

SOUHRNNÁ ZPRÁVA PRO ŠKOLU

Identifikace rizikových oblastí u dospívajících

Název školy: **Základní škola speciální, Frýdlant, okres Liberec, příspěvková organizace**

Školní rok: **2019/2020**

Počet tříd: **2**

Počet respondentů: **19**

- dívek: **11**

- chlapců: **8**

- 1. Základní informace o dotazníku**
- 2. Souhrnné výsledky školy**
- 3. Souhrnné výsledky tříd**
- 4. Přehled otázek**
- 5. Návrh řešení problémů v rizikových oblastech**

Základní informace o skriningovém dotazníku pro dospívající

Skriningový dotazník pro dospívající identifikující rizikové oblasti vznikl na základě dotazníku vytvořeného R. E. Tarterem „The Drug Use Screening Inventory“ (DUSI). Autory české verze dotazníku jsou MUDr. Karel Nešpor, CSc., PhDr. Ladislav Csémy a Doc. MUDr. Hana Provazníková, CSc.

Cílem dotazníku je identifikace problémových oblastí života dospívajícího a posouzení závažnosti těchto problémů. Dotazník slouží pro krátké a efektivní posouzení aktuálních problémů. Tyto problémy se většinou projevují maladaptivním chováním a narušením každodenního fungování dospívajícího. Na identifikaci těchto problémů je zaměřeno 10 oblastí, do kterých je dotazník rozdělen (v námi nabízeném dotazníkovém šetření jsme vynechali oblast pracovní adaptace, která je pro školy nevýznamná).

Oblasti zaměření

1. oblast: **Volný čas**

Za volný čas je považován čas, v němž jedinec svobodně na základě svých zájmů, nálad a pocitů, volí svou činnost. V žádném dalším životním období není jedinec schopen zajímat se o tak široké spektrum zájmových aktivit jako v dětství a dospívání. Současný vývoj volnočasových aktivit dětí a mládeže není příliš pozitivní.

Prohlubuje se spíše pasivita, konzumnost a nenáročnost aktivit. Snižuje se i jejich frekvence. Dominantními médii se staly televize a internet, které jsou těžištěm volného času dětí a mládeže. Na předním místě ve volném čase mládeže je poslech reprodukováné hudby, návštěvy restauračních zařízení a nicnedělání.

Kvalitní náplň pro volný čas se samozřejmě nevyřeší všechno, ale když má dospívající nabídku pestrou a má šanci, že v něčem z toho bude úspěšný, zmenšuje se pravděpodobnost, že něco zničí, že někoho zmlátí, že se opije nebo že sáhne po drogách. A nebo je alespoň pravděpodobnost o hodně menší.

Cílem otázek v první oblasti, která se zabývá volným časem, je zjistit, jakým způsobem dospívající tráví svůj volný čas. Respondenti odpovídali např. na otázky: „Sportuješ nebo cvičíš méně nežli vrstevníci?; Trávíš volný čas většinou tím, že se jen tak touláš s přáteli?; Trávíš většinu volného času sám (sama)?; Jsi spokojený(á) s tím, jak trávíš volný čas?; Unavíš se rychle při námaze?“ apod.

2. oblast: **Chování**

Cílem oblasti je odhalit u dospívajících možné poruchy chování ve společnosti svých vrstevníků, ve škole a doma. Čím vyšší je problémový index (procento problémových odpovědí), tím jsou dospívající náchylnější k rizikovému chování. K rizikovým faktorům sledovaného období patří prudký tělesný růst, nové hormonální poměry, změny imunitního systému a radikální změna ve způsobu života. V dospívání by měl organismus dozrát pro nároky dospělosti, a to v oblasti tělesné, citové, intelektuální a sociální. Dospívající si potřebuje v krátké době vytvořit vlastní identitu a stupnici hodnot, vybrat si povolání a připravit se na ně, oprostít se postupně od rodiny a vytvořit si správný vztah k druhému pohlaví. V dospívání dochází ke krizi autority, a to jak rodičovské, tak např. i učitelské. Rizikové chování v dospívání je tvořeno zhruba třemi okruhy. Jsou to negativní jevy v psychosociální oblasti, poruchy sexuálního zdraví a toxikomanie.

Respondenti odpovídali v oblasti chování na otázky typu: „Často prosazuješ své názory za každou cenu, třeba i nevhodně?; Často zdůrazňuješ, že jsi lepší než druzí?; Často křičíš?; Míváš špatnou náladu?“

3. oblast: **Zdravotní stav**

Cílem třetí oblasti je získat informace o zdravotním stavu dospívajících, zda-li nemají nějaké zdravotní potíže, které by mohly znamenat určitá rizika v dané oblasti. Zvýšené procento naznačuje, že dospívající mají pravděpodobně nějaké zdravotní obtíže. Ty mohou souviset například s užíváním návykových látek.

Ve třetí oblasti byly použity například otázky: „Chodíš na pravidelné lékařské kontroly kvůli nějaké nemoci?; Trpíš nespavostí nebo naopak spíš nadměrně?“

4. oblast: **Duševní zdraví**

Duševní problémy nejčastěji souvisí s rodinným systémem. Na duševní zdraví dospívajících může mít vliv i školní prostředí. Nadměrný anebo příliš dlouho trvající stres, velká zátěž, neúspěch ve škole, rozpory s vrstevníky apod. mohou u dospívajících způsobit duševní problémy.

Příklad otázek: „Pereš se nebo se hádáš častěji než tví vrstevníci?; Obtížně se soustřeďuješ?“

5. oblast: **Sociální zdatnost**

Sociální zdatnost může být charakterizována např. úspěšným naplňováním sociálních rolí, akceptováním a dodržováním sociálních norem, sdílením a předáváním hodnot dané společnosti a kultury a v neposlední řadě přiměřeným souborem sociálních dovedností a znalostí (komunikačních, pracovních apod.). K sociální zdatnosti patří i schopnost spolupráce, pomoci a oběti (prosociální chování). Delší drogová kariéra, zejména pokud začala v mladším věku, je obvykle spojena se zabrzděním nebo deformací sociálního zrání.

Odpovědi na otázky v oblasti sociální zdatnost mohou být někdy zkreslené, protože dospívající vidí svůj vztah nebo postavení mezi vrstevníky zbytečně dramaticky.

Cílem otázek v páté oblasti je u dospívajících zjistit jejich pocity ve společnosti a mezi vrstevníky, zda-li dokáží obhájit svůj názor nebo hájit své zájmy. Například otázky: „Jsi mezi vrstevníky oblíbený(á)?; Je pro tebe těžké nacházet ve skupině neznámých lidí přátele?; Baví tě spíše společnost starších než společnost vrstevníků?; Dělá ti těžkosti odmítat druhým?; Bojíš se hájit vlastní zájmy?; Dělá ti těžkosti hájit svůj názor?“ apod.

