

Motivy kouření adolescentů

Monika Müllerová

Bakalářská práce
2008



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2007/2008

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Monika MÜLLEROVÁ**

Studijní program: **B 7507 Specializace v pedagogice**

Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Motivy kouření adolescentů**

Zásady pro vypracování:

Formulace tématu bakalářské práce, shromažďování literatury ke zvolenému tématu

Zpracování teoretické části práce, vymezení základních pojmů

Praktická část: na základě dotazníkového šetření na vybraných středních školách provést zjištění názorů adolescentů na otázku kouření

Analýza výsledků šetření, jejich interpretace a doporučení pro praxi

Rozsah práce:

Rozsah příloh:

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

Seznam odborné literatury:

- CARR, A. Snadná cesta jak přestat kouřit. Earth Save 2003, ISBN 80-903085-2-X**
AUSTINOVÁ, V. Přestat kouřit? Za hodinku! Chcete? Praha: Nakl. a vyd. Ivo Železný 2003, ISBN 80-240-1957-4
DAHLKE, R. Životní krize jako vývojové šance. Praha: Aquamarin 2001, ISBN 80-86259-02-1
KALINA, K. et al. Drogy a drogové závislosti. Úřad vlády České republiky 2003, ISBN 80-86734-05-6
NEŠPOR, K. Kouření, pití, drogy. Praha: Portál 1994, ISBN 80-7178-831-7

Vedoucí bakalářské práce: **Ing. Mgr. Svatava Kašpárková, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd
Datum zadání bakalářské práce: **23. ledna 2008**
Termín odevzdání bakalářské práce: **30. května 2008**

Ve Zlíně dne 23. ledna 2008



prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.
děkan



L.S.



Mgr. Jarmila Cělá
ředitel ústavu

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce je rozčleněna na dvě části - teoretickou a výzkumnou. Teorie pojednává o jednom ze sociálně patologických jevů - kouření. Seznamuje s důsledky kouření na celou populaci. V tabáku je obsažený nikotin. Charakter jeho působení na centrální nervovou soustavu se podle dostupných vědeckých poznatků neliší od tvrdých drog. V praktické části zkoumám postoje mladých lidí k tomuto tématu a rozšíření tohoto návyku na Střední zdravotnické škole v Uherském Hradišti. Chci zjistit rozdíly kuřáků podle věku a pohlaví. Výsledky budou použity pro primární prevenci.

Klíčová slova:

Kouření, nikotin, adolescence, motivace

ABSTRACT

Abstrakt ve světovém jazyce

This bachelor thesis is articulated to two parts - the theoretic and the experimental. Theory provides an overview of one of the social morbid phenomenon - smoking. It informs us with incidence smoking on the whole natality. In tobacco is found nicotine. Its influence on the central nervous system has been found to be very similar to that of genuine hard drugs. In the practical part I researche attitude of teenagers to this theme and expansion this addiction in secondary medical school in Uherské Hradiště. I want to prove differences of smokers age and sexes. The results will be aplicable to primary prevention.

Keywords:

Smoking, nicotine, teenage, motivation

Poděkování

Děkuji paní Ing. Mgr. Svatavě Kašpárkové, PhD. za odborné vedení a cenné rady při zpracování této bakalářské práce. Mé poděkování patří rovněž paní profesorce Aleně Koničkové a všem studentům Střední zdravotnické školy v Uherském Hradišti za umožnění realizace výzkumného šetření a za trpělivost a ochotu při vyplňování dotazníků.

Lidstvo vynakládá miliony na výzkum rakoviny, ale miliardy jsou vydávány na to, aby zdravé mladé lidi zlákali ke kouření odporného zlořádu, přičemž státní pokladna na tom ještě vytříská největší profit.

Allen Carr, 2003

OBSAH

ÚVOD.....	8
I TEORETICKÁ ČÁST	10
1 HISTORIE A SOUČASNOST TABAKISMU	11
2 CHARAKTERISTIKA A ZVLÁŠTNOSTI OBDOBÍ ADOLESCENCE.....	15
3 ZÁVISLOST NA TABÁKU - DIAGNÓZA F 17	20
3. 1 Symptomy závislosti u dospívajících	21
4 FAKTORY VEDOUcí K ZÁVISLOSTI, NÁVYKU.....	22
5 DESET DŮVODŮ PROČ NEKOUŘIT.....	24
6 MOTIVACE KE KOUŘENÍ	27
6. 1 Pojmy motivace a motiv	27
6. 2 Motivace k započatí kouření	28
6. 3 Motivace senzorická	30
6. 4 Teorie sociálního učení začátků kuřáctví	32
6. 5 Postoj rodičů ke kouření jejich dětí	33
6. 6 Postoje dětí ke kouření	34
6. 7 Dopusud provedené výzkumy	34
6. 8 Kampaně proti kouření a jejich nízká účinnost	36
6. 9 Reklama na tabákové výrobky.....	37
7 SPECIFIKA PŮSOBENÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK U DOSPÍVAJÍCÍCH	38
8 ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ A LÉČBA ZÁVISLOSTI	39
II PRAKTICKÁ ČÁST	41
9 METODIKA VÝZKUMU.....	42
9. 1 Cíl výzkumu	42
9. 2 Výzkumný problém	42
9. 3 Hypotézy.....	42
9. 4 Proměnné.....	42
9. 5 Vymezení výzkumného souboru	43
9. 6 Typ výběru.....	43
9. 7 Použitá metoda a techniky.....	43
9. 7. 1 Dotazník.....	44
9. 8 Fáze zpracování bakalářské práce	45
9. 9 Způsob zpracování výzkumných dat	46
9. 10 Analýza výsledků šetření.....	46
ZÁVĚR	83
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	86
SEZNAM TABULEK.....	89
SEZNAM PŘÍLOH.....	94

ÚVOD

Vstoupili jsme do 21. století. Ze všech stran se na nás valí informace, co všechno musíme mít a jak máme vypadat, abychom obstáli ve společnosti. Život přináší celou řadu i dlouhodobých stresových situací nejen nám dospělým, ale i dospívající mládeži a dokonce dětem. Zdánlivě jednoduchou a rychlou cestu pro jejich řešení nabízejí návykové látky. Ale za všechno se platí. Nejen penězi, ale i zdravím a životem.

Kouření je považováno za nejnevinější toxikomanií, i když zabíjí mnohem více lidí než takzvané tvrdé drogy. Nebezpečí kouření je všeobecně podceňováno. Je to pravděpodobně tím, že nepůsobí okamžitou devastaci osobnosti, jak to vidíme u alkoholu či jiných drog. Pozdní následky jsou o to horší.

Podle našich zákonů je člověk dospělý v 18 letech. Může se ženit či vdávat, může získat řidičský průkaz a má již i volební právo. Jeho vývoj po stránce psychické i tělesné bude však ukončen až kolem 22 let. Proč uvádím tyto údaje? Člověk by měl učinit před dovršením uvedených věkových hranic maximum pro to, aby se naučil vést zdravý způsob života, aby do něj zahrnul hodnoty i činnosti tvořivé a naopak se vyhnul všemu, co život deformuje a ničí. Domnívám se, že období adolescence je klíčovým v životě jedince, neboť:

„Lidé se nerodí toho dne, kdy je jejich matka přivedla na svět, ale až tehdy, kdy je život donutí, aby se sami vydali do světa.“ (Gabriel García Márquez).

Životní styl, který si mladí lidé utvoří v tomto období, pak ovlivní celý jejich dospělý život. Středoškolská mládež již určité informace o škodlivosti cigaret na lidský organismus zná a domnívám se, že je schopna si vytvořit svůj názor na rozdíl od školních dětí.

Problematikou tabakismu jsem se zabývala před dvaceti lety ve své práci „Kuřáctví jako celosvětový problém. Vliv kouření na lidský organismus.“ Tuto studii jsem zpracovávala ve čtvrtém ročníku střední školy dobrovolně v rámci Středoškolské odborné činnosti.

Cílem této bakalářské práce je zmapování problematiky motivace ke kuřáctví, v teoretické části rešerše odborné literatury a v praktické části výzkum motivů ke kouření u středoškolské mládeže. Zajímá mne toto téma s odstupem dvaceti let, kdy je situace u nás jiná - změnil se politický režim, republika se rozpadla na dva samostatné státy, cena cigaret stoupla

desetinásobně, mládež má možnost cestovat po celém světě a rozhodně kvalitněji trávit volný čas než za mých mladých let.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 HISTORIE A SOUČASNOST TABAKISMU

Občané, máte-li jaký stud, věc nezdravou odvrzte, vzniklou z neznalosti, přijatou z pohlouznění, rozšířenou z pošetilosti, již zdraví tělesné se kazí, hospodářství poškozujee, důstojnost národa chřadne doma i za hranicemi, věc k požitku odpornou, čichu nezvyklou, mozkou škodlivou, plicím záhubnou, a je-li dovoleno říci, mračny černého kouře výparům pekelným velmi podobnou.

Anglický král Jakub I., 1603

Kouření tkví svými kořeny již v prastarých obětních obřadech, při nichž se jako oběti bohům spalovaly některé části rituálně zabitých zvířat nebo zvířata celá. Poněvadž dým z ohně vystupující byl nepříjemně páchnoucí, vhazovalo se do plamenů vonné koření. Patrně konopná semena dodávala kouři omamných účinků.

Pravé kouření vzniklo v Americe. Vyvinulo se z náboženského kultu Indiánů, kteří při rozdmýchávání „svatých“ ohňů vdechovali aromatický kouř z tabákových listů.

Objevení nového světadílu v roce 1492 bylo příčinou rozšíření kouření i do Evropy. Kolumbův věrný druh Rodrigo de Jerez del Ayamonte si při návratu do Evropy 15. března 1493 přivezl s sebou velkou zásobu tabákových listů. Při svých vyprávěních pak z těchto listů vyráběl smotky, ty zapaloval třískou z ohniště, vdechoval a vypouštěl dým nosem tak, jak se to naučil v Novém světě. Stal se tak prvním evropským kuřákem. Následně byl pro své počínání obžalován jako čaroděj a hrozilo mu upálení za styky s ďáblem. Na přímluvu Kolumbovu byl vsazen na pouhých deset let do vězení.

Přes všechna pronásledování se kouření tabáku velmi rozmáhalo ve Španělsku a Portugalsku.

Nikotin - jedovatý kapalný alkaloid, obsažený v tabáku, je nazván podle Francouze Jeana Nicota. Ten působil v 16. století jako francouzský vyslanec u portugalského dvora, kde měl možnost získat semeno tabáku dovezené tehdy z Ameriky a tabák zde i pěstovat. Byl to on, kdo tabák doporučil francouzské královně Kateřině Medicejské k použití jako léku proti migréně. A také jí doporučil kouření tabáku jako prostředku vedoucího ke klidné pohodě a velké podrobnosti, takže když se kouření obecně rozšíří - jak jí namlouval - budou poddaní snáze ovlivnitelní.

To byl snad i důvod, proč Evropané, hlavně Portugalci, rozšířili tabák do svých kolonií již ve druhé polovině 16. století. Po Evropě se pěstování tabáku a jeho užívání rozšířilo během jednoho století.

Tabák, který v Evropě zcela zdomácněl, měl nejen své příznivce, ale i své odpůrce. Anglický král Jakub I. začal záhy kuřáky stíhat a trestat. V roce 1603 vydal latinsky jednu z prvních knížek proti kouření.

V Čechách se kouření značně rozmohlo po třicetileté válce. Kouřili muži, ženy i děti. Kouřilo se všude, i v kostele. Proti kouření začala ostře bojovat římskokatolická církev, protože kněží začínali kouřit a šňupat dokonce při mši. Lid si z nich bral příklad a kouřil a plival při bohoslužbách na zem. Proto roku 1642 vydal papež Urban VIII. bulu, v níž stanovil trest exkomunikace pro ty, kdo by se odvážili kouřit nebo šňupat v chrámech a v chrámových předsíních.

Turečtí sultáni, kteří vládli v 17. století, vyhlásili kouření nesmiřitelný boj. Sultán Ahmed dal kuřáky mučit k smrti a jeho syn Murad nechával denně popravit několik kuřáků, nebo je vraždil osobně.

Do Ruska byl tabák dovezen kolem roku 1605. Ruský car Michail Fjodorovič Romanov byl přesvědčen, že kouření je smrtelný hřích, a vydal roku 1634 přísný zákaz holdování tabáku. Ti, kdo porušili jeho příkaz, byli odsouzeni buď k patnácti ranám knutou, nebo k tomu, aby chodili po ulici s dýmku prostrčenou skrz nosní dírky. Tomu, kdo si z trestu nevzal ponaučení, byly rozříznuty oba rty, aby nemohl udržet v ústech dýmku.

Podobně kruté tresty existovaly v Uhrách.

Přes tyto mocenské zásahy se kouření tabáku nepodařilo vymýtit. Přestože kouření bylo prohlášeno za smrtelný hřích, přehnala se kuřácká vlna celým světem. Hlasy proti kouření pomalu umlkaly. A nakonec tabák zvítězil, zvláště, když vládnoucí kruhy přišly na to, že se na tabákové vášni dají vydělat pěkné peníze. Napoleon ustanovil ve Francii státní monopol na hospodaření s tabákem, který se stal zdrojem vysokých státních příjmů, což nepochybně přispělo k tomu, že je tabák drogou nejrozšířenější.

Tabáková epidemie začala až s masivním rozšířením cigaret na začátku 20. století, kdy vynález automatu na jejich výrobu začal chrlit miliardy kusů. Nejvýznamnější vzestup kuřáctví byl během první světové války, kulminace v rozvinutých zemích koncem druhé světové války.

V roce 1939 oznámil argentinský lékař A. H. Roffo první pokusné zjištění vztahu mezi tabákem a rakovinou. (Novák, 1980, s. 11)

Dnes je tabák rozšířen prakticky po celé planetě. Kdybychom teď chtěli začít vyrábět nebo prodávat cigarety v nějaké zemi, nikde by nám to nemohli povolit - dnes je už znám ničující dopad na zdraví. Bohužel jsme na to přišli pozdě, až po roce 1950. Ročně stoupá spotřeba tabáku celosvětově zhruba o 3 %, a to především v rozvojových zemích. V západních zemích kouření buď stagnuje nebo klesá, většinou kouří kolem 25 % populace nad 15 let. U nás kouří necelých 30 % obyvatel ve věku nad 15 let, mezi patnáctým a osmnáctým rokem však kouří 40 - 50 % mladých, a to zejména dívek. To je alarmující trend i při celkovém poklesu kuřáků. Za posledních 10 let asi o 10 %, přestávají však spíše muži a spíše starší. Nejčastěji se s kouřením začíná kolem 14 let, 80 - 90 % kuřáků začne před svým 18. rokem. Děti ve věku 12 - 14 let jsou také cílovou skupinou tabákové reklamy (SZO, 1987).

První dvě dostatečně velké epidemiologické práce, prokazující souvislost rakoviny plic a kouření byly publikovány až v roce 1950. Od té doby bylo publikováno kolem 70 000 prací, které popisují podíl kouření na 24 nemocích ve třech skupinách: kardiovaskulární (podíl kouření asi 20 - 25 %), nádory (30 %) a chronická plicní onemocnění (75 %). Nejčastější příčinou smrti v důsledku kouření je infarkt myokardu. Nenajdeme ovšem obor medicíny, jehož by se kouření netýkalo.

Boj proti kouření má různé formy. V USA se za posledních čtyřicet let počet kuřáků snížil o 40%. Ministerstvo zdravotnictví USA zřetelně a jasně prohlásilo kouření za faktor, který závažně negativně ovlivňuje lidské zdraví. S velkým porozuměním a nasazením se do věci vložila média a chopili se toho i politikové. Byla zdvojnásobena daň z tabákových výrobků, následoval zákaz jejich reklamy, v mnoha podnicích se objevily kampaně za snižování počtu kuřáků. Ve veřejných budovách bylo kouření zakázáno. Do věci se zapojily i zdravotní pojišťovny a snižovaly procenta nemocenského pojištění jen nekuřákům. Angažovali se lékaři, hygienici, psychologové i sociologové. Výsledkem je, že od roku 1965 kuřáků ubývá. (Křivohlavý, 2001, s. 190)

Opatření v Kanadě a posléze i v Kalifornii snížila konzum cigaret o 35% u dospělých a o 62% u mladistvých osob. Stačilo zvednout cenu cigaret (osminásobně) a tím ztížit jejich dostupnost. (Hrubá, 2003, s. 39)

Velmi zajímavé závěry přinesl výzkum vědců z Univerzity v San Francisku, kteří se zabývali kouřením u dospívajících. Zatímco kampaně proti kouření často varují před tím, že si kuřák ničí zdraví, na teenagery by zabralo jiné varování - upozornění na to, jak svým zlozvykem škodí okolí. Dosud se podařilo prokázat tuto motivaci k nekouření pouze u dospělých respondentů. Na základě nového zjištění proto vědci doporučují: „strategie zaměřené na prevenci kouření pro věkové skupiny nad 14 let formulujte stejným způsobem jako pro dospělé. Soustřeďte se spíše na nutnost mít čistý vzduch v místnostech než na omezování přístupu mládeže k cigaretám.“

Podle MUDr. Králíkové zažívá boom v kouření Asie, rozmach v Africe se teprve očekává.

V Evropě platí zákazy kouření v restauracích od roku 2004 v Irsku, úplné nebo částečné zákazy platí ve Velké Británii, Itálii, Norsku, Švédsku či Finsku. V lednu 2008 se k těmto státům připojila Litva, Francie a 11 spolkových zemí Německa. Nesmí se kouřit v uzavřených veřejných prostorách - v restauracích, barech, kavárnách a diskotékách. Zapálit si cigaretu veřejně je možné pouze na ulici. A jak to vypadá v praxi po pěti měsících platnosti tohoto zákona? Hloučky kuřáků postávajících a kouřících venku před dveřmi kaváren s šálkem kávy v ruce.

V České republice kouří 25% dospělých a 40% mladých lidí ve věku 15 až 18 let. (Králíková, 1999)

2 CHARAKTERISTIKA A ZVLÁŠTNOSTI OBDOBÍ ADOLESCENCE

Adolescence = dospívání.

