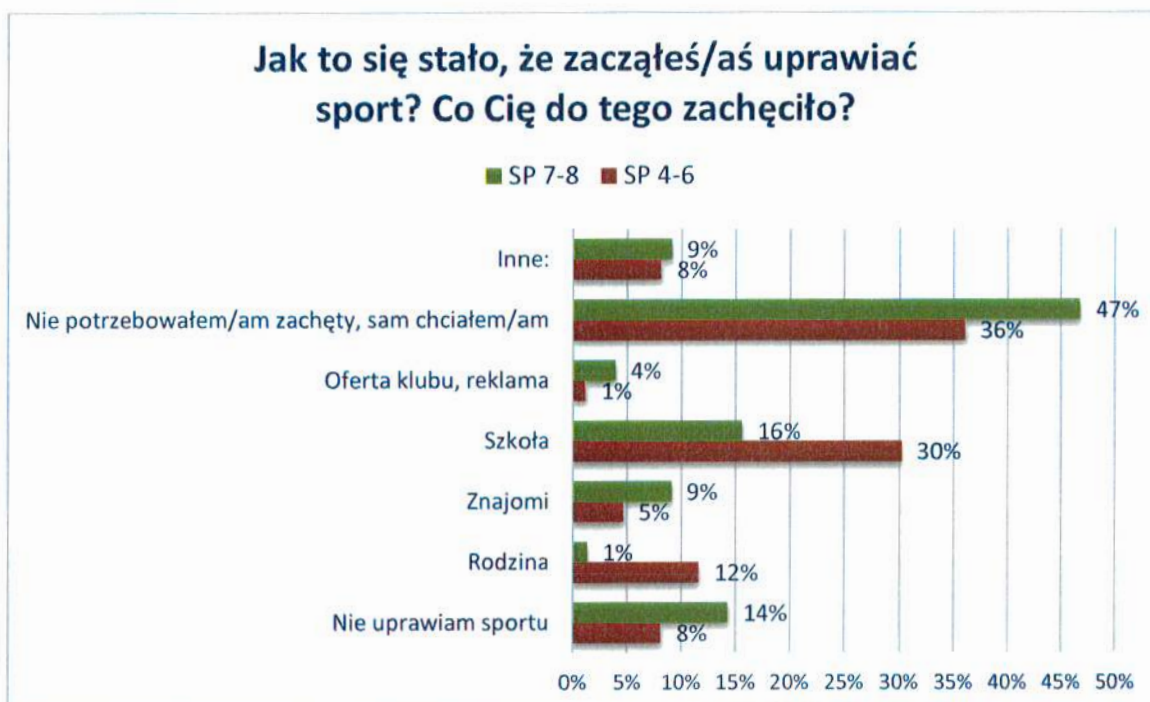


<sup>17</sup> Centrum Badania Opinii Społecznej, Komunikat z badań *Aktywność fizyczna Polaków*, Warszawa 2018, (dostęp: 6.10.2020)



Wyniki pokazują, że uczniowie uprawiają sport raz na jakiś czas (SP 4-6 – 28%; SP 7-8 – 23%), 1-2 razy w tygodniu (SP 4-6 – 22%; SP 7-8 – 27%), 3-5 razy w tygodniu (SP 4-6 – 24%; SP 7-8 – 29%) oraz 6-7 razy w tygodniu (SP 4-6 – 19%; SP 7-8 – 9%).

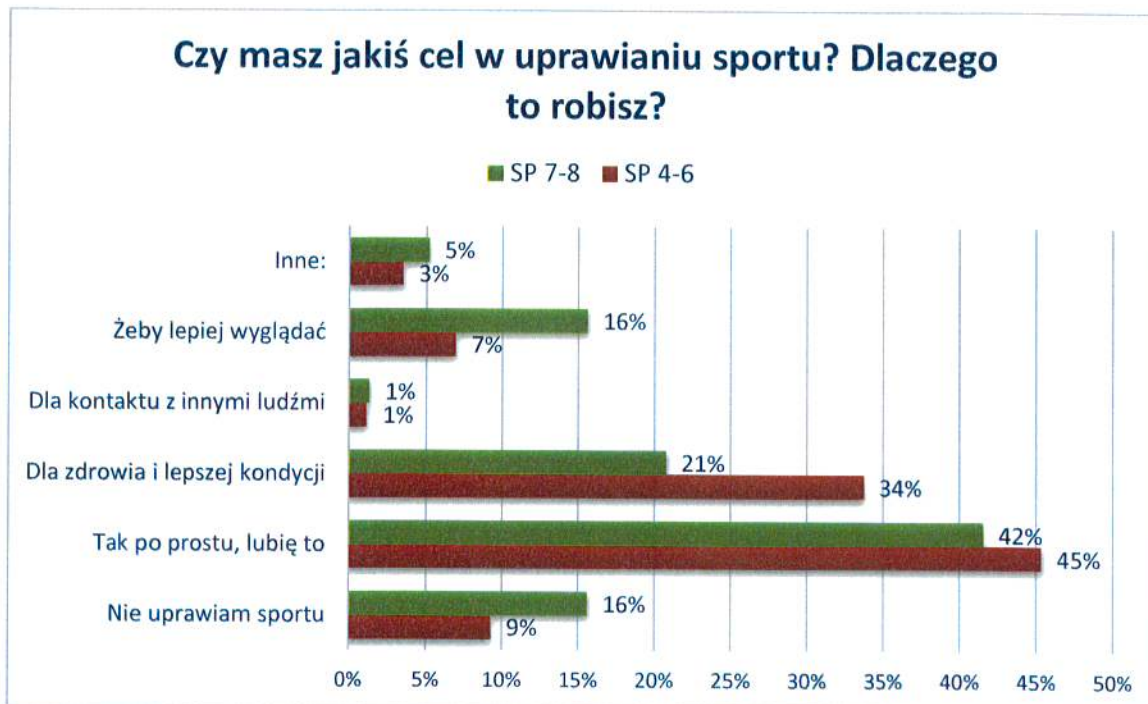
Okolicznością inicjacji aktywności fizycznej są przede wszystkim własne chęci (SP 4-6 – 36%; SP 7-8 – 47%), a w drugiej kolejności szkoła (SP 4-6 – 30%; SP 7-8 – 16%).



W otwartym pytaniu jaki sport młodzi ludzie praktykują młodzi odpowiedzieli: bieganie, piłka nożna, gimnastyka, pływanie, taniec, koszykówka. Wśród siódmo i ósmoklasistów te odpowiedzi powtórzyły się oraz dodatkowo wskazywali jazdę na rowerze, siatkówkę, tenis i jazdę konną.

Powodem uprawiania sportu przez młodych ludzi jest znajdowanie w tym przyjemności (SP 4-6 – 45%; SP 7-8 – 42%) oraz poprawienie kondycji (SP 4-6 – 34%; SP 7-8 – 21%). 16% starszych uczniów odpowiedziało, że uprawia sport dla poprawy wizerunku.

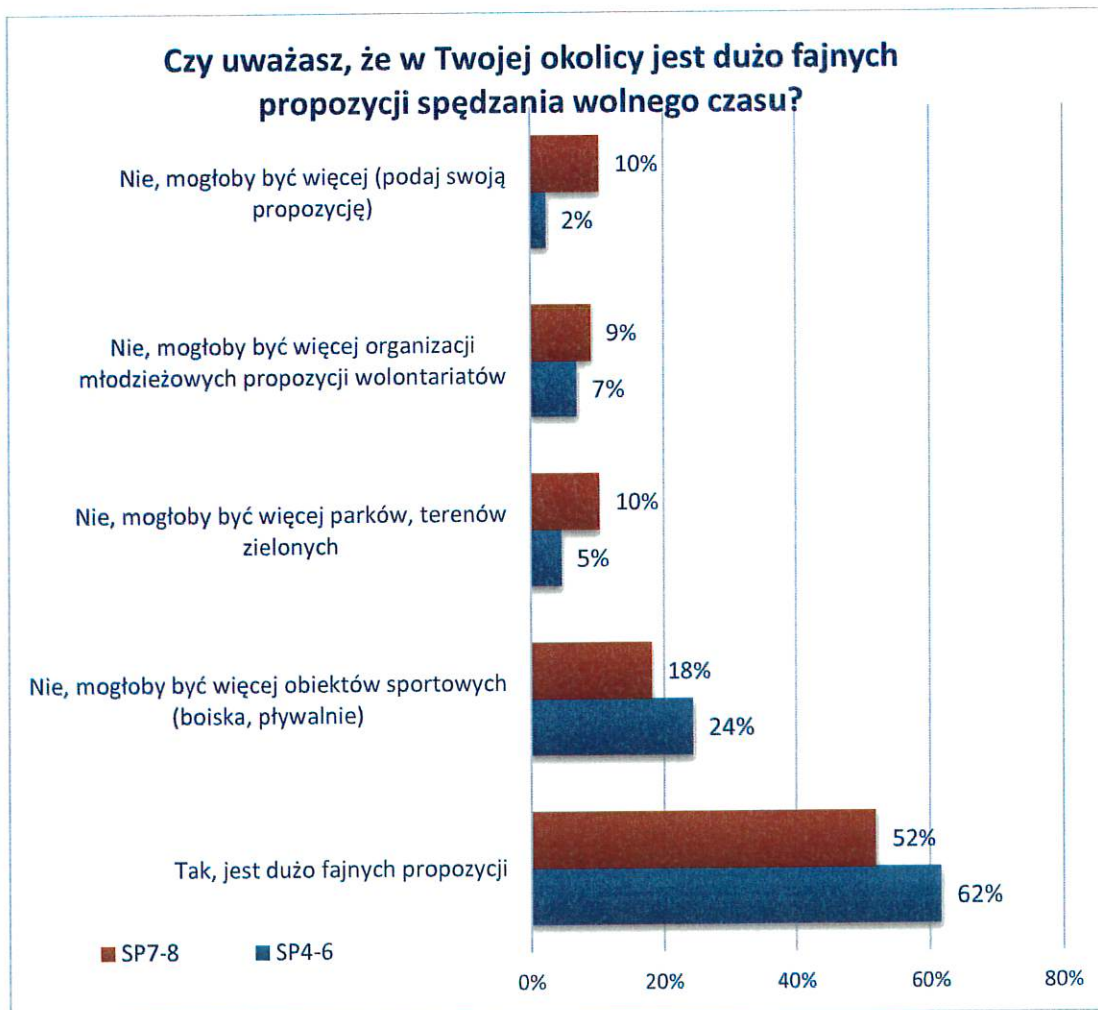
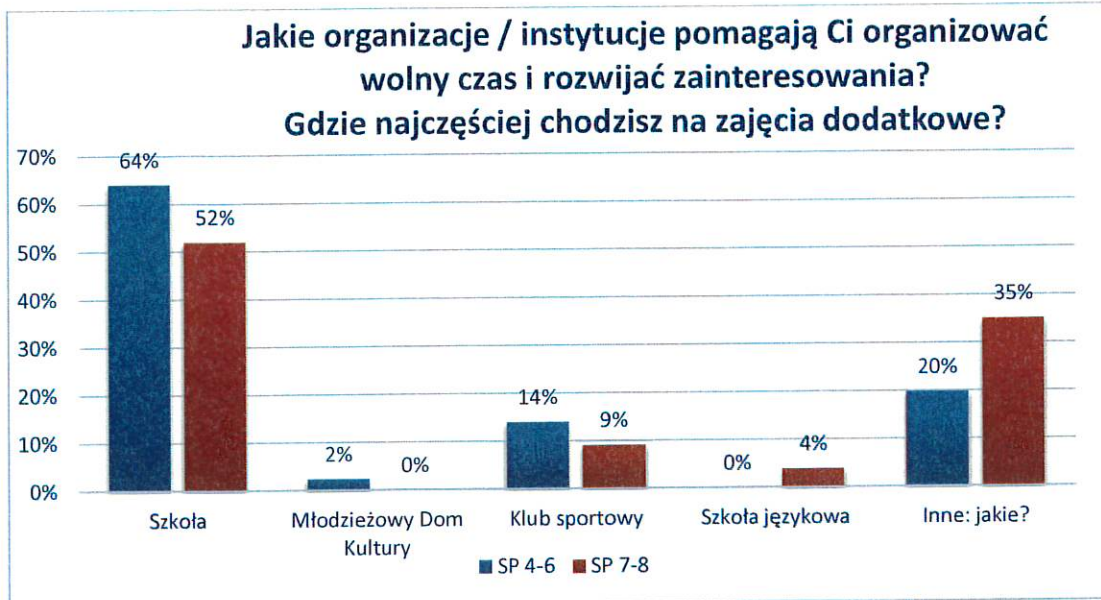
Jako inną motywację badani uczniowie wymieniali: lepsze samopoczucie, satysfakcję oraz zostanie profesjonalistą.