6. oblast: **Rodinný systém**

Cílem šesté oblasti, která se zaměřuje na rodinu, je posoudit rodinné vztahy, funkčnost rodiny a pocity dospívajících v rodině. Respondenti v šesté oblasti skriningového dotazníku odpovídali například na dotazy: „Stalo se, že někdo z užší rodiny (matka, otec, bratr nebo sestra) si vzal marihuanu, kokain, heroin nebo pervitin?; Často se s rodiči nebo pěstouny hádáš a při tom na sebe křičíte?; Bývá rodina zřídka pohromadě?“.

Pokud respondent **nebyl poslední rok s rodinou ve styku a nemá o ní zprávy**, odpovídá za předchozí období. Jestliže není možné ani to, **může oblast rodinný systém vynechat**.

7. oblast: **Škola**

Cílem sedmé oblasti je zjistit u dospívajících příčiny jejich problémů ve škole. Nadprůměrný problémový index ve sledované oblasti může znamenat problémy ve škole způsobené například: špatnými podmínkami doma pro přípravu, poruchami pozornosti a soustředění, rodinnými problémy nebo vztahovými problémy ve škole. Například otázka: „Cítíš se ve škole fyzicky ohrožován(a)?“. Respondenti dále odpovídali na dotazy typu: „Máš školu docela rád(a)?; Těžko se ve škole nebo při učení soustřeďuješ?; Cítíš se ve škole podrážděný(á) a rozrušený(á)?; Nudíš se ve škole?; Propadl(a) jsi v některém ročníku?; Měl(a) jsi někdy ve škole problémy kvůli alkoholu nebo drogám?“ apod.

Hodnota problémového indexu pomůže odhalit, zda-li jsou učitelé dospívajícími vnímáni jako nepřátelští nebo lhostejní, s žáky či studenty nespolupracují, zdůrazňují pouze jejich nedostatky, selhávající a problémoví žáci jsou zesměšňováni a ponižováni, ve škole vládne odcizená atmosféra postrádající nabídku pozitivních hodnot nebo naopak škola prosazuje rozumná a přiměřená pravidla, pro selhávající a problémové žáky hledá škola pozitivní alternativy i cesty, jak jim pomoci a chránit jejich sebevědomí, učitelé jsou vnímáni jako ti, kdo pomáhají, dávají, pečují, pomáhají rozvoji žáků, dobře s nimi komunikují a spolupracují, dokáží rozpoznat jejich pozitivní možnosti.

8. oblast: **Vztahy s vrstevníky**

Pro dospívající je velmi důležitá skupina vrstevníků, která jim může pomoci se alkoholem a drogám vyhnout, nebo naopak představuje nebezpečí. Dospělý se může nabízet jako zdroj informací, zároveň by ale měl povzbuzovat k samostatnosti a sebedůvěře. Měl by počítat s tím, že dospívající se nespokojí s přijetím informace, ale budou chtít diskutovat. Prevence v této skupině je zásadně důležitá, protože bývá zvláště ohrožena. Zneužívání alkoholu nebo drog v dospívání může vést k rychlému vytvoření návyku a tomu je třeba předcházet.

Cílem osmé oblasti je u dospívajících zjistit, zda-li mají sklony začlenit se do rizikové party, například otázka č.11: „Patříš do party, která se zabývá něčím nezákonným?“ nebo zda-li mají dospívající dostatečnou síť sociálních vztahů, například otázky č.13: „Máš dobrého přítele nebo přítelkyni, kterým se dá svěřit?“ a 14: „V porovnání s vrstevníky máš málo přátel?“.

9. oblast: **Návykové látky**

Devátá oblast je rozdělena na dvě části.

Cílem první (9A) je zjistit u dospívajících jejich vztah k alkoholu, drogám nebo hazardní hře, například dotaz: „Cítil(a) jsi někdy silné přání nebo touhu po alkoholu, jiných drogách nebo hazardní hře?“, míru závislosti na návykových látkách, například dotazy typu: „Stalo se ti někdy, že jsi musel(a) zvyšovat množství alkoholu nebo drog, abys dosáhl(a) účinku, ke kterému ti dříve stačilo menší množství?; Měl(a) jsi někdy pocit, že jsi na alkoholu, drogách nebo hazardní hře závislý(á)?“. Chování dospívajících pod vlivem návykové látky zase zjišťují dotazy, například: „Ublížil(a) jsi někdy někomu (i nechtěně) pod vlivem drog nebo alkoholu?; Pohádal(a) ses vážně pod vlivem alkoholu nebo drog s přáteli nebo s někým z rodiny?“.

Druhá část deváté oblasti (9B) zjišťuje četnost užití návykových látek, resp. hraní hazardních her, v posledních 30 dnech nebo dříve.

Na každou otázku mohl respondent odpovědět buď „souhlasí“, nebo „nesouhlasí“.

Otázky v dotazníku jsou konstruovány tak, že problémová odpověď (tj. u většiny otázek v dotazníku odpověď souhlasná) respondenta znamená **zvýšení problémového indexu dané oblasti**. Jinými slovy, čím je **problémový index v určité oblasti vyšší, tím více problémů** v ní mohou respondenti mít. Problémový index se vyjadřuje v procentech (**0% = minimum – 100% = maximum**), jako podíl problémových odpovědí z celkového počtu odpovědí v konkrétní oblasti.

Součástí vyhodnocení je i výpočet **celkového problémového indexu**, který se počítá jako průměrná hodnota z problémových indexů jednotlivých oblastí (**0% = minimum – 100% = maximum**). **Celkový problémový index** umožňuje odhadnout závažnost stavu třídy, respektive všech respondentů v rámci školy.

Na závěry dotazníku pak může navázat cílená intervence nebo další odborné vyšetření.

Obrovskou výhodou dotazníku je, že identifikuje nejen problémové oblasti, ale i oblasti, kde jsou dospívající poměrně úspěšní (oblasti s relativně nízkým problémovým indexem). Z nich mohou dospívající čerpat sebedůvěru a je třeba je chránit před negativními vlivy. Na relativně zdravé oblasti pak může pedagog dospívající upozornit, aby posílil jejich sebedůvěru a vyvážil méně příznivá zjištění.

Dotazník lze také použít jako součást posilování motivace ke změně. To, že si dospívající uvědomí příslušné problémy, může napomoci pozitivní změně.

Několik důležitých doporučení pro vaši školu

1. Zaměřte se na oblasti s **nejvyšším problémovým indexem**, tj. na oblasti s nejvyšším procentem problémových odpovědí. Zamyslete se nad možnostmi intervence, které máte.
2. Při plánování intervence využijte **relativně zdravé oblasti, kde je nejnižší problémový index** (procento problémových odpovědí).
3. Naplánujte intervenci. Při plánování intervence přihlížejte ke specifickým okolnostem a kombinacím rizikových faktorů.

Prevence ve školním prostředí (doporučená literatura)

Čapek, R. *Třídní klima a školní klima*. 1. vyd. Praha: Grada, 2010, 328 s.

Galla, M. a kol. *Jak ve škole vytvořit zdravější prostředí - Příručka o efektivní školní drogové prevenci*. 1. vyd. Praha: Úřad vlády České republiky, 2005, 156 s.