Dospíváním rozumíme přechodové období mezi dětstvím a dospělostí. Zatímco puberta označuje spíše tělesné změny sexuálního zrání, adolescence je širším pojmem, který označuje psychologické a sociální změny v období přibližně od 12 do 20 let. Vše je jiné - tělo, prožívání, svět.

Jiné tělo

Tělo se v adolescenci bouřlivě proměňuje. Tyto změny přinášejí ztrátu pocitu jistoty ze samozřejmě fungující dětské tělesnosti. Dospívající se pozoruje fascinovaně v zrcadle a jeho „jiné“ tělo, vyznačující se pubertálními nepatřícnostmi, útočí na jeho sebeúctu, upozorňuje na sebe měnícími se proporcemi, při pohybu neposlouchá a chová se autonomně. Člověk najednou neví, kam se všemi údy. Různými triky se dospívající snaží vyrovnat s těmito změnami, skrývá je nebo zakrývá, zdůrazňuje, aby vypadaly dospělejší.

Jiný svět

Dospívající objevuje nové horizonty za hranicí své rodiny. Venku jej čeká mnoho nového, podnětného, lákavého: objevuje intimitu erotického a sexuálního charakteru, objevuje však i hloubku osobního vztahu bez rozdílu pohlaví. V mysli mu přitom vyvstává mnoho pochybností o sobě i o světě rodičů. Samozřejmost jejich řádu, který panuje v původní rodině, se rozvíklává a objevuje se otázka po svobodě, smyslu a řádu světa. V blízkosti svých vrstevníků tráví dospívající hodiny a hodiny, během nichž čas ztrácí svůj ohraničený rozměr, protože se rodí nový svět. Není to ještě reálný svět, ohraničuje jej v podstatě skupina blízkých vrstevníků. Uvnitř těchto hranic se však rodí ideový obraz reálného světa. Je potřeba prozkoumat jeho možnosti a vlastní místo v něm. K tomu patří i možnost konečnosti.

Jiné prožívání

S vynořením nových horizontů dospívající objevuje i mnoho nových, neznámých prožitků. Jeho tělo jej zaplavuje neznámými nebo pouze tušenými, ale nezvykle intenzivními pocity, které ohrožují jeho integritu. Provokuje a vyhledává takové situace, které v něm probouzejí nové pocity a ideje, protože potřebuje poznat sám sebe. Reaguje podrážděně, přechází nečekaně do útoku a nepochopitelně se stahuje zpět. Je kritický, protože vše vnímá prizma-

tem svého bytostného idealismu. Je zároveň extrémně zranitelný, protože jeho obraz sebe sama se teprve vytváří. Potřebuje být nezávislý a zároveň potřebuje podporu.

Dospívající již není dítě, ještě však není dospělý. Vývoj jeho osobnosti určují v tomto období především tyto základní vývojové úkoly:

- Akceptace tělesných změn.
- Osvojení si mužské nebo ženské role. Dospívající musí najít individuální řešení své sexuální role a jejího vlastního obrazu.
- Osvojení nových vztahů k vrstevníkům obojího pohlaví.
- Získání emocionální nezávislosti na rodičích a jiných dospělých.
- Příprava na profesionální dráhu.
- Příprava na partnerství a rodinný život.
- Osvojení sociálně odpovědného jednání.
- Vytvoření hodnotového systému a osvojení etických pravidel jednání.

Tyto úkoly mají své načasování. Tento „pravý čas“ se též ohlašuje ve formě krizí. (Lorenc in Vodáčková, s. 278)

Podle Macka je dnes adolescence mnohovrstevnatým sociálním, kulturním a psychologickým fenoménem. Vyjadřuje ji určitý životní styl, který v zásadě není společensky ceněn jako méně hodnotný než jiné životní styly. Zejména zde můžeme spatřovat velkou změnu ve srovnání s životem dospívajících před několika desítkami let. Tzv. typické charakteristiky adolescentů se v současnosti stávají žádanými a vysoce ceněnými i v jiných věkových kategoriích - zejména díky působení masově sdělovacích prostředků si řada dětí přeje být co nejdříve „teenagery“, řada dospělých se „výhod“ dospívání nechce vzdát. K těmto „výhodám“ patří nezávaznost, svoboda, možnost volby a oproštění se od stereotypů všednosti a každodennosti. Vysoce ceněné a s adolescencí spojované je tradičně zdraví a fyzická zdatnost, současně však i fyzická krása, sexuální přitažlivost a sexuální výkonnost. Další typická charakteristika dospívajících - rozvinuté abstraktní myšlení, jeho rychlost, flexibilita a neulpívání na starých informacích a zkušenostech získávají vysoký bonus v souvislosti s informační záplavou a chaosem díky televizi, internetu, mobilním telefonům a virtuální realitě.

K adolescenci však patří kromě zmíněné vyšší míry individuální svobody také následné znepokojení z vlastní zodpovědnosti; rovněž určitá emoční vypjatost, názorová pluralita, hodnotové rozkolísání, a v důsledku toho někdy i ztráta dosavadních jistot v soukromém, profesionálním a veřejném životě.

Přes složitost transformačního období společnosti, přes možné „přesahy“ tradičních charakteristik adolescence do dalších etap života (anebo právě proto) zůstává pro většinu lidí jejich vlastní dospívání velmi důležitým obdobím života. V adolescenci zažívá většina lidí mnoho pocitů a zkušeností „poprvé“ a tyto zážitky je ovlivňují po celý život. Adolescence není již pouhým přípravným obdobím či překlenovacím mostem mezi dětstvím a dospělostí, má psychologickou cenu sama o sobě. Zakládá se v ní pocit autorství vlastního života, prohlubuje se vědomí vlastní hodnoty a jedinečnosti. Pokud jsou (alespoň v retrospektivě) tyto zážitky a zkušenosti spojovány s hlubokými a v celkové bilanci příjemnými pocity, má adolescence stále svoji cenu nejen jako předmět zkoumání psychologie a dalších věd o člověku, ale především pro každého člověka samotného. (Macek, 1999)

Dospívající je přesvědčen, že je jedinečný, výjimečný, někdy i nezranitelný a nesmrtelný, proto jej můžeme strašit rakovinou plic a jinými chorobami, aniž by chápal, o čem je řeč.

K tomu dodává Křivohlavý (2001, s.224), že adolescenti přeceňují vlastní nezranitelnost. „Mně se nemůže nic stát.“ Je to tzv. neopodstatněná namyšlenost adolescentů.

Termínem adolescence označuje Helus (2004, s. 213) poslední věkové období předcházející dospělosti. Termín adolescence je odvozen z latinského slova adolescere - dorůstat, dospívat, mohutnět. Označení adolescenti (typické pro psychologii) se v českém jazyce volně zaměňuje s označením dospívající či dorost (typické pro lékařské vědy) a rovněž s širším označením mládež (charakterističtější pro sociologii a pedagogiku).

Adolescence, v české terminologii mládí, je většinou datována od 15 do 20 (22) let. Počátek je spojován s plnou reprodukční zralostí, v jejím průběhu se obvykle ukončuje tělesný růst.

Pro ukončení adolescence biologická kritéria již takovou váhu nemají - důležitější jsou kritéria psychologická (dosažení osobní autonomie), případně sociologická (role dospělého) a pedagogická (ukončení vzdělávání a získání profesní kvalifikace).

Adolescence nabývá s rozvojem civilizace a kultury na významu. V posledních desetiletích se ukazuje, že se biologické dozrávání zrychluje. Na druhou stranu dosahování plné osob-

nostní a sociální rozvinutosti se u stále většího počtu mladých lidí posouvá do stále vyššího věku - později ukončují školu, později se žení (vdávají), zakládají rodinu a profesně se stabilizují, později nacházejí svou identitu (své pravé „já“).

Adolescence je právě oním mezidobím, kdy se biologicky dozrálý jedinec učí být dospělým a svébytným v plném smyslu slova - nabývá potřebné zkušenosti, získává patřičné postavení, kvalifikuje se a legitimuje jako občan. Toto mezidobí neexistovalo vždy, nebo alespoň nebylo zdaleka tak dlouhé. Jeho délka vyjadřuje rostoucí nároky na dospělost a svébytnost osobnosti.

Problémy a dramata provázející pubescenci se transformují do adolescence. Pokud byly rozvojové úkoly pubescence dobře zvládnuty, je adolescence obdobím postupného zklidňování díky vyjasňující se životní orientaci. Tomu pak odpovídá pojetí adolescence jako krásného mládí plného elánu, rozmachu sil, krásných vztahů přátelských a mileneckých, vášnivého objevování netušených možností, dobrodružných výprav...

Mladý člověk si je v tomto věku vědom svých potencialit a zápasí o jejich realizaci. Tím obohacuje nejen sám sebe, ale je také inspirací pro své okolí.

Pokud ovšem rozvojové úkoly předchozího období zvládnuty nebyly, hrozí nebezpečí, že problémy a dramata pubescence se dále vyostří, nabudou daleko nebezpečnějších podob, učiní z adolescence životní období hluboké krize s dalekosáhlými negativními důsledky pro celý další život. Dochází k největšímu ohrožení rozvoje osobnosti, jedinec nezvládá problémy a úkoly svého vstupování do dospělosti a místo toho se utíká do nejrůznějších závislostí (na alkoholu, drogách, sektách, upadlém televizním diváctví, hracích automatech, sázkách), ke kriminalitě, promiskuitě apod.

V adolescenci dochází k vytváření osobní identity, k zápasu o ni se svým okolím i se sebou samým. Mladý člověk se nedokáže orientovat a vyhranit v rozmanitosti nároků, které na něj kladou rodiče, učitelé, kamarádi, autority či situace. Rozmanitost rolí, jež má jedinec sehrávat, rozmanitost pozic, které má zastávat, neslučitelnost a protichůdnost různých očekávání, jimž má vyhovět - to vše představuje zátěž a úkol.

Identita se utváří a projevuje zejména:

- ♦ v oblasti mezilidských vztahů vymaňováním se z dosavadní těsné vazby na rodinu, s tím se pojí snahy vytvářet si vlastní výběrové vztahy partnerské, kamarádké, skupinové (party, tlupy), zájmové, a realizovat v nich potřebu nezávislé samostatnosti;

- ◆ v oblasti psychosexuální hledáním partnera (partnerky), uzavíráním známostí, popř. uvažováním o perspektivách manželství, rodičovství, zakládáním domova podle svých představ;
- ◆ v oblasti pracovní vytyčováním perspektiv profese, s níž jsou spojována očekávání společenského uplatnění, životní smysluplnosti, aktivní seberealizace, ekonomického zajištění;
- ◆ v oblasti poznávání a názorové ujasňováním vlastní životní orientace a světonázorové pozice;
- ◆ v oblasti individualizace hledáním a vytvářením svého vlastního životního způsobu, vyjadřujícího bytostný svéráz a současně i příslušnost do referenční skupiny;
- ◆ v oblasti občanské seberealizace hledáním stanoviska, zvažováním účasti v organizacích, participací na akcích, zapojováním do hnutí.

Jedinec, který završil svou adolescenci zformováním základů své identity, je připraven založit intimní vztah s druhým člověkem.

V intimním mezilidském vztahu se identita dovršuje a stává se současně i něčím víc, než byla dosud. Dostává se jí obohacení a potvrzení druhým člověkem. Dává každému z partnerů zakusit svébytné identity jejich osobnosti a současně zakládá vzájemnost. (Helus 2004, s. 216)

Jistá nevyváženost sebehodnocení je podle Kohoutka (2001) přirozeným důsledkem zrání dospívajících a jejich společenské nezařazenosti, neuspokojivé sociální role (nejčastěji v období před zařazením do pracovního procesu).

Pocit malé vlastní hodnoty bývá u dospívajících pozadím trvale špatné nálady a může vyvolat neurotické obtíže, jako jsou bolesti hlavy, pocity vnitřního chaosu, strachu, stísněnosti, úzkosti, trémy atd. Často vede k pochybování o vlastní hodnotě také k tomu, že dospívající se uchyluje k různým „recesím“, aby si dodal důležitosti. Nápadně oblečení výrostci s cigaretou v ústech, provokativně „sebevědomým“ vystupováním a jinými falešnými projevy dospělosti mohou být jedinci ve skutečnosti velmi nejistí sami sebou, svou hodnotou. (Kohoutek, 2001)

3 ZÁVISLOST NA TABÁKU - DIAGNÓZA F 17

Naši planetu zachvátila pandemie. Zemřelo na ni již přes 100 milionů lidí, což je více obětí na životech, než které způsobily obě světové války dohromady. Nebude-li pandemie zastavena, předpokládá se, že ve 21. století to bude miliarda úmrtí. Tato nemoc má diagnózu F 17 - Závislost na tabáku.

Podle Kaliny (2003) zemřelo v roce 2001 v České republice na předávkování léky na předpis v kombinaci s alkoholem 83 lidí, 30 na předávkování heroinem, 23 opiáty, 14 toluenem a 5 pervitinem. V důsledku nemocí způsobených tabákem zemřelo 23 000 lidí.

*Kouření, pití a nestřídmost, to nejsou potřeby, ale jen návyky. Chceme-li vychovat zdravé děti, nestačí jenom kázat, co je zdravé a co ne, nestačí poučovat, ale prakticky v nich vy-
pěstít zdravé návyky...Věřím, že tak jako přírodní síly, i své zdraví a zvyky budou mít lidé
víc a víc v moci a že se jednou budou ohlížet na mnohé naše choroby se stejnou hrůzou
jako my na středověké nebo asijské morové rány.*

Karel Čapek: Hovory s T. G. Masarykem

Závislost na tabáku začíná závislostí psychosociální. Psychosociální = kombinace psychické a sociální závislosti. Psychická = naučená potřeba určité činnosti v určité situaci. Sociální = totéž v určité společnosti.

Po určité době vzniká také fyzická drogová závislost, tedy závislost na nikotinu (asi u 60 - 70 % kuřáků).

Nikotin - není to jediná škodlivina v tabákovém kouři, ale je to jediná látka, který vyvolává závislost na tabáku. Zúžuje cévy včetně věnčitých cév, které zásobují srdce, a může být příčinou náhlého srdečního selhání, zhoršuje hypertenzi. Lehčí otrava nikotinem se projevuje bledostí, studeným potem, nevolností nebo i zvracením, bolestmi hlavy a rozladěním.

V USA se zabývala Austinová (2003) výzkumy, jaké škody mohou cigarety natropit, jaké nebezpečné látky přidávají výrobci cigaret do tabáku, aby si udrželi své konzumenty závislostí (heroin a kokain). Lidé se domnívají, že jsou závislí na nikotinu. Cigarety obsahují asi 350 jedů. Čím více tajných informací prosakuje na veřejnost, tím více Američanů přestává kouřit. Kuřáci ani netuší, že za rok jsou vystaveni 1000x většímu radioaktivnímu záření,

než kdyby žili v blízkosti jaderného reaktoru. Z hořících cigaret se uvolňuje radioaktivní polonium.

3. 1 Symptomy závislosti u dospívajících

Dítě, které je závislé na návykové látce, ji bude brát i v případě, že mu bude působit zjevné problémy. I když mu rodiče vysvětlí, že škodí jeho zdraví. Můžeme u něho pozorovat následující symptomy:

- ◆ Nutkání požívat návykovou látku (zásadní charakteristika poruchy). Ačkoli bude dítě vyjadřovat přání a pevné odhodlání skoncovat s bráním drog, bude to dělat dál. Droga se ocitne na předním místě v jeho životě - všechno se kolem ní bude točit. Většinu času stráví tím, že bude drogu shánět, že ji bude užívat nebo se bude vzpamatovávat z následků jejího požití. Bude raději brát drogu, než by trávilo čas ve společnosti nebo se účastnilo jiných aktivit.
- ◆ Růst tolerance na účinné látky. Dítě bude potřebovat stále větší množství drogy, aby dosáhlo požadovaného efektu. Většinou si ani neuvědomí, jak si jeho organismus na drogu přivykl a do jaké závislosti se tím dostalo.
- ◆ Abstinenční příznaky. Když droga přestane působit, bude dítě prožívat zvláštní nepříjemné pocity - a bude si jí brát více, aby se těmito pocity vyhnulo. Bude po droze toužit, aby zmírnilo nepříjemný stav, který zažilo, když přísun drogy zastavilo nebo omezilo.

Nejběžnější návykové látky u dětí jsou alkohol, tabák a marihuana. Děti zkoušejí však i rozpouštědla, jiné nepovolené drogy a sedativa. Dostupnost návykových látek a náš zmatený a nejasný postoj k nim pravděpodobně povede k tomu, že poruchy tohoto typu budou mezi našimi dětmi stále častější. (Train, 2001)

4 FAKTORY VEDOUcí K ZÁVISLOSTI, NÁVYKU

Mladí lidé touží po nezávislosti. Paradoxně mnozí z nich sklouznou do závislosti.

Když mi bylo čtrnáct, kouřil jsem, abych dokázal, že jsem chlap. Ve čtyřiceti přestávám ze stejného důvodu.

Novák (1980, s. 108) uvádí čtyři determinující faktory, které jsou ve vzájemné interakci:

1. faktory farmakologické (droga)
2. faktory somatické a psychické (osobnost)
3. faktory environmentální (prostředí)
4. faktory precipitující (podnět).

1. Farmakologické faktory - nikotin

Zdá se být ideální drogou. Unavené povzbuzuje, podrážděné relaxuje, v případě potřeby upraví i stolicí. Mimo jiné způsobuje uvolňování látky zvané noradrenalin, která je přítomna v mozku a ovlivňuje náladu. Při absenci noradrenalinu dochází k depresím, jeho nadměrné vyplavení může vést ke stavům úzkosti a napětí. Nabízí se tedy hypotéza o fyziologickém vzniku závislosti na cigaretě. Noradrenalin, který se nikotinem vyplaví, zlepší kuřákovi náladu. Toto zlepšení však netrvá dlouho. Při opětovném zhoršení nálady vzniká touha po další cigaretě. Rychle se vyvíjí tolerance na nikotin. U lidí k tomu disponovaných dochází k vegetativně emocionálnímu přeladění. Svou roli tady hraje i příjemné ovlivňování trávicího ústrojí, cév a svalového napětí.

2. Osobnost

Mezi kuřáky bývá údajně více úzkostných neurotiků. Bývají náladovější, mají nižší sebekontrolu, těžko překonávají stresové stavy.