Zdaniem uczniów instytucjami, które pomagają organizować czas wolny i rozwijać zainteresowania jest przede wszystkim szkoła (SP 4-6 – 64%; SP 7-8 – 52%), a na drugim miejscu klub sportowy (SP 4-6 – 14%; SP 7-8 – 9%).

W subiektywnej ocenie uczniów w okolicy jest wiele propozycji spędzania wolnego czasu, jednakże mogłoby pojawić się więcej obiektów sportowych (SP 4-6 – 24%; SP 7-8 – 18%) oraz organizacji młodzieżowych (SP 4-6 – 7%; SP 7-8 – 9%).

Kilku uczniów zasugerowało w otwartej odpowiedzi, że chcieliby mieć w okolicy Skatepark.





## WYBRANE ZAGADNIENIA Z ESPAD-U. PORÓWNANIE WYNIKÓW BADANIA UCZNIÓW Z GMINY MIEDZICHOWO Z WYNIKAMI PRÓBY OGÓLNOPOLSKIEJ Z 2019 ROKU

---

### METODOLOGIA

---

W niniejszym rozdziale zostanie przeprowadzone porównanie wyników badania przeprowadzonego w gminie Miedzichowo z wynikami badania ESPAD przeprowadzonego na próbie ogólnopolskiej.

Europejski Program Badań nad Używaniem Alkoholu i Środków Odurzających przez Młodzież Szkolną (*European School Survey Project on Alcohol and Drugs*, w skrócie ESPAD) to wieloletni europejski program badań ankietowych w szkołach. Badania prowadzone są co cztery lata według tych samych wystandaryzowanych technik. W Polsce przeprowadzane są na próbach losowych uczniów w grupie wiekowej 15-18 lat. Mają one na celu przede wszystkim pomiar natężenia zjawiska używania przez młodzież substancji psychoaktywnych. Badania ESPAD z 2019 roku objęło 5903 uczniów.

W badaniu zrealizowanym na potrzeby niniejszej diagnozy w roku 2020 zbadano wybrane zagadnienia zawarte w kwestionariuszu ESPAD. Badania w placówkach oświatowych przeprowadzono przy użyciu internetowego narzędzia CORIGO. Otrzymane w ten sposób wyniki porównano z wynikami ostatniego badania ogólnopolskiego ESPAD- u, przeprowadzonego w roku 2019.

## CEL BADANIA

---

Celem przeprowadzenia ankiety było głównie zbadanie zjawiska natężenia korzystania przez uczniów z substancji psychoaktywnych, w tym:

- napojów alkoholowych;
- papierosów;
- narkotyków, leków i substancji wziewnych,

a następnie porównania głównych wyników z wynikami próby ogólnopolskiej badania ESPAD 2019.

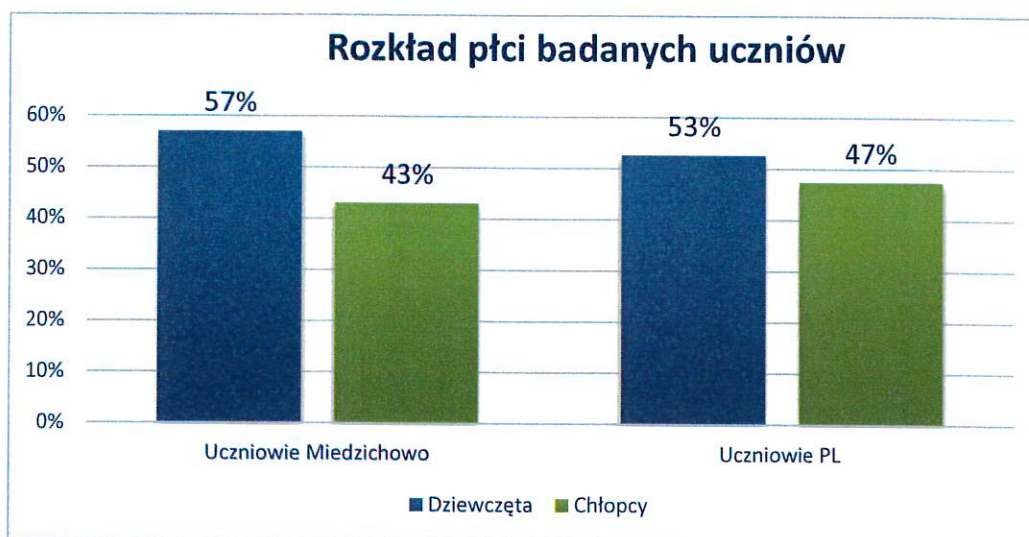
GRUPA BADANA

Badaniami objęto uczniów w wieku 13-15 lat.

*Liczebność grup badanych*

<b>Uczniowie 13-15 lat</b>	<b>23</b>
----------------------------	-----------

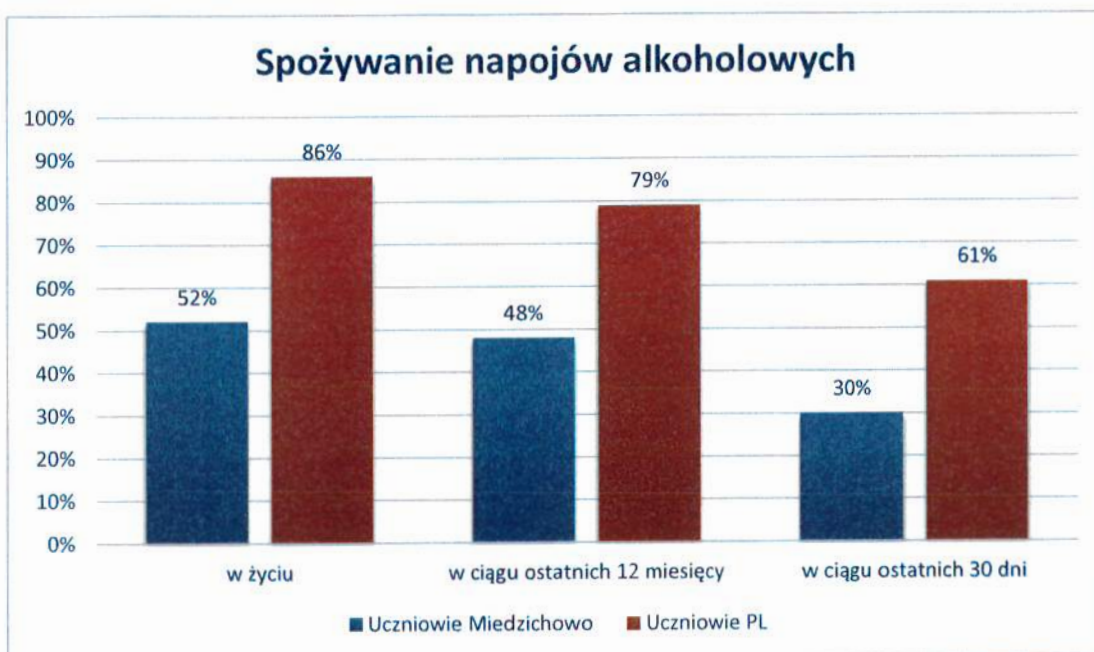
Poniższy wykres obrazuje rozkład płci osób badanych. Zawarto na nim rozkład płci osób badanych w ramach ESPAD-u oraz uczniów z gminy Miedzichowo.





## WYNIKI

Spożywanie napojów alkoholowych wśród uczniów gminy Miedzichowo, zarówno kiedykolwiek w życiu, w ciągu ostatnich 12 miesięcy, jak i w ciągu ostatnich 30 dni przed badaniem, jest na dużo niższym poziomie w porównaniu z wynikami dla młodzieży ogólnopolskiej. **Uczniowie w gminie Miedzichowo sięgają po alkohol zdecydowanie rzadziej niż ich rówieśnicy na terenie Polski**, co wskazuje na pozytywny trend młodych ludzi wobec spożywania alkoholu.



W poniższej tabeli zawarto pełne wyniki badania uczniów szkół z gminy Miedzichowo z zakresu spożywania napojów alkoholowych.

Spożywanie napojów alkoholowych							
Uczniowie MIEDZICHOWO							
	<i>Nie piłem</i>	<i>1-2 razy</i>	<i>3-5 razy</i>	<i>6-9 razy</i>	<i>10-19 razy</i>	<i>20-39 razy</i>	<i>40 razy lub więcej</i>
<b>W życiu</b>	48%	13%	9%	17%	4%	0%	9%
<b>W ciągu ostatnich 12 miesięcy</b>	52%	17%	9%	9%	9%	4%	0%
<b>W ciągu ostatnich 30 dni</b>	70%	22%	0%	0%	9%	0%	0%

Na czerwono zaznaczono odpowiedź najczęściej wybieraną przy danym twierdzeniu.

W tabeli znajdującej się na następnej stronie zawarto pełne wyniki badania uczniów szkół z gminy Miedzichowo z zakresu **spożycia poszczególnych rodzajów napojów alkoholowych** (podczas ostatniej okazji picia napojów alkoholowych).

Wielkość spożycia poszczególnych rodzajów napojów alkoholowych przy ostatniej okazji picia napojów alkoholowych wskazuje, iż ankietowani **uczniowie w gminie Miedzichowo najczęściej spożywają mniej niż jedną zwykłą butelkę lub puszkę (poniżej 0,5 litra) piwa - 22%, mniej niż jeden kieliszek (poniżej 100 gram) wina - 9%, butelkę lub więcej (750 gram lub więcej) wina - 9% oraz mniej niż jeden kieliszek (poniżej 50 gram) wódki - 17%**. Zazwyczaj jednak uczniowie przyznają, że nie piją w ogóle (piwa - 52%; wina - 70%; wódki - 61%).

Wielkość spożycia poszczególnych rodzajów napojów alkoholowych przy ostatniej okazji picia napojów alkoholowych	
PIWO	
Uczniowie MIEDZICHOWO	
<i>Nigdy nie piję piwa</i>	52%
<i>Ostatnim razem nie piłem(am) piwa</i>	13%
<i>Mniej niż jedną zwykłą butelkę lub puszkę (poniżej 0,5 litra)</i>	22%
<i>1-2 typowe butelki lub puszki (powyżej 0,5 do 1 litra)</i>	13%
<i>3-4 typowe butelki lub puszki (powyżej 1 litra do 2 litrów)</i>	0%
<i>5 lub więcej typowych butelek lub puszek (powyżej 2 litrów)</i>	0%
WINO	
Uczniowie MIEDZICHOWO	
<i>Nigdy nie piję wina</i>	70%
<i>Ostatnim razem nie piłem(am) wina</i>	9%
<i>Mniej niż jeden kieliszek (poniżej 100 gram)</i>	9%
<i>1-2 kieliszki (powyżej 100 gram do 200 gram)</i>	4%
<i>Pół butelki (ok. 370 gram)</i>	0%
<i>Butelkę lub więcej (750 gram lub więcej)</i>	9%
WÓDKA	
Uczniowie MIEDZICHOWO	
<i>Nigdy nie piję wódki</i>	61%
<i>Ostatnim razem nie piłem(am) wódki</i>	13%
<i>Mniej niż jeden kieliszek (poniżej 50 gram)</i>	17%
<i>1-2 kieliszki (powyżej 50 gram do 100 gram)</i>	0%
<i>3-5 kieliszków (powyżej 100 gram do 250 gram)</i>	0%
<i>6 kieliszków lub więcej (300 gram lub więcej)</i>	9%

Na czerwono zaznaczono odpowiedź najczęściej wybieraną przy danym twierdzeniu.