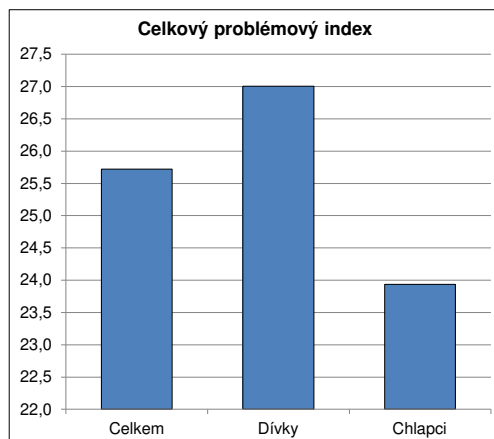
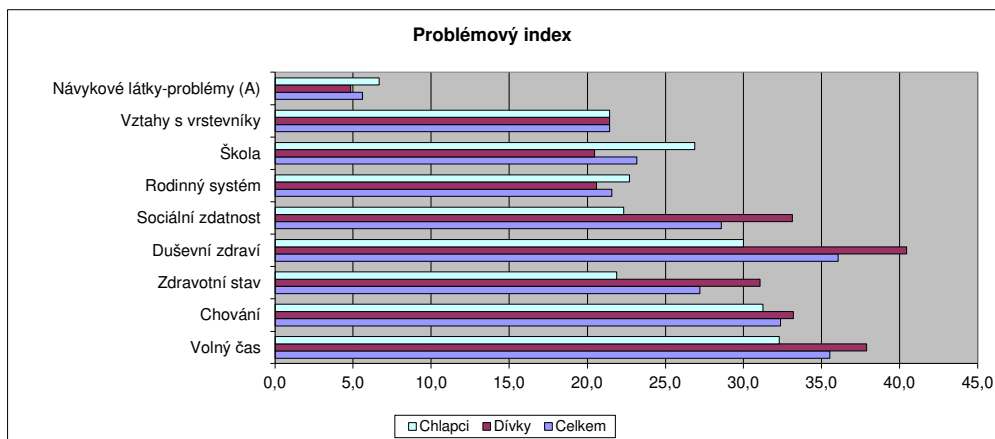
Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P. (Eds.). *Primární prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Sdružení SCAN, Univerzita Karlova v Praze & Togga, 2010, 253 s.

Nešpor, K., Csémy, L., Pernicová, H. *Zásady efektivní primární prevence*. Praha: Sportpropag, 1999, 39 s.

Souhrn výsledků dotazníkového šetření: Škola

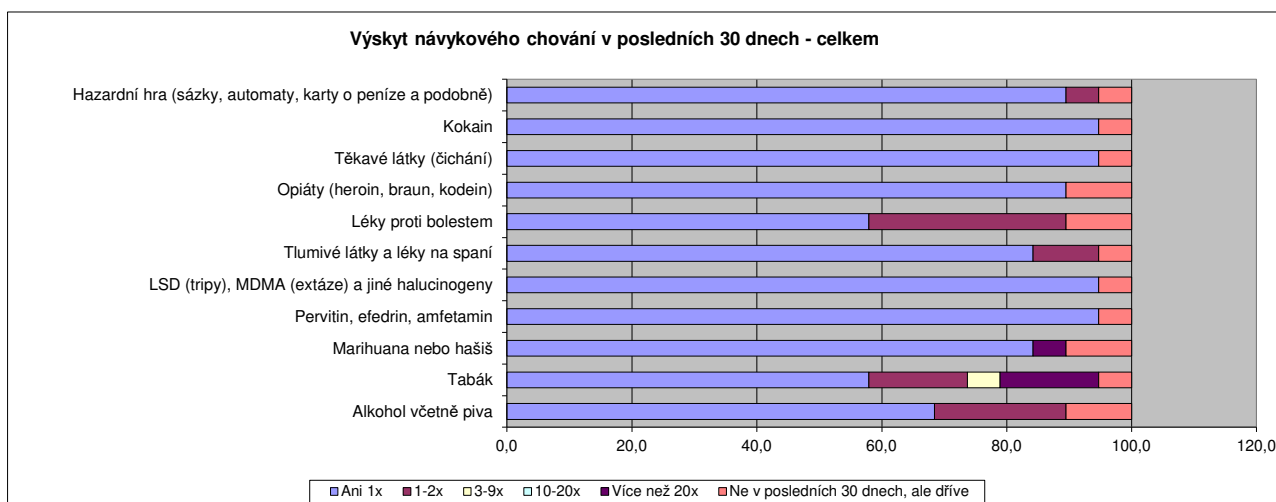
Přehled oblastí	Problémový index (%)		
	Celkem	Dívky	Chlapci
Volný čas	35,5	37,9	32,3
Chování	32,4	33,2	31,3
Zdravotní stav	27,2	31,1	21,9
Duševní zdraví	36,1	40,5	30,0
Sociální zdatnost	28,6	33,1	22,3
Rodinný systém	21,6	20,6	22,7
Škola	23,2	20,5	26,9
Vztahy s vrstevníky	21,4	21,4	21,4
Návykové látky-problémy (A)	5,6	4,8	6,7

Celkový problémový index (%)	25,7
Celkový problémový index - dívky (%)	27,0
Celkový problémový index - chlapci (%)	23,9



Návykové látky - problémy (B) - výskyt návykového chování v posledních 30 dnech (%)

Přehled návykových látek	Ani 1x			1-2x			3-9x			10-20x			Více než 20x			Ne v posledních 30 dnech, ale dříve		
	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci
Alkohol včetně piva	68,4	81,8	50,0	21,1	9,1	37,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,5	9,1	12,5
Tabák	57,9	72,7	37,5	15,8	0,0	37,5	5,3	9,1	0,0	0,0	0,0	0,0	15,8	9,1	25,0	5,3	9,1	0,0
Marihuana nebo hašíš	84,2	100,0	62,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,3	0,0	12,5	10,5	0,0	25,0
Pervitin, efedrin, amfetamin	94,7	100,0	87,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,3	0,0	12,5
LSD (triply), MDMA (extáze) a jiné halucinogeny	94,7	100,0	87,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,3	0,0	12,5
Tlumivé látky a léky na spaní	84,2	90,9	75,0	10,5	9,1	12,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,3	0,0	12,5
Léky proti bolestem	57,9	63,6	50,0	31,6	27,3	37,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,5	9,1	12,5
Opiáty (heroin, braun, kodein)	89,5	100,0	75,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,5	0,0	25,0
Těnkavé látky (čichání)	94,7	100,0	87,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,3	0,0	12,5
Kokain	94,7	100,0	87,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,3	0,0	12,5
Hazardní hra (sázky, automaty, karty o peníze a podobně)	89,5	100,0	75,0	5,3	0,0	12,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,3	0,0	12,5



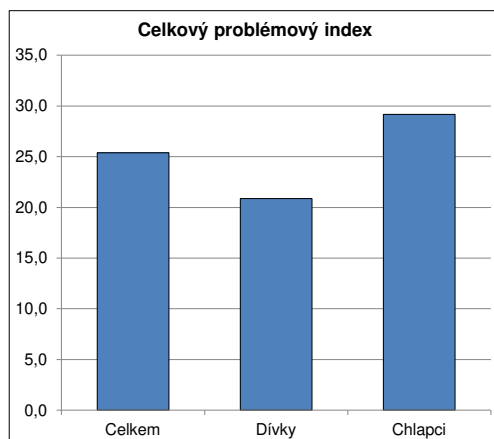
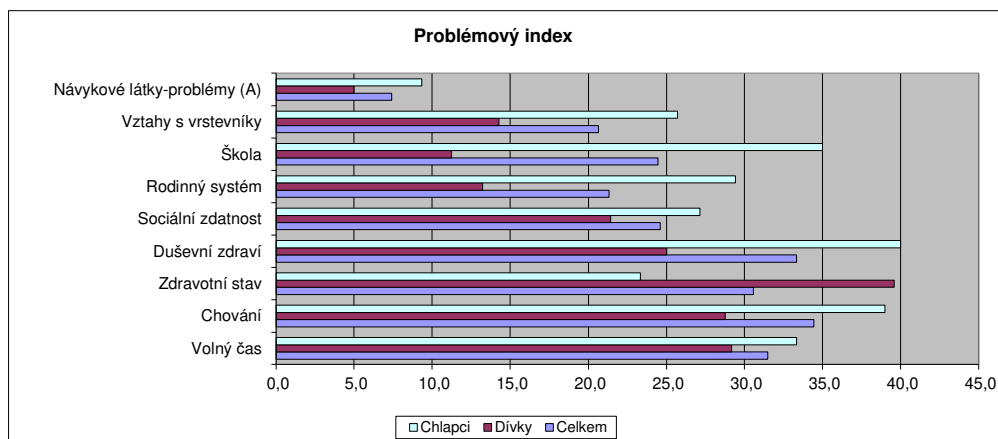
Problémový index - čím je problémový index v určité oblasti vyšší, tím více problémů v ní mohou respondenti mít

Celkový problémový index - umožňuje odhadnout závažnost stavu všech respondentů v rámci školy

Souhrn výsledků dotazníkového šetření: IV.

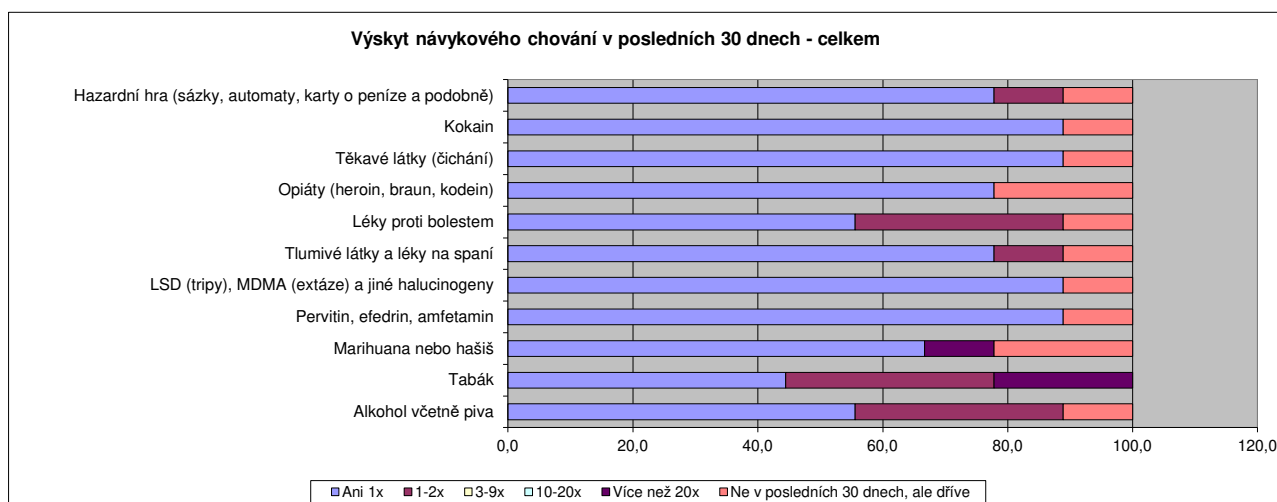
Přehled oblastí	Problémový index (%)		
	Celkem	Dívky	Chlapci
Volný čas	31,5	29,2	33,3
Chování	34,4	28,8	39,0
Zdravotní stav	30,6	39,6	23,3
Duševní zdraví	33,3	25,0	40,0
Sociální zdatnost	24,6	21,4	27,1
Rodinný systém	21,3	13,2	29,4
Škola	24,4	11,3	35,0
Vztahy s vrstevníky	20,6	14,3	25,7
Návykové látky-problémy (A)	7,4	5,0	9,3

Celkový problémový index (%)	25,4
Celkový problémový index - dívky (%)	20,9
Celkový problémový index - chlapci (%)	29,1



Návykové látky - problémy (B) - výskyt návykového chování v posledních 30 dnech (%)

Přehled návykových látek	Ani 1x			1-2x			3-9x			10-20x			Více než 20x			Ne v posledních 30 dnech, ale dříve		
	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci
Alkohol včetně piva	55,6	100,0	20,0	33,3	0,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	20,0
Tabák	44,4	100,0	0,0	33,3	0,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	22,2	0,0	40,0	0,0	0,0	0,0
Marihuana nebo hašiš	66,7	100,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	0,0	20,0	22,2	0,0	40,0
Pervitin, efedrin, amfetamin	88,9	100,0	80,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	0,0	20,0
LSD (triply), MDMA (extáze) a jiné halucinogeny	88,9	100,0	80,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	0,0	20,0
Tlumivé látky a léky na spaní	77,8	100,0	60,0	11,1	0,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	0,0	20,0
Léky proti bolestem	55,6	100,0	20,0	33,3	0,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	0,0	20,0
Opiáty (heroin, braun, kodein)	77,8	100,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	22,2	0,0	40,0
Těpkavé látky (čichání)	88,9	100,0	80,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	0,0	20,0
Kokain	88,9	100,0	80,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	0,0	20,0
Hazardní hra (sázky, automaty, karty o peníze a podobně)	77,8	100,0	60,0	11,1	0,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	0,0	20,0



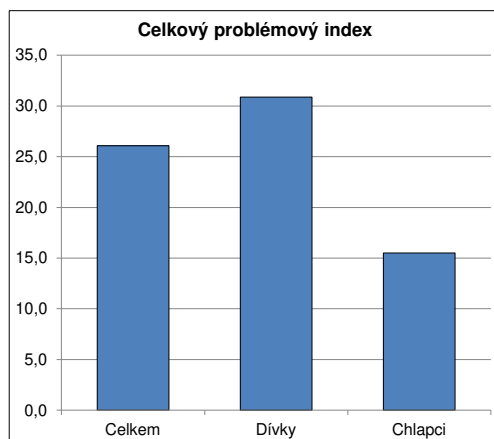
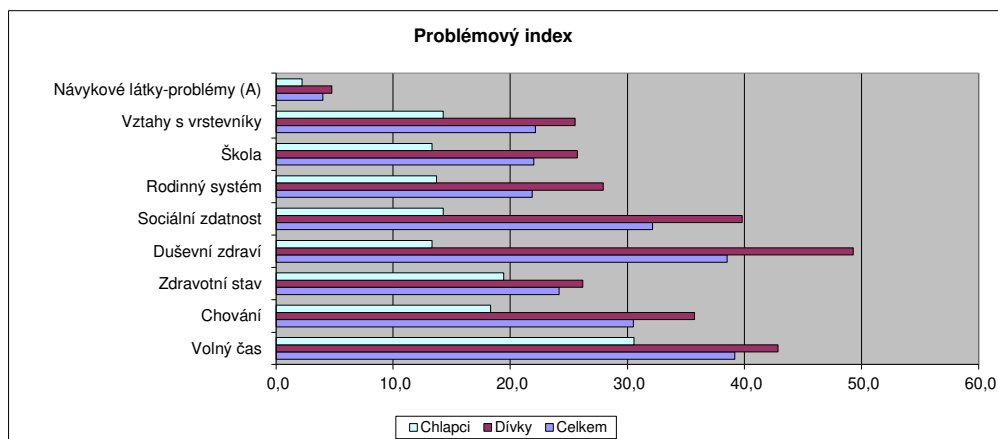
Problémový index - čím je problémový index v určité oblasti vyšší, tím více problémů v ní mohou respondenti mít

Celkový problémový index - umožňuje odhadnout závažnost stavu třídy

Souhrn výsledků dotazníkového šetření: V.

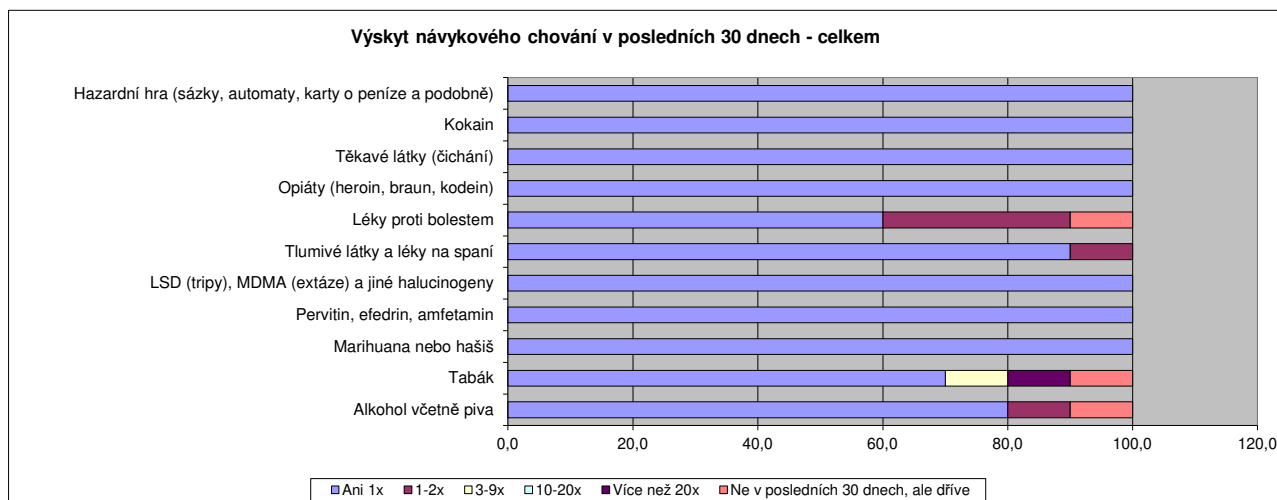
Přehled oblastí	Problémový index (%)		
	Celkem	Dívky	Chlapci
Volný čas	39,2	42,9	30,6
Chování	30,5	35,7	18,3
Zdravotní stav	24,2	26,2	19,4
Duševní zdraví	38,5	49,3	13,3
Sociální zdatnost	32,1	39,8	14,3
Rodinný systém	21,8	27,9	13,7
Škola	22,0	25,7	13,3
Vztahy s vrstevníky	22,1	25,5	14,3
Návykové látky-problémy (A)	4,0	4,8	2,2

Celkový problémový index (%)	26,1
Celkový problémový index - dívky (%)	30,9
Celkový problémový index - chlapci (%)	15,5



Návykové látky - problémy (B) - výskyt návykového chování v posledních 30 dnech (%)

Přehled návykových látek	Ani 1x			1-2x			3-9x			10-20x			Více než 20x			Ne v posledních 30 dnech, ale dříve		
	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci	Celkem	Dívky	Chlapci
Alkohol včetně piva	80,0	71,4	100,0	10,0	14,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0	14,3	0,0
Tabák	70,0	57,1	100,0	0,0	0,0	0,0	10,0	14,3	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0	14,3	0,0	10,0	14,3	0,0
Marihuana nebo hašíš	100,0	100,0	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Pervitin, efedrin, amfetamin	100,0	100,0	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
LSD (triply), MDMA (extáze) a jiné halucinogeny	100,0	100,0	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Tlumivé látky a léky na spaní	90,0	85,7	100,0	10,0	14,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Léky proti bolestem	60,0	42,9	100,0	30,0	42,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0	14,3	0,0
Opiáty (heroin, braun, kodein)	100,0	100,0	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Těkavé látky (čichání)	100,0	100,0	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Kokain	100,0	100,0	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Hazardní hra (sázky, automaty, karty o peníze a podobně)	100,0	100,0	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0



Problémový index - čím je problémový index v určité oblasti vyšší, tím více problémů v ní mohou respondenti mít

Celkový problémový index - umožňuje odhadnout závažnost stavu třídy

Dotazník pro dospívající identifikující rizikové oblasti

Přehled otázek v jednotlivých oblastech

Volný čas
1. Sportuješ nebo cvičíš méně nežli vrstevníci?
2. Odcházíš večer před dny, kdy je škola nebo jiné povinnosti, z domova bez povolení?
3. Věnuješ se obvykle více než 2 hodiny denně televizi nebo počítačovým hrám?
4. Rodiče vědí, kdo je na večírcích, kterých ses v poslední době účastnil (účastnila)?
5. Sport a cvičení tě většinou nebaví?
6. Trávíš volný čas většinou tím, že se jen tak touláš s přáteli?
7. Většinou se nudíš?
8. Trávíš většinu volného času sám (sama)?
9. Bereš alkohol nebo drogy jako způsob odpočinku?
10. Máš ve srovnání s většinou vrstevníků méně koníčků a zájmů mimo domov?
11. Jsi spokojený (spokojená) s tím, jak trávíš volný čas?
12. Unavíš se rychle při námaze?