3. Prostředí

První vykouřená cigareta znamená cosi jako vstup do jiné etapy života. Velká většina kuřáků si jasně vzpomíná, za jakých podmínek vykouřili svoji první cigaretu. Tento akt mívá povahu iniciace probíhající za určitého rituálu. Prvním prostředím, se kterým se dítě setkává, je rodina a jeho první autoritou jsou rodiče, popřípadě starší sourozenec. Nepříznivý vliv rodičů patří k nejčastějším příčinám vzniku závislosti nejen na tabáku, ale i na jiných drogách. S blížící se dospělostí se vliv rodiny vytrácí, začínají dominovat vlivy jiné - vrs-

tevníci, parta. Sociální významnost sounáležitosti, splynutí s určitou skupinou, je velice silným motivem. Nezanedbatelným elementem v masovém rozšíření kouření zvláště u žen byl vliv módy.

4. Podnět

V pozadí motivace kouření u mládeže najdeme často potlačení některé z psychologických potřeb. Mladý člověk má silnou touhu být samostatný, být už dospělý. Velice lehce se ztožňuje s chováním některé autority a imituje ji. Nejčastěji to bývá jeden z rodičů, ale i vychovatel, učitel, sportovec, herec apod. Lidé ale imitují nejen ty, které obdivují či respektují, ale i ty, ze kterých mají strach. Cigareta se stává prostředkem k dosažení jistoty. Je to lék na pocity nedostatečnosti, méněcennosti. Skrývá společenskou neohrabanost, nejisté chování, substituuje slova, tvoří důležitý neverbální komunikační kanál. Stejně silným motivem je i potřeba kladného ohodnocení ze strany spoluvrstevníků. Dále je to potřeba kompenzace neúspěchu např. není-li student úspěšný ve studiu, kompenzuje svou odlišnost od lepších zdáním síly, dospělosti - začne kouřit, popřípadě pít.

Mnohé děti uvádějí, že začínají kouřit ze zvědavosti, tedy z přirozené touhy po poznávání, experimentování.

Emancipační motivy zvyšují procento kouřících dívek a žen. Ženy si častěji než muži racionalizují svůj návyk strachem z obezity.

Všeobecně se věří tomu, že kouřením se uvolňuje napětí, že pomáhá ve stresových situacích. Při samotném kouření je důležitý rituál zapalování cigarety, neboť člověk zdědil po svých živočišných předcích fascinaci ohněm. Dalším důležitým rituálem je inhalování kouře, neboť tím kuřák získává jakýsi pocit vnímání hranic vnitřku svého těla.

S cigaretou je asociována nějaká odměna, satisfakce. (Novák, 1980, s. 115)

K tomu dodává Kotulán (1999, s. 225), že se mezi dětmi a adolescenty, především mezi chlapci, mohou vyskytovat jedinci s masochistickými sklony s neskrývanou touhou po sebepoškození. Pro takové osoby znalosti o zdravotních rizicích kouření mohou paradoxně představovat podnětnou motivaci k sebepoškození nebo k demonstraci předstíraného hrdinství.

5 DESET DŮVODŮ PROČ NEKOUŘIT

První důvod: Kouření opravdu škodí zdraví.

Způsobuje či výrazně podporuje několik nejstrašnějších nemocí, na které umírají ročně na světě miliony lidí. Jedná se především o rakovinu plic a nemoci srdce. Podle Hrubé (1993) přispívá kuřáctví ke vzniku rakoviny plic z 80 až 95%. Kromě intenzity a doby kouření je podstatné i to, ve kterém věku pravidelné kuřáctví započalo. U osob, které začaly kouřit v období adolescence, se významně zvyšuje riziko nádorového onemocnění plic u všech kategorií kuřáků ve srovnání s těmi, kteří s kouřením začali až po 25. roce života.

Častou chorobou kuřáků je rozedma plic, která je prakticky spojena téměř výhradně s kouřením. Plíce a plicní sklípky se ucoupou dehtem, podléhají postupné destrukci a člověk se buď udusí nebo zemře selháním unaveného a obrovsky namáhaného srdce.

Bürgerova choroba. Postižení cév dolních končetin u kuřáků. Pokud nepřestane postižený kouřit, může o končetinu přijít.

Cévy. Riziko onemocnění věnčitých cév, cév dolních končetin.

Dýchací systém. Rozedma plic, alergie na složky tabákového kouře a astma.

Cukrovka, řídnutí kostí, šedý zákal, horší hojení ran, rakovina močového měchýře, slinivky břišní, mozková mrtvice...

Je velkým mýtem, že tabák zabíjí až s časovým odstupem. Tabák zabíjí leukémií, syndromem náhlého úmrtí dítěte a desítkami fatálních chorob už i vnuky kuřáků, novorozence patologizuje už v lůně matky.

Tabákový kouř obsahuje řádově tisíce chemikálií jako dehty, kysličník uhelnatý, kyanid, arsenik, sloučeniny síry, dusíku, formaldehyd, a dokonce i radioaktivní látky. Z nich je řada rakovinotvorných.

Kysličník uhelnatý. Složka tabákového kouře. Omezuje schopnost krevního barviva vázat kyslík. To zhoršuje tělesnou výkonnost kuřáků.

Nedobrovolné (pasivní) kouření. Kdo žije společně s málo ohleduplným kuřákem a sám nekouří, zatěžuje své tělo dávkou asi dvou cigaret denně.

Druhý důvod: Kouření snižuje psychickou i fyzickou kondici.

Kuřák utrácí peníze, aby měl takové pocity, jaké měl v době, než upadl do nikotinové pasti a závislosti. Ráno se budí s nepřekonatelnou chutí znovu si zapálit. Po letech kouření každý kuřák přizná, že se mu hůře dýchá, že častěji onemocní a více kašle.

Třetí důvod: Kouření páchne.

Na kuřákovi páchne oděv, ruce, dech, žloutnou mu zuby a prsty. Pokud žije s nekuřákem, připravuje mu stále, ale zvláště v intimních situacích pravý očistec. Polibek místo vzrušení a slasti přináší nepříjemné pocity.

Čtvrtý důvod: Kouření likviduje osobní svobodu.

Kuřák je duševně nesvobodný. Musí neustále myslet na svůj zlovyk. Nemůže se bez cigaret obejít. Musí je shánět i v noci, když mu dojdou.

Pátý důvod: Kouření přináší podrážděnost a špatnou náladu

Pokud si kuřák z různých důvodů nemůže zapálit, začne být nepříjemný, protivný, nervózní, vnitřně trpí a znepríjemňuje život i ostatním, dává jim najevo svou špatnou náladu a někdy je přímo terorizuje. Jakmile se dostane ke své cigaretě, psychika se vrátí do normálu.

Šestý důvod: Kouření není moderní.

V první polovině minulého století patřilo kouření k poměrně moderním a společensky plně akceptovatelným činnostem. Kouřili běžně téměř všichni, zvláště ve vyšších vrstvách patřilo kouření cigaret k dobrému společenskému tónu. Se zapálenou cigaretou tak můžeme dodnes ve filmech pro pamětníky vidět kouřit významné lékaře, továrníky, bankéře i jiné příslušníky společenské smetánky. Ve druhé polovině minulého století se kouření stalo zprvu jevem indiferentním a později výrazně negativním, odsouzením hodným a nemoderním.

Sedmý důvod: Kouření řadí kuřáky mezi sobce a slabochy.

Nedávají dobrý příklad ani svým dětem, ani ostatním mladým lidem. Těžko si jich doopravdy mohou vážit jako silných a odpovědných osobností. Sobcem se kuřák stává tím, že upřednostňuje obvykle svou slabost před právy jiných, kazí jim vzduch kouřem, prachem a zápachem. Vrcholem jsou ti, kdo holdují své vášni v bytě obývaném dětmi, nebo v zaměstnání s nekuřáky. Pasivní kouření může vyvolat těmto lidem časem vážné zdravotní potíže končící až smrtí. (Budinský, 2003)

Osmý důvod: Kouření je velmi nákladné.

Při ceně jednoho balíčku cigaret 60 Kč denně to činí ročně 21 900 Kč. Po deseti letech to vydá na nový automobil.

Devátý důvod: Plet' se vysušuje a rychleji stárne.

Na konci cigarety je totiž teplota kolem 1000 °C.

Desátý důvod: Úmrtnost v důsledku kouření.

V České republice umírá podle britských odhadů denně 63 lidí v důsledku kouření tabáku. Podle britských a amerických pramenů si kuřák zkracuje život o 20 až 25 let, každý druhý z nich zemře na následky kouření a polovina těchto předčasných úmrtí nastává už ve středním věku. (Nešpor, 1995)

6 MOTIVACE KE KOUŘENÍ

Drtivá většina kuřáků si nezapaluje v klidu a pěkném prostředí slavnostně kvalitní cigaretu, aby vychutnala její skvělou chuť. Zapalují si ve spěchu a v chvatu, aby už už zahnali chuť na cigaretu, potřebu kouřit, aby se uklidnili, aby se cítili normálně, ne výjimečně. Aby se zkrátka cítili tak, jak se zdravý nekuřák cítí stále. Paradoxně tedy kuřák utrácí peníze, aby měl takové pocity, jaké měl v době, než upadl do nikotinové pasti a závislosti. (Budinský 2001)

6.1 Pojmy motivace a motiv

Pojem motivace má původ v latinském „movere“ - hýbati, pohybovati. Je obecným označením pro všechny vnitřní podněty, které vedou k určité činnosti, k určitému jednání.

Pojem motivace vyjadřuje skutečnost, že v lidské psychice působí specifické, ne vždy zcela vědomé či uvědomované vnitřní hybné síly - pohnutky, motivy.

Motivem lidského chování je naplňování potřeb, přičemž základními složkami tohoto procesu je odstraňování nepříjemných pocitů a navozování pocitů příjemných. (Plamínek 2007)

Pod pojmem motivace rozumíme příčinu našeho chování. Rozlišujeme mezi tzv. biologickými pudry, které mají zvířata, a typicky lidskou motivací. I lidé mají reflexy a instinkty, ale mohou o nich vědět, verbálně je zpracovat a promyslet si důsledky svého jednání.

Při zvažování jednotlivých lidských motivů z hlediska pořadí jejich důležitosti narážíme na protichůdné informace. Maslowova pyramida potřeb sice platí, lidé ale mohou být motivováni vyššími potřebami i tehdy, když nižší nejsou uspokojeny (Frankl).

Subjektivně prožívaná potřeba pouze ve výjimečných případech závisí na objektivně zjiitelné úrovni nedostatku. U lidí se vyskytují i „sebeuposilující“ potřeby, které se mohou lehce dostat mimo vědomou kontrolu (vzteky, tiky, vášně, náruživost). Závislost vznikající v důsledku zneužívání nějakého prostředku se na tělesné úrovni projeví „tolerancí“ a abstinenními příznaky, na duševní úrovni jako zúžení a fixování se na potřebu přijímat danou látku, což se projeví také na sociální úrovni.

Podle Nakonečného (1997) způsob chování, tj. jak se člověk chová, vyplývá z toho, jak interpretuje situaci, v níž toto chování vykazuje, a to je obvykle určováno jeho zkušenostmi

- chová se tak, jak se chovat naučil. Co je cílem jeho chování? Odpověď dává psychologie motivace či motivace chování v termínech určitých konkrétních motivů.

Motiv = psychologický důvod tohoto chování.

Motivy dávají chování člověka psychologický smysl, tj. určitou hodnotu, která není vždy žádoucí z hlediska obecně uznávaných společenských hodnot.

Motivací se rozumí interakce mezi motivovaným subjektem a motivující situací.

Motivace je intrapsychicky probíhající proces, vyúsťující ve výsledný vnitřní stav, motiv. Je tu nutno rozlišovat konečný cíl, jímž je opět nějaký druh vnitřního stavu, obecně nazývaný uspokojení, a prostředky, jimiž se tohoto uspokojení dosahuje. Pojmy motivace a motiv vyjadřují postulované vnitřní procesy a stavy (strukturní stavy), které vysvětlují zaměřenost chování na dosažení určitého cíle. Vnější objekty nejsou nikdy motivy, nýbrž jen prostředky jejich realizace.

6. 2 Motivace k započatí kouření

Proč lidé začnou kouřit? Návykové látky vyvolávají pocit libosti. Jenže je to libost na dluh, za kterou později mnozí platí utrpením.

Cigarety i alkohol většina dětí okusí poprvé okolo desátého roku. K prudkému rozvoji kouření a konzumace alkoholu dochází kolem třináctého roku.

Někdo si chce připadat důležitý.

Někteří se chtějí před druhými ukázat. (motivace interpersonální)

Vidí, že ostatní také kouří. (motivace sociální)

Myslí si, že kouření patří k dospělosti.

Uvěřili reklamám, že kouření je legrace, která nemůže uškodit. (Raynerová 1995)

Ve své domovině, v indiánské společnosti, to byl rituál vyhrazený jen dospělým. Děti, které se už třesou na to, aby byly dospělými, se rády pokoušejí imitovat jejich chování a tak se jim nabízí i kouření. Na jedné straně je jim zakazováno, na druhé straně jsou však cigarety všude k dostání. Přistupuje k tomu i hledisko odvahy, neboť kouření je přece životu nebezpečné! Spousta dospělých to riskuje a tak to děti také chtějí jednou zkusit. Všechna varování mají spíše opačný účinek, protože právě riziko je to, co vyhledávají. Vzдорující

nebezpečí, učí se odolávat strachu a doufají, že tím dospějí. Sejdou-li se pak se stejně smýšlejícími na tajném místě, aby podstoupily náhradní pubertální rituál, jsou připraveny na nejhorší. Strašné účinky prvních tahů hrdinně překonají. Brání-li se plíce kašlem, potlačí tento účinný obranný reflex stejně jako revoltu ve střevech. Mají pochopitelně „plné kalhoty“ a obvykle se z toho opravdu podělají, ale strach je provokuje k dalšímu boji. I když je jim na zvracení a pokouší se o ně závrat', patří to k příslušnému riziku. Závrat' je právě tak přijatelná, jako obava, jen když vedou obě k dospělosti. Všechny tělesné protesty kvůli velkému cíli potlačí, aby mohly alespoň v malém okruhu působit dospěle. Náhradní rituál z nich samozřejmě dospělé neudělá, zato silně návykový potenciál nikotinu z nich udělá notorické kuřáky. Ve chvíli, kdy zjistí, že jim pokus nic nepřinesl, je už pozdě, už jsou z nich toxikomani. (Dahlke 2001)

Motivace emocionální: v jistý moment můžeme cítit potřebu hledat jiný způsob, jak se cítit dobře. Drogy, alkohol, nemoci a pobyt v ústavu jsou disfunkční způsoby, jak se sebou naložit. Je to jen snaha odpočinout si a získat pozornost. (Satirová 2005).

Mnozí z pacientů, když se dozvívali při přednáškách zařazených do programů léčby v Apolináři o vzniku, rozvoji a důsledcích abúzu i závislosti, psali, že by léčbu možná nikdy nepotřebovali, kdyby se včas, tj. ještě v mládí, dozvěděli to, co se dozívají až teď při léčení. Zdůrazňovali tím význam prevence: v tomto případě vědět a být poučen o drogách dříve, než je začnu užívat nebo dokonce nadužívat. (Skála, 1988)

Podle Skály je nejnebezpečnější především každá taková droga, která je podceňovaná, snadno dostupná (laciná), člověk se za ni nestydí, je oslavována a její důsledky jsou plíživé. Všechny uvedené znaky má droga obsažená v cigaretě, v jejím tabáku, tj. nikotin. Tuto drogu lze označit jako vstupní, protože ji mládež, či spíše ještě děti, poznávají jako první. Dokazují to následující čísla o dětech, které mají za sebou již zkušenost s kouřením: 2 % do šesti let, tj. ještě před vstupem do ZŠ, 9 % v 7-8 letech, 25 % v 9-10 letech, 50 % v 11-12 letech a 75 % ve 13-14 letech. (Skála, 1988)

Provádí se řada výzkumů, které informují o tom, proč mladí lidé (ve věku od 14 do 22 let) kouří či nekouří. Kuřáci říkají v 50 %, že necítí žádné výhody, když kouří; v 26 %, že pocítují uklidnění a zlepšení nálady; v 5 % oceňují sblíživí účinek díky zapálené cigaretě.

Nekouřící říkají v 52 %, že nekouří, protože kouření škodí; v 16 %, že cigareta jim nechutná; v 15 %, že nekouří, protože je to moc drahé.

U 50 % mladých lidí byla na počátku kouření zvědavost, u 26 % napodobení, jen u malého procenta se jednalo o přání vypadat dospěle nebo naopak dospělé vedle sebe provokovat. Jde tedy většinou o výraz přizpůsobení se většině.

Jak významný je příklad, zejména příklad rodičů, dokazuje to, že kouří-li oba rodiče, pak kouří 44 % synů a 27 % dcer. Není-li nikdo z rodičů kuřák, pak kouří 20 % synů a 9 % dcer.

Mnoho kuřáků výmluvně psalo o uklidnění podráždění a úzkosti, o upevňování přátelství a vytváření mezilidských (přesněji mezikuřáckých) vztahů pomocí modravého kouře tabáku. Nabídnutí cigarety představuje gesto přátelství. Další hlavní motivací je touha někoho napodobovat - jakási společenská sugesce. Kuřák imituje osoby, které obdivuje nebo uznává, i osoby, jichž se bojí, ať už jsou to rodiče, učitel, příbuzní i přátelé. Návyk na kouření nevzniká hned, ale vyvíjí se pozvolna. Obřad kouření je nejen drogový návyk na dráždění vegetativní nervové soustavy, ale je to vlastně i celý řetězec zafixovaných vazeb (asociací) a podmíněných reflexů, kde podněty přicházejí především z oblasti smyslových vjemů, jako je chuť a čich, ale i zrak a hmat. Vůně cigaretového kouře, efektní krabička, světová značka, cvaknutí zapalovače atd., to jsou všechno podněty vyvolávající a vytvářející pevně zafixovanou řadu každodenně opakovaných navyklých samočinných úkonů (dynamický stereotyp), kterých se lze jen velmi těžko zbavit. Začínajícího kuřáka už mnohdy uspokojuje sám fakt, že může kouřit a mlčky toleruje nevolnost s kouřením někdy spojenou. U celé řady osob stačí 3 - 4 „regulérně“ vykouřené cigarety před dosažením 18 let k tomu, aby se kuřák ke svému zlovyku později vrátil a už u něho setrval. Zdá se, že pro kuřáka je cigareta spojena s jakýmsi pojmem „odměny“ či „uspokojení“ (motivace fyzická). Tyto vztahy se mohou později přenést i na jiné situace, jako jsou společné akce mladistvých, diskotéky, schůzky s partnerem apod. Toto uspokojení vznikající v asociaci s kouřením zase upevňuje chování kuřáků, takže trvalejší spřažení situace s kouřením dále pokračuje.

