

škôl na Slovensku (N 384 respondentov), zastúpené boli všetky kraje. Výsledky ohľadne výskytu zdravie ohrozujúceho problémového správania žiakov a ich frekvencie prezentujeme v tabuľke 1.

Výsledky výskumu prezentujú z pohľadu učiteľov výrazné rozšírenie rizikového, resp. problémového správania u žiakov základných a stredných škôl. Ich sprievodným javom je množstvo negatív vrátane možných dopadov na zdravie.

Záveru nášho výskumu potvrdili, že závažným problémom v súčasnosti zostáva experimentovanie žiakov základných a stredných škôl s návykovými látkami, tak legálnymi, ako i nelegálnymi. Často ide o nefunkčnú copingovú stratégiu. Experimentovanie s návykovými látkami predstavuje veľké nebezpečenstvo vzniku závislosti. Akékoľvek užitie (vrátane prvokontaktu) môže mať za následok vznik akútnej intoxikácie a niešť riziko ťažkých otráv a ďalších problémov. Riziká užívania návykových látok sú rôzne. K najzávažnejším patria riziká zdravotné, pretože návykové látky (legálne i nelegálne) sa radia medzi rizikové faktory vzniku celého radu chorôb. Možno medzi ne zaradiť riziká pre psychické zdravie, ohrozenie kardiovaskulárneho systému, ďalej dýchacieho systému, poškodenie obličiek a i. Ďalšie riziká má injekčné užívanie návykových látok, ktoré sa spája s nebezpečenstvom šírenia hepatitídy či HIV. Nezanedbateľné sú aj úrazy a násilie (užívatelia sú tak obeť, ako aj agresori). Návykové látky sa často vyskytujú pri samovraždách a samovražedných pokusoch. Intoxikácia návykovou látkou môže vážne ohroziť zdravie a niekedy i život mladého človeka.

Podľa výsledkov nášho výskumu je najrozšírenejším problémovým správaním žiakov **fajčenie** tabakových cigariet, vyšší výskyt uvádzali učitelia stredných škôl ako základných. Aktívne i pasívne fajčenie tabakových cigariet so sebou prináša mnohé zdravotné riziká. Napriek legislatívnym obmedzeniam (napr. zákaz predaja cigariet osobám mladším ako 18 rokov) ide o návykovú látku pre deti a mládež dostupnú – cenovo i fyzicky. Naše zistenia korešponujú s výsledkami medzinárodného výskumu o zdraví školákov Health Behaviour in School-aged Children, ako aj Prieskumu TAD u žiakov základných

Tab. 1. Výskyt problémového správania žiakov základných a stredných škôl z pohľadu učiteľov (N = 384)

| Výskyt problémového správania | nikdy | | 1 – 2x za rok | | 1 – 2x za mesiac | | veľmi často, týždenne | | priemer AM |
|---------------------------------------|-------|-------|---------------|-------|------------------|-------|-----------------------|-------|------------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % | |
| fajčenie | 68 | 17,71 | 148 | 38,54 | 22 | 5,73 | 146 | 38,02 | 2,64 |
| pitie alkoholu | 170 | 44,27 | 180 | 46,88 | 30 | 7,81 | 4 | 1,04 | 1,66 |
| užívanie nelegálnych návykových látok | 220 | 57,29 | 138 | 35,94 | 26 | 6,77 | 0 | 0 | 1,49 |
| správanie s rysmi nelát. závislostí | 195 | 50,78 | 124 | 32,29 | 25 | 6,51 | 40 | 10,42 | 1,77 |
| agresívne správanie | 46 | 11,98 | 147 | 38,28 | 100 | 26,04 | 91 | 23,70 | 2,61 |
| šikanovanie | 58 | 15,10 | 252 | 65,63 | 53 | 13,80 | 21 | 5,47 | 2,10 |
| kyberšikanovanie | 180 | 46,88 | 163 | 42,45 | 30 | 7,81 | 11 | 2,86 | 1,67 |
| samovražedné konanie | 286 | 74,48 | 97 | 25,26 | 1 | 0,26 | 0 | 0 | 1,26 |
| sebapoškodzovanie | 189 | 49,22 | 183 | 47,66 | 12 | 3,12 | 0 | 0 | 1,54 |
| poruchy príjmu potravy | 171 | 44,53 | 199 | 51,82 | 14 | 3,65 | 0 | 0 | 1,59 |
| rizikové sexuálne správanie | 270 | 70,31 | 101 | 26,30 | 12 | 3,13 | 1 | 0,26 | 1,33 |
| záškoláctvo | 84 | 21,88 | 121 | 31,51 | 99 | 25,78 | 80 | 20,83 | 2,46 |
| krádeže | 177 | 46,09 | 189 | 49,22 | 18 | 4,69 | 0 | 0 | 1,59 |
| extrémistické prejavy | 244 | 63,54 | 111 | 28,91 | 27 | 7,03 | 2 | 0,52 | 1,45 |
| vandalizmus | 122 | 31,77 | 167 | 43,49 | 72 | 18,75 | 23 | 5,99 | 1,99 |