Poniższe wartości odzwierciedlają strukturę odpowiedzi uczniów na pytanie: „**Na ile jest prawdopodobne, że każda z poniższych możliwości mogłaby się zdarzyć Tobie osobiście, jeśli napijesz się alkoholu?**” Oczekiwania uczniów gminy Miedzichowo wobec alkoholu różnią się w porównaniu do próby ogólnopolskiej.

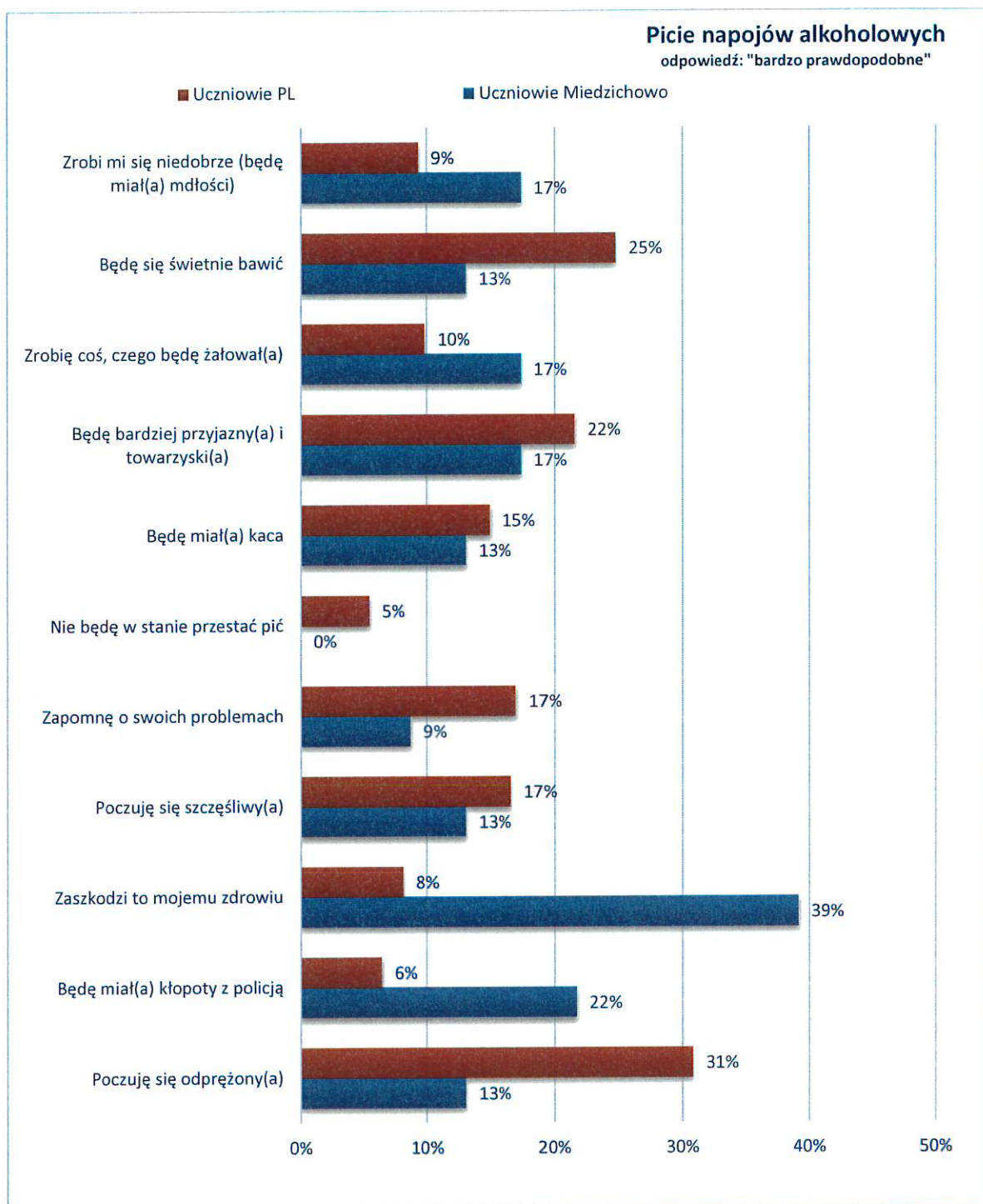
Uczniowie gminy Miedzichowo, w porównaniu do uczniów z próby ogólnopolskiej, zgłaszali:

- **częściej:**

- obawy kłopotów z policją (o 16%);
- zaszkodzenie swojemu zdrowiu (o 31%);
- zrobienie czegoś, czego będą żałowali (o 8%);
- obawy przed mdłościami (o 8%).

- **rzadziej:**

- poczucie odprężenia (o 18%);
- poczucie szczęścia (o 4%);
- zapomnienie o problemach (8%);
- nie będę w stanie przestać pić (5%);
- będę mieć kaca (o 2%);
- bycie bardziej przyjaznym i towarzyskim (o 5%);
- będą się świetnie bawić ( o 12%).



W poniższej tabeli zawarto pełne wyniki badania uczniów szkół z gminy Miedzichowo oraz próby ogólnopolskiej z zakresu **oczekiwań wobec alkoholu**.

Uczniowie gminy Miedzichowo najczęściej nie są pewni lub przekonani o tym, że napicie się alkoholu pomoże im się odprężyć, poczuć szczęśliwymi, zapomnieć o problemach lub sprawi, że będą się świetnie bawić lub robi im się niedobrze. Uważają również, że jest zupełnie nieprawdopodobne, że z powodu picia będą mieli kłopoty z policją oraz, że nie będą potrafili przestać pić, staną się bardziej przyjaźni i towarzyscy oraz zrobią coś czego będą żałowali. Natomiast za bardzo prawdopodobne uważają, że alkohol zaszkodzi ich zdrowiu.

Oczekiwania wobec alkoholu		
<i>1. Poczuję się odprężony(a)</i>		
	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>	<b>Uczniowie PL</b>
<b>Bardzo prawdopodobne</b>	13%	31%
<b>Prawdopodobne</b>	17%	40%
<b>Nie wiadomo</b>	<b>48%</b>	18%
<b>Mało prawdopodobne</b>	4%	7%
<b>Zupełnie nieprawdopodobne</b>	17%	5%
<i>2. Będę miał kłopoty z policją</i>		
	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>	<b>Uczniowie PL</b>
<b>Bardzo prawdopodobne</b>	22%	6%
<b>Prawdopodobne</b>	22%	11%
<b>Nie wiadomo</b>	13%	30%
<b>Mało prawdopodobne</b>	17%	26%
<b>Zupełnie nieprawdopodobne</b>	<b>26%</b>	27%



**3. Zaszkozi to mojemu zdrowiu**

	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>	<b>Uczniowie PL</b>
Bardzo prawdopodobne	39%	8%
Prawdopodobne	22%	20%
Nie wiadomo	17%	35%
Mało prawdopodobne	13%	27%
Zupełnie nieprawdopodobne	9%	10%

**4. Poczuję się szczęśliwy(a)**

	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>	<b>Uczniowie PL</b>
Bardzo prawdopodobne	13%	17%
Prawdopodobne	17%	35%
Nie wiadomo	30%	31%
Mało prawdopodobne	13%	11%
Zupełnie nieprawdopodobne	26%	6%

**5. Zapomnę o swoich problemach**

	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>	<b>Uczniowie PL</b>
Bardzo prawdopodobne	9%	17%
Prawdopodobne	30%	34%
Nie wiadomo	22%	26%
Mało prawdopodobne	13%	14%
Zupełnie nieprawdopodobne	26%	8%

**6. Nie będę w stanie przestać pić**

	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>	<b>Uczniowie PL</b>
Bardzo prawdopodobne	0%	5%
Prawdopodobne	9%	8%
Nie wiadomo	26%	24%
Mało prawdopodobne	4%	27%
Zupełnie nieprawdopodobne	<b>61%</b>	36%
<b>7. Będę miał(a) kaca</b>		

	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>	<b>Uczniowie PL</b>
Bardzo prawdopodobne	13%	15%
Prawdopodobne	17%	28%
Nie wiadomo	<b>35%</b>	28%
Mało prawdopodobne	0%	19%
Zupełnie nieprawdopodobne	<b>35%</b>	11%
<b>8. Będę bardziej przyjazny(a) i towarzyski(a)</b>		

	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>	<b>Uczniowie PL</b>
Bardzo prawdopodobne	17%	22%
Prawdopodobne	9%	40%
Nie wiadomo	26%	25%
Mało prawdopodobne	9%	7%
Zupełnie nieprawdopodobne	<b>39%</b>	6%
<b>9. Zrobię coś, czego będę żałował(a)</b>		

	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>	<b>Uczniowie PL</b>
Bardzo prawdopodobne	17%	10%



Prawdopodobne	17%	19%
Nie wiadomo	17%	33%
Mało prawdopodobne	13%	23%
Zupełnie nieprawdopodobne	35%	16%
<b>10. Będę się świetnie bawić</b>		

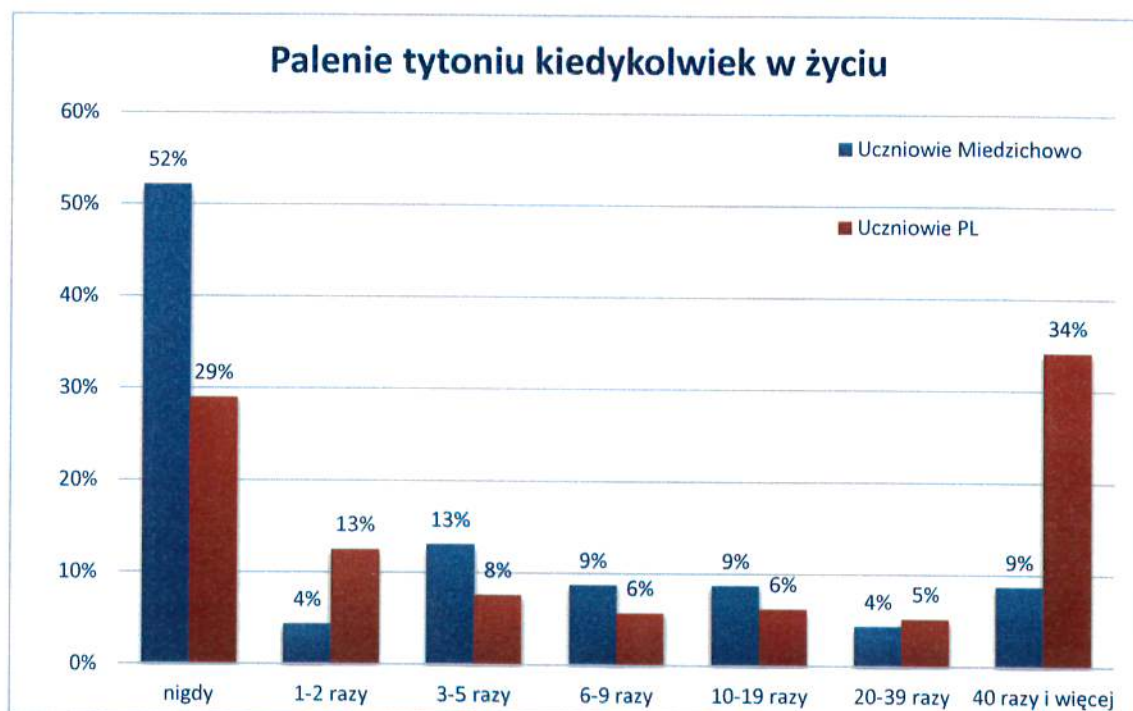
	Uczniowie Miedzichowo	Uczniowie PL
Bardzo prawdopodobne	13%	25%
Prawdopodobne	22%	40%
Nie wiadomo	35%	26%
Mało prawdopodobne	4%	5%
Zupełnie nieprawdopodobne	26%	5%
<b>11. Zrobi mi się niedobrze (będę miał(a) mdłości)</b>		