Zeptáme-li se našich dětí (neboť první pokusy spadají do období mezi devátým a jedenáctým rokem věku), proč začaly kouřit, jejich odpovědi budou: snaha napodobit kamarády a dospělé kuřáky (především rodiče), dále z frajeřiny, z hlouposti, ze zvědavosti. 13 % dokonce neví proč. (Kandus, 1987)

6. 3 Motivace senzorická

Přání stimulovat smysly - zrak, sluch, hmat, chuť, čich. (Mühlpachr in Pipeková, s. 212)

Kuřák kouří, protože mu to chutná. Cigareta kuřákovi voní, to je nezvratný fakt. Proto ji výrobci ještě parfémují a nejrůznějšími způsoby ochucují např. mentolem, vanilkou, čokoládou, aby byla chuťově přímo neodolatelná a falešně připomínala chuť ráje. Některé tabákové firmy navíc ještě ochucují cigaretový papír. (Dee, 1995)

Zrak potěší cigarety v lákavě vyhlížejících krabičkách. Tisk na křídovém papíře, zlatá fólie, okouzlující design, to vše vyvolává chuť ke kouření a k vytvoření představy vrcholného kuřáckého požitku. Jedna tabáková firma předhání druhou nablýskanými a vyšlechtěnými obaly. Aby se voňavý dým ladně vinul, jsou do cigaret přidávány různé látky (aditiva), které příjemně dráždí nervy v oblasti úst a chladové receptory, abychom kouř vůbec mohli vdechnout.

Na každé krabičce se sice nachází nápis: Pozor - kouření ohrožuje zdraví! Tento nápad vznikl v USA v roce 1966 a měl se tvářit jako ochrana veřejnosti. Kuřák tyto varovné nápisy přestane velmi brzy vnímat. Ve skutečnosti tyto varovné nápisy jsou ochranou tabákových firem před odpovědností za zdravotní důsledky jejich rakovinotvorného produktu.

Dalším podvodem byly takzvané lehké cigarety, které byly po azbestových filtrech dalším krokem lživé kampaně o bezpečnějším kouření. Vědci prokázali, že tzv. „lightky“ jsou škodlivější než klasické cigarety, neboť jsou kouřeny rychleji, hlouběji a mají větší negativní účinek. U nás byly už před čtyřmi lety zakázány, ovšem mezi kuřáky se uchytilo barevné označení krabiček, a tak i po odstranění nápisů „lehké“ mnozí dále vnímají zachovanou grafiku a domnívají se, že kouří bezpečněji.

Podle Donsbacha (Donsbach, 1998, s. 13) jsou kuřáci cigaret a dalších tabákových výrobků přesvědčeni, že právě kouření jim umožňuje lépe snášet předráždění způsobené takovými negativními jevy ve městě jako je hluk či přelidněnost. Je to proto, že nikotin obsažený v cigaretovém kouři tlumí dráždění a tím člověku umožňuje normálně fungovat v prostředí nabitým rušivými podněty.

Podle Pease (2001, s. 90) souvisí kouření se závislostí na nikotinu jen volně. Spíše je projevem vnitřního neklidu a zmatku a je jednou ze zástupných činností, jimiž lidé při dnešním rychlém způsobu života uvolňují napětí nahromaděné během společenských a obchodních setkání. Kuřák si zapálí cigaretu, nekuřáci se věnují jiným rituálům, např. česání, okusování nehtů, poklepávání prsty o stůl či podupávání, popotahování za manžety, škrábání ve vlasech, pohrávání s prstýnkem nebo kravatou.

Kouření cigaret slouží jako prostředek pro rozptýlení vnitřního napětí a skýtá čas k oddálení rozhodnutí. Rituály spojené s cigaretou zahrnují poklepávání, otáčení v prstech, oklepávání, mávání a další malá gesta svědčící o tom, že člověk patrně prožívá větší napětí, než je obvyklé.

Směr, jímž vyfukuje člověk kouř, prozrazuje jeho postoj vůči okolnostem. Pozitivně naladěný člověk, který se cítí sebejistě a nadřazeně, většinou fouká kouř směrem vzhůru. Naopak negativně, tajnůstkářsky nebo podezřívavě naladěný člověk vyfukuje kouř většinou směrem dolů.

Doutníky díky své velikosti a ceně sloužily vždy jako prostředek, jímž lidé dávali najevo svou nadřazenost. Ředitelé významných společností, vůdcové zločineckých gangů a vysoce společensky postavení lidé často kouří doutníky. Doutníky se kouří na oslavu vítězství či jiného významného úspěchu, při narození dítěte, při svatbě, při podepsání obchodní smlouvy nebo při výhře v loterii. (Pease, 2001, s. 93)

Vkládání předmětů do blízkosti rtů nebo přímo do úst je údajně okamžitým pokusem o navození stejné jistoty, jakou člověk prožíval jako kojeneček u matčina prsu. Malé děti používají k tomuto účelu palec, kuřáci cigaretu, nekuřáci např. raménko brýlí. (Pease, 2001, s. 93)

6. 4 Teorie sociálního učení začátků kuřáctví

Podle teorie sociálního učení, které nemusí nutně probíhat vědomě, mají rozhodující úlohu cvik, zpevnění a vzor. Podle toho se každé chování pevně vštípí, upevní a s vysokou pravděpodobností do budoucna uchová, pokud:

1. často probíhá stejným způsobem: cvik;
2. často je provázeno pozitivním důsledkem čili je odměněno: zpevnění (zisk);
3. často je pozorováno u jiných osob (rodičů, vrstevníků): vzor.

Toto jsou tři pilíře, na nichž spočívá sociální učení. Čím jsou silnější, tím je naučené chování trvalejší. Zanechat kouření je tím těžší, čím déle už někdo kouří, protože si na kouření už zvykl. Je také prokázáno, že čím je kdo nervóznější, vnitřně napjatější, sevřenější, neklidnější a nejistější, tím nesnadněji dokáže s kouřením přestat, protože krátkodobé dosažení uvolnění a uklidnění vdechováním nikotinu má pro nervózního člověka zvlášť vyso-

kou hodnotu odměny a zpevnění. Mimoto je prokázáno, že děti z kuřáckých rodin začínají kouřit dříve a více než děti z nekuřáckých rodin - vzor okolí má nezanedbatelnou úlohu. (Lukasová, 1997)

6. 5 Postoj rodičů ke kouření jejich dětí

Postoj rodičů a dětských přátel ke kouření dětí je silně diferencován. Nadpoloviční většina rodičů vůbec netuší, že mají doma kuřáka. Jak je to možné? Copak matka necítí dech a oděv svého dítěte? Jistěže většina rodičů nesouhlasí s kuřáctvím dětí, ovšem jako metodu nápravy volí trest. Ten je v této oblasti téměř neúčinný. Řešení je zcela jiné, bohužel daleko náročnější a dlouhodobější. Trest totiž dětskému kuřákovi neříká, jak se má správně chovat, a také ho tomu nemůže naučit. Trest má totiž viníka osvobodit od pocitu viny a za toto osvobození je dítě rodiči vděčno. Trest má smysl také tehdy, když se dítě opravdu cítí vinné. U desetiletých dětí se trest ukazuje jako účinný a dočasně zastavil kuřácké pokusy. Ovšem u čtrnáctiletých dětí rodičovský trest se ukázal jako zcela neúčinný. Proč tedy děti začínají kouřit? Dětství jim nepřináší tolik uspokojení, jak se dospělí domnívají. Proto také z dětství tak rychle utíkají do náhražkových projevů dospělosti. Je to jenom jejich vina, že se mezi svými vrstevníky, rodiči, učiteli necítí být spokojenými dětmi? Děti, které nekouří, mají jiné hodnotové žebříčky, jež neúspěšným dětem - kuřákům - nic neříkají. Dětské kuřáky nehledají uznání u nekuřáků! Dětský kuřák hledá uznání zase mezi dětskými kuřáky, mezi sobě rovnými. Uznání rovnocenných přátel je stále silnější, až po určité době blokuje všechny ostatní výchovné vlivy.

Připomeňme si slova J. A. Komenského: „Konat se dítě naučí konáním, ne pustým mluvením o konání.“ Dítě nelze naučit nekouření jenom řečením o nebezpečí kuřáctví nebo zákazy a tresty. Dítě učíme od nejútlejšího věku nekuřáckému chování. Cigarety mu nesmějí být důvěrně známé, nenosí je rodičům, nezapaluje jim je jen tak pro legraci ani nesmí žít v cigaretovém dýmu. Včas všem dětem nabízíme takové aktivity mimo školu, které prostě kuřácké chování vylučují. Pevný a trvalý návyk sportovních činností, a nejen těch, výrazně blokuje, alespoň prokazatelně u dětí, vznik kuřáckého návyku.

6. 6 Postoje dětí ke kouření

Teorie sociálního učení říká, že kouření je návyk získaný v podmínkách určitého sociálního prostředí a sociálních tlaků, z nichž nejtypičtější je tlak skupiny a vrstevníků. Postoj dětí ke kouření prochází třemi fázemi:

1. fáze: Do desátého roku zaujímají kritický postoj ke kouření a ke kuřákům. Od jedenáctého roku se obraz mění a dítě je upoutané zvědavostí.
2. fáze: Kolem třináctého roku se dostává do stádia napodobování dospělých. Cigareta je prostředkem interakce v partách.
3. fáze: Do čtrnáctého roku nepociťuje nevyhnutelnost kouřit. Od patnácti let mladý člověk kouří, protože kouřit chce a cigareta je jakousi formou odměny. Od šestnácti let touží přiučít kouření mladší osoby.

6. 7 Doposud provedené výzkumy

Podle údajů ze 70. let kouřilo zhruba 33 % všech učňů a 14 % všech středoškoláků. Tento trend nemá zatím výraznou klesající tendenci, na rozdíl od některých zemí západní Evropy a USA. Výzkumy dále ukazují, že mladí lidé začínají zpravidla kouřit mezi čtrnáctým až dvacátým rokem, přičemž motivací není svobodná volba (zvažování pro a proti), ale spíše mikrosociální klima a jeho tlak. (MŠMT ČR a Institut dětí a mládeže, Centrum ADAM & NICEM, Praha, Macek, 1999)

Jednou z konkrétních metod pro diagnostiku závislostí a návykového chování je i *ORIENTAČNÁ POSTOJOVÁ ŠKÁLA K FAJČENIU*. Je to původní slovenská metoda, kterou publikoval Kollárik a kolektiv v Bratislavě roku 1984. Jde o dvacetipoložkovou škálu, každá se hodnotí na pětibodové stupnici (od „silného nesouhlasu“ přes „nerozhodně“ až k „silnému souhlasu“). Celá škála měří postoje ke kouření obecně a je vnitřně strukturovaná na dvě poloviny. První část měří postoje k výskytu kouření (Kouření je odsouzeníhodná věc. Rodiče by vůbec neměli kouřit.) a druhých deset položek se orientuje na zjišťování postoje k přijatým opatřením v rámci boje proti kouření (Proti kouření by se mělo něco podnikat. Je správné, aby se zakázalo kouřit ve zdravotnických zařízeních. Kuřáci mají více předpokladů onemocnět než nekuřáci.). Škálu je možno použít u žáků základních škol, středoškoláků i dospělé populace. Lze s ní pracovat i hromadně, její snímání netrvá déle než několik minut. Metoda byla podrobena psychometrickému zkoumání, jehož nadějně

výsledky jsou uvedeny v manuálu. Standardizace byla provedena na 253 žácích základních škol, 860 studentech středních škol atd. Výsledky jsou normovány pro jednotlivé věkové kategorie. (Svoboda, Krejčířová, 2001)

Podle výsledků mezinárodní studie ESPAD u 16letých v roce 1995 zaujímala Česká republika přední místo pokud jde o rozšířenost zkušeností s užíváním nelegálních látek. Srovnání výsledků roku 1995 a 1999 naznačuje pokračování nepříznivého vývoje. Nejnovější výsledky odrážejí snadnou dostupnost nedovolených návykových látek ve společnosti a také značnou poptávku po nich.

Výzkumy zaměřené na hodnotové orientace mládeže byly prováděny PhDr. P. Sakem, CSc. v letech 1979 - 1993. V těchto výzkumech byla použita metodologie, jejímž prostřednictvím byly hodnotové orientace mapovány několika různými způsoby, aby bylo vyloučeno nebezpečí přílišného zjednodušení - pětistupňová škála, porovnání párových hodnot, vytvoření typologie mladých lidí podle jejich zaměření na hodnoty pomocí faktorové analýzy. (Martinková, 1997)

Autoři (Sak, P., Saková, K., 2004) uvádějí: přestože je u respondentů na prvním místě v žebříčku hodnot zdraví, roste u mládeže závislost na drogách, alkoholismus a nikotinismus.

V opakovaných výzkumech v letech 1992, 1996, 2000 a 2002 se snažili zachytit kromě dynamiky šíření drog mezi mladou generací i vývojové trendy spojené s nikotinismem a konzumací alkoholu. Ve výzkumu bylo použito několik metod, což jednak napomohlo k vzájemnému potvrzování validity, jednak přineslo informace z poněkud odlišného úhlu pohledu.

Ve skupině 15 - 18 let kouří čtvrtina populace, ve skupině 24 - 30 let již kouří každý třetí mladý člověk. Při porovnání údajů ze čtyř sledovaných let, ukazuje se, že nejméně byl rozšířen nikotinismus v roce 1992 a kulminoval v roce 1996 (kouřilo 44 % mladých lidí ve věku 15 - 30 let). V té době dosáhla tabáková reklama svého maxima a byla zcela neregulovaná. (Sak, Saková)

V roce 1994 Institut dětí a mládeže MŠMT ČR (Švestka, Temňák) uskutečnil šetření souboru mladých lidí v ČR, jak využívají svůj volný čas, kterým aktivitám se věnují a jak často. Dotázáno bylo 743 občanů ve věku 15 až 29 let. Cca 60 % dotazovaných ve věku 15 až 17 let uvedlo, že rodiče neovlivňují to, co dělají ve volném čase.

Institut dětí a mládeže MŠMT provedl v roce 1995 reprezentativní šetření názorů, mínění a postojů 14 až 29letých z celé ČR (760 respondentů). Ve vztahu ke kouření a pití alkoholu se projevila značná tolerance.

Výzkum pod názvem REGION KLADNO zjistil, že 67 % respondentů ve věku 14 - 18 let připouští nedostatek chuti a zájmu k účelnému trávení volného času a 62 % má za to, že v okolí je málo příležitostí ke kulturnímu vyžití. 51 % má za to, že hodnotné trávení volného času je finančně náročné. (Marešová, 1997)

Rozsáhlý výzkum provedla Hrubá a kol. v roce 2003. Speciálním dotazníkem bylo vyšetřeno 646 studentů prvních až třetích ročníků několika brněnských gymnázií, středních škol a učilišť. Nikdy nezkoušelo kouřit 14% respondentů, 35% nekuřáků s cigaretou dříve experimentovalo, 51% mladých lidí kouřilo, každodenně 30,4%. Nejvýznamnějším důvodem pro nekouření byla ve všech skupinách respondentů cena cigaret, naopak jako nedůležité byly obavy z pozdních zdravotních následků kouření. (Hrubá, Zachovalová a kol, 2003)

Hrubá provádí pravidelně řadu výzkumů o účinnosti preventivních programů, kterých proběhlo již několik, např. Výchovně vzdělávací preventivní program pro mladší školní věk „Normální je nekouřit“ (Žaloudíková, Hrubá 2006), Program „Kouření a já“ (Hrubá 1996, 1997, 2000, 2001) pro žáky základních škol a dokonce již i programy pro děti v mateřských školách.

6. 8 Kampaně proti kouření a jejich nízká účinnost

Varování o škodlivosti kouření nemají příliš velkou účinnost. Podle Fishbeina (Fishbein in Hayesová, 1998, s. 101) je důvodem to, že neovlivňují názory kuřáků na osobní úrovni. Rozlišuje ve vztahu ke kouření tři názorové úrovně:

- uvědomění - lidé si uvědomují, že podle lékařských autorit je kouření škodlivé,
- akceptace - lidé věří, že kouření je obecně škodlivé,
- personalizovaná akceptace - lidé věří, že kouření je nebezpečné jim osobně.

Kampaně proti kouření zatím nebyly nikdy dostatečně účinné, protože lidé nedosáhli ani druhého stupně akceptace, a kouření tedy nepokládali za škodlivé pro ně osobně. Proto svůj postoj ke kouření nezměnili. Kdyby jejich názor na škodlivost kouření dosáhl osobní úrovně, byli by snad ochotni změnit své chování tak, aby se shodovalo s jejich přesvědčením.

Pokud sociální skupina obklopující určitého člověka a referenční skupina, u níž hledá standardy svého chování, chápe kouření jako normu, pak prosté přesvědčení o škodlivosti kouření nemusí stačit k tomu, aby ovlivnilo chování. Sociální tlaky mají velký vliv.

6.9 Reklama na tabákové výrobky

Reklama na cigarety může být lákavá, vtipná, ale jedno je jisté: opravdu svobodní a nezávislí jsou jenom nekuřáci.