a stredných škôl a ich učiteľov a Európskeho školského prieskumu o alkohole a iných drogách (ESPAD).

Odborníci (3, 4) upozorňujú na nové formy užívania nikotínu žiakmi (zahrievaný tabak, nikotínové sáčky, elektronické cigarety), ktoré žiaci vnímajú ako „neškodné“. Naši respondenti – učitelia, poukazovali aj na trend žuvania tabaku, tak u chlapcov, ako aj dievčat.

Pitie alkoholu žiakmi potvrdili vo výskume učitelia základných aj stredných škôl. Alkohol je návyková látka legálna a v spoločnosti tolerovaná, má významný podiel pri intoxikáciách detí a mládeže. Možno upozorniť na niektoré rizikové trendy v súvislosti s pitím alkoholu u detí a mládeže. Osobitne nebezpečné je nárazové pitie, tzv. binge drinking, keď mladí ľudia v krátkom čase vypijú veľké množstvo alkoholu s cieľom čo najrýchlejšie sa opiť. Ďalej tzv. drunkorexia, keď človek znižuje svoj energetický príjem z potravy, aby mohol vypíť viac alkoholu (keďže alkohol je kalorický), môže ísť aj o šetrenie finančných prostriedkov určených na stravu (typické pre deti a mládežna internátoch), aby sa mohli minúť na alkohol. Ďalším nebezpečným trendom, najmä u mládeže, je pitie alkoholu spolu s energetickými nápojmi.

Deti a mládež majú osobné skúsenosti okrem legálnych návykových látok aj s nelegálnymi, čo z pohľadu pedagógov potvrdili výsledky nášho výskumu. Medzi nelegálnymi látkami dominuje marihuana. V Českej republike podobne ako na Slovensku je extáza po marihuane druhou najčastejšie

vyskúšanou návykovou látkou, odborníci (5) uvádzajú, že hlavným rizikom pri intoxikácii alebo netolerancii je rozvoj sérotonínového syndrómu, hypertermia a vznik významnej arytmie.

Žiakov základných a stredných škôl ohrozujú aj tzv. nelátkové závislosti. **Správanie s rysmi nelátkových závislostí** uviedlo vyše 49 % respondentov – učiteľov. Ide o takú podobu návykovej choroby, keď sa závislosť nevytvorila od konkrétnej látky, ale od určitej činnosti a ďalších faktorov, ktoré sú s touto činnosťou spojené. Podstatou týchto porúch je chorobná túžba, návykovosť a kompulzivnosť. U dospelujúcich ide často o problém v súvislosti s online prostredím. V tejto vekovej kategórii najčastejšie ide o nadmerné používanie internetu, nie závislosť. Nadmerné používanie však jednotlivci škodí a môže sa rozvinúť excesívne používanie internetu až vyslovene návykové závislostné správanie (internetová závislosť). Pri excesívnom používaní internetu ide o nadmerné používanie internetu, ktoré vedie ku komplikáciám v rôznych oblastiach života. V oblasti zdravia môže ovplyvniť fyzické i psychické zdravie (sedavý životný štýl, nadváha, bolesti hlavy a chrbtice, zhoršenie zraku, chybné držanie tela, narušenie spánkového rytmu a pod.).

V tejto súvislosti je vhodné upozorniť aj na riziká online výziev (tzv. challenges). Okrem pozitívne zameraných však existuje veľké množstvo výziev, ktoré môžu (osobitne vo vekovej kategórii detí a mládeže) spôsobiť