	Uczniowie Miedzichowo	Uczniowie PL
Bardzo prawdopodobne	17%	9%
Prawdopodobne	17%	21%
Nie wiadomo	35%	35%
Mało prawdopodobne	9%	22%
Zupełnie nieprawdopodobne	22%	13%

Kolejna poddana badaniu kwestia dotyczyła deklaracji uczniów na temat palenia przez nich papierosów. **52% uczniów z gminy Miedzichowo deklaruje, że nigdy nie paliło, jest to o 33% więcej w porównaniu do uczniów z próby ogólnopolskiej (Uczniowie PL - 29%).** Rozkład pozostałych odpowiedzi również wskazuje na to, iż **uczniowie z gminy Miedzichowo z reguły palą rzadziej i mniej niż młodzież z próby ogólnopolskiej.**



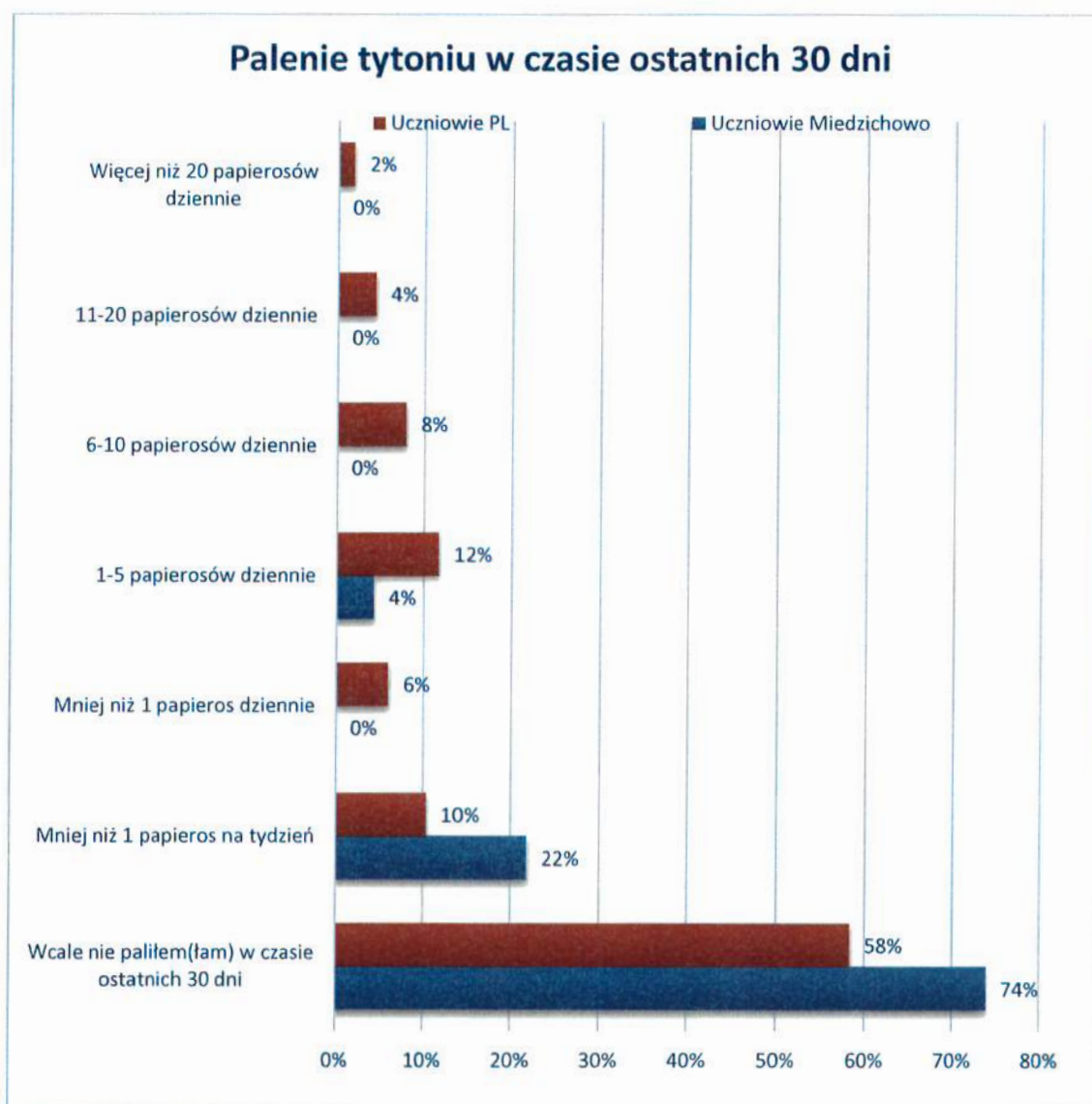
- **1 – 2 razy:** Uczniowie Miedzichowo o 9% rzadziej (Uczniowie Miedzichowo - 4%; Uczniowie PL - 13%);
- **3 – 5 razy:** Uczniowie Miedzichowo o 5% częściej (Uczniowie Miedzichowo - 13%; Uczniowie PL - 8%);
- **6 – 9 razy:** Uczniowie Miedzichowo o 3% częściej (Uczniowie Miedzichowo - 9%; Uczniowie PL - 6%);
- **10 – 19 razy:** Uczniowie Miedzichowo o 3% częściej (Uczniowie Miedzichowo - 9%; Uczniowie PL - 6%);
- **20 – 39 razy:** Uczniowie Miedzichowo o 1% rzadziej (Uczniowie Miedzichowo - 4%; Uczniowie PL - 5%);
- **40 razy i więcej:** Uczniowie Miedzichowo o 25% rzadziej (Uczniowie Miedzichowo - 9%; Uczniowie PL - 34%);



Podobne różnice ujawniają **deklaracje uczniów związane z paleniem papierosów w ciągu miesiąca przed badaniem**. Uczniowie z gminy Miedzichowo w czasie ostatnich

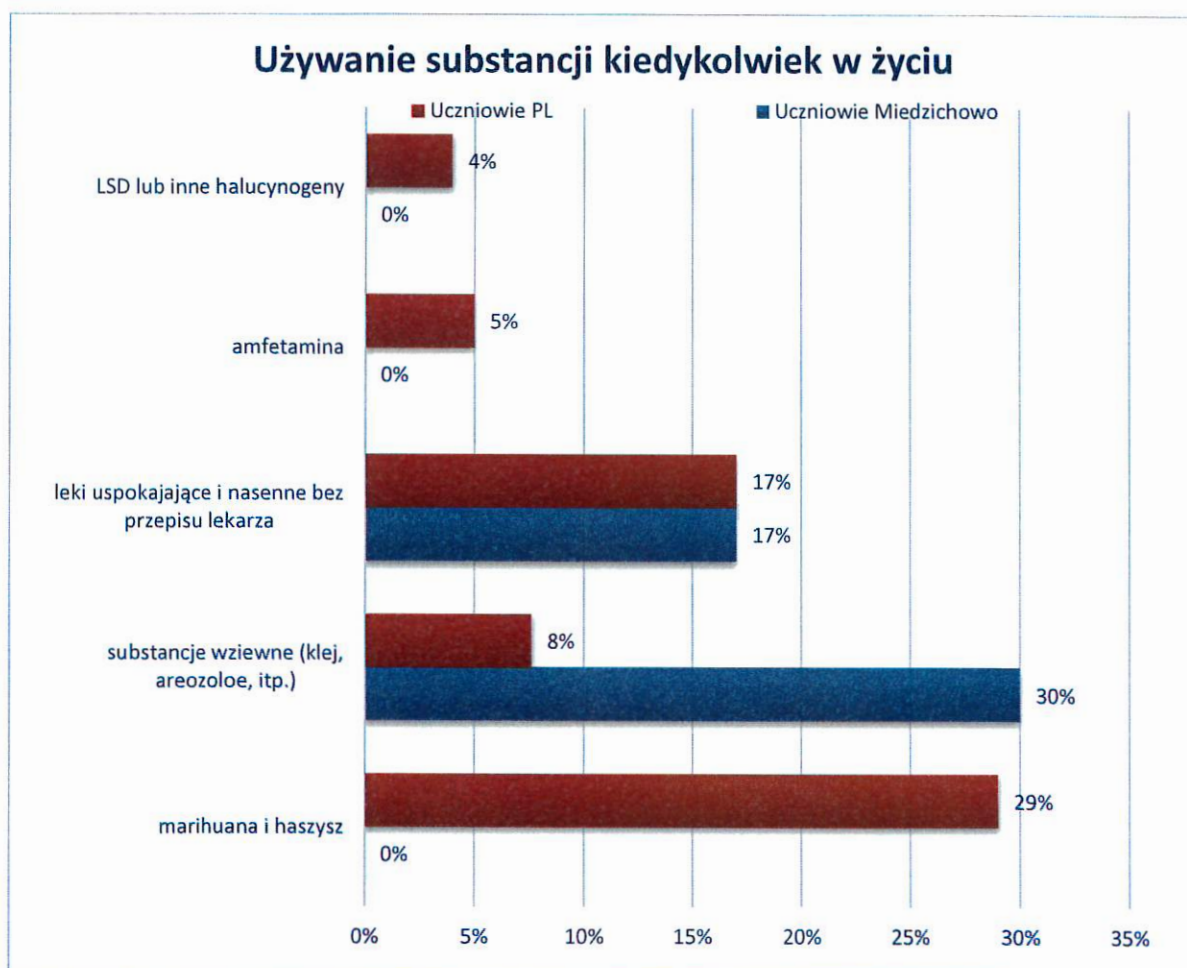
30 dni przed badaniem palili rzadziej i mniej w porównaniu do swoich rówieśników z terenu całej Polski.

Struktura odpowiedzi uczniów: „wcale nie paliłem(łam) w czasie ostatnich 30 dni”: Uczniowie Miedzichowo o 16% częściej (Uczniowie Miedzichowo – 74%; Uczniowie PL – 58%). Wyjątek stanowi odpowiedź „Mniej niż 1 papieros na tydzień”, uczniowie z gminy Miedzichowo wskazali tą odpowiedź o 12% częściej niż w przypadku próby ogólnopolskiej.

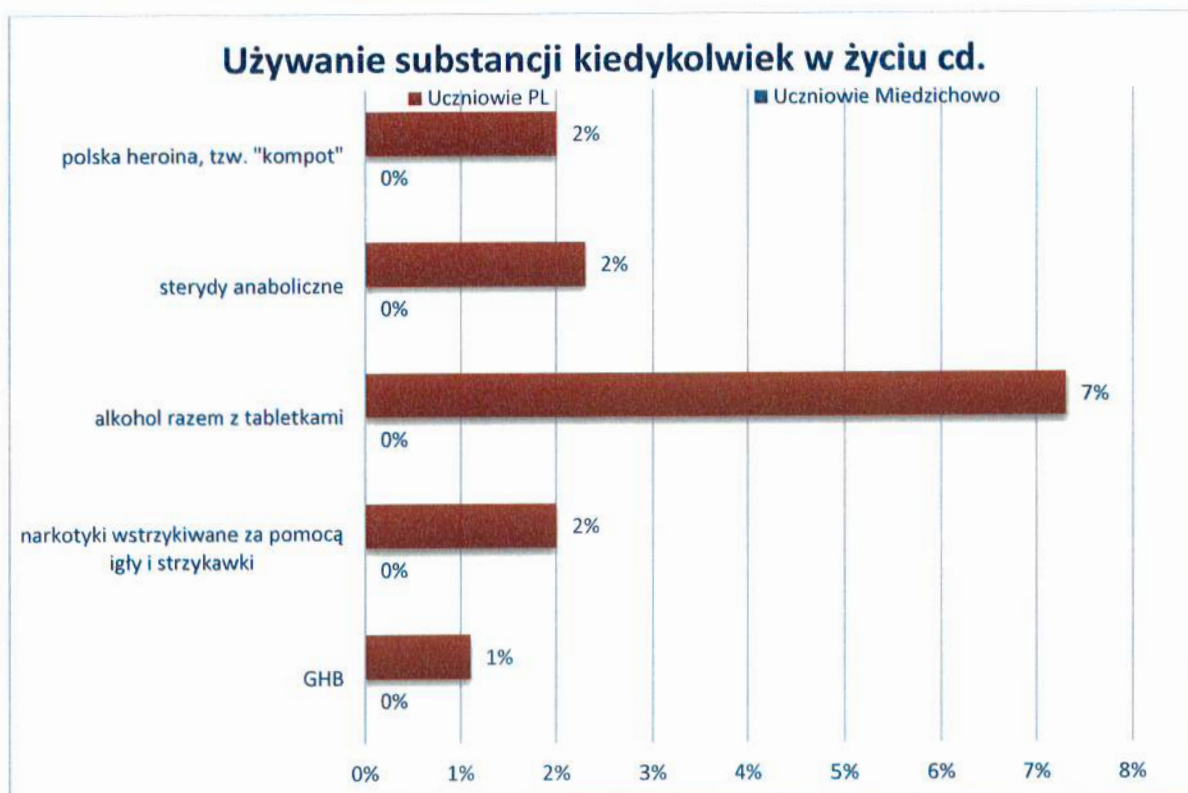
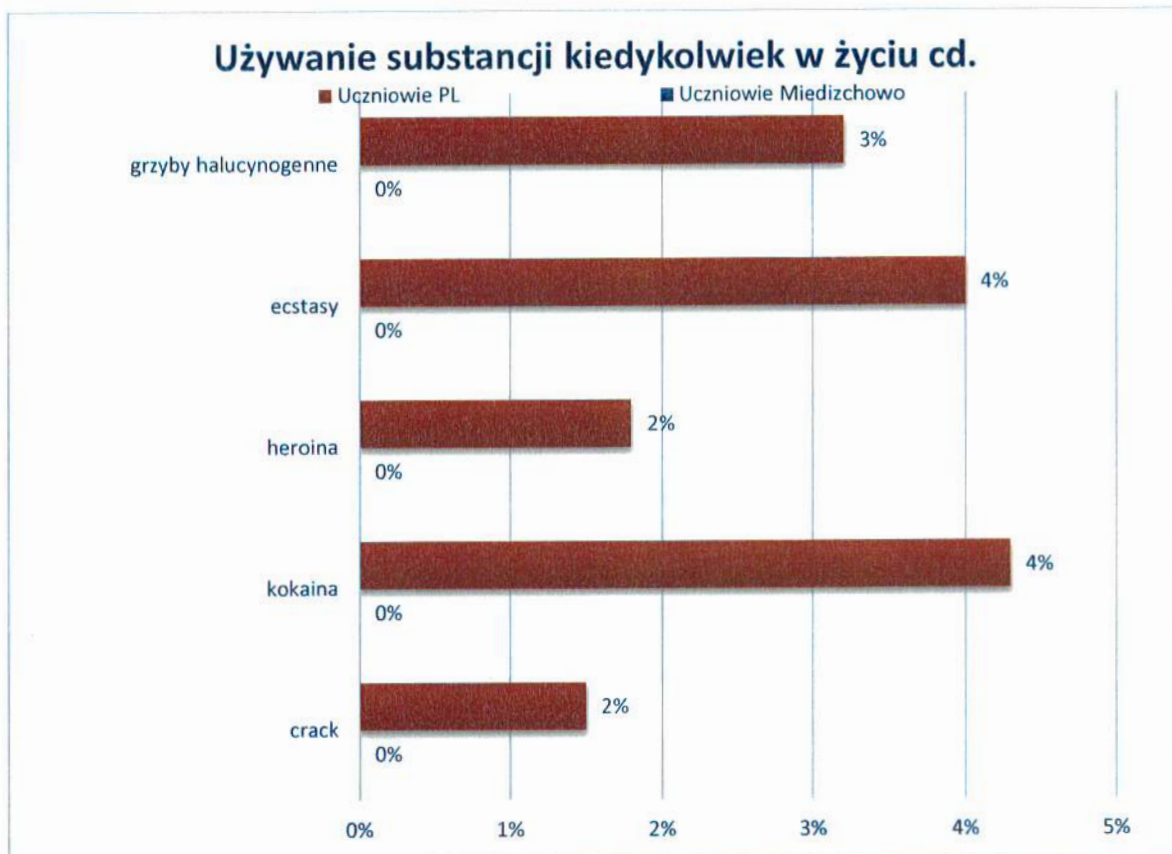


Wśród uczniów w badaniu ogólnopolskim, najpopularniejszą substancją psychoaktywną, jeśli chodzi o użycie chociaż raz w życiu, okazała się marihuana i haszysz (29%), natomiast dla uczniów gminy Miedzichowo są to substancje to substancje wziewne (klej,

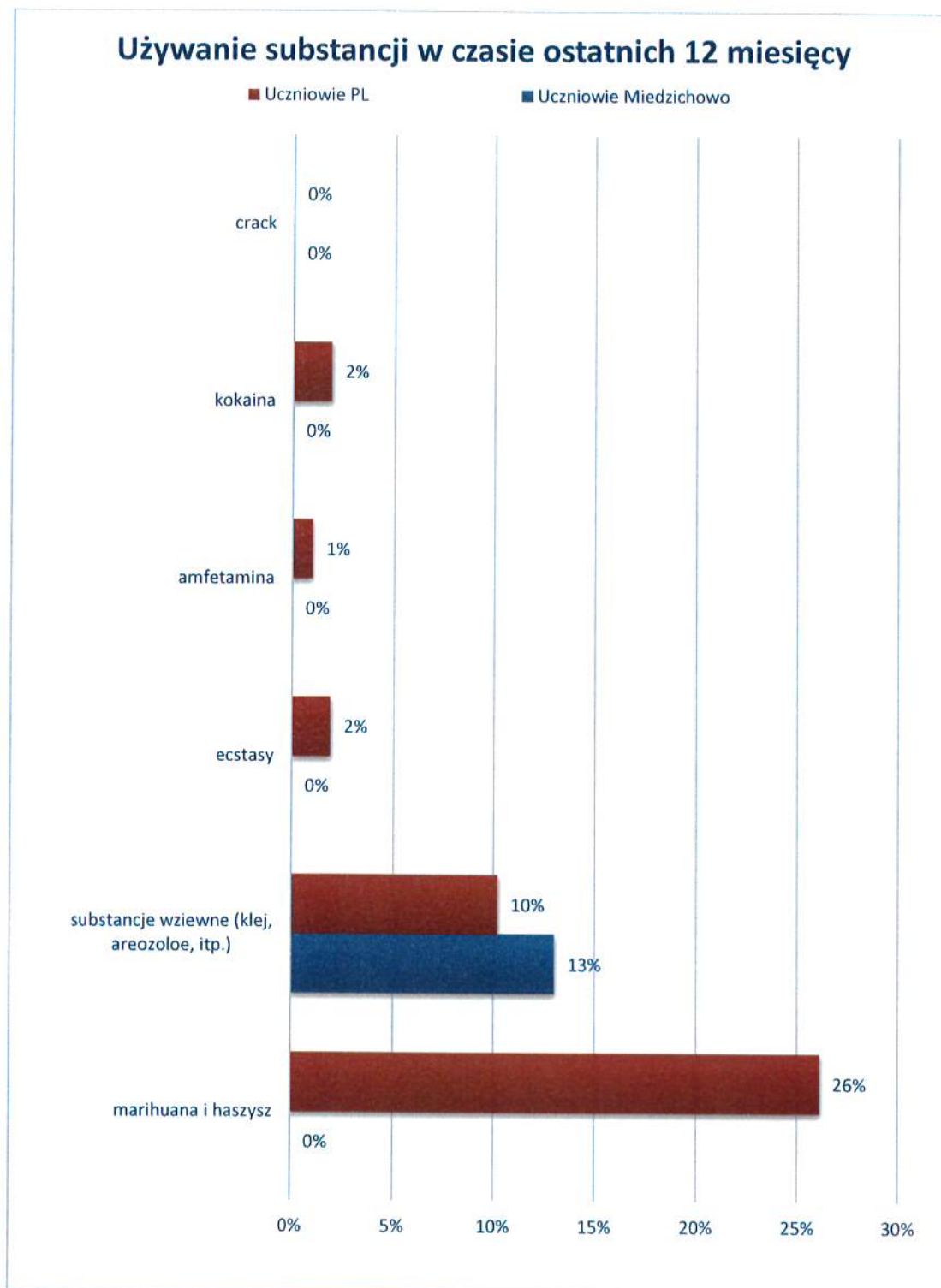
aerozole, itp.) – 30% (uczniowie PL - 8%) oraz leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza – uczniowie gminy Miedzichowo - 17% (uczniowie PL - 17%).



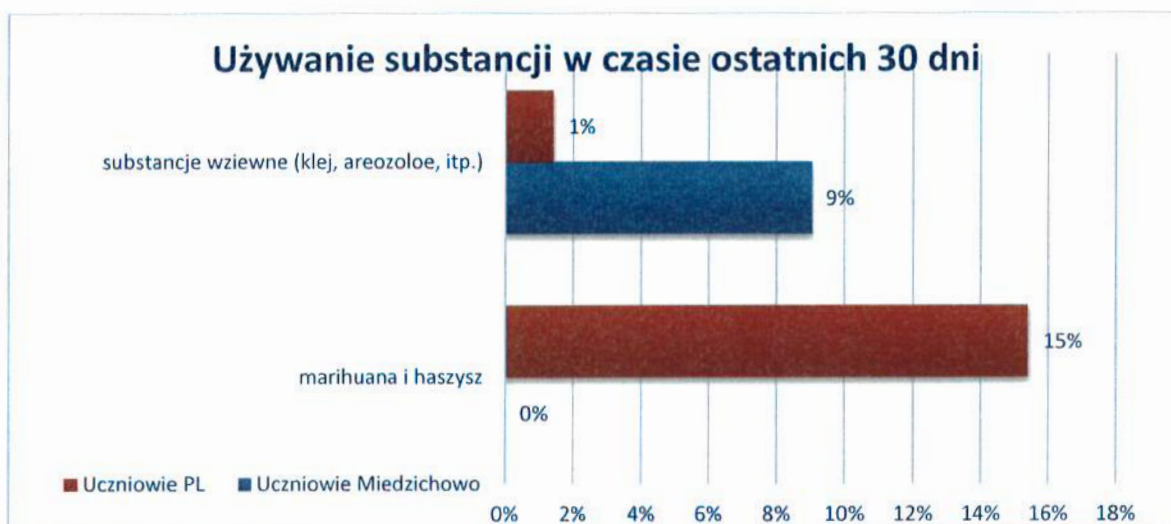




Wśród uczniów w badaniu ogólnopolskim najpopularniejszą substancją psychoaktywną, jeśli chodzi o użycie w czasie ostatnich 12 miesięcy nadal są marihuana i haszysz (26%). Uczniowie gminy Miedzichowo wskazują substancje wziewne (klej, aerozole, itp.) – 13%.



Wśród uczniów, w badaniu ogólnopolskim, najpopularniejszą substancją psychoaktywną, jeśli chodzi o użycie w czasie ostatnich 30 dni nadal są marihuana i haszysz (15%). Wśród uczniów gminy Miedzichowo tak jak w poprzednich pytaniach znajdują się na pierwszym miejscu substancje wziewne (9%).



W poniższych tabelach zawarto pełne wyniki badania uczniów szkół z gminy Miedzichowo z zakresu użycia środków psychoaktywnych.

Uczniowie w gminie Miedzichowo, którzy używali substancji wziewnych (kleju, aerozoli, itp.), deklarowali użycie:

- ogóle w życiu: „1-2 razy” – 13%, „10-19 razy” – 13%;
- ciągu ostatnich 12 miesięcy: "3-5 razy" – 4%, "6-9 razy" - 4%, "10-19 razy" – 4%,
- 30 dni przed badaniem: "3-5 razy" – 4%, "6-9 razy" - 4%.

Użycie marihuany lub haszyszu							
Uczniowie Miedzichowo							
	Nie używałem	1-2 razy	3-5 razy	6-9 razy	10-19 razy	20-39 razy	40 razy lub więcej
W życiu	100%	0%	0%	0%	0%	0%	0%



<b>W ciągu ostatnich 12 miesięcy</b>	<b>100%</b>	0%	0%	0%	0%	0%	0%
<b>W ciągu ostatnich 30 dni</b>	<b>100%</b>	0%	0%	0%	0%	0%	0%

Na czerwono zaznaczono odpowiedź najczęściej wybieraną przy danym twierdzeniu.

### Użycie substancji wziewnych (kleju, aerozoli itp.)

Uczniowie Miedzichowo							
	<i>Nie używałem</i>	<i>1-2 razy</i>	<i>3-5 razy</i>	<i>6-9 razy</i>	<i>10-19 razy</i>	<i>20-39 razy</i>	<i>40 razy lub więcej</i>
<b>W życiu</b>	<b>70%</b>	<b>13%</b>	0%	0%	<b>13%</b>	4%	0%
<b>W ciągu ostatnich 12 miesięcy</b>	<b>87%</b>	0%	<b>4%</b>	<b>4%</b>	<b>4%</b>	0%	0%
<b>W ciągu ostatnich 30 dni</b>	<b>91%</b>	0%	<b>4%</b>	<b>4%</b>	0%	0%	0%

Na czerwono zaznaczono odpowiedź najczęściej wybieraną przy danym twierdzeniu

W przypadku używania pozostałych substancji psychoaktywnych zauważyć można odsetek młodzieży mających styczność wyłącznie z leki uspokajającymi i nasennymi bez przepisu lekarza:

- "w czasie ostatnich 30 dni" – 4%,
- "kiedykolwiek w życiu" – 13% .

Dokładne odpowiedzi zestawiono w tabeli poniżej.

Użycie pozostałych substancji psychoaktywnych (pytanie wielokrotnego wyboru)				
Uczniowie Miedzichowo				
	Nie, nigdy	Tak, w czasie ostatnich 30 dni	Tak, w czasie ostatnich 12 miesięcy	Tak, kiedykolwiek w życiu
Leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza	83%	4%	0%	13%
Amfetamina	100%	0%	0%	0%
LSD lub inne halucynogeny	100%	0%	0%	0%
Crack	100%	0%	0%	0%
Kokaina	100%	0%	0%	0%
Heroina	100%	0%	0%	0%
Ecstasy	100%	0%	0%	0%
Grzyby halucynogenne	100%	0%	0%	0%
GHB	100%	0%	0%	0%
Narkotyki wstrzykiwane za pomocą igły i strzykawki	100%	0%	0%	0%
Alkohol razem z tabletkami	100%	0%	0%	0%
Alkohol razem z marihuaną	100%	0%	0%	0%
Sterydy anaboliczne	100%	0%	0%	0%
Polska heroina, tzw. „kompot”	100%	0%	0%	0%

**Pierwszą substancję psychoaktywną**, jakiej użyli uczniowie w gminie Miedzichowo były leki uspokajające i nasenne bez zalecenia lekarza (4%), a jako źródło pozyskania odpowiadali, że wzięli z domu bez pozwolenia rodziców (4%).

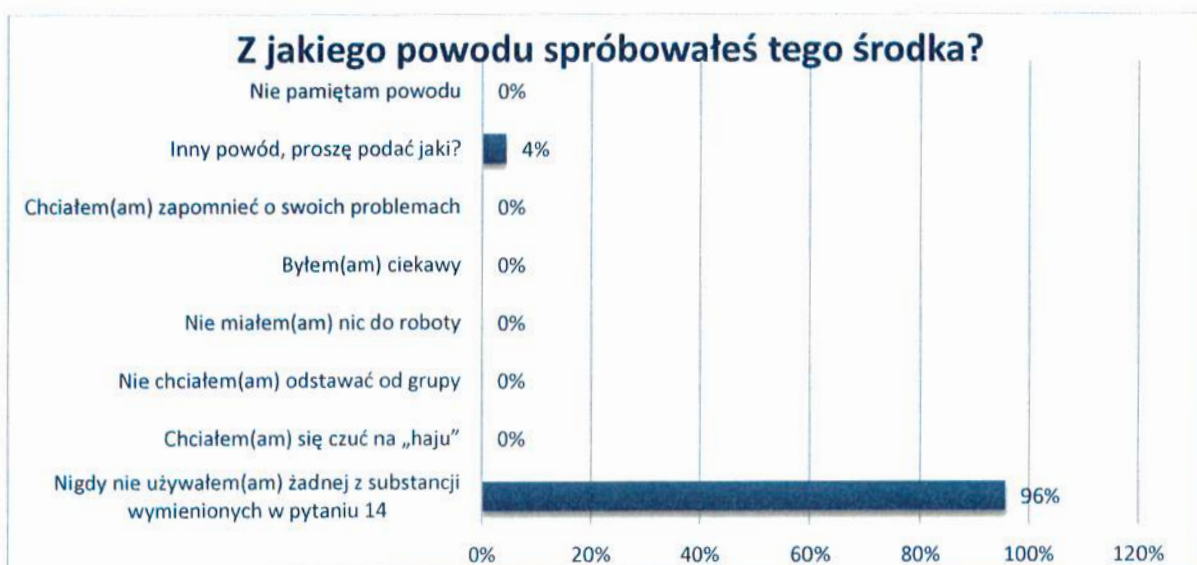
Powodem spróbowania substancji psychoaktywnej dla młodzieży w gminie Miedzichowo były problemy ze snem (4%).

<b>Pierwsza użyta substancja psychoaktywna</b>	
	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>
<b>Nigdy nie spróbowałem(am) żadnej z niżej wymienionych substancji</b>	96%
<b>Leki uspokajające lub nasenne bez zalecenia lekarza</b>	4%
<b>Marihuana lub haszysz</b>	0%
<b>LSD</b>	0%
<b>Amfetamina</b>	0%
<b>Crack</b>	0%
<b>Kokaina</b>	0%
<b>Relevin</b>	0%
<b>Heroina</b>	0%
<b>Ecstasy</b>	0%
<b>Grzyby halucynogenne</b>	0%
<b>GHB</b>	0%
<b>Polska heroina, czyli tzw. „kompot”</b>	0%



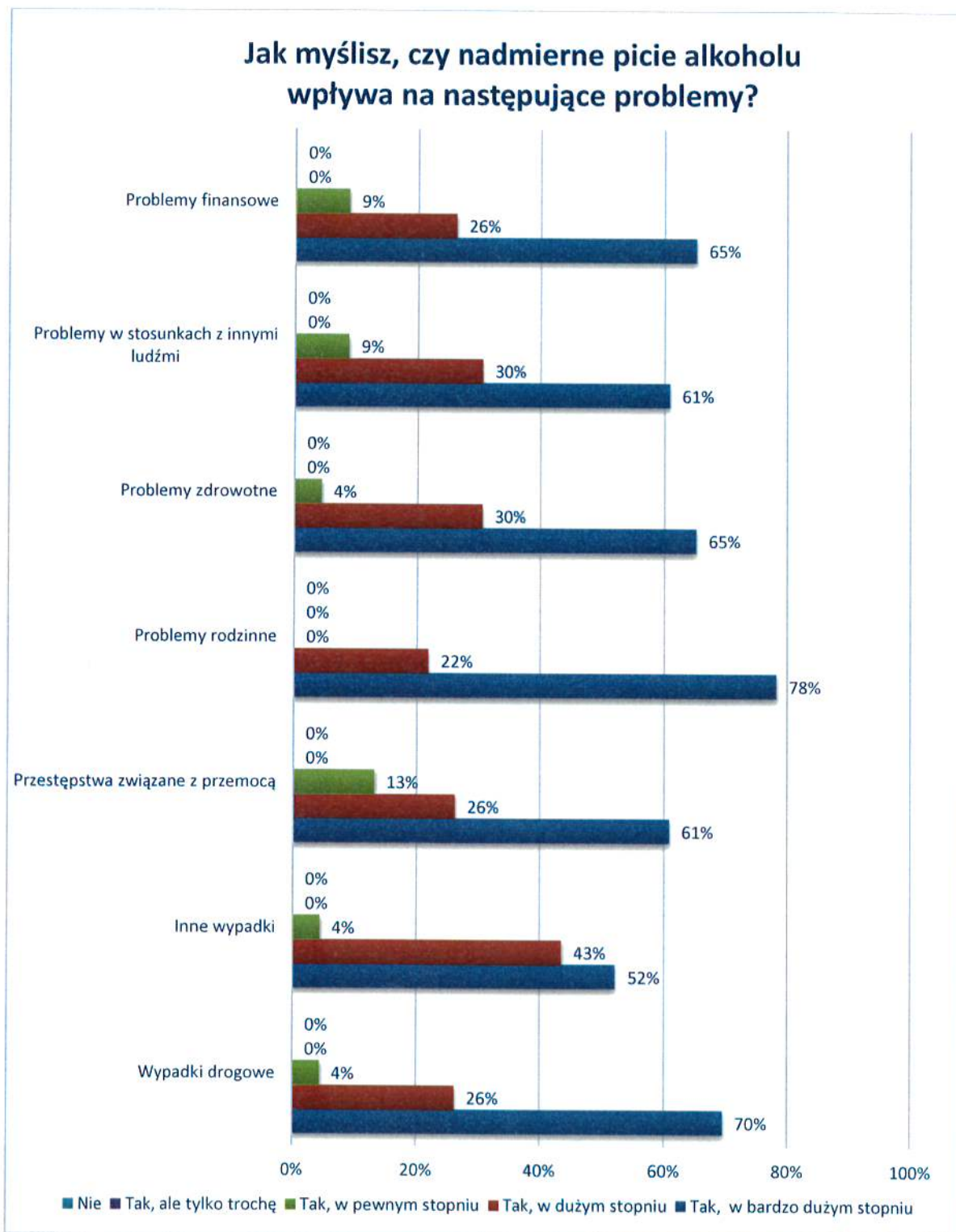
**Źródło pozyskania substancji psychoaktywnej podczas pierwszego użycia**

	<b>Uczniowie Miedzichowo</b>
<i>Nigdy nie używałem(am) żadnej z substancji wymienionych w pytaniu 14.</i>	96%
<i>Dostałem(am) od starszego brata lub siostry</i>	0%
<i>Dostałem(am) od starszego kolegi/koleżanki</i>	0%
<i>Dostałem(am) od kolegi/koleżanki w moim wieku lub młodszych ode mnie</i>	0%
<i>Dostałem(am) od kogoś, kogo znałem(am) ze słyszenia, ale nie osobiście</i>	0%
<i>Dostałem(am) od obcej osoby</i>	0%
<i>Braliśmy to wspólnie, w grupie przyjaciół</i>	0%
<i>Kupiłem od kolegi</i>	0%
<i>Kupiłem od kogoś znanego mi ze słyszenia, ale nie osobiście</i>	0%
<i>Kupiłem od obcej osoby</i>	0%
<i>Dostałem od jednego z rodziców</i>	0%
<i>Wziąłem z domu, bez pozwolenia rodziców</i>	4%



Na zakończenie zapytaliśmy o subiektywną opinię uczniów na temat wpływu nadmiernego picia alkoholu na problemy mogące występować w życiu codziennym.

Badani uczniowie uważają, że nadmierne picie alkoholu wpływa w bardzo dużym stopniu na wypadki drogowe (70%) oraz problemy rodzinne (78%).



## PODSUMOWANIE

---

### Podsumowanie i wnioski

W podsumowaniu badań przeprowadzonych w gminie Miedzichowo można wyróżnić zasadnicze problemy, jakie pojawiły się w wypowiedziach mieszkańców. Na podstawie otrzymanych wyników zostaną również podkreślone najważniejsze kwestie, wymagające uwagi ze strony władz samorządowych.

### Lokalne zagrożenia społeczne w grupie dorosłych mieszkańców

- Za najważniejsze problemy w środowisku lokalnym mieszkańcy uznali zanieczyszczenie powietrza oraz wody. Z pewnością w tych sferach są największe oczekiwania wobec władz związane z podjęciem działań w obszarze walki o czyste środowisko oraz wzrostem świadomości ekologicznej wśród społeczności lokalnej, a także aktywizacją zawodową mieszkańców gminy.
- Dorosłe pokolenie gminy Miedzichowo deklaruje najczęściej spożywanie alkoholu kilka razy w miesiącu (60%), jednakże część mieszkańców gminy Miedzichowo wskazało, że spożywa alkohol kilka razy w tygodniu (13%), a nawet codziennie (14%). Badani deklarowali najczęściej, że spożywają jednorazowo 1-2 porcje (40%) oraz 3-4 porcje (23%). W tym pytaniu co trzeci ankietowany wskazał abstynencję.
- Niepokojący jest fakt, że 42% badanych uważa, że osoby nieletnie mają łatwość w zakupie alkoholu w lokalnych sklepach. Również zdecydowanie wysoki odsetek badanych mieszkańców przyjmuje błędne postawy wobec alkoholu i ulega stereotypom, ponieważ 43% mieszkańców gminy przychyliło się do stwierdzenia, że spożywanie alkoholu pomaga w trudnych sytuacjach życiowych, a 45%, że prowadzenie samochodu po alkoholu jest bezpieczne. Również 37% wyraża zgodę na spożywanie alkoholu przez kobiety w ciąży. W związku z tym należałoby prowadzić kampanie edukacyjne na temat szkodliwości alkoholu.
- Zjawisko palenia papierosów dotyczy 68% mieszkańców. Prawie co piąty badany pali regularnie tradycyjne lub e-papierosy. Mieszkańcy uważają, że elektroniczne papierosy są mniej szkodliwe niż tradycyjne (44%).
- Wyniki wskazują, że w gminie problem zażywania substancji psychoaktywnych występuje, aczkolwiek nie jest rozpowszechniony. 31% zna osoby, które przyjmują substancje odurzające. Do najczęściej stosowanych zaliczyć można



marihuanę – 22%. Część badanych zna osoby uzależnione również od leków (21%).

- Wyniki badań dot. przemocy pokazują, że 6% respondentów ma osoby w swoim otoczeniu, które doświadczają tego zjawiska. Wśród badanych mieszkańców 6% badanych wie do jakich instytucji może zgłosić się osoba doświadczająca przemocy w rodzinie.
- Społeczność gminy prezentuje rozbieżne poglądy w tematyce wychowywania dzieci z zastosowaniem przemocy. 87% respondentów uważa, że dziecko powinno bać się rodziców, jednak 66% zdecydowanie lub raczej nie zgadza się ze stwierdzeniem, że stosowanie kar fizyczne hartuje dziecko i pozwala sobie lepiej radzić w przyszłości. Uzyskane wyniki wskazują na konieczność edukacji mieszkańców na temat specyfiki przemocy.
- W subiektywnej ocenie większości mieszkańców zjawisko uzależnienia od hazardu jest dość rzadkie lub bardzo rzadkie (73%). Respondenci nie wiedzą, gdzie mogą zgłosić się osoby uzależnione od hazardu.
- Cyberprzemoc w lokalnej społeczności występuje, aczkolwiek nie na dużą skalę. Dane związane są z subiektywnym oszacowaniem uzależnienia od komputerów lub Internetu w środowisku lokalnym są niepokojące: 92% określa je jako bardzo i dość powszechne. Wskazuje to na konieczność szerokiej edukacji z zakresu bezpiecznego korzystania z Internetu: wspierania świadomości prawnej, umiejętności ochrony przez niebezpiecznymi sytuacjami, wiedzy dotyczącej ochrony własnych danych oraz sposobów racjonalnego korzystania z nowych technologii.

### **Badania sprzedawców napojów alkoholowych**

- Sprzedawcy, podobnie jak dorosła społeczność gminy wydają się raczej ulegać najpopularniejszym mitom dotyczącym spożywania alkoholu. 100% badanych uważa, bowiem, że alkohol zawarty w piwie jest mniej groźny, dają również przyzwolenie na prowadzenie samochodu po niewielkiej ilości alkoholu (40%) oraz spożywanie kobietom w ciąży (30%).

- Sprzedawcy raczej opowiadają się za tym, aby osoby niepełnoletnie nie miały możliwości spożywania alkoholu, a 95% sprzedawców uważa, że dostęp do alkoholu powinien być kontrolowany.
- Ankieta wykazała, że próby zakupu alkoholu przez osoby niepełnoletnie nie są podejmowane zbyt często – 75% badanych zadeklarowało, że miało styczność z tą sytuacją kilka razy w roku. Jednakże część sprzedawców deklaruje, że kilka razy zdarzyło się im sprzedać alkohol osobie nieletniej. Niepokojący jest fakt, że 40% badanych sprzedawców rzadko sprawdza dowód osobisty w przypadku wątpliwości, co do wieku kupującego, a kolejne 20% nie robi tego nigdy. W zestawieniu tych wyników z opiniami badanych uczniów w szkołach na terenie gminy Miedzichowo należy zwrócić uwagę i uświadomić sprzedawców, jakie są konsekwencje sprzedaży alkoholu osobom nieletnim.
- Sprzedawcy oceniają kontrolę sprzedaży napojów alkoholowych w większości jako raczej i bardzo słabą.

### **Problemy społeczne w środowisku dzieci i młodzieży**

- Wraz z wiekiem badanych uczniów wzrasta odsetek młodych uczniów eksperymentujących z alkoholem, papierosami oraz substancjami psychoaktywnymi. Najbardziej rozpowszechnione wśród badanych uczniów jest spożywanie napojów alkoholowych oraz palenie papierosów. Do palenia papierosów chociaż raz w życiu przyznaje się 1% SP 4-6 oraz 23% SP 7-8. Inicjację alkoholową ma za sobą 5% uczniów klas 4-6 oraz 32% klas 7-8. Jako okoliczności uczniowie wskazują przede wszystkim spotkania z rodziną oraz ze znajomymi, co wskazywać może na społeczne przyzwolenie na spożywanie alkoholu przez młode osoby. Alkohol to substancja, do której dostęp dla uczniów, w porównaniu do narkotyków czy dopalaczy, jest zdecydowanie łatwiejszy. Jego spożywanie jest też powszechnie tolerowane, traktowane, jako element tradycji czy kultury, a wręcz nieodłączny element wielu życiowych wydarzeń — niestety często osoby dorosłe nie widzą problemu w tym, że akceptują włączanie w ten „zwyczaj” osób niepełnoletnich. W związku z tym warto organizować kampanie informacyjne czy specjalne wydarzenia o charakterze profilaktycznym, prowadzone przez specjalistów, skierowane do ogółu mieszkańców, podczas których będą mieli oni okazję zapoznać się ze specyfiką problemów i sposobami ich przeciwdziałania.



Jeśli uczniowie nie otrzymują informacji od osób dorosłych, że tego typu zachowania nie powinny być akceptowane, mogą zacząć z biegiem czasu włączać je, mniej lub bardziej świadomie, w repertuar własnych zachowań. Niebagatelna rola w przeciwdziałaniu tego typu sytuacjom przypada szkołom i nauczycielom mających kontakt z rodzicami, ale także władzom samorządowym, które mogą postarać się włączyć w lokalne programy przeciwdziałania problemom uzależnień oddziaływania skierowane na edukację i promocję zachowań pożądaných u rodziców oraz pozostałych mieszkańców miasta. Grupa rówieśnicza stanowi nieodłączny element prawidłowego rozwoju społecznego nastolatków, dzięki której nabywają umiejętności komunikacyjnych, empatii, pracy w grupie itp. Ważne przy tym, by środowisko szkolne, rodzinne itd. umożliwiło młodym ludziom spędzanie wolnego czasu w sposób, który będzie dla nich bardziej atrakcyjny niż np. wspólne picie alkoholu. Warto, więc zadbać o dostępność zajęć sportowych oraz rozwijających inne pasje i hobby oraz organizację różnego rodzaju akcji i wydarzeń, które będą mogły być alternatywą dla spotkań „zakrapianych” alkoholem czy innymi używkami (należy tutaj zaznaczyć, że spotkania ze znajomymi stanowią dla prawie połowy uczniów główny sposób spędzania wolnego czasu). Równie przydatne będzie organizowanie szkolnych warsztatów, podczas których młodzież będzie mogła wspólnie wypracowywać pożądane postawy wobec zagrożeń.

- Młodzi ludzie najczęściej deklarują spożywanie piwa (tutaj warto zaznaczyć, że zauważalna część młodych ludzi jest przekonana o prawdziwości mitu jakoby alkohol w piwie był „słabszy”). Większość młodych ludzi przyjmuje konstruktywne postawy wobec substancji psychoaktywnych i ma świadomość ich szkodliwości.
- Wyniki badań wskazują, że wśród młodych ludzi problem substancji psychoaktywnych, tj. narkotyków i dopalaczy jest marginalny, a wyniki dotyczące nastawienia uczniów wobec brania narkotyków i dopalaczy są dobrze rokujące, ponieważ w większości uczniowie nie zgadzają się lub raczej nie zgadzają się, by było to normalne dla osób w ich wieku. Nie uważają również, że dopalacze są mniej szkodliwe oraz istnieje mniejsze prawdopodobieństwo uzależnienia się.
- Uczniowie gminy deklarują w większości bardzo dobre lub raczej dobre relacje z opiekunami. Rodzice okazali się grupą osób, do których chętnie zwróciliby się oni



po pomoc w razie kłopotów. Jednakże niewielka część uczniów nie chciałaby zwierzyć się rodzicowi, gdyby ktoś im groził lub namawiał do czegoś złego (SP 4-6 – 9%; SP 7-8 – 14%). Stosowne byłoby w tym przypadku włączenie w zakres tematyczny szkolnych spotkań z rodzicami tematyki skutecznego reagowania na problemy wychowawcze i sposobów skutecznej komunikacji z dzieckiem. Pozytywne relacje z rodzicami uczniów to niewątpliwie zasób chroniący, który może zostać wykorzystany w planowaniu oddziaływań profilaktycznych poprzez tworzenie sojuszu rodzic—nauczyciel w przeciwdziałaniu uzależnieniom i przemocy m.in. poprzez uzupełniającą się edukację dotyczącą zagrożeń, a także kształtowanie konstruktywnych postaw i budowanie sieci wsparcia.

- Na uwagę zasługuje fakt, że uczniowie dużo rzadziej wskazali w kwestii zaufania nauczycieli. Spadek poziomu zaufania w tym wypadku jest zauważalny dla starszych uczniów. Godne polecenia byłoby zorganizowanie spotkań dla wychowawców ze specjalistami z zakresu profilaktyki, podczas których nauczyciele mogliby zdobyć wiedzę na temat sposobów wzmacniania relacji zaufania i budowania zasobów chroniących. Pożądane byłoby zaaranżowanie odpowiednio poprowadzonych godzin wychowawczych z młodzieżą, na których nauczyciel będzie miał okazję pokazać się uczniom nie tylko, jako osoba odpowiedzialna za sprawy organizacyjne i prowadzenie danego przedmiotu, ale także, jako godny zaufania dorosły, który jest otwarty na trudne kwestie osobiste trapiące dzieci i młodzież.
- Uczniowie przyznają, że doświadczają w szkole przemocy w różnorodnych formach (fizycznej bądź psychicznej). Zauważalne jest to w szczególności przy deklaracjach o codziennych doświadczeniach w tym zakresie. Kilka procent z nich nie czuje lub raczej nie czuje się bezpiecznie w swojej szkole i deklaruje, że do szkoły uczęszczają osoby, których się boją (SP 4-6 - 22%; SP 7-8 - 8%). Otrzymane wyniki mogą posłużyć za zachętę do organizowania szkolnych warsztatów, podczas których dzieci i młodzież będą miały okazję do wspólnego zastanowienia się nad alternatywnymi sposobami rozładowywania negatywnych emocji i skutecznymi sposobami rozwiązywania konfliktów, bez używania przemocy. Należy także ciągle udoskonalać szkolne systemu przeciwdziałania i reagowania na przemoc, w które włączać trzeba rodziców, od których dzieci i młodzież czerpią

wzorce w zakresie stosowania przemocy, jako rozwiązania codziennych problemów.