Reklama se snaží vnutit našemu mozku nevědomé asociace. Tabákové společnosti představují kouření jako záležitost dospělých. Ale lidé, kteří už skutečně dospěli, kouřit nezačínají. Devět kuřáků z deseti začne kouřit před osmnáctým rokem, je to tedy dětská nemoc. Tabákové firmy se zaměřují svým agresivním marketingem především na děti ve věku 12-14 let. V tajných dokumentech tabákových společností se píše, jak prostřednictvím reklamy děti a mládež ovlivňovat.: např. „představujte cigaretu jako něco, co umožní vstup do světa dospělých, jako představu zakázaného ovoce, spojte cigaretu s kávou, alkoholem a sexem, nezmiňujte se o následcích kouření ani nepřiznávejte, jakými přísadkami zvyšujeme návykovost.“ (Wildová, 2004)

Romantické obrázky kuřáka marlborek nad sluncem ozářenou krajinou v Utahu vyvolávají touhu po následování. Usednout na věrného koně, sevřít cigaretu mezi rty a zamířit k drsnému horskému masivu, za tím věčným mužským obzorem, za nímž nás snad čeká blondátá krasavice s balíčkem cigaret a s nenačatou lahví whisky. Jenže reklamního muže marlborek čekala za obzorem bohužel jen krutá smrt. Zemřel na rakovinu plic. Nikdo už nespočítá, jak velký doprovod vzal s sebou do záhrobí tento pán ostrých rysů a sympatického zevnějšku, jenž tolik vábil k nápodobě.

Málokdo ví, že muži jedoucí na džípech v džungli, ti správně svalnatí a zdravím kypící chlapíci, kteří propagují různé značky cigaret, jsou ve skutečnosti zapřísáhlými nekuřáky. Stejně tak ve skutečnosti nekouří četné krasavice v plavkách na pobřeží mořských lagun. (Dee, 1995)

7 SPECIFIKA PŮSOBENÍ NÁVYKOVÝCH LÁTEK U DOSPÍVAJÍCÍCH

- ❑ Závislost na návykových látkách se vytváří podstatně rychleji. To, k čemu potřebuje dospělý často roky nebo desítky let, stihne dospívající i řádově během měsíců.
- ❑ Existuje zde vyšší riziko těžkých otrav s ohledem na nižší toleranci, menší zkušenost a sklon k riskování, který je v dospívání častý.
- ❑ Z podobných důvodů je zde i vyšší riziko nebezpečného jednání pod vlivem návykové látky.
- ❑ U dětí a dospívajících závislých na návykových látkách nebo je masivně zneužívajících bývá patrné zřetelné zaostávání v psychosociálním vývoji (oblast vzdělávání, citového vyžívání, sebekontroly, sociálních dovedností atd.)
- ❑ I pouhé experimentování s návykovými látkami je u dětí a dospívajících spojeno s většími problémy v různých oblastech života (rodina, škola, trestná činnost atd.)
- ❑ Je zde také častější tendence zneužívat širší spektrum návykových látek a přecházet od jedné ke druhé nebo více látek současně. To opět zvyšuje riziko otrav a dalších komplikací.
- ❑ Recidivy závislosti jsou u dětí a dospívajících časté, dlouhodobá prognóza však může být podstatně příznivější, než jak by naznačoval často bouřlivý průběh. Důvodem je přirozený proces zrání, který je tichým spojencem léčebných snah. (Nešpor, 2003)

8 ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ A LÉČBA ZÁVISLOSTI

Na cigaretách a alkoholu vydělávají výrobci i stát, který tabák a alkohol zatěžuje vysokými daněmi. Zdravotníkům, kteří jsou se svou osvětou slabí, přišla na pomoc kupodivu Světová banka, která od roku 1995 zastavila veškerou podporu investic do tabáku a jeho zpracování. Její experti spočítali, že prodejem tisíce tun tabáku se vydělá 2,6 milionu dolarů, ale v důsledku zvýšení nemocnosti a úmrtnosti se zároveň prodělá 29,8 milionu dolarů. (Matoušek, 1997)

Zdraví je dobro, o kterém nevíme, dokud ho neztratíme.

Podle Nešpora (1995) je vhodné uvědomit si výhody nekouření, rozpoznat nebezpečné situace a vyhýbat se jim (např. kuřácký oddíl vlaku či zakouřená hospoda). Prostě přestat, teskně nevzpomínat a nemyslet si, že ztrácím něco hodnotného, když přestanu kouřit. Prospěšná bývá relaxace nebo jóga (zvláště pokud kouření souvisí se stresem), rozptýlení a přeladění (např. sport), znechutit si kouření „překouřením se“. Je třeba zvládat případné recidivy, průběžně posilovat motivaci, více cvičit, jíst více zeleniny, ovoce, celozrnných výrobků, méně tučného a sladkého. Kdo nechce přestat najednou, může zapisovat u každé cigarety, v kolik hodin a v jaké situaci ji vykouřil. Dají se rozbít kuřácké stereotypy (např. nekouřit dřívější značku, ale ty nejohavnější možné cigarety). Může pomoci akupunktura, využívání některých léků (jestliže je doporučí lékař) a psychoterapie. (Nešpor 1995)

Psychobehaviorální intervence spočívá v rozbití zažitých stereotypů - vazeb určité situace na kouření cigarety.

Farmakologická léčba závislosti na tabáku spočívá v podávání antidepresiv obsahujících bupropion (Wellbutrin, Zyban) nebo vareniklin (Champix). Tyto medikamenty fungují na bázi obsazení receptorů, jež informují mozek kuřáka o blahých pocitech a ten již nemá na cigarety chuť.

Prodávají se i nikotinové náhražky: náplasti, inhalátor, žvýkačky, pastilky a mikrotablety, které dodávají tento alkaloid do organismu. Nejsou však vhodné pro každého. Nesmějí je používat lidé s vážnou srdeční chorobou, po infarktu či mrtvici, ani těhotné ženy. Nevýhodou je i jejich vysoká cena. Všeobecná zdravotní pojišťovna přišla v letošním roce s nabídkou tisícikoruny na jejich pořízení pro ty, kdo chtějí skoncovat s kouřením. Těhotným kuřačkám slibuje příspěvek dva tisíce korun. Celkem je vyčleněno na tyto příspěvky 20 milionů korun.

Po celém světě slaví Austinová (2003) úspěch s metodou odvykání kouření pomocí hypnózy. Má až 95procentní účinnost, na rozdíl od akupunktury (24%), nikotinových náplastí (20%), žvýkaček s nikotinem (10%). Asi 6% lidí přestává kouřit pouhou silou vůle.

Protože kouření je psychologický návyk, tabletky nebo výrobky nahrazující nikotin nemožnou na tento mentální návyk působit. Jakmile se hypnoticky vytváří změna postoje, probíhají i účinné změny ve fyziologickém chování těla.

Ti kuřáci, kteří považují kouření za závislost, zakoušejí vedlejší účinky, když se pokoušejí s kouřením přestat. Ostatní, kteří věřili, že se jedná o zvyk, přestali kouřit bez obtíží a bez vedlejších účinků. (Austinová, 2003).

II. PRAKTICKÁ ČÁST

9 METODIKA VÝZKUMU

9.1 Cíl výzkumu

Ve svém výzkumu se zajímám o to, proč mladí lidé kouří a jestli si uvědomují škodlivost kouření na jejich organismus. Dále zjišťuji názory na otázku kouření obecně.

Cílem mého výzkumu je zjistit rozsah tohoto sociálně-patologického jevu na Střední zdravotnické škole, postoje dospívajících ke kouření a poznat motivy, které vedou mládež ke kouření cigaret. Hodlám hledat vztahy mezi jednotlivými zkoumanými jevy, např. kouření vlivem idolů, vrstevníků, rodičů apod.

S výsledky výzkumu bych chtěla seznámit profesory i studenty školy, aby tento negativní jev nepodceňovali. Existuje spousta efektivních programů prevence sociálně-patologických jevů.

9.2 Výzkumný problém

Deskriptivní (popisný) i relační (vztahový)

9.3 Hypotézy

H1 Kouří více než polovina respondentů.

H2 Kouří více dívek než chlapců.

H3 Kuřáci mají kouřící rodinné příslušníky.

H4 Kuřáci napodobují své přátele.

H5 Kuřáci napodobují své idoly.

H6 Kuřáci věří, že jim cigareta pomáhá zvládat život (přináší uvolnění, uklidnění, zahání nudy, snižuje úzkost, stres, zlepšuje soustředění).

9.4 Proměnné

Pohlaví

Věk

Jednotlivé motivy

9. 5 Vymezení výzkumného souboru

Základní soubor (soubor jednotek, o kterém předpokládáme, že jsou pro něj naše závěry platné) tvoří studenti středních škol a středních odborných učilišť v Uherském Hradišti.

Výzkumný vzorek (skupina jednotek, které skutečně zkoumáme) - do vzorku patří každý jednotlivý student školy přítomný v den výzkumu.

Zaměřila jsem se na studenty Střední zdravotnické školy v Uherském Hradišti. Můj výzkumný vzorek tvořilo 90 studentů. Zúčastnily se dvě třídy oboru Zdravotnický asistent a dvě třídy Zdravotnického lycea.

9. 6 Typ výběru

Výběr záměrný, účelový, dostupný.

Původně jsem chtěla provést stratifikovaný výběr, kdy by se výzkumného šetření zúčastnili žáci více škol a učni středních odborných učilišť pro možnost porovnání kuřáctví mezi jednotlivými školami. Od toho jsem upustila z obavy, že by se mi mohly dotazníky vrátit nejen nevyplněné, ale hlavně vulgárně počmárané a namísto odpovědí na otázky výroky např.: „Co je ti po tom?“ apod.

Na této Střední zdravotnické škole studuje i moje dcera, která se dotazníkového šetření nezúčastnila z důvodu nemoci.

9. 7 Použitá metoda a techniky

Při výběru výzkumného vzorku mi šlo jak o případy, které by odpovídaly výzkumnému problému, tak o reprezentativnost.

Pro výzkumné šetření jsem zvolila kombinovaný (smíšený) výzkum. Kvalitativní pomáhá porozumět pozorované realitě. Kvantitativní testuje validitu tohoto porozumění.

Kvantitativní zpracování je schopno odhalit tendence, do jisté míry i zákonitosti, ale nemůže najít řešení pro jednotlivé případy, které se mohou ze zjištěných trendů někdy i výrazně vymykat. V přeneseném slova smyslu se jedná o síť s velkými oky, která by měla zachytit největší úlovky. Kvalitativní analýza může jít hlouběji, může pronikat do mnoha dalších souvislostí, které při hrubém kvantitativním pojetí unikají, ale není sa-

ma o sobě schopna odhalit průkazně zákonitosti a obecné tendence. Proto považujeme propojení obou přístupů za užitečné a jediné možné. (Pelikán, 1998)

Z kvantitativního jsem si vypůjčila techniku dotazníku, který hodlám zpracovat statisticky i kvalitativně vzhledem k tomu, že zkoumám motivy, což je vnitřní stránka chování.

9. 7. 1 Dotazník

Mezi výhody dotazníku patří hlavně to, že umožňuje zkoumat i velký počet osob současně, takže v krátké době je možné získat velké množství výpovědí.

Je méně časově náročný než rozhovor.

Při jeho sestavování je třeba promyslet a přesně určit hlavní cíl dotazníkového průzkumu, logicky a stylisticky správně připravit otázky, aby se nevyskytly rozdíly v interpretaci položek.

Výsledky zpracováváme kvantitativně statistickými metodami, ale důležité je i kvalitativní hodnocení výsledků.

Umožňuje odkrytí událostí i zkušeností, o kterých by se respondenti rozpakovali zmínit v rozhovoru.

Poskytuje cenné údaje o vnitřním světě respondentů (na rozdíl od pozorovacích technik) o hodnotách, postojích, očekáváních, loajalitě, spokojenosti aj.

Snažila jsem se o neutrální formulaci položek tak, aby z nich nebylo možno odvodit názor či pozici tazatele a o rovnocennost nabízených odpovědí, aby se žádná z variant nejevila jednoznačně nejlepší nebo naopak nevhodná.

Při distribuci dotazníků byla zaručena anonymita a intimita respondenta.

K nevýhodám dotazníků patří nízká návratnost. Tím že byly distribuovány při vyučování paní profesorkou a následně sesbírány, byla zaručena stoprocentní návratnost.

Dotazník je řazen do metod subjektivních, tzn. že dotazovaný může různým způsobem ovlivňovat své odpovědi. Může se snažit jevit společensky lepší nebo naopak horší. Mohou se zde velmi nápadně ukazovat takové tendence jako je simulace, disimulace, případně agravace. Proto je nutné dotazník kombinovat s jinými metodami, aby naše závěry podaly co nejexaktnější globální obraz osobnosti.

Dotazník vytvořený pro účely této práce byl vnitřně strukturován.

Na jeho začátek byl zařazen stručný úvod, v němž se respondent dověděl, jakým tématem se dotazník zabývá a že šetření je anonymní.

Následovala část se základními údaji o respondentovi, zjišťováno bylo pohlaví a věk. Podle těchto proměnných jsem roztrídila dotazníky při zpracování nejdříve.

Další dvě tzv. filtrační položky se týkaly toho, zda respondent někdy zkoušel kouřit a zda kouří v současné době. Tím jsem rozdělila vyplněné dotazníky na čtyři kategorie: chlapci kuřáci, chlapci nekuřáci, dívky kuřačky a dívky nekuřačky, což mi značně usnadnilo zpracování dat. I tak mi ovšem vyhodnocení odpovědí na otázky trvalo více než dvacet hodin.

Položky v mém dotazníku byly záměrně rozházeny tak, aby žádná předcházející neovlivnila odpověď na otázku následující.

Respondenti odpovídali na otázky uzavřené dichotomické, kde si vybírali z možností „ano“ nebo „ne“. Byly to položky číslo 1, 2, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 52, 54, 64, 68, 70.

Dále jsem použila určité výroky a respondenti vyjadřovali buď „souhlasím“ nebo „nesouhlasím“. Byly to položky číslo 3 až 13, 19, 22, 24 až 27, 29 až 43, 45 až 51, 53, 57, 58 až 63, 65, 76.

Otevřené otázky č. 14, 23, 28, 55, 56, 66, 67 byly nejdůležitější, neboť zde se vyjadřovali sami respondenti a tyto odpovědi tvořily jádro celého výzkumu.

Uzavřené otázky č. 69, 71, 72, 73, 77 a 78 nabízely varianty odpovědí a respondenti si vybírali ty nejlépe odpovídající svému názoru či postoji k uvedené problematice.

Nakonec byly použity otázky polootevřené, kde respondent doplnil případnou další odpověď, pokud nebyla v nabídce. Byly to položky číslo 44, 74 a 75.

9. 8 Fáze zpracování bakalářské práce

Přípravná fáze bakalářské práce, stanovení cíle, shromáždění literatury

Studium odborné literatury a vypracování teoretické části bakalářské práce

Formulace otázek a konstrukce dotazníku

Provedení výzkumu - sběr dat a jejich vyhodnocení

Zpracování a interpretace výsledků

Ověření platnosti hypotéz

9. 9 Způsob zpracování výzkumných dat

Nejprve jsem rozdělila všechny dotazníky podle kategorií na CHLAPCE a DÍVKY a následně na CHK (chlapci kuřáci), CHN (chlapci nekuřáci) a DK (dívky kuřáčky) a DN (dívky nekuřáčky). Vytvořila jsem tabulky pro jednotlivé položky a do nich jsem zaznamenávala varianty odpovědí. Na základě získaných poznatků a vypočítání základních ukazatelů nastupuje zkoumání vzájemných vztahů mezi proměnnými. Výsledkem zpracování dat je velké množství tabulek, jejichž interpretace je shrnuta do závěru bakalářské práce.

9. 10 Analýza výsledků šetření

Zúčastnilo se devadesát respondentů, z toho bylo 13 chlapců a 77 dívek.

Tab. 1 Respondenti podle věku

Věk	Chlapci	Dívky
15	-	2
16	6	15
17	4	24
18	1	17
19	1	17
20	1	2
	13	77

Respondenti byli ve věku 15 až 20 let.

Otázka č. 1

Zkoušel/a jsem někdy kouřit?

Tab. 2 Respondenti, kteří zkoušeli kouřit

Odpověď	Chlapci		Dívky	
	n	%	n	%
Ano	11	84,6	68	88,3
Ne	2	15,4	9	11,7
	13	100	77	100

Kouřit zkoušelo 84,6% chlapců a 88,3% dívek.

Otázka č.2

Kouřím v současné době?

Tab. 3 Respondenti, kteří v současné době kouří (chlapci i dívky dohromady)

Odpověď	n	%
Ano	32	35,6
Ne	58	64,4
	90	100

V době dotazníkového šetření kouřilo 35,6% respondentů.

Hypotéza H1, že kouří nadpoloviční většina, se nepotvrdila.

Tab. 4 Chlapci, kteří v současné době kouří

Odpověď	n	%
Ano	4	30,8
Ne	9	69,2
	11	100

Tab. 5 Dívky, které v současné době kouří

Odpověď	n	%
Ano	28	36,4
Ne	49	63,6
	77	100

V současné době kouří 30,8 % chlapců a 36,4 % dívek.

Hypotéza H2, že kouří více dívek než chlapců, se potvrdila.

Otázka č.3

Cigarety mi chutnají.

Tab. 6 Kuřáci, kterým chutnají cigarety

	Chlapci		Dívky	
	n	%	n	%
Souhlasím	4	100	19	67,8
Nesouhlasím	-	-	8	28,6
Jak kdy	-	-	1	3,6
	4	100	28	100

Chlapcům chutnají cigarety ve 100 procentech, u dívek je to 67,8%. Jedna dívka odpověděla: „Jak kdy“.

Otázka č. 4

Cigarety mi pomáhají se uvolnit.

Tab. 7 Kuřáci, kterým cigarety pomáhají uvolnit se.

	Chlapci		Dívky	
	n	%	n	%

Souhlasím	4	100	22	78,6
Nesouhlasím	-	-	6	21,4
	4	100	28	100

Všichni chlapani - kuřáci odpověděli, že jim cigarety pomáhají se uvolnit. U dívek je to 78,6%.

Otázka č. 5

Cigarety mi dodávají odvahu.

Tab. 8 Kuřáci, kterým cigarety dodávají odvahu

	Chlapci		Dívky	
	n	%	n	%
Souhlasím	1	25	4	14,3
Nesouhlasím	3	75	24	85,7
	4	100	28	100

S výrokem „Cigarety mi dodávají odvahu“ se ztotožnil jen 1 chlapec a 4 dívky.