Chování
1. Často prosazuješ své názory za každou cenu, třeba i nevhodně?
2. Často zdůrazňuješ, že jsi lepší než druzí?
3. Trápíš někdy zvířata nebo si na nich vyléváš zlost?
4. Často křičíš?
5. Stojíš často za svým názorem, i když tušíš, že není správný?
6. Často kleješ nebo mluvíš sprostě?
7. Podezíráš často druhé, že ti chtějí ublížit?
8. Úmyslně a často druhé zlobíš a děláš jim schválnosti?
9. Míváš špatnou náladu?
10. Působí ti jednání zejména s cizími lidmi výraznější obtíže?
11. Vyhróžuješ druhým násilím?
12. Mluvíš hlasitěji nežli většina tvých vrstevníků?
13. Snadno se dáš vyvést z rovnováhy?
14. Děláš často věci a neuvažuješ před tím o jejich následcích?
15. Děláš často riskantní nebo nebezpečné věci?
16. Využíváš druhé lidi, když k tomu máš příležitost?
17. Často se rozčiluješ?
18. Trávíš většinu volného času o samotě?
19. Utekl (utekla) jsi z domova nebo nějakého zařízení na více než 48 hodin?
20. Hodně ti vadí, když tě někdo kritizuje?

Zdravotní stav
1. Chodíš na pravidelné lékařské kontroly kvůli nějaké nemoci?
2. Stal se ti nějaký úraz nebo nehoda, jejímiž následky trpíš?
3. Trpíš nespavostí nebo naopak spíš nadměrně?
4. Přibral (přibrala) jsi nebo zhubl (zhubla) v poslední době o víc než 5 kg?
5. Máš méně energie, nežli myslíš, že bys měl (měla) mít?
6. Míváš dýchací potíže nebo kašel?
7. Máš nějaké problémy týkající se sexu nebo pohlavních orgánů?
8. Měl (měla) jsi někdy sexuální kontakty s někým, kdo bere drogy?
9. Míváš bolesti břicha nebo nevolnosti?
10. Měl (měla) jsi během posledních 12 měsíců žloutenku?

- | |
|--|
| 11. Trpíš nějakými jinými dlouhodobějšími bolestivými problémy? |
| 12. Trpíš nějakým tělesným onemocněním, které tě ve srovnání s vrstevníky omezuje nebo znevýhodňuje? |

Duševní zdraví

- | |
|---|
| 1. Poškodil (poškodila) jsi někdy schválně majetek někoho jiného? |
| 2. Opakovaně jsi kradl (kradla)? |
| 3. Pereš se nebo se hádáš častěji než tví vrstevníci? |
| 4. Trpíš často nedostatkem energie? |
| 5. Nedokážeš v klidu sedět a jsi neklidný (neklidná)? |
| 6. Snadno cítíš zklamání? |
| 7. Obtížně se soustřeďuješ? |
| 8. Často se cítíš hodně smutný (smutná)? |
| 9. Okusuješ si nehty? |
| 10. Máš klidný spánek? |
| 11. Jsi nervózní? |
| 12. Dostaneš snadno strach? |
| 13. Děláš si hodně starosti? |
| 14. Je pro tebe obtížné pustit věci z hlavy? |
| 15. Máš pocit, že se na tebe lidé dívají? |
| 16. Slyšíš věci, které jiní lidé neslyší (slyšel(a) jsi někdy „hlasy“)? |
| 17. Myslíš, že máš nějaké zvláštní síly, které druzí lidé nemají? |
| 18. Míváš mezi lidmi strach? |
| 19. Je ti často do pláče? |
| 20. Míváš často tolik energie, že nevíš, co s ní udělat? |

Sociální zdatnost

- | |
|---|
| 1. Jsi mezi vrstevníky oblíbený (oblíbená)? |
| 2. Jsi většinou spokojený (spokojená) s tím, jak se zapojuješ do toho, co dělají kamarádi nebo kamarádky? |
| 3. Je pro tebe těžké nacházet ve skupině neznámých lidí přátele? |
| 4. Využívají tě druzí ke svým zájmům? |
| 5. Bojíš se hájit vlastní zájmy? |
| 6. Je pro tebe hodně těžké požádat druhé o pomoc? |
| 7. Ovlivňují tě snadno vrstevníci? |
| 8. Baví tě spíše společnost starších než společnost vrstevníků? |
| 9. Děláš si často starosti, jak to, co děláš, bude působit na druhé? |
| 10. Dělá ti těžkosti hájit svůj názor? |
| 11. Dělá ti těžkosti odmítnout druhým? |
| 12. Cítíš se nepříjemně, když tě někdo chválí? |
| 13. Vnímají tě druzí většinou jako přátelského (přátelskou)? |
| 14. Když mluvíš s druhými, vyhýbáš se často pohledu na ně? |

Rodinný systém

- | |
|---|
| 1. Stalo se, že někdo z užší rodiny (matka, otec, bratr nebo sestra) si vzal marihuanu, kokain, heroin nebo pervitin? |
| 2. Stalo se, že by se někdo z rodiny opil tak, že by z toho měl problémy v rodině, v práci nebo s přáteli? |
| 3. Byl někdo z blízké rodiny během tvého života uvězněn? |
| 4. Často se s rodiči nebo pěstouny hádáš a přitom na sebe křičíte? |
| 5. Bývá rodina zřídka pohromadě? |
| 6. Rodiče nebo pěstouni vědí, co se ti líbí a co ne? |

7. Existují ve tvé rodině jasná pravidla, co smíš?
8. Vědí rodiče nebo pěstouni, co si doopravdy myslíš o věcech, které jsou pro tebe důležité?
9. Hádají se často rodiče nebo pěstouni?
10. Rodiče nebo pěstouni většinou vědí, kde jsi a co děláš?
11. Bývají rodiče nebo pěstouni většinou mimo domov?
12. Máš pocit, že se o tebe rodiče nebo pěstouni dostatečně starají?
13. Jsi spokojený (spokojená) s uspořádáním svého života?
14. Cítíš se doma bezpečně?
15. Často tě doma bijí?
16. Stalo se, že tě někdo z blízké rodiny sexuálně obtěžoval?
17. Trpí nebo trpěl někdo z rodičů nebo pěstounů vážnou duševní chorobou?

Škola
1. Máš školu docela rád (ráda)?
2. Těžko se ve škole nebo při učení soustřeďuješ?
3. Máš podprůměrné známky?
4. Chodíš za školu častěji nežli dva dny v měsíci?
5. Míváš často zameškané hodiny?
6. Uvažoval (uvažovala) jsi vážně o tom, že ze školy odejdeš?
7. Často nenapíšeš úkoly?
8. Jsi ve třídě často ospalý (ospalá)?
9. Přicházíš často na hodiny pozdě?
10. Změnil (změnila) jsi přátele ve škole ve srovnání s předchozím rokem?
11. Cítíš se ve škole podrážděný (podrážděná) a rozrušený (rozrušená)?
12. Nudíš se ve škole?
13. Zhoršil se tvůj školní prospěch?
14. Cítíš se ve škole fyzicky ohrožován (ohrožována)?
15. Propadl (propadla) jsi v některém ročníku?
16. Účastníš se mimoškolních aktivit, např. zájmových kroužků, a cítíš se tam vítaný (vítaná)?
17. Vynechal (vynechala) jsi někdy školu nebo jsi přišel (přišla) pozdě kvůli alkoholu nebo drogám?
18. Měl (měla) jsi někdy ve škole problémy kvůli alkoholu nebo drogám?
19. Stalo se, že alkohol nebo droga ti zabránily napsat úlohu nebo se připravit do školy?
20. Vyloučili tě někdy v životě z nějaké školy?

Vztahy s vrstevníky
1. Pije některý z tvých přátel pravidelně alkohol nebo bere drogy?
2. Dává nebo prodává některý z přátel drogy vrstevníkům?
3. Švindluje někdo z přátel při písemkách ve škole nebo nějak podvádí v zaměstnání?
4. Mají rodiče tvoje kamarády rádi?
5. Měl někdo z tvých přátel problémy se zákonem?
6. Je většina tvých přátel starších než ty?
7. Chodí tvoji přátelé často za školu nebo žádnou školu nenavštěvují a ani nechodí do práce?
8. Baví tvé přátele večírky, kde se nepodává alkohol nebo kde nejsou drogy?
9. Přinesli přátelé na nějaký večírek během posledních 12 měsíců alkohol nebo drogy?
10. Ukradli přátelé něco v obchodě nebo úmyslně poškodili cizí majetek během posledních 12 měsíců?
11. Patříš do party, která se zabývá něčím nezákonným?
12. Trápí tě v současnosti nějaký problém, který máš s přítelem nebo přítelkyní?
13. Máš dobrého přítele nebo přítelkyni, kterým se dá svěřit?
14. V porovnání s vrstevníky máš málo přátel?

Návykové látky - problémy
1. Cítil (cítila) jsi někdy silné přání nebo touhu po alkoholu, jiných drogách nebo hazardní hře?
2. Stalo se ti někdy, že jsi musel (musela) zvyšovat množství alkoholu nebo drog, abys dosáhl (dosáhla) účinku, ke kterému ti dříve stačilo menší množství?
3. Měl (měla) jsi někdy pocit, že pití alkoholu, braní drog nebo hazardní hru přestáváš ovládat?
4. Měl (měla) jsi někdy pocit, že jsi na alkoholu, drogách nebo hazardní hře závislý (závislá)?
5. Utratil (utrátila) jsi někdy příliš mnoho peněz za alkohol, jiné drogy nebo hazardní hru a přišel (přišla) jsi tak o něco jiného (jiné aktivity, věci, hodnoty)?
6. Stalo se ti někdy, že jsi pod vlivem alkoholu nebo drog něco nedodržel (nedodržela), např. byl (byla) jsi v noci přes zákaz mimo domov nebo porušil (porušila) zákon?
7. Mění se ti často vlivem alkoholu nebo drog nálada z velmi šťastné do velmi smutné?
8. Měl (měla) jsi někdy úraz pod vlivem alkoholu či drog?
9. Ublížil (ublížila) jsi někdy někomu (i nechtěně) pod vlivem drog nebo alkoholu?
10. Pohádal (pohádala) ses vážně pod vlivem alkoholu nebo drog s přáteli nebo s někým z rodiny?
11. Měl (měla) jsi někdy kvůli alkoholu, drogám nebo hazardní hře problémy s přáteli, kteří takové věci odmítají?
12. Měl (měla) jsi někdy odvykací potíže (absták) po vysazení alkoholu nebo drog?
13. Stalo se ti, že sis později nepamatoval (nepamatovala), co jsi dělal (dělala) pod vlivem alkoholu?
14. Chlubil (chlubila) ses nebo ses předváděl (předváděla), kolik alkoholu vydržíš?
15. Nepít alkohol, nebrat drogy a hazardně nehrát je pro tebe snadné?

Zdroj: Nešpor, K., Csémy, L., Provazníková, H. *Dotazník pro dospívající identifikující rizikové oblasti (volně podle R. E. Tartera)*. Vydal Státní zdravotní ústav, 1998, 48 s.

Návrh řešení problémů v rizikových oblastech

Následující návrh intervencí vznikl ve spolupráci s pracovníky, kteří mají s rizikovými dětmi a dospívajícími mnohaleté zkušenosti. Jeho hlavním smyslem je povzbudit tvořivost dospělého, který se snaží dítěti nebo dospívajícímu pomoci.

Při plánování intervence můžete využít následující postup:

- **Zaměřte se na oblasti s nejvyšším procentem problémových odpovědí.**
- Uvažujte o tom, zda procento problémových odpovědí v dané oblasti je primární nebo sekundární. Pokud není z výsledků dotazníku zřejmé, která oblast je primárně problémová a která ne, můžete vycházet ze svých znalostí dospívajících, z některých konkrétních otázek dotazníku, případně vyplnění dotazníku doplnit dalším diagnostickým rozhovorem.
- **Uvažujte také o oblastech, kde je nejnižší procento problémových odpovědí, tedy oblastech, kde jsou dospívající poměrně úspěšní. Z nich mohou dospívající čerpat sebedůvěru a je třeba je chránit a posilovat.** Na relativně zdravé oblasti dospívající upozorněte, abyste posílili jejich sebedůvěru a vyvážili méně příznivá zjištění.
- Naplánujte intervenci. Přitom můžete použít níže uvedený přehled. Při volbě vhodné intervence přihlížejte ke specifickým okolnostem a kombinacím rizikových faktorů.

Některé intervence se opakují ve více oblastech, protože do více oblastí zasahují. Samozřejmě většinou nepoužijete všechny intervence v dané oblasti.

1. oblast. Volný čas: Posoudit příčiny (materiální okolnosti, životní styl rodiny, nedostatek kvalitních přátel apod.). Spolupráce s rodinou. Často intervence na úrovni rodiny s cílem, aby dítě nebo dospívající trávil více času s rodiči nebo s někým z příbuzných. Navázat na dobré rodinné tradice. Otázky životního stylu, kvalitní zájmy a záliby s přihlédnutím ke specifickým možnostem a orientaci dítěte. Dětské organizace a organizace pro dospívající s pozitivním programem (sportovní kluby, chovatelství, skautink, ochrana přírody atd.). Uvažovat o vhodné volbě nepovinných předmětů.

2. oblast. Chování: Diferenciální diagnostika poruch chování ve spolupráci s pedagogicko-psychologickou poradnou či jiným zařízením. (Může se jednat např. o hyperaktivní dítě s poruchami pozornosti vyžadující přizpůsobení životního stylu a zvláštní péči.) Intervence na úrovni rodiny, pokud problémy v této oblasti souvisejí s její dysfunkcí nebo negativními modely v rodině. Nácvik sociálních dovedností, relaxační trénink jako prostředek lepší sebekontroly, tělesná cvičení a další lepší způsoby odreagování. Za určitých okolností i psychoterapie nebo rodinná terapie. Vyhnout se přehnané kritice, pokud možno chránit sebedůvěru dítěte nebo dospívajícího.

3. oblast. Zdravotní stav: Kvalitní lékařská péče, informace o udržování zdraví, nefarmakologické metody léčby bolesti (relaxace, psychoterapie, rehabilitace atd.). Otázky životního stylu. Napomoci lepšímu uplatnění v životě, i přes případné zdravotní potíže. Spolupráce s rodinou. Někdy může být užitečné se souhlasem dítěte a rodičů taktně informovat spolužáky o příslušném zdravotním problému (např. cukrovka) a pomoci tak ostatním dítě s problémem lépe pochopit a přijmout do kolektivu.

4. oblast. Duševní zdraví: Posouzení stavu, vyšetření dětským a dorostovým psychiatrem nebo psychologem (v případě podezření na duševní chorobu). Duševní problémy často souvisejí s jinými oblastmi, nejčastěji s rodinným systémem. Bývají vhodné nefarmakologické postupy, umožňující přeladění (psychoterapie, relaxační techniky, tělesná cvičení jako způsob přeladění apod.). Pokud je příčinou nadměrný nebo příliš dlouho trvající stres, snížit míru zátěže, přizpůsobit životní styl, napomoci lepší adaptaci (např. relaxační techniky, životní styl, příroda či jiné vhodné prostředí apod.). Informovat o možnostech pomoci v krizi v dané oblasti - např. linky důvěry.

5. oblast. Sociální zdatnost: Posoudit příčiny malé sociální zdatnosti. Nácvik sociálních, komunikačních a asertivních dovedností (např. umět druhé ocenit a pochválit, naučit se udržovat konverzaci nebo navazovat kontakt, dovednosti odmítání). Psychoterapie, poradenství. Spolupráce s rodinou. Volba vhodných přátel, úprava životního stylu a vyvážení životní orientace (např. nahradit televizi nebo videohry vhodnou vrstevnickou skupinou). Lze využívat i zpětnou vazbu ze strany vrstevníků, při zvyšování sociální zdatnosti dávat zvládnutelné úkoly a jejich splnění ocenit. Životní styl, rozvoj pozitivních zálib, při nichž lze najít kvalitní přátele. Dobré zkušenosti jsou i se zlepšením držení těla a zvýšením fyzické kondice, což přispívá k sebedůvěře a lepšímu přijetí vrstevníky. Důležitá je pochvala za pokroky v této oblasti ze strany rodiny, vrstevníků i v rámci terapie. Posilování sebedůvěry.

6. oblast. Rodinný systém: Posoudit situaci v rodině a spolupracovat s ní. Výchovné poradenství poskytované rodičům. Někdy alespoň rodiče varovat a sledovat situaci. Rodinná terapie či manželská terapie rodičů (poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy) nebo jiné formy poradenství a léčby, jestliže jsou indikovány a rodina na ně přistoupí. Případně pomoc v rodinné krizi. V některých případech i léčba rodičů pro problémy s návykovými látkami nebo duševní chorobu nebo spolupráce se sociální službou, oddělením péče o děti apod. Někdy je nutné uvažovat i o pomoci při výchově v rámci širší rodiny a využít pozitivní modely v širší rodině. V krajním případě kontaktovat odbor péče o děti a uvažovat o náhradní výchově. V obtížných sociálních poměrech je někdy nutná konkrétní pomoc týkající se základních životních potřeb, což vyžaduje spolupráci s dalšími institucemi.

7. oblast. Škola: Diagnostika neprospěchu (např. špatné podmínky doma pro přípravu, poruchy pozornosti s hyperaktivitou, dyslexie, poruchy soustředění, nižší intelektová úroveň, rodinné problémy nebo vztahové problémy ve škole). Pomoc při učení. Zvyšovat motivaci k učení. Hledat pozitiva a cesty, jak chránit sebevědomí dítěte nebo dospívajícího a nezhoršovat jeho postavení mezi vrstevníky. Oceňovat ho v oblastech, kde je relativně úspěšný. Přizpůsobit nároky na dítě nebo dospívajícího jeho možnostem, poradenství týkající se jeho vhodného uplatnění. Za určitých okolností i nácvik sociálních dovedností, relaxační trénink (např. u úzkostných), práce s rodinou. Spolupráce rodiny a pedagogů. Uvažovat o způsobech, jak dítě lépe integrovat v kolektivu třídy, jak zlepšit problémový vztah s určitým učitelem nebo některými vrstevníky, jak zlepšit komunikaci mezi rodinou a školou. Vnitřní diferenciaci třídy, upravit režim ve škole. Častější přestávky, odpočinková plocha ve třídě, individuální učební plán, zařazení do speciální školy, pokud je indikováno. Jak již bylo uvedeno, respektovat okamžité meze výkonu, ale vnímat také pozitivní možnosti a potenciál. Předcházet šikanování a zjednat nápravu a pomoc, jestliže k němu došlo.

8. oblast. Vztahy s vrstevníky: U dospívajících velmi důležité. Tato oblast se rozpadá do dvou částí, které spolu souvisejí:

a) Rizikovní přátelé a známí: Uvažovat o důvodech volby nevhodné společnosti (příčinou může být např. neutěšená situace v rodině). Odpoutání se od rizikové party nebo partnera, někdy i za cenu změny prostředí. Často nutná těsnější dočasná reintegrace do rodiny jako příprava na pozdější zralejší osamostatnění. Zdravější životní styl, předcházet nudě, zapojení do dětské organizace nebo organizace pro mladé lidi s pozitivním programem. Zvyšovat schopnost čelit sociálnímu tlaku a dovednosti odmítání. Životní styl, rozvoj pozitivních zálib, při nichž lze najít přátele.

b) Nedostatečná síť sociálních vztahů (otázky 13, 14, částečně i 12). Posoudit příčiny (introverze, nedostatek sociálních dovedností, omezené možnosti apod.). Nácvik sociálních dovedností a komunikace za pomoci profesionálů anebo rodiny (jak se seznámit, jak udržovat konverzaci apod.). Životní styl, rozvoj pozitivních zálib, při nichž lze najít přátele. Zapojení do dětské organizace nebo organizace pro mladé lidi. Schopnost čelit sociálnímu tlaku a zvládnout dovednosti odmítání.

9. oblast. Návykové látky: Posoudit stav a možná rizika. Spolupráce s rodinou, pokud je to jen trochu možné. Dohodnout určitá pravidla vzájemného soužití a opatření v případě jejich dodržování nebo nedodržování. Poskytnout relevantní informace o riziku návykových látek a možnostech, jak ho snížit. Využívání svépomocných materiálů. Snížit dostupnost návykových látek. Někdy je užitečná změna prostředí. Odhalovat specifickou motivaci k užívání návykových látek a hledat k nim alternativy. Informovat o možnostech léčby. Ta může podle závažnosti stavu zahrnovat:

- A. Jednorázovou konzultaci či krátkodobé poradenství.
- B. Soustavnější ambulantní léčbu.
- C. Krátkodobé ústavní léčení s navazující ambulantní léčbou.
- D. Středně dlouhou léčbu trvající řádově týdny až měsíce.
- E. Dlouhodobé léčení v komunitě trvající déle než rok.

U dětí a dospívajících se léčba pokud možno orientuje k abstinenci a dobrému začlenění do rodiny. Jestliže to není možné, alespoň usilujeme o mírnění škod.

Zdroj: Nešpor, K., Csémy, L., Provazníková, H.: Dotazník pro dospívající identifikující rizikové oblasti