- Porównując odpowiedzi uczniów na temat korzystania z komputera, telewizji oraz telefonu, zauważyć można, że wraz z wiekiem zwiększa się ilość czasu spędzanego na telefonie. Dodatkowo jeżeli zsumować czas korzystania z tych urządzeń w praktyce może to oznaczać, że po przyjściu ze szkoły korzystanie z komputera, telewizji i telefonu jest dla nich jedyną formą spędzania czasu. Należy mieć na uwadze, iż trzeba wspierać wszelkie inicjatywy rozwijające różnorodne pasje uczniów, tak, aby były bardziej atrakcyjną formą spędzania czasu po szkole niż surfowanie po mało oferujących stronach internetowych. Samo korzystanie z komputera może być bardzo pożyteczne dla młodych ludzi, ale należy pomóc im w wyborze odpowiednich stron i portali. Istotne jest, aby włączać w te działania rodziców, którzy mają możliwość nadzorowania tego, jak ich dzieci wykorzystują domowe komputery i inne urządzenia z dostępem do Internetu.
- Wyniki uczniów dotyczące zagrożeń związanych z nowymi technologiami (doświadczenia w zakresie cyberprzemocy) wskazują na konieczność edukacji z zakresu bezpiecznego korzystania z Internetu: wspierania świadomości prawnej, umiejętności ochrony przed niebezpiecznymi sytuacjami, wiedzy dotyczącej ochrony własnych danych, ale także profilaktyki zachowań agresywnych i nauki polubownego rozwiązywania konfliktów rówieśniczych w przestrzeni wirtualnej.
- Istnieje niewielka grupa ryzyka uzależnienia od hazardu, 10% SP 4-6 oraz 43% SP 7-8 ma za sobą doświadczenie gry hazardowej. Należy zadbać o psychoedukację w tym zakresie – ryzyko i możliwe zagrożenia wynikające z tego typu rozrywki.
- Zdecydowana większość uczniów deklaruje, że uprawia sport poza lekcjami wychowania fizycznego prowadzonych w szkole, przynajmniej raz na jakiś czas, a w sposobie spędzania wolnego czasu uczniowie niejednokrotnie wskazali aktywności sportowe takie jak granie w piłkę nożną, ręczną, koszykówkę czy jazdę na rowerze lub hulajnodze. Stwarzanie młodym ludziom możliwości uczestnictwa w alternatywnych formach aktywności w czasie wolnym może okazać się jedną z wartościowych, uzupełniających strategii w konstruowaniu działań profilaktycznych – sport jako alternatywa uzależnień. W odniesieniu do takich założeń, skuteczna profilaktyka uzależnień ma na celu uczenie młodych ludzi

konstruktywnego radzenia sobie z trudnymi emocjami, nie poprzez używanie narkotyków i alkoholu czy też zachowania agresywne, ale przez kształcenie prozdrowotnych postaw już od najmłodszych lat.



## ODDZIAŁYWANIA PROFILAKTYCZNE WŚRÓD DZIECI I MŁODZIEŻY – REKOMENDACJE OPARTE NA MODELU PROFILAKTYKI POZYTYWNEJ:

---

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) podaje, że aż 50% zaburzeń zdrowia psychicznego prowadzących do nadużywania substancji psychoaktywnych, agresji i przemocy, a także innych zachowań antyspołecznych zaczyna się w okresie dojrzewania<sup>18</sup>. Dzieci i młodzież są, więc grupą wymagającą szczególnie intensywnych oddziaływań profilaktycznych.

Środowisko szkolne wywiera ogromny wpływ na rozwój fizyczny, emocjonalny i społeczny dzieci i młodzieży, stąd jego kształtowanie może sprzyjać zdrowiu psychicznemu<sup>19</sup>. Australijskie badania na zlecenie WHO pozwoliły na wyodrębnienie najistotniejszych czynników chroniących oraz czynników ryzyka<sup>20</sup>:

---

### CZYNNIKI RYZYKA

---

- 1) przemoc rówieśnicza
- 2) odrzucenie przez rówieśników
- 3) słaba więź ze szkołą
- 4) niedostateczne kierowanie własnym zachowaniem (brak kontroli)
- 5) destrukcyjna grupa rówieśnicza
- 6) niepowodzenia szkolne

---

<sup>18</sup> World Health Organization, (2004), *Mental Health Policy, Plans and Programs*, Geneva.

<sup>19</sup> Szymańska, J. (2012) *Ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w szkole*, ORE Warszawa

<sup>20</sup> Monograph, (2000) Commonwealth Department of Health and Aged Care 2000. *Promotion, Prevention and Early Intervention for Mental Health*. Mental Health and Special Programs Branch, Canberra

---

## CZYNNIKI CHRONIĄCE

---

Przez „czynniki chroniące” należy rozumieć: *wszystkie elementy osłabiające oddziaływanie czynników ryzyka, zwiększające „odporność” jednostki a więc zmniejszające prawdopodobieństwo wystąpienia zachowań problemowych*<sup>21</sup>.

Można je pogrupować w kilka kategorii:

- 1) poczucie przynależności
- 2) pozytywny klimat szkoły
- 3) prospołecznie nastawiona grupa rówieśnicza
- 4) wymaganie od uczniów odpowiedzialności i udzielania sobie wzajemnej pomocy
- 5) okazje do przeżycia sukcesu i rozpoznawania własnych osiągnięć
- 6) zdecydowany brak akceptacji przez szkołę dla przemocy<sup>22</sup>.

Wymienione czynniki chroniące mają charakter uniwersalny. Zadaniem warsztatów profilaktycznych jest wzmacnianie czynników chroniących oraz osłabianie czynników ryzyka. Warto pamiętać, że **oddziaływanie w zakresie jednego tematu zajęć, np. dotyczących jedynie przemocy może przynieść pozytywne rezultaty także w profilaktyce innych zachowań ryzykownych.**

Na podstawie zrealizowanych przez Państwową Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych badań pn.: „Czynniki chroniące i czynniki ryzyka związane z zachowaniami problemowymi warszawskich gimnazjalistów klas I-II”, **sformułowano kilka wniosków i rekomendacji o charakterze ogólnym.** Mianowicie:

- nadrzędną rekomendacją wyznaczającą kierunek działań profilaktycznych jest wzmacnianie pozytywnego stosunku do nauczycieli oraz budowanie klimatu współpracy pomiędzy nauczycielami w szkole oraz wspieranie konstruktywnych zainteresowań i zajęć pozalekcyjnych młodzieży;
- do najbardziej uniwersalnych i selektywnych czynników chroniących młodzież przed angażowaniem się w zachowania problemowe należy włączyć: pozytywne nastawienie do nauczycieli; udział w dodatkowych zajęciach pozalekcyjnych; aktywny udział w praktykach i uroczystościach religijnych; dobry kontakt

---

<sup>21</sup> Słownik terminów według Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Źródło: [http://www.parpa.pl/download/sloownik\\_terminow.pdf](http://www.parpa.pl/download/sloownik_terminow.pdf) (dostęp: 28.10.2017).

<sup>22</sup> Rządowy Program na lata 2014-2016, *Bezpieczna i przyjazna szkoła.*

z rodzicami; monitorowanie przez rodziców miejsc, w których dziecko spędza czas wolny.

- efektywna ochrona młodzieży wiąże się z prawidłowym rozumieniem przez nauczycieli procesów rozwojowych właściwych dla okresu adolescencji. Dlatego zaleca się, aby wspierać pedagogów i nauczycieli zarówno na poziomie kształcenia formalnego, jak i nieformalnego, w zdobywaniu wiedzy oraz poszerzaniu umiejętności w zakresie rozpoznawania wyzwań oraz trudności specyficznych dla tego okresu rozwoju;
- wsparcie nauczycieli powinno także objąć działania związane z przeciwdziałaniem wypaleniu zawodowemu: „Dbałość o dobry stan zdrowia psychicznego nauczycieli uczących w gimnazjum powinna być częścią szkolnego programu profilaktyki. W tym celu należy wspierać wszelkie inicjatywy służące podnoszeniu kwalifikacji zawodowych nauczycieli, ułatwiać im dostęp do form kształcenia i rozwoju własnych możliwości”<sup>23</sup>;
- działania profilaktyczne powinny być ukierunkowane na uczenie umiejętności życiowych uczniów związanych m.in. z postawami asertywności, konstruktywnym rozwiązywaniem konfliktów rówieśniczych na drodze negocjacji/mediacji oraz wspieranie ich w kształtowaniu poczucia własnej wartości.

Kolejnym wnioskiem związanym ze skutecznością profilaktyki jest konieczność **planowania cyklicznych działań**. Warunkiem zmiany postawy (a więc nadrzędnego celu oddziaływań profilaktycznych) jest ich regularne utrwalanie, zastępowanie zachowań destruktywnych konstruktywnymi oraz wspieranie uczniów w zdobywaniu wiedzy nie tylko na temat zagrożeń podejmowanych przez nich zachowań, ale także pomoc w gromadzeniu wiedzy na temat alternatywnych postaw, tj. warunkujących poprawę jakości funkcjonowania uczniów w środowisku szkolnym i rodzinnym. Jednym z elementów skutecznej profilaktyki jest także ewaluacja podejmowanych działań. Jej cel wiąże się z oceną skuteczności wprowadzanych zmian i planowaniu następnych.

Wśród postulowanych oddziaływań profilaktycznych należy wyróżnić<sup>24</sup>:

---

<sup>23</sup> K. Ostaszewski, A. Rustecka-Krawczyk, M. Wójcik, *Czynniki chroniące i czynniki ryzyka związane z zachowaniami problemowymi warszawskich gimnazjalistów: klasy I-II*, Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie, s. 52.

<sup>24</sup> A. Jaros, R. Jaros, *Czynniki ryzyka i czynniki chroniące związane z zachowaniami problemowymi – przegląd badań przeprowadzonych w Polsce* [w:] *Zapobieganie wykluczeniu z systemu edukacji dzieci i młodzieży*



- zwrócenie uwagi nauczycieli i opiekunów na specyficzne potrzeby uczniów, które wiążą się ze specyfiką ich rozwoju psychospołecznego;
- wsparcie rozwoju praktycznych umiejętności uczniów w zakresie rozwiązywania konfliktów, radzenia sobie ze stresem, asertywnością, konstruktywnym wyrażaniem emocji i potrzeb, przyjmowania perspektywy innych oraz empatii;
- wspieranie uczniów w rozwijaniu ich pasji, zainteresowań oraz w kształtowaniu w nich postaw ukierunkowanych na twórczość, kreatywność i motywację odkrywania nowych rzeczy;
- wzmacnianie w uczniach poczucia przynależności, skuteczności i sprawczości;
- kreowanie pozytywnej atmosfery współpracy, umożliwiającej im samodzielne podejmowanie decyzji, branie za nich odpowiedzialności.

Warto również wspomnieć, że obok oddziaływań kierowanych do uczniów warto planować także szkolenia profilaktyczne dla grona pedagogicznego oraz rodziców. Jest to warunkiem **inicjowania zmian systemowych**, a więc nie tylko pracy nad zasobami osobowymi uczniów, ale także kształtowania ich środowiska szkolnego oraz rodzinnego – głównych środowisk, w których funkcjonują.