Otázka č. 6

Cigarety mi dodávají sebedůvěru.

Tab. 9 Kuřáci, kterým cigarety dodávají sebedůvěru

	Chlapci		Dívky	
	n	%	n	%
Souhlasím	1	25	3	10,7
Nesouhlasím	3	75	25	89,3
	4	100	28	100

S tvrzením „Cigarety mi dodávají sebedůvěru“ se ztotožnil jen 1 chlapec a 3 dívky.

Otázka č. 7

Neumím si představit život bez cigaret.

Všichni respondenti s tímto tvrzením nesouhlasili, pouze jedna dívka odpověděla, že si neumí představit život bez cigaret.

Otázka č. 8

Život bez cigaret nemá takovou hodnotu.

Ze všech respondentů, kteří v současné době kouří, pouze jedna dívka souhlasila s tímto tvrzením.

Otázka č. 9

Kouření považuju za zvyk.

Tab. 10 Kuřáci, kteří považují kouření za zvyk

	Chlapci		Dívky	
	n	%	n	%
Souhlasím	3	75	21	75
Nesouhlasím	1	25	7	25
	4	100	28	100

75% chlapců a 75% dívek považuje kouření za zvyk.

Otázka č. 10

Cigareta je pro mě požitkem.

Tab. 11 Kuřáci, pro které je cigareta požitkem

	Chlapci		Dívky	
	n	%	n	%
Souhlasím	3	75	18	64,3
Nesouhlasím	1	25	10	35,7
	4	100	28	100

Cigareta je požitkem pro 75% chlapců a pro 64,3% dívek.

Otázka č. 11

Na kuřáky pohlížím se soucitem.

Tab. 12 Respondenti, kteří pohlížejí na kuřáky se soucitem

	Chlapci		Dívky	
	Kuřáci	Nekuřáci	Kuřáčky	Nekuřáčky
Souhlasím	2	2	5	12
Nesouhlasím	2	7	23	37
	4	9	28	49

S tímto tvrzením souhlasilo 23% respondentů.

Otázka č. 12

Na kuřáky pohlížím se závistí.

S tímto tvrzením se ztotožnila jen jedna dívka nekuřáčka.

Otázka č. 13

Myslím si, že přestat kouřit je jednoduché.

Tab. 13 Respondenti, kteří si myslí, že přestat kouřit je jednoduché

	Chlapci	Dívky

	Kuřáci	Nekuřáci	Kuřačky	Nekuřačky
Souhlasím	2	1	5	7
Nesouhlasím	2	8	23	42
	4	9	28	49

83% respondentů nesouhlasí s tímto tvrzením.

Otázka č. 14

Co mi kouření přináší?

Tab. 14 Co přináší respondentům kouření

Odpovědi	Chlapci	Dívky
Pohodičku	1	
Uvolnění	1	4
Dobry stav a náladičku	1	
Takový malý rituál	1	
Chvilkové pozastavení se	1	
Pocit úlevy		1
Požitek		4
Zkušenost		2
Uklidnění		2
Odreagování		2
Nic		3
Zbavení nervozity, stresu		1
Prázdnou peněženku a nevolnost		1

Na tuto otevřenou otázku odpověděli respondenti viz tabulka, ostatní neodpověděli.

Otázka č. 15

Chcete přestat kouřit?

Tab. 15 Respondenti, kteří chtějí přestat kouřit

	Chlapci		Dívky	
	n	%	n	%
Ano	-	-	21	75
Ne	4	100	6	21,4
Zatím ne	-	-	1	3,6
	4	100	28	100

Žádný z chlapců nechce přestat kouřit. Z dívek chce přestat kouřit 75%, jedna dívka odpověděla „zatím ne“.

Kuriozně vyzněly odpovědi nekuřáků:

„Ne, protože nekouřím.“

„Ani jsem nezačala.“

„Nekouřím, proto nechci přestat.“

Otázka č. 16

Kdybyste mohl/a obrátit běh času až k okamžiku, kdy jste ještě nebyl/a závislý/á na nikotinu, začal/a byste kouřit s tím, co dnes víte?

Tab. 16 Respondenti, kteří by znovu začali kouřit

	Chlapci		Dívky	
	n	%	n	%
Ano	3	75	8	28,6
Ne	1	25	18	68,4

Nevím	-	-	2	7,1
	4	100	28	100

Znovu by začalo kouřit jen 28,6% dívek, ale 75% chlapců.

Otázka č. 17

Lidé obvykle začínají kouřit, protože chtějí ukázat, že jsou dospělí a zralí

Tab. 17 Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že lidé začínají kouřit, aby ukázali že jsou dospělí a zralí

Odpovědi	Chlapci ku- řáci	Dívky ku- řačky	Chlapci neku- řáci	Dívky neku- řačky
Ano	2	11	7	44
Ne	2	14	1	4
Já ne		1		
Ano i ne		1		
Nevím				1
Neodpovědě- li		1	1	
	4	28	9	49

Otázka č. 18

Myslím si, že někteří lidé kouřením zahánějí nudu.

Tab. 18 Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že někteří lidé kouřením zahánějí nudu

Odpově- di	Chlapci ku- řáci	Dívky kuřáč- ky	Chlapci neku- řáci	Dívky nekuřáč- ky
Ano	4	26	7	40
Ne	-	2	2	9

	4	28	9	49
--	---	----	---	----

Respondenti se domnívají v 93% dívky a ve 100% chlapci, že někteří lidé kouřením zahánějí nudu.

Otázka č. 19

Výhodou kouření je, že zaměstnává ruce.

Tab. 19 Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že výhodou kouření je, že zaměstnává ruce

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřačky
Souhlasím	2	14
Nesouhlasím	2	14
	4	28

S tímto tvrzením se ztotožnilo 50% kuřáků.

Otázka č. 20

Kouřím proto, že kouří moji přátelé.

Tab. 20 Respondenti, kteří kouří, protože kouří jejich přátelé

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřačky
Ano	3	12
Ne	1	16
	4	28

75% chlapců a 43% dívek kouří, protože kouří jejich přátelé.

Tímto se potvrdila hypotéza H4 Kuřáci napodobují své přátele.

Otázka č. 21

Myslím si, že kouření je drogová závislost.

Tab. 21 Respondenti, kteří považují kouření za drogovou závislost

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	1	16	8	43
Nesouhlasím	3	12	1	6
	4	28	9	49

Ze všech respondentů považuje kouření za drogovou závislost 77% dívek a 69% chlapců.

Otázka č. 22

Kouření stojí spoustu peněz.

Tab. 22 Respondenti, kteří si myslí, že kouření stojí spoustu peněz

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	3	27	8	49
Nesouhlasím	1	1	1	-
	4	28	9	49

S tímto tvrzením se ztotožnilo 97% všech respondentů.

Otázka č. 23 (+ 72 + 73)

Skutečné důvody, proč kouřím, jsou:

ChK 16 (Denně 11-20 cigaret): „Jsem zvyklý s klukama si zapálit a chutná mě to hlavně k pivu.“

ChK 16 (Denně méně než 10): „Většinou pod vlivem alkoholu, nebo když je nějaká krize nebo akce.“

ChK 19 (Méně než deset několikrát týdně): „Dám si chvilku pauzu během činnosti, je to návyk pro ruce – cigareta mezi prsty, baví mě sledovat dým a světýlko.“

DK 18 (11-20 denně): „Uklidnění, zvyk, občas z nudy, relax.“

DK 19 (Několikrát týdně méně než deset): „Jsem na nich závislá. Zapálím si, když jsem nervózní a ve stresu.“

DK 17 (Denně méně než deset): „Nuda na diskotékách, před školou, po škole, závislost.“

DK 17 (Denně méně než deset): „Nedokážu přestat.“

DK 19 (Svátečně): „Uvolnění, nejsem závislá, cigaretu si dám minimálně, nekouřím denně, když jsem ve stresu.“

DK 18: „Kouřím pouze o víkendech a ve stresu. Zaměstnávám ruce, k alkoholu výborný doplněk.“

DK 16 (Několikrát týdně méně než deset): „Baví mě to, požitek, nuda.“

DK 19 (Denně méně než deset): „Nuda, uvolnění, zahnání stresu.“

DK 16 (Občas 1-2): „Na diskotéce, s partou, s přítelkyní, s přítelem.“

DK 20 (Občas méně než deset): „Při alkoholu, na diskotéce, s partou. Důvod: přátelé.“

DK 18 (Několikrát týdně méně než deset): „Zvyk, na diskotéce, s partou.“

DK 19 (Denně méně než deset): „Na diskotéce, s partou.“

DK 15 (Občas méně než deset): „Snižuji tím stres, na diskotéce, s partou, když je mi smutno.“

DK 19 (O víkendech kolem deseti): „Odreagování, zbavení stresu.“

DK 20 (Denně méně než deset): „Když jsem ve stresu, kouří mí známí, kamarádi, nejde tak lehce přestat.“

DK 16 (Denně méně než deset): „Zkušenost, nuda, přátelé.“

DK 18 (Občas méně než deset denně): „Protože kouří mí kamarádi a je to společensky dost významná droga.“

DK 17 (Denně 11-20): „Odreagování od problémů, uvolnění, dobrý pocit, soustředění, zbavuji se stresu.“

DK 16 (Několikrát týdně méně než deset): „Uvolnění od stresu, dodává mi to sílu jít dál.“

DK 17 (Denně 11-20): „Vidím vzor v rodiči, nuda, zkušenost.“

DK 17 (Méně než deset denně): „Zvyk, chuť, nálada.“

DK 19 (Několikrát týdně méně než deset): „Dokáže mě občas uklidnit, při společenských akcích, kdy je nás tam víc.“

DK 17 (Jednou týdně méně než deset): „Uklidnění, ale jen mírné.“

DK 18 (Denně méně než deset): „S partou.“

DK 18 (Svátečně 0-1): „Společnost, zábava.“

DK 16 (Denně méně než deset): „Zbavení stresu, uklidnění, kouřím venku, v hospodě, na diskotéce.“

Dívky nekuřačky:

16: „Kouřím jen na párty, svátečně, na diskotéce.“

18: „Občas s partou, s přítelem.“

17: „Kouřím jedenkrát za patnáct let.“

16: „Jen v sobotu na diskotéce, protože je to zvyk, nebo když mám nervy.“

16: „Svátečně na diskotéce.“

16: „Kouřila jsem, protože jsem měla problémy a cigarety jsou rozhodně lepší než alkohol. Teď nekouřím, ale jen kvůli přátelům.“

17: „Občas svátečně jednu cigaretu, když piju, nebo jsem opilá. Ze začátku kvůli kamarádům, teď na uklidnění.“

19: „Kouřím jen velmi málo, takže jsem v podstatě nekuřák. Svátečně, u skleničky vína, relaxace, při odpočinku.“

18: „Nekouřím, jen příležitostně, a to je velmi málo. Svátečně, na koncertě.“

18: „Kouřím svátečně, na diskotéce.“

17: „Nekouřím nikdy (jen na diskotéce).“

DK 17: „Nekouřím, jen občas, ve společnosti, při pití alkoholu.“

16: „Kouřím občas, ve stresu, po sexu, na diskotéce, s partou.“

Silných kuřáků, tj. kouřících více než deset cigaret denně, je 75% chlapců a 11% dívek kuřáček. Denně do deseti cigaret kouří 78,6% dívek a 25% chlapců. Ostatní občas, svátečně, o víkendu. Zajímavé byly odpovědi respondentů, kteří se označili původně za nekuřáky, a nyní přiznali, že v podstatě kouří každý týden během víkendu na diskotéce...

Otázka č. 24

Chlapci kouří proto, aby vypadali mužně.

Tab. 23 Respondenti domnívající se, že chlapci kouří, aby vypadali mužně

odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	1	8	6	41
Nesouhlasím	3	20	3	7
Nevím	-	-	-	1
	4	28	9	49

S tímto tvrzením souhlasilo 64% dívek a 54% chlapců.

Otázka č. 25

Dívky kouří, protože touží hrát roli světačky, být cool.

Tab. 24 Respondenti, kteří se domnívají, že dívky kouří, aby hrály roli světačky a byly cool.

odpovědi	Chlapci	Dívky ku-	Chlapci neku-	Dívky neku-
----------	---------	-----------	---------------	-------------

	kuřáci	řačky	řáci	řačky
Souhlasím	2	8	4	42
Nesouhlasím	2	19	5	6
Nevím	-	1	-	1
	4	28	9	49

S tímto výrokem souhlasilo 65% dívek a 46% chlapců.

Otázka č. 26

Myslím si, že kouření je past.

Tab. 25 Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že kouření je past

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřačky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřačky
Souhlasím	2	20	8	44
Nesouhlasím	2	8	1	3
Neodpověděli	-	-	-	2
	4	28	9	49

S tímto výrokem souhlasilo 83% dívek a 77% chlapců

Otázka č. 27

Bez cigaret bych se nudil/a.

S tímto tvrzením se ztotožnilo deset dívek – kuřaček.

Otázka č. 28

Moje oblíbená značka cigaret je:

	Chlapci	Dívky

Petra	1	15
Viceroy	-	10
Start	-	3
Marlboro	1	2
LM	1	1
Davidoff	1	-
Lucky Strike	1	-
Slim	-	1
Nemám žádné oblíbené	1	-
Je mi to jedno	-	1
Neuvedli	-	2

Tab. 26 Oblíbené značky cigaret u respondentů

Otázka č. 29

S cigaretami se lépe soustředím.

Tab. 27 Respondenti, kteří se s cigaretami lépe soustředí

	Chlapci	Dívky
Souhlasím	3	14
Nesouhlasím	1	14
	4	28

S cigaretami se lépe soustředí 75% chlapců kuřáků a 50% dívek kuřáček.

Otázka č. 30

Kouřením se zbavuji stresu.

Tab. 28 Respondenti, kteří se kouřením zbavují stresu

	Chlapci	Dívky
Ano	3	22
Ne	1	6
	4	28

Stresu se zbavuje kouřením 75% chlapců kuřáků a 79% dívek kuřáček.

Otázka č. 31

Kouřím, když jsem v pohodě, když relaxuji.

Tab. 29 Respondenti, kteří kouří , když jsou v pohodě a relaxují

	Chlapci	Dívky
Souhlasím	3	14
Nesouhlasím	1	14
	4	28

Při relaxaci kouří 75% chlapců a 50% dívek.

Otázka č. 32

Lidé kouří, protože se bez cigarety cítí mizerně.

Tab. 30 Respondenti, kteří se ztotožnili s tvrzením, že se kuřáci cítí bez cigarety mizerně

odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	3	17	7	33
Nesouhlasím	1	11	2	15
Nevím	-	-	-	1
	4	28	9	49

S tímto tvrzením souhlasí dvě třetiny respondentů.

Otázka č. 33

Kouření je dnes považováno za antisociální způsob chování

Tab. 31 Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že kouření je dnes považováno za antisociální způsob chování

odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	1	17	6	31
Nesouhlasím	3	10	3	16
Nevím	-	1	-	2
	4	28	9	49

S tímto tvrzením souhlasilo 61% všech respondentů.

Otázka č. 34

Kouřím, i když jsem nemocný/á, např. mám chřipku...

Tab. 32 Respondenti, kteří kouří, i když jsou nemocní

	Chlapci	Dívky
Souhlasím	2	6
Nesouhlasím	2	21
Jen málokdy	-	1
	4	28

Otázka č. 35

Jako nekuřák má člověk lepší život, více si jej užívá.

Tab. 33 Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že člověk má lepší život jako nekuřák

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	1	7	7	33
Nesouhlasím	3	20	2	16
Neodpověděli	-	1	-	-
	4	28	9	49

Otázka č. 36

Kouřím jen při společenských příležitostech.

Tab. 34 Respondenti, kteří kouří jen při společenských příležitostech

	Chlapci	Dívky
Souhlasím	3	14
Nesouhlasím	1	14
	4	28

Otázka č. 37

Není žádný důvod závidět kuřákům.

S tímto tvrzením se ztotožnilo 86 respondentů.

Otázka č. 38

Na Západě ve vyšších kruzích je kouření naprosto nepřijatelné.

Tab. 35 Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že kouření je na Západě ve vyšších kruzích naprosto nepřijatelné

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	2	9	6	29
Nesouhlasím	2	16	3	18
Nevím	-	3	-	2
	4	28	9	49

Otázka č. 39

Kouřit začínají častěji děti, které mají mindráky a chtějí je zakrýt kouřením.

Tab. 36 Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že kouřit začínají děti s mindráky a chtějí je tím zakrýt

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	3	16	7	39
Nesouhlasím	1	12	2	10
	4	28	9	49

Otázka č. 40

Kuřáci si myslí, že život bez cigaret by je nebavil.

Tab. 37 Respondenti, kteří si myslí, že život bez cigaret by kuřáky nebavil

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	3	10	7	29
Nesouhlasím	1	18	2	19
Nevím	-	-	-	1

	4	28	9	49
--	---	----	---	----

Otázka č. 41

Kouření je obyčejná drogová závislost.

Tab. 38 Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že kouření je obyčejná drogová závislost

odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	2	15	6	46
Nesouhlasím	2	12	3	3
Nevím	-	1	-	-
	4	28	9	49

Kouření za drogovou závislost považuje 79% všech dívek a 62% všech chlapců.

Otázka č. 42

Kuřáci kouří, protože věří, že to musí dělat.

Tab. 39 Respondenti, kteří se domnívají, že kuřák věří tomu, že musí kouřit

odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	4	5	2	15
Nesouhlasím	-	23	7	33
Nevím	-	-	-	1
	4	28	9	49

S tímto tvrzením většina dívek nesouhlasila - 73%dívek, ale všichni chlapci kuřáci souhlasili.

Otázka č. 43

Kuřák si ničí zdraví a vyhazuje peníze z okna.

S tímto tvrzením se ztotožnilo 88 respondentů, tj. 98%.

Otázka č. 44

Nejvíce je pro mne důležitá cigareta:

Tab. 40 Odpovědi respondentů, která cigareta je pro ně nejvíce důležitá

Odpověď	Chlapci	Dívky
Po jídle	1	6
Po práci	-	3
Ve stresu	2	21
Při návalu práce	1	4
Ráno po probuzení	-	3
Při odpočinku	1	4
Při kávě	1	8
Při telefonování	-	2
Po sexu	-	2
Při špatné náladě	1	-
S partou	1	-
Při pivu	1	-
Na akci	1	1
Před spaním	1	-
Při posezení	1	-
Při alkoholu	-	2
Ve společnosti	-	1

S přáteli	-	2
Při škole	-	1
Na zábavě	-	1
Když se nudím	-	1
Po rozčilení	-	1
Na diskotéce	-	1

Z tabulky vyplývá, že 75% dívek kouří ve stresu a 29% při kávě.

Otázka č. 45

Kouření je moderní.

S tímto tvrzením se ztotožnilo 5 chlapců a 19 dívek.

Otázka č. 46

Není žádný důvod závidět kuřákům.

S tímto tvrzením souhlasilo 89 respondentů.

Otázka č. 47

Kouřím jen při společenských příležitostech.

Tab. 41 Respondenti kouřící jen při společenských příležitostech

Odpověď	Chlapci	Dívky
Souhlasím	1	12
Nesouhlasím	3	16
	4	28

Otázka č. 48

Líbí se mi dívky, které kouří.

S tímto tvrzením souhlasili pouze tři chlapci a dvě dívky.

Otázka č. 49

Líbí se mi chlapci, kteří kouří.

S tímto tvrzením souhlasil jeden chlapec a sedm dívek. Jedna dívka uvedla: „Podle mě to není důležité.“

Otázka č. 50

Opravdový muž není závislý na droze.

Tato otázka byla pravděpodobně špatně pochopena vzhledem k negativní formulaci.

Otázka č. 51

Život bez cigaret je mnohem krásnější.

Tab. 42 Respondenti ztotožňující se s tvrzením, že život bez cigaret je mnohem krásnější

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	2	18	9	43
Nesouhlasím	2	9	-	5
Nevím	-	1	-	1
	4	28	9	49

85% chlapců a 79% dívek se domnívá, že život bez cigaret je mnohem krásnější.

Otázka č. 52

Když jste kouřili svou první cigaretu, skutečně jste se tenkrát rozhodli, že budete kouřit dál, každý den, až do konce svého života?

Ze všech respondentů odpověděly „Ano“ pouze dvě dívky.

Otázka č. 53

Bez cigaret bych se ve společnosti vůbec nedokázal/a bavit.

S tímto tvrzením souhlasili dva chlapci a sedm dívek.

Otázka č. 54

Budete po zbytek svého života dál kouřit, každý den, aniž byste s tím kdy přestali?

Dvě dívky odpověděly „Ano“. Jedna odpověděla „Snažím se přestat“.

Otázka č. 55

Co mi kouření přináší.

Zde jsem konečně čekala otevřené odpovědi respondentů, které by byly tím „očekávaným zrnkem zlata v tuně hlušiny, kterou musí zlatokop přeházet“.

ChK 16: „Úlevu“

ChK 17: „Uspokojení.“

ChK 19: „Uvolnění se, chvilku jen pro sebe, pocit klidu při zapalování cigarety a držení jí mezi prsty.“

DK 18: „Radost.“

DK 17: „Požitek, vůni, srandu.“

DK 17: „Nemůžu říct, že by mi cigarety něco přinášely, ale zbavují mě stresu, uvolňují mě.“

DK 19: „Někdy mě dokáže uklidnit.“

DK 19: „Nic. Jen uvolnění.“

DK 17: „Uklidnění.“

DK 20: „Uvolnění, relax, odvahu.“

DK 20: „Snazší navazování kontaktu s cizími lidmi.“

DK 17: „Uklidnění, ale jen mírné.“

DK 17: „Nic.“

DK 19: „Úlevu, zbavení stresu, nervozity.“

DK 17: „Zkušenosti, lepší požitek.“

DK 15: „Úlevu.“

DK 16: „Uspokojení, požitek.“

DK 19: „Chutná mi s alkoholem.“

DK 19: „Odreagování.“

DK 18: „Uvolnění.“

DK 16: „Uvolnění, pocit štěstí a bezstarostného života.“

DK 16: „Zkušenost.“

DK 16: „Uvolnění.“

DK 18: „Uvolnění, je to společenské vcítění.“

DN 18: „Úlevu, satisfakci, světovost, sebedůvěru.“

DN 17: „Pocit uvolnění.“

Líbily se mi dvě odpovědi:

DN 16: „Nic. Proto nekouřím.“

DN 15: „Jako nekuřáče jen smrad a zbytečné vyhazování peněz.“

Nekuřáčky odpovídaly takto:

DN 19: „Kouřím jen velmi málo, takže jsem v podstatě nekuřák.“

DN 17: „Kouřím jen večer, když jdu ven a piju, protože mi to dělá dobře, je to příjemné, jindy nekouřím.“

DN 18: „Nic. Jen si dám někdy, příležitostně, a to je velmi málo.“

DN 17: „Uklidnění.“

DN 17: „Zařazení do lepší společnosti.“

Otázka č. 56

Co by se stalo, kdybich už nikdy nevykouřil/a ani jednu cigaretu?

Tab. 43 Důsledky přerušení kouření

Odpověď	Chlapci	Dívky
Ušetřil/a bych své zdraví	1	6
Ušetřil/a bych peníze	1	2
Pocítil bych sílu své vůle	1	
Nic, kouřím jen příležitostně		1
Začaly by abstinenční příznaky		1
Měl/a bych chuť na cigaretu		1
Měl/a bych dobrý pocit		1
Chci kouřit		1
Bylo by to skvělé, super		2
Mám strach z přibrání na váze		1
Byl/a bych na sebe hrdý/á		1
Byl/a bych nervózní		2
Byl/a bych rád/a		1
Nic, nepotřebuji to		3

Otázka č. 57

Kuřáci by si měli dávat pozor na své srdce.

S tímto výrokiem souhlasilo 84 respondentů, tj. 93%.

Otázka č. 58

Cigareta mi nic nepřináší.

Kuřáci nesouhlasí – přináší, proto kouřím! Nekuřáci souhlasí – nepřináší, proto nekouřím. Zdá se, že výrok byl zařazen do testu zbytečně.

Otázka č. 59

Bez cigarety mám pocit prázdnoty.

S tímto tvrzením souhlasil jeden chlapec kuřák a pět dívek kuřáček.

Otázka č. 60

Cigarety přijdou kuřáka za celý život až na statisíce korun.

S tímto výrokem souhlasilo 88 respondentů, tj. 98%.

Otázka č. 61

Nekouřit znamená být svobodný.

S tímto tvrzením souhlasilo 8 chlapců a 44 dívek.

Otázka č. 62

Nikotin je smrtelný jed.

S tímto tvrzením souhlasilo 12 chlapců a 66 dívek.

Otázka č. 63

Bez cigaret nelze vůbec žít.

S tímto tvrzením souhlasila pouze jedna dívka.

Otázka č. 64

Myslíš si, že je kouření škodlivé pro lidský organismus?

Kromě jedné dívky všichni respondenti odpověděli „Ano“.

Otázka č. 65

Kuřáci kouří jen proto, že věří, že to musí dělat.

Tab. 44 Odpovědi respondentů, že kuřák kouří, protože věří tomu, že musí

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Souhlasím	2	6	2	12
Nesouhlasím	2	22	6	35
Neodpověděli	-	-	1	2
	4	28	9	49

Otázka č. 66

Kdo je v současné době vaším hrdinou, idolem?

Podotázka: Je kuřák?

Tab. 45 Hrdinové, idoly respondentů

Odpovědi	Je kuřák?	Chlapci	Dívky
Martin Fenin	Ne	2	3
Ladislav Trojek	Ne	2	3
Johny Depp	Nevím		2
David Beckham	Nevím	1	
Karel Gott	Nevím	1	
Dr. House	Nevím		1

Robert Hofman	Nevím		1
Michal Kadlec	Ne		1
Milan Baroš	Nevím		1
Stephane Lambiel	Ne		1
Charlie Sheen	Ano		1
Deny Didroo	Ne		1
Kamarádka	Ne		1
Kamarádka	Ano		1
Můj přítel	Ne		1
Můj přítel	Ano		3
Přátelé	Ano		2
Tatínek	Ne	1	2
Maminka	Ne		1
Rodiče	Ne		1
Já sama	Ne		1
Chci být originální, nemám hrdinu	Ne	1	1
Zpěvák oblíbené kapely	Ano		1

Hypotéza H5 Kuřáci napodobují své idoly se zde nepotvrdila.

Otázka č. 67

Co vám vaši rodiče zakazují dělat?

Tab. 46 Co respondentům zakazují jejich rodiče dělat

Odpovědi	Chlapci	Dívky
Téměř vše		2
Nebezpečné věci		5
Kouřit cigarety	2	16
Pít alkohol	2	12
Kouřit marihuanu	1	
Brát drogy		10
Flákat se	1	1
Lhát		1
Nadávat		1
Krást		2
Pozdní návraty		2
Toulání po nocích		2
Provozovat sex		1
Vždy vše řešíme kompromisem		2
Nic nezakazují, věří mi		7
Povolí vše	1	

Čtyři dívky kouří přes zákaz rodičů.

Otázka č. 68

Chtěl/a byste se dožít 100 let?

Tab. 47 Odpovědi respondentů, zda by se chtěli dožít sta let

Odpovědi	Chlapci	Dívky ku-	Chlapci neku-	Dívky neku-
----------	---------	-----------	---------------	-------------

	kuřáci	řačky	řáci	řačky
Ano	3	9	3	17
Ne	1	18	6	28
Nevím	-	-	-	1
Neodpověděli	-	1	-	2
Je mi to jedno	-	-	-	1
	4	28	9	49

Otázka č. 69

Jak brzy po probuzení si zapalujete první cigaretu.

Tab. 48 Jak brzy po probuzení si respondenti zapalují první cigaretu

Odpovědi	Chlapci	Dívky
Ráno nekouřím	1	3
Jak kdy, někdy vůbec	-	1
Po probuzení nikdy	-	1
Nemám čas	-	1
Po 60 minutách	2	10
Po 31-60 minutách	-	4
Po 6-30 minutách	-	2
Neodpověděli	1	6
	4	28

Otázka č. 70

Je pro vás obtížné nekouřit v místech, kde není kouření dovoleno?

Na tuto otázku odpovědělo kladně pouze pět dívek.

Otázka č. 71

Kterou cigaretu byste nerad/a postrádal/a?

Tab. 49 Kterou cigaretu by respondenti neradi postrádali

	Chlapci	Dívky
První ráno	-	7
Kteroukoli jinou	4	11
Neodpověděli	-	9
	4	28

Otázka č. 72

Kolik cigaret denně kouříte?

Tab. 50 Kolik cigaret respondenti vykouří

Počet cigaret	Chlapci	Dívky
0-1	-	2
Méně než 10 týdně	-	1
Denně 1-10	3	22
11-20 denně	1	3
	4	28

Otázka č. 73

Jak často kouříš?

Tab. 51 Jak často respondenti kouří

	Chlapci	Dívky
Denně	-	12

Několikrát týdně	4	6
Jednou týdně	-	2
Občas	-	6
Svátečně	-	2
Nikdy	-	-
	4	28

Dva chlapci nekuřáci odpověděli, že kouří v podnapilém stavu a na diskotéce.

Dívky nekuřačky odpovídaly, že kouří občas, svátečně nebo jednou týdně na diskotéce.

Nikdy nekouří 45 respondentů.

Otázka č. 74

Při kterých příležitostech obvykle kouříš?

Tab. 52 Při kterých příležitostech respondenti obvykle kouří

Odpovědi	Chlapci	Dívky
Na diskotéce	1	11
S partou		12
S přítelkyní/ přítelem	2	2
Když se nudím	2	2
Když se mi něco nedaří		1
Když je mi smutno		1
Když mám strach		1
Když si chci odpočinout	1	4
Když je mi bezvadně		1

Otázka č. 75

Máš problémy, když z nějakých důvodů nemůžeš kouřit?

Tab. 53 Jaké problémy mají respondenti, když z nějakých důvodů nemohou kouřit

Odpovědi	Chlapci	Dívky
Velkou chuť na cigaretu		10
Nemohu se soustředit		2
Jsem nervózní		11
Mám vztek		3
Vždycky si najdu možnost		4
Ne	3	11
Nudím se	1	

Někteří respondenti označili více možností současně.

Jedna z dívek odpověděla: „Pokud nevidím nikoho kouřit, tak ne.“

Otázka č. 76

Kouření, alkohol a drogy z nikoho osobnost neudělají.

Tab. 54 Respondenti, kteří se ztotožňují s výrokem, že kouření, alkohol a drogy z nikoho osobnost neudělají

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřačky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřačky
Souhlasím	3	27	9	47
Nesouhlasím	1	1		2
	4	28	9	49

S tímto výrokem souhlasilo 96% respondentů.

Otázka č. 77

Vědí rodiče, že kouříš?

Tab. 55 Postoj rodičů ke kouření respondentů

	Chlapci	Dívky
Ano, schvalují to	1	
Ano, ale neschvalují to	2	18
Ne	1	7
Je jim to lhostejné		
Neodpověděli		2
	4	27

Jedna dívka odpověděla:“ Vědí to a nic mi neříkají. V mém věku kouřili také.“

Otázka č. 78

Kdo ve vaší rodině kouří?

Tab. 56 Kdo v rodinách respondentů kouří

Odpovědi	Chlapci kuřáci	Dívky kuřáčky	Chlapci nekuřáci	Dívky nekuřáčky
Nikdo	1	5	2	29
Oba rodiče		5	2	4
Matka	1	6	2	2
Otec		5	1	8
Sourozenci	1	7	2	10
Prarodiče	1	3		5

U nekuřáček rodinní příslušníci v 60% nekouří.

U 21% kuřáček kouří matka a sourozenci dokonce v 25%.

Hypotéza H3 Kuřáci mají kouřící rodinné příslušníky byla verifikována.

KURIOZNÍ ODPOVĚDI RESPONDENTŮ:

Co vám kouření přináší?

„Smrad a zbytečné vyhazování peněz.“

Jaká je vaše oblíbená značka cigaret?

„Tabák k vykuřování skleníků.“

Co vám vaši rodiče zakazují dělat?

„Miminko.“ (dívka, 16 let)

Jak často kouříš?

„Jedenkrát za patnáct let.“

Kdo ve vaší rodině kouří?

„Bratranec.“

Při kterých příležitostech obvykle kouříš?

„Konec světa.“

ZÁVĚR

Ve vlastním výzkumném šetření byly stanoveny hypotézy výzkumu a jejich ověření pomocí vyhodnocených odpovědí na otázky, které byly uvedeny v dotazníku. Ze šesti stanovených hypotéz byly čtyři verifikovány, dvě falzifikovány.

Z výzkumného šetření tedy vyplynulo, že více pravidelných kuřáků je mezi dívkami (36,4 %). Mezi chlapci bylo 30,8 % denních kuřáků. Dívky jsou slabšími kuřáky, tj. v průměru denně vykouří méně než deset cigaret. Chlapci jsou silnými kuřáky, tj. vykouří denně více než deset cigaret. Přestat kouřit chce mezi dívkami 75%. Znovu by začalo kouřit jen 28,6% z 28 kouřících dívek, ale 75% chlapců. 97% respondentů souhlasilo s tím, že kouření stojí spoustu peněz. Za drogovou závislost považuje kouření 77% dívek a 69% chlapců. S cigaretami se lépe soustředí 75% chlapců a 50% dívek. Kouřením se zbavuje stresu 75% chlapců a 79% dívek. 88% respondentů se ztotožnilo s tvrzením, že kuřák si ničí zdraví a vyhazuje peníze z okna. 89% respondentů souhlasilo s tvrzením, že není žádný důvod závidět kuřákům. Výrok Cigarety přijdou kuřáka za celý život až na statisíce korun potvrdilo 98% respondentů. S tím, že je kouření škodlivé pro lidský organismus, souhlasilo 99% respondentů. Dvě dívky by chtěly přestat, ale přiznaly, že to nedokáží. Jedna dívka zdůraznila: „Je to závislost.“ S tím, že kouření, alkohol a drogy z nikoho osobnost neudělají, souhlasilo 96% respondentů.

Motivace kouření mladistvých lze shrnout do čtyř základních skupin:

1. napodobování dospělých a vrstevníků, snaha získat jejich pozornost, uznání a přání komunikovat s nimi;
2. kompenzace nejistoty a jiných psychologických průvodních jevů dospívání, touha být svobodnější a dospělejší;
3. přání fyzického uvolnění, uspokojení, odreagování, snížení úzkosti, pocit zvládnutí stresu;
4. přání uniknout nudě, rebelie - vzdor proti zákazům dospělých.

Rodinné prostředí ovlivňuje postoje dětí ke kouření a rovněž jejich kuřácké chování. U nekouřících respondentů nikdo v rodině nekouří v 60%. Naopak u kuřáků v 21% rodin kouří matky, sourozenci v 25% rodin respondentů.

Výsledky výzkumu je možné využít hlavně v přípravě primární prevence. Vzhledem k tomu, že pedagogům ve Střední zdravotnické škole se dotazník líbil a projevíli zájem o výsledky, hodlám v nejbližší době připravit prezentaci v programu Power Point s vyhodnocením jednotlivých odpovědí v tabulkách a grafech s komentářem. Tuto prezentaci předám škole, kde v hodinách např. předmětu Výchova ke zdraví vyučující rozebere výsledky testu a proběhne diskuse na toto téma.

Kouření je nežádoucí forma sociálního chování a má v dospívání specifický sociální význam a funkci. Je třeba zaměřit pozornost na taková preventivní opatření, která zasáhnou sociální prostředí dětí a mládeže a demonstrovují negativní mínění o kouření jako o chování, které je nenormální, neatraktivní, nedospělé a závislé.

Výchova proti kouření by měla zahrnovat sérii seminářů, besed i nácviků dovedností na téma:

- zdravotní důsledky kouření se zvláštním důrazem na zadýchávání se, zapáchající dech, vlasy, oděv, žloutnutí zubů a prstů, nepěkná pleť apod. U dětí a mládeže se nedoporučuje příliš zdůrazňovat dlouhodobé zdravotní důsledky kouření, které jsou dětmi chápány jako nekonečně vzdálené a nereálné;
- ekonomické souvislosti kouření;
- normální je nekouřit, zdůraznit převažující počet nekuřáků a trendy vývoje kuřáctví ve vyspělých zemích;
- nácvik dovedností odmítnutí cigarety bez pocitů provinění či studu;
- diskuse o právech nekuřáků: žít a pohybovat se v čistém prostředí;
- diskuse o právech kuřáků: být informován o důsledcích kouření a být podporován v úsilí o zanechání kouření.

Nutností se jeví zapojení rodičů do výchovných programů. Rodiče - kuřáci by rovněž měli být důrazně upozorněni na zdravotní poškození dětí, které jsou vystavovány nedobrovolnému pasivnímu kouření.

Je nutné co nejrychleji přijmout legislativní opatření na ochranu čistého vzduchu, zákazy kouření na veřejných místech a důsledné vyžadování jejich plnění. Tím by byl dán dětem, mládeži i dospělým kuřákům jasný signál, že společnost nehodlá kouření akceptovat a tolerovat.

Domnívám se, že zmapováním problematiky tabakismu jak po teoretické, tak i po praktické stránce byly cíle této bakalářské práce naplněny.

V budoucnu bych ráda navázala na tento výzkum a zařadila bych otázky na téma Reklama na tabákové výrobky, Hormonální antikoncepce u dívek a kouření jakožto smrtelná kombinace apod.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- AUSTINOVÁ, V. *Přestat kouřit? Za hodinku! Chcete?* Praha: Nakladatelství a vydavatelství Ivo Železný 2003, ISBN 80-240-1957-4
- BUDINSKÝ, V. *Jak přestat kouřit*, Praha: Public History 2001, ISBN 80-86445-06-2
- CARR, A. *Snadná cesta jak přestat kouřit*, Earth Save 2003, ISBN 80-903085-2-X
- COMBY, B. *Jak se zbavit závislosti na tabáku*, Praha: Pragma 2007, ISBN 978-80-7349-077-5
- CSÉMY, L. Užívání drog mezi českými a evropskými adolescenty, *Československá pediatrie*, 58, 2003, 11, s. 675 - 680
- CSÉMY, L. et al. *ESPAD 03 Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách*
Dostupný z WWW: <http://www.plbohnice.cz/nespor/esp03.pdf>
- DAHLKE, R. *Čím onemocněl svět?* Praha: Euromedia Group 2004, ISBN 80-249-0380-6
- DAHLKE, R. *Životní krize jako vývojové šance*, Praha: Aquamarin 2001, ISBN 80-86259-02-1
- DEE, J. *Jak přestat kouřit*, Praha: Dialog 1995, ISBN 80-85843-43-9
- DONSBACH, K. W. *Dobrá zpráva pro kuřáky*, Praha: ČeskoslovenskoDirect 1998
- HAYESOVÁ, N. *Základy sociální psychologie*, Praha: Portál 1998, ISBN 80-7178-763-9
- HELUS, Z. *Dítě v osobnostním pojetí*, Praha: Portál 2004, ISBN 80-7178-888-0
- HRUBÁ, D. Kouření a já - projekt výchovy žáků základních škol, *Hygiena*, 41, 1996, 5, s. 262 - 269
- HRUBÁ, D. et al. Kuřáctví dospívajících a jeho souvislosti s jinými formami nežádoucího chování mládeže, *Hygiena*, 42, 1997, 4, s. 234 - 238
- HRUBÁ, D.; KACHLÍK, P. Program „Kouření a já“ ovlivňuje žáky základních škol již po tří roky, *Hygiena*, 45, 2000, 1, s. 3 - 9
- HRUBÁ, D. Primárně preventivní protikuřácké programy v České republice, *Hygiena*, 46, 2001, 3, s. 157 - 164
- HRUBÁ, D. a kol. Začátky kouření českých adolescentů, *Hygiena*, 2003, 48, č.1, s. 29 - 41

- JEDLIČKA, R.; KOŤA, J. *Aktuální problémy výchovy: Analýza a prevence sociálně patologických jevů u dětí a mládeže*, Praha: Karolinum 1998, ISBN 80-7184-555-8
- KALINA, K. et al. *Drogy a drogové závislosti*, Úřad vlády České republiky 2003, ISBN 80-86734-05-6
- KANDUS, J. *Co na to plíce?* Praha: Avicenum 1991, ISBN 80-201-0180-2
- KANDUS, J. *Epištoly k smělým kuřákům*, Praha: Avicenum 1987
- KÁŠ, S. *Citáty a aforismy o medicíně*, Olomouc: ALDA 1999, ISBN 80-85600-61-7
- KOHOUTEK, R. *Poznávání a utváření osobnosti*, Brno: Cerm 2001, ISBN 80-7204-200-9
- KOTULÁN, J. *Zdravotní nauky pro pedagogy*, Brno: MU 1999, ISBN 80-210-2179-9
- KRÁLÍKOVÁ, E.; KOZÁK, J. T. *Jak přestat kouřit*, Praha: Maxdorf 1997, ISBN 80-85800-62-4
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*, Praha: Portál 2001, ISBN 80-7178-551-2
- LUKASOVÁ, E. *Logoterapie ve výchově*, Praha: Portál 1997, ISBN 80-7178-180-0
- MACEK, P. *Adolescence. Psychologické a sociální charakteristiky dospívajících*, Praha: Portál 1999, ISBN 80-7178-348-X
- MAREŠOVÁ, A. a kol. *Sociálně patologické jevy u mládeže a návrh opatření k omezení jejich vzniku*, Praha: IKSP 1997, ISBN 80-86008-34-7
- MARTINKOVÁ, M. *Tři studie o sociálně patologických jevech*, Praha: IKSP 1997, ISBN 80-86008-39-8
- MATOUŠEK, O. *Dospívání chlapců v Čechách a na Moravě*, Praha: Portál 1997, ISBN 80-7178-121-5
- NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*, Praha: Academia 1997, ISBN 80-200-0592-7
- NEŠPOR, K.; PERNICOVÁ, H.; CSÉMY, L. *Jak zůstat fit a předejít závislostem*, Praha: Portál 1999, ISBN 80-7178-299-87
- NEŠPOR, K. *Kouření, pití, drogy*, Praha: Portál 1994, ISBN 80-7178-023-5
- NEŠPOR, K. *Středoškoláci o drogách, alkoholu, kouření a lepších věcech*, Praha: Portál 1995, ISBN 80-7178-086-3

- NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*, Praha: Portál 2003, ISBN 80-7178-831-7
- NOVÁK, M. *O kouření*, Praha: Avicenum 1980
- PEASE, A. *Řeč těla*, Praha: Portál 2001, ISBN 80-7178-582-2
- PELIKÁN, J. *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*, Praha: Karolinum 1998, ISBN 80-7184-569-8
- PLAMÍNEK, J. *Tajemství motivace*, Praha: Grada 2007, ISBN 978-80-247-1991-7
- PIPEKOVÁ, J. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*, Brno: Paido 1998, ISBN 80-85931-65-6
- RAYNEROVÁ, C. *Nenič své tělo*, Praha: Sonus 1995, ISBN 80-901830-1-8
- SAK, P. *Proměny české mládeže*, Praha: Petrklíč 2000, ISBN 80-7229-042-8
- SAK, P., SAKOVÁ, K. *Mládež na křižovatce*, Praha: Svoboda Servis 2004, ISBN 80-86320-33-2
- SATIROVÁ, V. et al. *Model růstu*, Brno: Cesta 2005, ISBN 80-7295-071-1
- SKÁLA, J. *...až na dno!? Fakta o alkoholu a jiných návykových látkách*, Praha: Avicenum 1988
- SMÉKAL, V.; MACEK, P. eds. *Utváření a vývoj osobnosti*, Brno: Barrister & Principal 2002, ISBN 80-85947-83-8
- SMOLÍK, P. *Duševní a behaviorální poruchy*, Praha: Maxdorf 2002, ISBN 80-85912-18-X
- SVOBODA, M., KREJČÍŘOVÁ, D. et al. *Psychodiagnostika dětí a dospívajících*, Praha: Portál 2001, ISBN 80-7178-545-8
- TRAIN, A. *Nejčastější poruchy chování dětí*, Praha: Portál 2001, ISBN 80-7178-503-2
- VODÁČKOVÁ, D. a kol. *Krizová intervence*, Praha: Portál 2002, ISBN 80-7178-696-9
- WILDOVÁ, O. *Reklama na tabákové výrobky*
- Dostupné na WWW: http://nova.medicina.cz/verejne/clanek.dss?s_id=4172
- ŽALOUĐÍKOVÁ, I.; HRUBÁ, D. *Výchovně-vzdělávací preventivní program pro mladší školní věk „Normální je nekouřit“*, *Pedagogika*, 56, 2006, s. 246 - 257

SEZNAM TABULEK

Tab. č. 1

Respondenti podle věku

Tab. č. 2

Respondenti, kteří zkusili kouřit

Tab. č. 3

Respondenti, kteří v současné době kouří

Tab. č. 4

Chlapci, kteří v současné době kouří

Tab. č. 5

Dívky, které v současné době kouří

Tab. č. 6

Kuřáci, kterým chutnají cigarety

Tab. č. 7

Kuřáci, kterým cigarety pomáhají uvolnit se

Tab. č. 8

Kuřáci, kterým cigarety dodávají odvalu

Tab. č. 9

Kuřáci, kterým cigarety dodávají sebedůvěru

Tab. č. 10

Kuřáci, kteří považují kouření za zvyk

Tab. č. 11

Kuřáci, pro které je cigareta požítkem

Tab. č. 12

Respondenti, kteří pohlížejí na kuřáky se soucitem

Tab. č. 13

Respondenti, kteří si myslí, že přestat kouřit je jednoduché

Tab. č. 14

Co přináší respondentům kouření

Tab. č. 15

Respondenti, kteří chtějí přestat kouřit

Tab. č. 16

Respondenti, kteří by znovu začali kouřit

Tab. č. 17

Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že lidé začínají kouřit, aby ukázali, že jsou dospělí a zralí

Tab. č. 18

Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že někteří lidé kouřením zahánějí nudu

Tab. č. 19

Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že výhodou kouření je, že zaměstnává ruce

Tab. č. 20

Respondenti, kteří kouří, protože kouří jejich přátelé

Tab. č. 21

Respondenti, kteří považují kouření za drogovou závislost

Tab. č. 22

Respondenti, kteří si myslí, že kouření stojí spoustu peněz

Tab. č. 23

Respondenti domnívající se, že chlapeč kouří, aby vypadali mužně

Tab. č. 24

Respondenti, kteří se domnívají, že dívky kouří, aby hrály roli světačky a byly cool

Tab. č. 25

Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že kouření je past

Tab. č. 26

Oblíbené značky cigaret u respondentů

Tab. č. 27

Respondenti, kteří se s cigaretami lépe soustředí

Tab. č. 28

Respondenti, kteří se kouřením zbavují stresu

Tab. č. 29

Respondenti, kteří kouří, když jsou v pohodě a relaxují

Tab. č. 30

Respondenti, kteří se ztotožnili s tvrzením, že se kuřáci cítí bez cigarety mizerně

Tab. č. 31

Respondenti, kteří se domnívají, že kouření je dnes považováno za antisociální způsob chování

Tab. č. 32

Respondenti, kteří kouří, i když jsou nemocní

Tab. č. 33

Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že člověk má lepší život jako nekuřák

Tab. č. 34

Respondenti, kteří kouří jen při společenských příležitostech

Tab. č. 35

Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že kouření je na Západě ve vyšších kruzích naprosto nepřijatelné

Tab. č. 36

Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že kouřit začínají děti s mindráky a chtějí je tím zakrýt

Tab. č. 37

Respondenti, kteří si myslí, že život bez cigaret by kuřáky nebavil

Tab. č. 38

Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že kouření je obyčejná drogová závislost

Tab. č. 39

Respondenti, kteří se domnívají, že kuřák kouří, protože věří tomu, že musí kouřit

Tab. č. 40

Odpovědi respondentů, která cigareta je pro ně nejvíce důležitá

Tab. č. 41

Respondenti kouřící jen při společenských příležitostech

Tab. č. 42

Respondenti, kteří se ztotožňují s tvrzením, že život bez cigaret je mnohem krásnější

Tab. č. 43

Důsledky přerušování kouření

Tab. č. 44

Odpovědi respondentů, že kuřák kouří, protože věří tomu, že musí

Tab. č. 45

Hrdinové, idoly respondentů

Tab. č. 46

Co zakazují rodiče respondentům

Tab. č. 47

Odpovědi respondentů, zda by se chtěli dožít sta let

Tab. č. 48

Jak brzy po probuzení si respondenti zapalují první cigaretu

Tab. č. 49

Kterou cigaretu by respondenti neradi postrádali

Tab. č. 50

Kolik cigaret respondenti vykouří

Tab. č. 51

Jak často respondenti kouří

Tab. č. 52

Při kterých příležitostech obvykle respondenti kouří

Tab. č. 53

Jaké mají kuřáci problémy, když si nemohou z nějakých důvodů zakouřit

Tab. č. 54

Respondenti ztotožňující se s tvrzením, že kouření, alkohol a drogy z nikoho osobnost neudělají

Tab. č. 55

Postoj rodičů ke kouření

Tab. č. 56

Kdo v rodinách respondentů kouří

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P 1 Dotazník

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Milí studenti,

vaše škola byla vybrána do výzkumu, který se zabývá postoji dospívajících ke kouření tabáku.

Prosím, abyste pečlivě vyplnili následující otázky. Data slouží ke statistickému zpracování, nemusíte se obávat žádného zneužití. Výzkum je zcela anonymní, proto se prosím NEPODEPISUJTE. Je důležité uvést pouze pohlaví a věk.

Chlapec Dívka

Věk:

- | | | |
|---|------------------------------|-------------|
| 1) Zkoušel/a jsem někdy kouřit? | Ano | Ne |
| 2) Kouřím v současné době? | Ano | Ne |
| 3) Cigarety mi chutnají. | souhlasím | nesouhlasím |
| 4) Cigarety mi pomáhají se uvolnit. | souhlasím | nesouhlasím |
| 5) Cigarety mi dodávají odvalu. | souhlasím | nesouhlasím |
| 6) Cigarety mi dodávají sebedůvěru. | souhlasím | nesouhlasím |
| 7) Neumím si představit život bez cigaret. | souhlasím | nesouhlasím |
| 8) Život bez cigaret nemá takovou hodnotu. | souhlasím | nesouhlasím |
| 9) Kouření považuju za zvyk. | souhlasím | nesouhlasím |
| 10) Cigareta je pro mě požitkem. | souhlasím | nesouhlasím |
| 11) Na kuřáky pohlížím se soucitem. | souhlasím | nesouhlasím |
| 12) Na kuřáky pohlížím se závistí. | souhlasím | nesouhlasím |
| 13) Myslím si, že přestat kouřit je jednoduché. | souhlasím | nesouhlasím |
| 14) Co mi kouření přináší? | Opravdu je pro mne požitkem? | |
| | Ano | Ne |
| 15) Chcete přestat kouřit? | Ano | Ne |

- 49) Líbí se mi chlapci, kteří kouří. souhlasím nesouhlasím
- 50) Opravdový muž není závislý na droze. souhlasím nesouhlasím
- 51) Život bez cigaret je mnohem krásnější. souhlasím nesouhlasím
- 52) Když jste kouřili svou první cigaretu, skutečně jste se tenkrát rozhodli, že budete kouřit dál, každý den, až do konce života? Ano Ne
- 53) Bez cigaret bych se ve společnosti vůbec nedokázal bavit. souhlasím nesouhlasím
- 54) Budete po zbytek svého života dál kouřit, každý den, aniž byste s tím kdy přestali? Ano Ne
- 55) Co mi kouření přináší?.....
.....
- 56) Co by se stalo, kdybych už nikdy nevykouřil ani jednu cigaretu?
- 57) Kuřáci by si měli dávat pozor na své srdce. souhlasím nesouhlasím
- 58) Cigareta mi nic nepřináší. souhlasím nesouhlasím
- 59) Bez cigarety mám pocit prázdnoty. souhlasím nesouhlasím
- 60) Cigarety přijdou kuřáka za celý život až na statisíce korun. souhlasím nesouhlasím
- 61) Nekouřit znamená být svobodný. souhlasím nesouhlasím
- 62) Nikotin je smrtelný jed. souhlasím nesouhlasím
- 63) Bez cigaret nelze vůbec žít. souhlasím nesouhlasím
- 64) Myslíš si, že je kouření škodlivé pro lidský organismus? Ano Ne
- 65) Kuřáci kouří jen proto, že věří, že to musejí dělat. souhlasím nesouhlasím
- 66) Kdo je v současné době vaším hrdinou/idolem?
.....

Je kuřák? Ano Ne Nevím

67) Co vám vaši rodiče zakazují dělat?

.....

68) Chtěl/a byste se dožít 100 let? Ano Ne

69) Jak brzy po probuzení si zapalujete první cigaretu?

během 5 minut

za 6 - 30 minut

za 31 - 60 minut

po 60 minutách

70) Je pro vás obtížné nekouřit v místech, kde není kouření dovoleno? Ano Ne

71) Kterou cigaretu byste nerad postrádal?

první ráno

kteroukoli jinou

72) Kolik cigaret denně kouříte?

0

méně než 10

11 - 20

21 - 30

31 a více

73) Jak často kouříš?

denně

několikrát týdně

jednou týdně

občas

svátečně

nikdy

74) Při kterých příležitostech obvykle kouříš?

na diskotéce

s partou

s přítelkyní / přítelem

když se nudím

když se mi něco nedaří

když je mi smutno

když mám strach

když si chci odpočinout

když je mi bezvadně

.....

.....

75) Máš problémy, když z nějakých důvodů nemůžeš kouřit?

velkou chuť na cigaretu

nemohu se soustředit

jsem nervózní

mám vztek

vždycky si najdu možnost

.....

76) Kouření, alkohol a drogy z nikoho osobnost neudělají.

souhlasím nesouhlasím

77) Vědí rodiče, že kouříš?

Ano, schvalují to

Ano, ale neschvalují to

Ne

Je jim to lhostejné

78) Kdo ve vaší rodině kouří?

Nikdo

Oba rodiče

Matka

Otec

Sourozenci

Prarodiče

Děkujeme za Vaši ochotu při vyplňování dotazníku a za čas, který jste mu věnovali.

Müllerová Monika

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií