

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE  
PEDAGOGICKÁ FAKULTA**

**KATEDRA PEDAGOGIKY**

**Vliv rodinných vzorců chování  
na kuřáctví středoškolské a  
učňovské mládeže**

**(Ve vybraných školách ve Světlé nad  
Sázavou  
a v Kutné Hoře)**

**Autor: Robert Řezník**

**Vedoucí práce: PhDr. Jiří Kučírek, Ph.D.**

**Praha 2014**

**Prohlášení:**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval samostatně  
a s použitím uvedených informačních zdrojů.

V Praze dne 29. května 2014

.....

vlastnoruční podpis

**Poděkování:**

Děkuji panu PhDr. Jiřímu Kučírkov, Ph.D. za odborné připomínky, jež mi poskytoval při zpracovávání bakalářské práce.

**Název:****Vliv rodinných vzorců chování na kuřáctví středoškolské a učňovské mládeže****Abstrakt:**

Cílem bakalářské práce je porovnat výskyt kuřáctví u mládeže z pohledu rodinného zázemí. V teoretické části je shrnuta současná situace kouření u mladistvých a význam rodiny pro utváření správných postojů dospívajících a zmapování složitého psychického období jedince na prahu dospělosti. Neméně důležité je téma, jak tráví studenti volný čas a do jaké míry se nechají ovlivnit sdělovacími prostředky a tlakem vrstevnické skupiny. Praktická část řeší dotazníkovou formou rozdílnost působení výchovy na kuřáctví jedince v rodinách úplných, neúplných a rekonstruovaných.

**Klíčová slova:** rodina, kouření, mládež, závislost, životní styl, média

**Title****The influence of family behavior patterns of smoking on school and youth apprenticeship****Abstract:**

The aim of this thesis is to compare the presence of smoking among youth from the perspective of the family background. In the theoretical part there is summarized the current situation of smoking among adolescents and the influence of family on the formation of the correct adolescent attitudes and also description of the difficult mental period during change from childhood to adulthood. This part is also focused on the free time, if there is some possibility that they are influenced by media or by individuals in the same age group. In the practical part I used questionnaire to determine if there is some difference in complete family, single parent family and reconstructed family.

**Key words:** family, smoking, youth, influence, lifestyle

# Obsah

ÚVOD.....	8
1 VLIV RODINY NA VÝSKYT KUŘÁCTVÍ U STŘEDOŠKOLSKÉ A UČŇOVSKÉ MLÁDEŽE .....	9
1.1 Rodina .....	9
1.2 Funkce rodiny .....	10
1.3 Vliv funkce rodiny na zdraví jedinců.....	12
1.3.1 Rizikové chování v zátěžových situacích u mladistvých.....	13
1.3.2 Tabakizmus u mladistvých.....	14
1.3.3 Kuřáctví v rodině .....	15
1.3.4 Následky kouření .....	17
2 PROMĚNY CHOVÁNÍ V ADOLESCENCI .....	19
2.1 Kognitivní změny u dospívajících.....	20
2.2 Emoční vývoj v dospívání .....	21
2.3 Morální vývoj dospívajících.....	22
2.4 Socializace v dospívání .....	22
2.5 Vztahy s vrstevníky .....	23
2.6 Postoj dospívajících k rodině .....	24
2.7 Zájmová činnost v dospívání .....	25
2.7.1 Rodinné vzorce a kuřáctví .....	26
3 ŽIVOTNÍ STYL SOUČASNÉ STUDUJÍCÍ MLÁDEŽE .....	28
3.1 Zdravá výživa .....	29
3.2 Pohybové aktivity .....	29
3.3 Působení škodlivých látek .....	30
3.4 Spánek.....	31
3.5 Hodnoty dospívající mládeže, které ovlivňují zdravý životní styl.....	32
3.6 Životní potřeby dospívajících, které ovlivňují zdravý životní styl .....	35
3.6.1 Tabák startující droga.....	39
3.6.2 Příčiny vzniku závislosti na nikotinu .....	40
4 VLIV VRSTEVNICKÉ SKUPINY NA OSOBNOST DOSPÍVAJÍCÍCH.....	43
4.1 Vrstevnické skupiny a kuřáctví .....	44
4.2 Vrstevnické skupiny a delikvence.....	45
4.3 Negativní jevy související s využíváním volného času .....	46

4.4 Vliv médií na chování mladistvých .....	47
4.4.1 Mediální výchova mládeže .....	49
PRAKTICKÁ ČÁST .....	51
5. VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ .....	51
5.1 Cíl výzkumu .....	51
5.2 Metodika výzkumu .....	51
5.2.1 Metoda výzkumu .....	51
5.2.2 Způsob hodnocení realizovaného výzkumu .....	52
5.3 Výběr výzkumného vzorku .....	53
5.4 Hypotézy .....	53
5.5 Realizace vlastního výzkumu .....	54
6 ZPRACOVÁNÍ VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ .....	55
6.1 návratnost dotazníků .....	55
6.2 Vyhodnocení získaných dat .....	55
6.3 Vyhodnocení hypotéz .....	75
ZÁVĚR .....	78
Seznam použité literatury a jiných zdrojů .....	81
PŘÍLOHY .....	85

# ÚVOD

Bakalářská práce pod titulem „Vliv rodinných vzorců chování na kuřáctví středoškolské a učňovské mládeže“ se zabývá problematikou užívání návykové látky, kterou je tabák v korelaci na rodinné zázemí. Téma práce je zaměřeno na studenty a učně, resp. na výskyt kuřáctví u těchto skupin mladých lidí.

Vzhledem k tomu, že v rámci celé Evropy se pravidelně uskutečňuje na toto téma studie ESPAD, která zahrnuje tisíce respondentů z více než tří desítek zemí, je tato práce čítající pouze desítky respondentů jen drobnou výsečí v tomto směru.

Bakalářská práce je rozdělena do dvou částí – teoretické a praktické. V části teoretické je zmíněna důležitost a funkce rodiny pro dospívajícího jedince, jenž čelí na prahu dospělosti rizikovým faktorům, z nichž je důraz položen na kuřáctví i s jeho zdravotními následky.

Práce se dále zabývá emočním dospíváním mladých lidí a jejich snahou nalézt si v životě své místo, jež je často provázena vzdorem a úskalími psychického rázu. Neméně důležitá je zmínka o životním stylu dnešních studentů včetně ozřejmění zdravého způsobu života.

Důležitou složkou teoretické části pak je tlak vrstevnické skupiny i vliv médií na utváření osobnosti mladého člověka.

Hlavním cílem praktické části je objasnění některých příčin užívání tabákových výrobků českými středoškoláky a uční a podíl rodiny na tomto stavu. Dílčím cílem je analýza a srovnávání zjištěných statistických dat u „kuřácké“ mládeže ve věku 16 a 17 let.



# 1 VLIV RODINY NA VÝSKYT KUŘÁCTVÍ U STŘEDOŠKOLSKÉ A UČŇOVSKÉ MLÁDEŽE

## 1.1 Rodina

Rodina je základním kontextem lidské zkušenosti od narození až do smrti. Sobotková ve své literatuře uvádí, že napsat definici rodiny, která by byla všem jasná a pro všechny přijatelná lze jen velmi těžko a to z důvodu nesmírné složitosti definovaného jevu. Nicméně popsala, že pokud bychom definovali rodinu jako systém, pak je tento systém soubor částí a vztahů mezi nimi (Sobotková, 2012).

Co se definice rodiny týče, je možné se po dlouhou dobu (50 léta – 20 století) v učebnicích sociologie dočíst, že rodina představuje sociální zřízení, jejímž prvořadým účelem je chránit tuto komunitu od vnějšího světa (Možný, 2006).

Kraus se ve své literatuře pokusil o komplexnější pohled na rodinu a popisuje rodinu jako systém dynamický. Dynamický především v tom, že rodina je schopna reprodukce svých základních potřeb a má tedy především schopnost rozšiřovat celý tento systém - narození dítěte (Kraus, 2001).

Dle Giddense je rodina založena ve většině případů na svazku ženy a muže a na pokrevním vztahu rodiče – dítě. Všichni členové plní své role a uznávají společenské statuty. Takovou rodinu označujeme jako nukleární. V případě, že tuto domácnost sdílejí ještě další příbuzní, například prarodiče a další příbuzní (strýcové, tety aj.) jedná se o rodinu rozšířenou. Autoři v učebnicích sociologie popisují například ještě párovou neboli monogamickou rodinu, kterou tvoří jeden muž/žena a ti mají jednoho partnera (Giddens, 2000).

Řezáč s odvoláním na Říčana definuje ve své odborné literatuře rodinu jako vztahový systém, který je časoprostorově ohraničený a vyznačuje se relativní stálostí. Řezáč v této literatuře uvádí, že socioložka J. Máchová rozlišuje rodinu dle počtu generací, které žijí pohromadě. Přičemž každá generace zaujímá v rodině svou roli, využívá svých práv dle věku a pohlaví a také plní své povinnosti (Řezáč, 1997).

Velmi podrobně se také vyjadřoval a popsal definici o rodině J. Výrost. Rodina je nejuniverzálnějším socializačním činitelem, poskytujícím jedinci

identifikační vzory. Seznamuje ho s kladným chováním pro mužskou a ženskou roli. Učí každého jedince reagovat adekvátním způsobem v interakci s okolím a umožňuje mu prakticky si ověřit získané dovednosti v rodině. Pod vlivem rodinného prostředí si vytváří postoj k sobě samému i společnosti obecně. V každém případě vývoj rodiny je dlouholetý a má i své hluboké kořeny (Výrost,1998).

## 1.2 Funkce rodiny

Rodina v celé své škále zajišťuje mnoho činností. Mezi tyto činnosti patří hmotné zabezpečení, pečuje o zdraví všech členů v rodině, pečuje o výživu, ale také o kulturní dědictví, vštěpuje členům v rodině morální postoje, ovlivňuje je, usměrňuje, chrání a podporuje. Rodina plní určité role i v interakci se společností, je to především reprodukce. Jak reprodukce biologická, tak i reprodukce kulturní. Všechny funkce hovoří ve prospěch rodiny a jejího lepšího postavení ve společnosti. Každá rodina má velký vliv na to, jak vypadá a bude vypadat naše společnost a také na vývoj osobnosti jedince. Všechny tyto funkce a role popisuje Kraus ve své literatuře následovně:

*Biologicko – reprodukční funkce* - tato funkce má význam jak pro společnost, tak také pro jedince, kteří rodinu tvoří. Pro svůj zdárný rozvoj potřebuje společnost pevnou reprodukční základnu. Proto je také v zájmu společnosti, aby se rodil takový počet dětí, který tyto perspektivy splní. Kraus dále uvádí, že existenci rodiny je společensky a kulturně regulovaná sexualita. Demografický vývoj společnosti má také celou řadu sociálně - pedagogických souvislostí (Kraus, 2008).

*Sociálně – ekonomická funkce* – jež chápe společnost jako významný prvek v rozvoji ekonomického systému. Všichni členové rodin se zapojují do výrobní i nevýrobní sféry v rámci výkonu určitého povolání. Současně se každá rodina sama stává významným spotřebitelem, na němž je trh značně závislý (Kraus, 2001).

Zde je nutné podotknout, že na rozvoj v ekonomickém systému se nepodílejí staří lidé, kteří jsou naopak závislí sociálně i ekonomicky. Dále pak děti a studenti nejméně do ukončení povinné školní docházky (Farková, 2008).

Poruchy ekonomické funkce se projevují především v hmotném nedostatku

rodin, v současné době bývá důsledkem nezaměstnanosti anebo také zvyšování nákladů. Ekonomická funkce v dnešní době také zaznamenala určitý posun ve směru návratu k podobě rodiny, která je samostatnou ekonomickou jednotkou, čili rodinnou firmou. V rámci rodinného systému se pak realizují rozhodnutí, která se týkají využití materiálních a finančních prostředků, investic a výdajů. Přerozdělování finančních prostředků má tak významný sociální charakter – zdroje i výdaje mají odlišný charakter. Rodina se chová jako autonomní systém s výraznými prvky solidarity (Kraus, 2008).

*Ochranná funkce* – Kraus ve své literatuře uvádí že, ochranná funkce v rodině spočívá v zajišťování životních potřeb nejen dětí, ale všech členů v rodině. Po roce 1990 je každá rodina na této funkci daleko více zainteresovaná a očekává se od rodin větší spoluúčast na jejím plnění (Kraus, 2008).

*Sociálně – výchovná funkce* – tato funkce hovoří o rodině jako o první sociální skupině, která učí dítě přizpůsobovat se životu, osvojovat si základní návyky a způsoby chování, jež jsou běžné ve společnosti. Primární úlohou socializačního procesu v rodině zůstává příprava dětí a mladistvých do praktického života. Socializací v rodině rozumíme především proces působení celé rodiny na ostatní členy v celém souhrnu jevů a procesů jak ekonomických, sociálních, kulturních, mravních, estetických, zdravotních a jiných. Dítě od narození a po celou dobu života v rodině přijímá a přebírá celou škálu informací a aktivně je zpracovává v souladu se svými přirozenými biologickými vlohami, ale i psychickými potřebami, i se svými zkušenostmi a v neposlední řadě s hodnotovými orientacemi a vzory, jimiž jsou pro dítě především rodiče a starší sourozenci. Dítě v socializačním procesu nikdy nezůstává pasivním článkem. Uplatňuje svou vůli, své zájmy, přání a orientaci. Rodinná socializace je v rozhodující míře nejen prostorem pro socializaci dítěte a ve velké míře ostatních členů rodiny, ale je také modelem pro přijímání a osvojování sociálních rolí muže a ženy, otce a matky. Tak se promítá do budoucí reprodukční rodiny dětí (Kraus, 2008,).

*Rekreační, relaxační funkce* – Kraus popisuje tuto funkci jako významově největší pro děti. Rodina by měla pamatovat na rekreaci, relaxaci a zábavu. Aktivity tohoto typu se týkají všech členů rodiny (Kraus, 2008).

*Emocionální funkce* – je pro rodinu zásadní a nezastupitelná. Žádná jiná instituce není schopna vytvořit podobné a tak velmi potřebné citové zázemí, pocit

bezpečí, lásky, pocit jistoty (Kraus, 2008).

### **1.3 Vliv funkce rodiny na zdraví jedinců**

Zdraví člověka nepředstavuje samozřejmý a přirozený stav, nýbrž zásadní hodnotu, o kterou je zapotřebí individuálně i kolektivně pečovat. Udržovat a posilovat zdraví vyžaduje, aby jedinec systematicky rozvíjel specifická vědění vztahující se k tomuto fenomenu, jež jsou významnou podmínkou jeho úspěšné životní seberealizace a důležitým aspektem kvality jeho života (Farková, 2008).

Od narození až do smrti je člověk provázen nejrůznějšími událostmi, jak pozitivními, tak i negativními. Tyto události obohacují každého jedince o zkušenosti, ze kterých po celý život čerpá. Osobnost člověka se utváří a projevuje v konfrontaci s nároky konkrétního vnějšího prostředí a situačních kontextů. Termín psychická zátěž vychází z tzv. interakčního přístupu, který zdůrazňuje jednotu vnějších vlivů a vnitřních podmínek lidského organismu. Kvalita a míra aktualizovaného rozporu mezi nároky na psychiku a předpoklady každého jedince účinně je zapracovat a efektivně zvládat, je podmíněna zcela subjektivně. Životní podmínky a situace svou povahou a podstatou mohou upevňovat předchozím vývojem a rozvojem vytvořenou integritu osobnosti, mohou stimulovat psychický rozvoj osobnosti, mohou být také zdrojem psychické desintegrace osobnosti. V této souvislosti je v posledních letech často zmiňována problematika tzv. vulnerability osobnosti. Vulnerabilita představuje snížení individuálního prahu vůči podnětům, zejména sociálním, které se tak stávají stresory. Společně s premorbidní osobností a sociální oporou působí jako moderující faktory při interakci člověk – stresor (Plante, 2001).

Do subjektivně prožívaných psychických zátěží řadíme běžnou zátěž. Jedná se o život v obvyklých, osvojených kontextech života. Dále optimální zátěž, která stimuluje a podmiňuje psychický rozvoj osobnosti. Hraniční zátěž- představující nároky, s nimiž se člověk vyrovnává s mimořádným vypětím psychických sil. Jako poslední popsala Farková ve své literatuře extrémní psychickou zátěž, kdy jedinec není s to rozvinout integrovanou interakci s prostředím, prosazují se rozmanité struktury a obsahy dezintegrace maladaptivních projevů a psychického selhání ( Farková, 2008).

Dopad aktuálních situačních kontextů na psychiku je ovlivněn změnami v prožívání, chování, v interakčních projevech a aktivitách společnosti. U dospívající populace se očekává, že bude jednat dynamicky, využije schopnost projevit se a uplatní ji v rozhodovacích aktivitách racionálního hodnocení situace a schopnost zpětnovazební kontroly. Tedy využije svůj potenciál ke zvládnutí zátěžových životních událostí (Farková, 2008).

Při neefektivním řešení složitých životních událostí dochází zpravidla v dospělém věku k nejrůznějším psychosomatickým onemocněním a u adolescentů se více objevují faktory rizikového chování (Novosad, 2006).

### **1.3.1 Rizikové chování v zátěžových situacích u mladistvých**

Dospívání je celosvětově definováno jako přechodné období mezi dětstvím a dospělostí, kde se jedná především o zrání v oblasti tělesné a pohlavní a o hledání identity vlastní osobnosti. Experimentování s riziky je tomuto období vlastní, většinou je přechodné a nepřekračuje míru, která z něho činí chování problémové. V posledních desetiletích je však v ekonomicky vyspělých zemích prokázáno, že stále větší procento mládeže přijímá rizikový způsob života, který ji ohrožuje nejenom v období dospívání, ale může mít i následky v dalším životě. Je v současnosti hlavní příčinou úmrtnosti v tomto věku a kromě dopadu na životy jednotlivců je i jeho aktuální prevence a léčba značnou ekonomickou zátěží pro celou společnost. Světová zdravotnická organizace v posledních desetiletích stanovila dospívající mládež jako samostatnou rizikovou populační skupinu (Farková, 2008).

Mezi nejrizikovější oblasti patří užívání návykových látek, negativní jevy v oblasti psychosociální (sociální nepřizpůsobivost v užším slova smyslu) a poruchy reprodukčního zdraví. Je prokázáno, že jevy těchto tří oblastí se u naprosté většiny dospívajících vzájemně kombinují, usnadňují vzájemně svůj vznik a mají do značné míry společné nebo podobné příčiny - společné rizikové i ochranné faktory. Velmi často je rizikové chování vzhledem k osobnostnímu vývoji jedince účelové a vlastně v tomto smyslu funkční. Pomáhá řešit současnou osobnostní nesnázi (zvýšit své sebevědomí, sebedůvěru, zapojit se do skupiny vrstevníků apod.). Tento aspekt však nijak nesnižuje nebezpečí

následků (Farková, 2008).

První dostupnou návykovou látkou pro mladistvé je tabák, který v případě potřeby seženou všude. Od rodičů kuřáků (odcizení) a nebo ještě jednodušeji v obchodě za kapesné.

### **1.3.2 Tabakizmus u mladistvých**

Tabák patří mezi legálně dostupné návykové drogy, jeho účinky se neprojevují tak rychle a dramaticky, vzhledem k rozšířenosti kouření jsou citelné. Tabákový kouř obsahuje řadu škodlivin, dehet, kysličník uhelnatý, formaldehyd, arsenid, kyanid. Nešpor konstatuje, že z velkého množství chemikálií v tabákovém kouři je návyková pouze jedna a tou je nikotin (Nešpor, 1995).

Na tabáku vzniká závislost většinou v adolescentním věku. Situace v ČR je v tomto ohledu nepříznivá - každý devátý kuřák je mladší 18 let. Dle Králíkové je už v tomto věku kromě prevence nutná účinná léčba, což je v medicíně nové téma, byť ještě v této problematice nejsou zkušenosti ani na důkazech založené publikace, jelikož této kohortě kuřáků chybí motivace k zanechání kouření, stejně jako adherence k léčbě (Králíková, 2010).

Ve školní populaci je kouření ve srovnání s alkoholem ještě výraznějším hromadným jevem. Cigareta si prosazuje postavení symbolu mužnosti a dospělosti. Kuřáctví je spojeno s prospěchem (Heller, 1996).

Čím horší prospěch, tím více a častěji jsou kouřeny cigarety. Typický silný kuřák je chlapec nejvyšší třídy ZŠ s podprůměrným prospěchem. Mezi děvčaty je zřetelně více nekuřáček než mezi chlapci a mezi chlapci je zřetelně více především slabých kuřáků. Ti vytváří základnu pro další vývoj a s postupnými ročníky narůstá množství kuřáků i počet vykouřených cigaret. U chlapců 8. tříd se špatným prospěchem lze najít již návykové kouření. Takže o mládeži ve věku 15 – 18 let lze hovořit jako o jedincích, kteří jsou ve větším procentu na nikotinu závislími (Nešpor, 1995).

Farková ve své publikaci uvádí, že nejrizikovější skupinou, která podléhá tomuto zlozvyku je dítě, které vyrůstá v nevhodném zázemí, kde se vyskytuje alkohol, kouření, fyzické násilí, otcovská autorita prakticky neexistuje. Ale taktéž rizikovou skupinu představují citlivé děti, které sahají po cigaretě při nadměrných

vnějších tlacích. Takové dítě pochází zpravidla z dobré rodiny, s nadměrným dostatkem financí, z rodiny intelektuálů. Zde se jedná o dítě rozmazlené a zanedbává se jeho výchova (Farková, 2008).

Porovnáváme-li údaje ze čtyř sledovaných let, ukazuje se, že nejméně byl rozšířen nikotinismus v roce 1992 a vrcholil v roce 1996. V té době z mládeže ve věku 15 – 30 let otestovalo cigaretu 44% mladých lidí. Nabízí se otázka, nakolik s tímto vývojem souvisí tabáková reklama, která v té době byla zcela neregulovaná a dosáhla svého maxima. V roce 2000 je dle výzkumů 22% pravidelných kuřáků a v roce 2002 - 23,7% kuřáků mezi mládeží. V roce 2007 ESPAD ve svém výzkumu zaznamenává 25,3% denních kuřáků a v roce 2011 25,7% kuřáků. Na první pohled je patrné, že v roce 2000 byl zaznamenán mírný pokles, ale v roce 2002 již procenta zase stoupají. Ve všech letech jsou chlapci více kuřáky než děvčata. Na vysoké úrovni zůstává subjektivně vnímaná dostupnost cigaret a to i přes to, že se jedná o látku, která by šestnáctiletým studentům neměla být volně dostupná, Celkem snadno by si totiž cigarety obstaralo více jak 85% studentů středních škol a učňovských středisek (ESPAD, 2011).

Vývoj mládeže v oblasti kouření, konzumace alkoholu a užívání drog je za posledních deset let dost nepříznivý a má celou řadu negativních důsledků. Jedná se o zdravotní stav jedinců a dopad na demografický vývoj a na kvalitu nově narozené populace, jelikož nelze vyloučit vliv drog, alkoholu a nikotinu na genetický potenciál společnosti (Sak, 2008).

Další dopady jsou ekonomického charakteru. Zdravotní důsledky se odrážejí do finančních nároků na zdravotnictví (Farková, 2008).

### **1.3.3 Kuřáctví v rodině**

Děti rodičů jež kouří, jsou v daleko větším nebezpečí, že z dětí budou také kuřáci. Každý rodič je vzorem svému dítěti a svým postojem formuje své dítě k názoru na kouření tabáku. Kouření rodičů významně ovlivňuje jednak dítě a jednak celou rodinu. Výrazně snižuje ekonomické prostředky, které se dají využít na společný výlet i dovolenou celé rodiny. Zvyšuje také riziko nebezpečí. Například požár, nebo dopravní nehody, když rodič řídí a kouří současně. Kouřící

rodiče vystavují své děti tzv. pasivnímu kouření, což je vlastně nechtěné vdechování zplodin z cigaret. Žádné dítě toto nechce, ale neumí se bránit. Nešpor radí ve své literatuře rodičům, aby se svými dětmi hovořili o kouření, důsledcích kouření a o závislosti na tabáku. Dětem tyto opakované rozhovory pomůžou lépe pochopit problém závislosti na tabáku a dalších návykových látkách a rodičům pomůžou v ujasnění priorit a hodnot jejich života. Rodiče, kteří kouří, jsou v horší pozici při rozhovorech s dětmi. Zvláště děti v rané pubertě jsou přesvědčeny, že co dělá rodič je správné a mohou to dělat také. Ale pokud rodiče zaujmou k celé situaci správný postoj, mohou být výsledky uspokojivé. Rodiče kuřáci by neměli své děti odbývat v otázkách o kouření. Měli by jim odpovídat a vysvětlit proč kouří, co je k tomu vedlo. Měli by přiznat to, že si mysleli, že kouření mají pod kontrolou, ale že se stali závislími. Rodiče při varování před kouřením u dětí musí říci, že jsou ze svého kouření nešťastní a mohou připustit i úvahu o léčbě ze závislosti. Pokud tito rozumní rodiče zařadí do výchovy prevenci kouření a návykových látek, děti se naučí tyto normy respektovat a budou závislost na nikotinu brát jako varování (Nešpor, 1996).

Kuřácká rodina velkou měrou usnadňuje přístup mladistvých k cigaretám a rovněž oslabuje negativní postoje mladých lidí ke kuřáctví jako k nenormálnímu chování. O podceňování rizikovosti kouření ze strany rodičů svědčí i jejich nejasné a rozporné výpovědi týkající se dotazů na toto téma. Velkým dilematem bývá už výše uvedená výchova k nekouření u dospívajících z rodin kuřáckých. Mladí lidé shledávají, že jejich rodiče se nechovají správně ani příkladně. Kuřácká rodina velkou měrou usnadňuje přístup mladistvých k cigaretám a rovněž oslabuje negativní postoje mladých lidí ke kuřáctví jako k nenormálnímu chování. O podceňování rizikovosti kouření ze strany rodičů svědčí i jejich nejasné a rozporné výpovědi týkající se dotazů na toto téma. Rodiče projevují obavy o jejich zdraví, ti však mohou důvodně začít pochybovat o jejich autoritě, pokud si uvědomí jejich závislost na kouření, kterou nedokážou, neumí nebo nechtějí nějakým způsobem zvládnout. Kladné postoje ke kouření, které jsou pěstovány v rodinách kuřáckých od útlého dětství z velké části převládou ve zlomovém období experimentování. Dospívající z rodin kuřáckých začínají s kouřením dříve, často dochází k opakujícím se pokusům a poměrně rychle se z nich stávají pravidelní a závislí kuřáci (Kukla, 2006).



### 1.3.4 Následky kouření

Kouření způsobuje těžkou závislost, a má dalekosáhlé ekonomické, sociální a zdravotní dopady (Farková, 2008).

Zdravotní dopady jsou nejzávažnější, protože zdraví je pro každého člověka nejdražší. Již po roce kouření se u mladistvých jedinců můžou objevovat zdravotní obtíže. Machová ve své literatuře uvádí, že nejčastější onemocnění u mladých kuřáků jsou respirační onemocnění, zhoršování astmatu i častější chronická onemocnění. U mladých lidí kteří kouří, se snižuje fyzická aktivita a dívky kuřačky jsou ohroženy do budoucna neplodností (Machová, 2009).

Další neméně závažná onemocnění přichází u kouřícího jedince v průběhu let. Povýšil v učebnici patologie popisuje, že se jedná zejména o postižení srdce a cév. Dále popisuje, že kouření zdvojnásobuje riziko onemocnění ischemickou chorobou srdeční, které kuřáctví velmi příznivě napomáhá. Nadále způsobuje postižení zažívacího ústrojí a i vředová choroba je u kuřáků třikrát až čtyřikrát častější než u nekuřáků. Tato choroba zabraňuje hojení stěny žaludku. Poslední ze třech nejčastějších onemocnění v důsledku kouření popisuje Povýšil jako onemocnění dýchacích cest. U kuřáků dochází častěji k poškození infekcemi horních cest dýchacích a je vyšší riziko vzniku chronického zánětu plic a karcinomu plic. Tato nemoc byla ještě na začátku minulého století velice vzácná, ale nyní se stala nejčastějším karcinomem u mužů a její častý vznik narůstá každým rokem mnohonásobně. Velké riziko také přinášejí kouřící matky svým nastávajícím potomkům (Povýšil, 2011).

Farková navazuje na tato onemocnění ve své literatuře a uvádí, že zdravotní dopady kouření si mladiství neuvědomují a především si je nepřipouští (Farková, 2008).

Dalšími nepříznivými dopady, které si mladí kouřící jedinci neuvědomují, jsou faktory ekonomické. Rodina dospívajícího člověka má povinnost zajistit svému dítěti teplo, stravu, oblečení a určitou formu vzdělání. Peníze na koupi tabáku si obstarává mladistvý sám, ale bohužel převážně z rodinného rozpočtu. Z tohoto důvodu si nemůže uvědomit, jak je tabák finančně nákladný, jelikož ještě pravidelně nevydělává. Zde Farková upozorňuje i na drobné finanční krádeže v rodinách právě za účelem zakoupení cigaret (Farková, 2008).

Co se sociálního dopadu u kouřící mládeže týká, není u nich tak patrné,

jak dále uvádí Farková, mládež kouří ve skupinách a nijak jim nevadí zakouřená místnost, zakouřené oděvy atp. A v určitém věku se skupina kuřáků s nekuřáky nevyhledávají. Sociální dopady se objevují v dospělosti, kdy si například jedinec hledá pracovní zařazení a dnes není nic neobvyklého do pracovního dotazníku vyplňovat kolonku kuřák, či nekuřák. Jedinec se buď přizná a tím se vystavuje problému, že nebude zaměstnavatelem přijat a nebo lže (Farková, 2008).

## 2 PROMĚNY CHOVÁNÍ V ADOLESCENCI

Dospívání neboli adolescence je období v životě jedince, ve kterém dochází více k uvědomování si své osobnosti a formování identity jedince. Je to spojitost mezi dětstvím a dospělostí. Jedná se o nejdynamičtější a také komplexní proměnu v životě člověka, která obměňuje všechny složky osobnosti a lze ji rozdělit do tří fází. První je fáze zvaná časná adolescence 11-12 let někdy je nazývána také prepuberta. Další fází je nazývána střední adolescence, která nastupuje okolo 13-16 let a konečně třetí fáze je adolescence pozdní. Ta nastupuje ve věku 17-20 let, dochází nejen k pohlavnímu dozrávání, duševnímu a fyzickému rozvoji, ale především sociální zralosti, také profesionální orientaci. Mladí jedinci si volí povolání a dochází k hodnotovému a morálnímu zakotvení (Vágnerová, 2000).

Dospívání je dle Vágnerové s odvoláním na Ericksona obdobím, ve kterém jedinec hledá svou vlastní sociální i osobní identitu. Velmi často si mladiství pokládají otázky, které souvisejí s jejich osobností, s hledáním vlastního „JÁ“. Často mají pocit, že si nedovedou uvědomit, kam patří. Hledají odpovědi na tyto otázky, jsou emočně labilní. To vše je způsobeno aktivní činností hormonálního systému pohlavních žláz. Puberta je důležitým biologickým mezníkem pro budoucí život. Je to období kvality sebeuvědomování, kdy si dítě přecházející do puberty všímá více toho, jak myslí, jak komunikuje a prožívá své emoce. Ty nejdůležitější pocity, události a zkušenosti z tohoto nemálo bouřlivého období zpravidla již nikdy nezapomene a nese si je s sebou po celou dobu života. Důležité jsou pro jedince vlastní adolescentní zkušenosti. Z adolescentního jedince se stává dospělý člověk v momentě, kdy přestává být egoistickým a obrací se ve svých činnostech k druhým. Také nepotřebuje péči, ale naopak má potřebu se o někoho starat. Chce být užitečný ve své profesi, chce založit rodinu. Klade si nároky na autorství svého života (Vágnerová, 2007).

Dospívání je hledání a neustálé přehodnocování uplynulých hodin, dnů, měsíců. Vágnerová a Macek se shodují na tom, že dospívání je často charakterizováno jako nevyhnutelný a někdy dramaticky vyvíjející se střet protikladných tendencí v člověku. V tomto bouřlivém období dochází k

experimentování v oblasti sociální, sexuální, v častém odmítání odpovědnosti a upřednostňování silných prožitků. Například poslouchání hlasité hudby, rychlá jízda na motorce nebo v autě, užívání návykových látek a další extrémní prožitky v nejrůznějších podobách. V současné době je možné si všimnout snahy u adolescentů o odpoutání od rodičů, při rozhodování je možné si ale také všimnout prodloužené závislosti na celé rodině v oblasti sociální. Významným atributem je u dospívajících tělesná atraktivita. Dívky jsou nespokojené se svým zevněškem, protože v tomto věku více kladou důraz na svou tělesnou přitažlivost. U chlapců je především posuzována fyzická síla. To znamená, že dříve dospívající hoch s fyzickou silou má v kolektivu vrstevníků vysokou prestiž (Vágnerová, 2000).

Již od narození je jedinec osobností, je možné se setkat s desítkami podrobnějších definic osobnosti, většina z nich obsahuje tři základní momenty. Čáp popisuje v literatuře, že osobnost zahrnuje rozsáhlý soubor a souhrn momentů – vlastností, procesů, stavů, návyků a postojů. Osobnost se vyznačuje uspořádáním, strukturou dílčích momentů, protože je to velmi složitý systém. Dále upozorňuje, že osobnost vyjadřuje rozdíly, diference mezi lidmi, popřípadě jedinečnost jedince a jeho odlišnost od ostatních. Co se puberty týče, je zcela samozřejmostí posuzovat a rozlišovat všechny oblasti dospívání, mezi které se řadí kognitivní procesy, emocionalita, morální vývoj, socializace, vztahy s vrstevníky, postoj ke své rodině a zájmová činnost. Je nutné si uvědomovat, že u každého jedince probíhá puberta jinak a v jiném měřítku (Čáp, 2007).

## **2.1 Kognitivní změny u dospívajících**

Dospívání je označováno obdobím vytváření formálních operací v celém myšlení. Kolem dvanáctého roku života se rozvíjí abstraktní myšlení, jedinec má schopnost konceptualizace a zobecňování kódů verbálních i neverbálních, provádí operace s abstraktními pojmy, má kombinační schopnosti, hledá alternativní cesty k vyřešení problému a začíná i hypotetické myšlení. Paměť se také mění, zvyšuje se kvantita informací, které jsou uloženy v dlouhodobé paměti, zvyšuje se i kapacita pro zpracování informací. Rozvíjí se paměť logická, která využívá vztahů mezi pojmy. Mechanická paměť však přetrvává a je

používána po celý život. Pozornost je záměrná, plánovitější, systematictější a to v důsledku vyšší úrovně myšlenkových procesů. Současně je však ale v souvislosti s vlivem hormonálních funkcí dočasně narušena. Kolísá schopnost koncentrace. To se projevuje kolísáním soustředěnosti v učení, emoční labilitou i střídáním zájmů. Období adolescence je typické zvýšenou intelektuální aktivitou. Dokokončuje se rozvoj intelektuálních schopností, rozvíjí se mimo jiné logicko-deduktivní myšlení a funkce smyslových orgánů dosahují vrcholu. Myšlení je komplexnější a flexibilnější. Na první příčku v obrazotvornosti vstupují erotické představy, denní snění, bohatá fantazie a též tvořivost. Mladiství aplikují logické operace nezávisle na obsahu soudů. Jsou schopni sledovat formu myšlenkového pochodu a současně odhlédnout od konkrétního obsahu. Formálně abstraktní způsob myšlení ovlivňují postoje dospívajících k celému světu. Srovnávají a kritizují, používají kritické myšlení, nalézají nový způsob morálního hodnocení, který je založen na vlastních zvnitřněných normách a pravidlech, egoismus je jim vlastní. Zaměřuje se na své sebehodnocení (Krejčířová, 1998).

## **2.2 Emoční vývoj v dospívání**

Citové zážitky jsou v dospívání více diferencovány, kumuluje se více druhů a různorodosti emocí. Na počátku adolescence se projevuje zvýšená emoční labilita, což souvisí s hormonálními změnami, zvýšenou mírou sebereflexe a egocentrismu. Jedná se o tzv. adolescentní egocentrismus s vysokou potřebou sebehodnocení. V tomto bouřlivém období bývá vysoká labilita a náladovost, která odeznívá ve střední a pozdní adolescenci. Může se projevit ve větší míře extravertze, naopak menší impulzivité, emocionální dráždivosti a větší stálosti v citových projevech. Temperament mladistvých dozrává v pubescenci. To je období citlivé na silné prožitky. Velmi významné jsou projevy přátelství, lásky, empatie, utváření a udržování vztahu přátelství i partnerství. Typická je pro toto období také nejistota, přicházející vztek, který se jen velmi těžko ovládá, také smutek, agrese, nepřátelské projevy, vulgární vyjadřování, které není typické jen pro chlapce. V tomto období ale přichází i touha po sblížení a přijetí (Vágnerová, 2000).

### **2.3 Morální vývoj dospívajících**

Morální postoje mění svůj charakter a jednání mladistvých se přesunuje z pravidel, která jsou dána rodinou a společností na pravidla vlastní. Tito mladí lidé mají rozvinuté sebevědomí a řídí se výhradně podle něj. Svědomí se u každého jedince liší a je závislé na vlastní zkušenosti i vlastnostech dané osobnosti. V tomto nestálém období chtějí a také usilují o absolutní řešení. Z počátku v pubertě vůbec nejsou schopni žádného kompromisu. Chtějí všeho dosáhnout ihned. Trpělivost není jejich silnou stránkou. Uznávají mravní ideál, ke kterému dospěli sebevýchovou. Zpočátku jsou k dospělé osobě přehnaně kritičtí, mnozí přijímají autoritu velmi obtížně, objevuje se vzdorovité chování, negace k projevům dospělých (Vágnerová, 2000).

### **2.4 Socializace v dospívání**

Společnost významně ovlivňuje život dítěte. Rozvíjí u jedinců takové kompetence a vlastnosti, které svou povahou nabývají na důležitosti a naopak potlačuje a zamítá ty, které jsou z jejího hlediska nevhodné, nežádoucí a neslučují se s morálním chováním. Již v období dospívání je jedinec aktivním objektem a činitelem této interakce. Každé dítě je od počátku života ovlivňováno různými sociálními skupinami, ke kterým náleží a má se skupinou pevnou vazbu. Působení každé z nich je něčím specifické a jedinečné. V první řadě je to rodina. Jako primární skupina, která ovlivňuje jedince nejen v dětství a dospívání, nýbrž po celý jeho život. Dále také škola, třída, spolužáci, vrstevnické skupiny. Dítě si v kolektivu osvojuje pravidla chování a normy, které jsou žádoucí pro společnost, učí se přijímat určité role, musí pochopit jejich obsah, který je vymezený požadovaným chováním a podle těchto požadavků se musí chovat. Musí se naučit ovládat své projevy, osvojit si určité žádoucí návyky a musí umět adekvátně reagovat na jakoukoliv situaci. Důležitou součástí socializačního vývoje je přebírání rolí. Sociální role upravují psychický vývoj svého nositele. Každá role podporuje rozvoj určitých vlastností, dovedností i schopností. Všechny role vždy integrují jedince v sebepojetí. Role dítěte, sourozence, kamaráda, spolužáka atd. Každá role má pro každého člověka určitý význam, je nějakým způsobem hodnocena. Role školáka je první významnou rolí, dítě se

stává aktivním členem společenské instituce, která na něj nakládá určité požadavky a žádá jejich plnění. Škola i mimoškolní aktivity umožňují všem dětem, rovněž tak dospívajícím, postupnou integraci do společnosti (Vágnerová, 2000).

## **2.5 Vztahy s vrstevníky**

V období puberty jedinec vytváří skupiny kamarádů, vrstevníků se stejnými zájmy. Má potřebu se sdružovat a napodobovat. Zde se naplňuje potřeba být skupinou tolerován, přijímán a zařazuje se do struktury. Má své místo a roli ve skupině. Skupina mu napomáhá realizovat se. Jedinec navazuje kontakty i s vrstevníky druhého pohlaví. Je to proces osamostatňování, začínající v raném dětství postupně a vrcholí v tomto období adolescence. Skupina vrstevníků umožňuje vzájemné sdílení informací, postojů a také poskytování názorů, pocitů a vzorců chování. Plní funkci takzvané platformy, kdy dospívající může kdykoliv otestovat sám sebe, ale také ostatní ve vzájemné interakci. Vědomě i nevědomě dospívající sdílejí stejnou zkušenost, stejné problémy, životní pozici, nejistoty a i stejné nejasnosti. Vrstevnická skupina je prostředkem k hledání a objasňování vztahu k sobě samému. Ukotvuje dospívající, nahrazuje rodičovskou podporu a ochranu, mladí lidé zde získávají pocit vlastních hodnot a sociální status. Ti lidé, kteří jsou neustále pozitivně hodnoceni od svých vrstevníků, mají zpravidla vyšší sebehodnocení. Chování vrstevníků ve skupině výrazně ovlivňuje procesy v rozhodování. Skupinová konformita, tedy tendence přizpůsobovat své názory a jednání podle ostatních členů skupiny ochraňuje adolescenty před požadavky autorit. Nejvyšší je časně adolescenci a střední adolescenci. Projevuje se velmi často ve vnějších znacích. Jako je oblečení, účes, styl, řeč, vyjadřování, atd. Získat mezi vrstevníky vysoký kredit a být akceptován skupinou má tradičně větší váhu pro chlapce než pro děvčata. U dívek je ve středu zájmu otevřená komunikace, sdílení pocitů a je oceňována inteligence, upřímnost a důvěra. Přátelství u chlapců je založeno více na zájmech, které vedou k trvalému přátelství a sportovních aktivitách. Je více opřen o výkon, respekt a pevnost postojů. Oceňována je originalita, síla osobnosti, schopnost zůstat v klidu ve vypjatých situacích a také smysl pro humor. Přátelství u dívek je více pod vlivem emocí, jejich přátelství nemusí být

stále a může být narušováno hádkami a nedorozuměním. V pubescenci si jedinec uvědomuje vlastní sexualitu, přejímá roli muže a ženy. Chlapci spojují mužskou roli s dobýváním dívky někdy s určitou mírou agrese. Dívky hodnotí vlastní sexuální atraktivitu, snaží se o co nejlepší vzhled. Vlastní sexualitu podněcuje u dívek partner, v tomto případě nikoliv vrstevnická skupina. Dospívající s rizikovým chováním, kde roli hraje kouření, alkohol a následně drogy začínají zpravidla dříve s pohlavním stykem a jsou také více promiskuitní (Vágnerová, 2000).

## **2.6 Postoj dospívajících k rodině**

Mladý člověk se se svou rodinou ztotožňuje, ale zároveň se také od své rodiny odpoutává. Je to podmíněno jeho proměnou, kdy se z dítěte stává dospělý jedinec, který má schopnost samostatně jednat a přijímat zodpovědnost za svůj život. Rodina je pro každého člověka základem jistoty a také bezpečí. Čím jsou vztahy v rodině jistější a prohloubenější, tím se jednodušeji mladý člověk odpoutává a nalézá nové vztahy se svými vrstevníky a postupně s partnery. Postupem času také zakládá svou vlastní rodinu. Čerpá podněty a vzory ze své původní rodiny pro výchovu svých dětí, vztahu ke svému partnerovi a vedení. Období dospívání je typické pro volnější vztahy jedinců s rodiči, prarodiči a navazování nových, pevných vztahů s vrstevnickou skupinou. Je to období, kdy je vliv vrstevníků nejdůležitější v životě. Pozitivní vztah k rodičům může zůstat trvale, ale přitom se závislost na jejich pomoci může snižovat. Rodiče by si měli uvědomovat přirozenost dočasné opozice od svých dětí a brát toto nevhodné chování jako přechodné období. Tyto konflikty nemají negativní dopad, když mladí lidé mají pocit, že mohou vyjadřovat zcela svobodně své názory, a že je na ně brán ohled. Důležitý je zájem celé rodiny, vřelost ve vztazích a emoční podpora, pak dochází lépe k osamostatňování dítěte. V přístupu k dospívajícím jedincům je vhodné, aby rodina zdůrazňovala nejen samostatnost v rozhodování, ale také přijímání zodpovědnosti za své činy a rozhodnutí. Atmosféra v rodině a sebehodnocení se odráží v pocitech dívek daleko více, než chlapců. Ke konci časně adolescence, kdy egocentrismus dospívajících kulminuje se řada rodičů pokouší být ještě více obezřetnějšími a snaží se zvýšit kontrolu nad svým dítětem. Tím ale zvyšují napětí a konflikt je



pak velmi často projevem vlastní nejistoty ve vztahu k dítěti. Pro rodiče není toto období jednoduché. Musí se vyrovnat se ztrátou vlivu na své děti a také s krizí středního věku (Vágnerová, 2000).

Farková ve své literatuře ozřejmuje prožívání dospívajících. Uvádí, že adolescent má rozpor se svou rodinou, protože zatím nenašel směr a neví jak jednat, ale předstírá sám sobě, že naprosto přesně ví a zná. Dostává se do konfliktu s rodinou, jelikož nemá stabilizované sebevědomí a neví oč se opřít. Okolnímu světu své sebevědomé nesebevědomí hlučně demonstrují. Dospívající se dostávají do rozporu s rodinou i okolním světem, jelikož mají v nepořádku city. Předstírají všem a hlavně sobě, že jsou bezcitní a někdy i jsou. Svou bezcitnost si totiž umí vsugerovat. Dospívající mají chvíle, kdy odmítají sami sebe, nenávidí se a mívají chvíle, kdy odmítají ostatní jedince. I těmito stavy se dostávají do konfliktu s rodinou. Do rozporu s rodinou se dostávají mnohdy proto, že postrádají pro své dozrávání pevný bod, kterého by se drželi. A proto, že chtějí aby to byl bod jejich a jimi nalezený, odmítají hodnoty rodičovské generace. Negují spoustu z toho, co je pro většinu cenné a důležité (Farková, 2008).

## **2.7 Zájmová činnost v dospívání**

Zájmová činnost u dětí rozvíjí individuální dovednosti a schopnosti. Zájmová činnost podporuje u dětí tvořivost, rozvíjí poznávací potřeby, sportovní nadání, rozvíjí technické zaměření, apod. Zájem všeobecně zahrnuje poznávací, volní i citovou stránku duševního dění každé osobnosti. Můžeme tedy hovořit o zájmech konkrétních, individuálních i skupinových, mužských, ženských i profesionálních. V dnešní době se mnoho dětí, především chlapců tohoto věku zajímá především o počítače a digitální technologie. Mají zájem o nejnovější technické novinky i internet včetně jeho sociálních sítí, kde mohou nacházet neustále nové podněty pro komunikaci s okolím i hry. Využívají mobily, internet k vyhledávání informací i jako podporu v zábavě a sociální interakci (Farková, 2008).

Čtenářský zájem u mladých lidí není tak bohatý a má výběrový ráz se zaměřením naprosto individuálním, například na historické romány, populární vědeckou literaturu, dobrodružné a fantastické romány a cestopisy. Mladí lidé v

této době obdivují mimořádné schopnosti a výkony. Jejich vzorem jsou často populární osobnosti, sportovní celebrity, ale také historické osobnosti a postavy dobrodružné literatury a filmů. Mají i fiktivní vzory, které si nalézají v četbě. Snaží se napodobovat tyto své vzory ve svých projevech a také napodobují jejich osobní vlastnosti a schopnosti. Vzory mají velký výchovný význam. Jsou často cílem sebevýchovy, ovlivňují a formují sebepojetí mladého dospívajícího člověka. Objevují se i první literární pokusy, zvyšuje se zájem o poezii i vlastní literární tvorbu. V zájmové činnosti mohou děti rozvíjet své nadání i talent. Rozvoj zájmové činnosti může vést dítě k jednoznačné volbě ve výběru povolání. Chlapci se zájmem o počítače najdou uplatnění v technickém zaměření studia na středních školách a atraktivní využití ve svém budoucím profesionálním životě (Žaloudíková, 2013).

Každá mladá generace je svým způsobem stejná a každá generace mládeže má svá specifika. Stejná je tím, že sdružuje jedince ve stejné fázi ontogeneze, kteří zaujmají stejnou pozici ve společnosti, mají stejné společenské funkce a přejímají stejné společenské role. Mládež je nejsensitivnější sociální skupinou ve společnosti, a proto nejcitlivěji reaguje na nové prvky společenské skutečnosti, s kterými se aktivně vyrovnává a v procesu socializace, kultivace a vzdělávání je začleňuje do svého chování a vědomí. Mladá generace se odlišuje rychlostí a snadností, s jakou její příslušníci přijímají inovace a společenské změny. Tak jako generace seniorů svým způsobem představuje především minulost a kontinuitu společnosti, tak mladá generace zase představuje především její budoucnost a diskontinuitu. Tyto souvislosti mohou mít jak pozitivní tak negativní konotace. (Sak, 2008).

### **2.7.1 Rodinné vzorce a kuřáctví**

Rodiče ovlivňují, jaké vzorce si dítě osvojí. Chování rodičů a jejich postoje jsou přenášeny na děti a naopak. Protože děti také ovlivňují svým chováním rodiče. Rodinné vzorce chování se překlenují již z rodiny původní a některé rodiny původní chování měnit nechtějí. Přesto, že mají a budou mít negativní dopad na potomky. Model rodičů je primárním faktorem, který ovlivňuje podobu manželství a fungování dětí v rodině. Jak již bylo zmíněno, pokud rodiče kouří, je

větší pravděpodobnost, že jejich potomek bude kouřit také (Farková, 2008).

Velkou nevýhodou pro dospívající v kuřáckých rodinách je jejich nemocnost ovlivněna zakouřeným prostředím, jež má za následek zhoršení školní docházky spolu se slabším prospěchem. Dalším důležitým faktem je, že kuřáctví dospělých koreluje s horšími sociálními podmínkami, nižším vzděláním a nekompletními či restrukturalizovanými rodinami. Kouřící rodiče mívají tolerantnější postoje ke kouření a též problémy s komunikací při řešení a diskuzi o osobních problémech jejich dětí. Postoje rodičů ke kouření, stejně jako pravidla o kouření v domácím prostředí a sociální vzory jsou významné faktory, jež mají zásadní vliv na dospívající a jejich pozdější kuřácké chování. Kuřácké pokusy a později i pravidelné kouření dětí bývají častěji tolerovány právě kouřícími rodiči, kteří jim mnohdy poskytují i finanční prostředky k zakoupení potřebného kuřiva (Hrubá, 2007).

Přesto že existuje velké množství literatury, která dokumentuje přesvědčivě zdravotní rizika tzv. pasivního kouření a i v návaznosti na různé výchovně vzdělávací kampaně se opakovaně ukazuje, že tato problematika je u dospělých co se týká znalostí velice omezená a zmatená. Dospělí kuřáci uvádějí mnoho ekonomických, psychologických, fyzických a sociálních důvodů jejich přetrvávající neschopnosti či neochoty zabezpečit dětem nekuřácké domácí prostředí. To se týká hlavně obtíží spojených s trvalejším dohledem na děti, nedostatek možností kouřit mimo domov, dále přání kouřit v příjemném a privátním prostředí domova. Matky vyvíjejí obvykle snahu chránit před expozicí děti v kojeneckém věku, ovšem jen málo z nich pokračuje v této snaze i poté, kdy jsou děti starší (Kukla, 2006).

Snahy o opatření týkající se zabezpečení zdravých životních podmínek v prostředí rodiny narážejí na řadu úskalí. Z pohledu společenských norem a zákonů mají rodiče právo vychovávat děti bez zásahu státu. Jedinou výjimku tvoří situace, kdy jejich činnost resp. nečinnost může děti vystavit vážnému ohrožení. Z této souvislosti vyplývá, že ti rodiče, kteří v přítomnosti dětí, nejednají v jejich nejlepším zájmu a představují tak pro děti prokázané zdravotní ohrožení. Legislativní úprava zakazující kouření doma, v případě že žijí v domácnosti děti by tak byla jen logickým řešením (Hrubá, 2007).

### 3 ŽIVOTNÍ STYL SOUČASNÉ STUDUJÍCÍ MLÁDEŽE

Životní styl je sice mnohorozměrný, zahrnuje velké množství prvků a v nejširším pohledu se jedná o souhrn všeho, jak člověk vlastně žije. Vzhledem k efektu na zdraví jsou některé prvky podstatné a některé méně. Nejdůležitějších je několik hlavních oblastí. Životní styl je souhrou možností a voleb s výběrem jako proměnnou, která je nejdůležitější. Na každém jedinci záleží, zda si vybere kouření, pití alkoholu či zdravý životní styl (Machová, 2009).

Téma zdravý životní styl je opravdu široké a zároveň velmi důležité. K příjemnému životu a celkovému zdraví přispívá zdravotní styl velkou měrou. Zdraví člověka je chápáno jako vyvážený stav tělesné, duševní a sociální pohody. Je utvářeno a ovlivňováno mnoha aspekty, jako je styl života, zdravotně preventivní chování, kvalita mezilidských vztahů, kvalita životního prostředí, bezpečí člověka atd. Protože je zdraví základním předpokladem pro aktivní a spokojený život a pro optimální pracovní výkonnost, stává se poznávání a praktické ovlivňování rozvoje a ochrany zdraví jednou z priorit základního vzdělávání (Machová, 2009).

Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje zdraví jako stav kompletní fyzické, duševní a sociální pohody a ne pouze nepřítomnost nemoci nebo neduživosti. Tato definice byla schválena již roku 1946 a má mnoho kritiků. Pokud bychom ji brali doslova, bylo by mezi lidmi jen velmi malé procento tzv. „zdravých“. Někteří lidé argumentují tím, že zdraví nemůže být definováno vůbec jako stav, ale musí být viděno jako proces nepřetržitého přizpůsobování měnícím se požadavkům života a měnícímu se významu, který dáváme životu. Definice WHO je z těchto důvodů často považována za jakýsi idealistický model nevystihující realitu skutečného života (Machová, 2009).

Do zdravého životního stylu řadíme kromě velmi známých faktorů, jako zdravá výživa, dostatek pohybu atd., také faktory, které na první pohled nevypadají, že by byly řazeny do škály zdravého životního stylu. Jsou velmi důležité a mají na zdraví člověka nesmírný vliv. *Péče o životní prostředí* je podle Herinka nutné pro uspokojivý život všech organismů na zemi a to včetně člověka samotného (Herink, 2004)

### **3.1 Zdravá výživa**

Pro život je důležitá zdravá výživa, která má být přiměřená, pestrá a vyvážená. Důležité je dodržovat vhodné množství energie a správný poměr živin (bílkoviny 15-17%, sacharidy 50-55%, tuky 15-25%) i zastoupení dalších potřebných látek (vláknina, vitaminy a minerální látky). Další důležitou zásadou správného stravovacího režimu dětí i dospělých je pravidelnost. To znamená, že je vhodné rozložit příjem energie ze stravy do pěti menších dávek konzumovaných v průběhu celého dne. Z celkového denního příjmu energie by měla 20 % pokrýt snídane, 15 % dopolední svačina a 35 % oběd. Na odpolední svačinu připadá 10 % přijaté energie a zbývajících 20 % patří večeři. Má-li organismus nepravidelný příjem energie, naučí se s ní šetřit a vytvářet si i z mála zásoby, což může mít za následek nadváhu či obezitu. K obezitě dětí a dospívající mládeže se vyjadřoval ministr školství PhDr. Marcel Chládek ve spojitosti se špatnou výživou mládeže (děti si kupují svačiny sami podle své představy) a nedostatkem pohybu. Na základě těchto dvou skutečností usiluje o navýšení hodin tělesné výchovy a zrušení automatů na cukroví, sušenky, brambůrky a jiné nevhodné potraviny ve školách. (ČT 1, máte slovo, 03.04.2014, 21.30hod).

### **3.2 Pohybové aktivity**

Vysoká pohybová aktivita, která s sebou přináší nejen dobrou kondici a formu, ale také díky vyplavování adrenalinu a endorfinů dobrou mysl a skvělou náladu. U dospívajících jedinců 15-19 let hovoříme na začátku o tzv. hypomobiliti. Děti se připravují na další studium nebo na zaměstnání a jejich sportovní aktivita obecně výrazně klesá. Je proto důležité dospívajícím vštípit zájmové sportování jako běžnou součást života, která neslouží jen ke snižování či udržování tělesné hmotnosti, ale také k relaxaci po náročném pracovním či studijním výkonu a jako prevence různých onemocnění. Sport také umožňuje vybití přebytečné energie a usměrňuje případnou agresivitu (Machová, 2009).

Bohužel, v dnešní době mládež preferuje spíše adrenalinové sporty, jako je

motokros, rallye, horolezectví apod. Tyto sporty s sebou přináší velké riziko úrazů. Nicméně v dnešní době rodiče své děti v těchto sportech podporují a jsou rádi, že se jejich děti sportu věnují. Sportů se nabízí velká škála, každá škola nabízí určité druhy sportu podle školených učitelů, či lektorů s danou aprobačí, ale každá odpolední zájmová činnost je za úhradu a to je handicapem pro některé rodiny, které se příp. zaplacením např. basketbalu, fotbalu nebo jakéhokoliv jiného sportu bohužel nevejdou do rodinného rozpočtu (Čt. 1, Máte slovo, 03.04.2014,21.30).

### **3.3 Působení škodlivých látek**

Mezi škodlivé látky řadíme především tabakizmus, alkohol, drogy, hru na automatech. Konzumace alkoholu, by měla být limitována a tedy přiměřená (Machová, 2009).

Hovoříme-li o zdravém životním stylu, pak jednoznačně vylučujeme kouření, které je spouštěčem jiných návykových látek. Mělo by být přirozené s kouřením vůbec nezačínat, neexperimentovat s touto legální drogou a tím se vyvarovat více než jisté závislosti. Mladí lidé začínají kouřit z různých důvodů. Někteří proto, že si přejí vypadat nezávisle, jiní protože kouří jejich přátelé a oni nechtějí před nimi vypadat trapně. Další si berou za vzor populární osoby, jako jsou herci, hudebníci, zpěváci apod. Velký vliv mají rodiče a také starší sourozenci, kteří kouří. Obvykle neexistuje jen jedna hlavní příčina, jedná se zpravidla o souhrn několika rizikových činitelů, mezi které patří osobnost jedince, který je snadno ovlivnitelný jinými lidmi a při kouření si připadá dospěle. Podílí se také vliv prostředí. Každý den vidí dospívající jedinec kouřící rodiče, nebo sourozence, projevuje se tlak vrstevnické skupiny. V řadě případů bývá cigareta vstupenkou do party vrstevníků. Základní postoje, které u mladého člověka prostřednictvím výchovy vznikaly v dětství, výrazně ovlivňují výběr kamarádů v budoucnosti. V mnoha studiích bylo prokázáno, že děti z nekuřáckých rodin si jen sporadicky vybírají kamaráda, který kouří (Nečasná, 2009).

Dospívající jedinec, který experimentuje s cigaretami si neuvědomuje účinky nikotinu na organismus, které jsou zásadní. Nikotin je vysoce návyková psychoaktivní látka. Farmakologický a behaviorální proces determinující vznik závislosti je u tabáku podobný jako u heroinu a kokainu. Závislost na nikotinu je

stav, který nutí člověka kouřit i přes znalost zdravotních následků. Neschopnost se závislostí skoncovat není projevem nedostatku vůle nebo poruchou osobnosti, ale progresivním, chronickým a recidivujícím onemocněním. Při dlouhodobém užívání vzniká na nikotinu fyzická závislost. Během kouření se nikotin uvolňuje do kouře a dostává se do organismu s kapičkami dehtu a následně vstřebává z plicních sklípků stejně rychle jako při nitrožilní aplikaci, takže se do mozku dostane cca do 10 sekund od vdechnutí. Nikotin se poté váže na receptory a dráždí je. Jde zejména o receptory v periferním, vegetativním nervovém systému, který řídí vnitřní orgány. Zde vyvolává zvýšenou aktivitu trávicího traktu. Jedná se o vzestup produkce slin a trávicích šťáv, vzestup aktivity hladké svaloviny a zrychlení střevní peristaltiky doprovázené případným vyprázdněním. V první fázi působí nikotin stimulačně, později přichází fáze mírného útlumu. Nikotin dále zvyšuje krevní tlak, zrychluje činnost srdce, stahuje cévy, zvyšuje obsah mastných kyselin v krvi, inhibuje syntézu estrogenu, stoupá produkce potu a může dojít ke stažení zornic. Při dlouhodobějším užívání dochází k posílení syntézy endorfinů, nicméně za cenu vzniku závislosti. Podráždění receptorů ve svalech se může projevit křečemi lýtkových svalů. Pro úplnost je nutné zmínit, že při kouření není nikotin tou nejškodlivější chemikálií. Nikotin především vyvolává závislost, tedy hlad po cigaretě. Příčinou úmrtí na nemoci z kouření jsou ale zejména dehty a další látky, které se do těla dostávají společně s kouřem (Machová, 2009).

Z výše popsaného vychází, že cigareta je škodlivá droga, která ničí osobní život jedince a později i jeho zdraví. Mladí lidé si neuvědomují závislost, která nastává v poměrně krátké době. A hlavně mladistvý nemá představu o léčbě takové závislosti, která je dlouhodobá. Je spojena se somatickými obtížemi. Objevují se bolesti hlavy, nespavost i pocity dušnosti. Léčba je provázena také psychickými obtížemi, do kterých se podle Machové řadí nervozita, podrážděnost, neadekvátní jednání a někdy až zloba. Je nutné konstatovat, že odvykání kouření je dlouhodobá záležitost, kterou někdy jedinec ani sám nezvládne a potřebuje odbornou pomoc (Machová, 2009).

### **3.4 Spánek**

Dalšími faktory, které vedou k dosažení zdravého životního stylu je *dostatek*

*spánku*. Literatura ošetřovatelství píše o spánku jako o útlumově-relaxační fázi organismu. Každý jedinec má v dospělosti jinou potřebu spánku, kterou potřebuje pro výkon v následujícím dni. Literatura ošetřovatelství, ale také píše o potřebě spánku od narození do dospělosti. Novorozenec prospí až 20 hodin denně. Tato potřeba se snižuje s růstem dítěte. Dospívající člověk potřebuje minimálně 8 hodin spánku, aby v následujícím dni mohl podat adekvátní výkon (Vytejšková, 2011).

Optimismus a dobrá nálada je dalším přispívajícím faktorem k dosažení zdravého životního stylu. Optimismus se vyplácí. S pozitivním pohledem na svět se žije radostněji a lehčeji. Sem také patří sebehodnocení jedince. Pokud má člověk pozitivní pohled na sebe samého, umí být i sebekritický, je schopen řešit i nepříjemné situace ihned a bez větších komplikací. Tedy adekvátně ke svému věku. Tyto kladné vlastnosti souvisí mimo jiné i s odpočinkem organismu (Vytejšková, 2011).

### **3.5 Hodnoty dospívající mládeže, které ovlivňují zdravý životní styl**

Hodnota je priorita, která je hnacím motorem celého lidského snažení. Každý člověk má úplně jiný hodnotový žebříček, který se ještě během života mění. Proto lidé jednájí odlišně. Někteří se proto ani nemusí pochopit. V útlém dětství jsou hodnoty poměrně prosté: rodiče, vlastní osoba či hra. Člověk si je tehdy neuvědomuje, ale přirozeně řídí jeho život, podle instinktu. V pozdějším dětském věku přijde na řadu i odpovědnost, řekněme za vlastní prospěch ve škole. Už se musí změnit hodnotový žebříček. Člověk se naučí, že v lidské společnosti nemůže dělat to, co se mu zrovna chce, ale má i nějaké povinnosti, které jelikož jsou většinou nepříjemné, by měly být na předních místech, aby je zodpovědně splnil (Farková, 2008).

Vagnerová se zmiňuje, že objektivně je období dospívání považováno za nejtěžší životní období. Člověk se za krátký čas velmi změní. Okolí změnu vnímá především na fyzických proměnách, samotný dospívající na změně a střídání svých nálad a pocitů, mění se i psychicky. Musí si nově oblíbit nebo smířit se s novým člověkem, kterým je nepochopitelně on sám. Do popředí zájmů se dostává láska, kamarádi, zájem o vlastní vzhled, na své hodnotě ztrácejí rodiče,



učitelé a jiné autority. A to proto, že mladý člověk se potřebuje přirozeně osamostatnit, jako každé jiné zvířecí mládě. Stále ještě hledá sebe sama, člověka, který v něm vyrůstá. Musí najít zařazení do společnosti. Je paradoxní, že dnešní mladí lidé se o to pokoušejí právě prostřednictvím svévolného vyřazení se ze společnosti, alespoň zdánlivého. Poskytuje to dostatek svobody a menší pocit odpovědnosti, aby se oklikou vrátili a našli si místo ve společnosti. Mladý člověk je ovládán svými hormony, které musí vědět naopak on ovládnout. Jelikož se stále hledá, je náročné umět si zodpovědně určit hodnotový žebříček. Mladí jsou plní ideálů. Často jsou nespelnitelné, ale pomáhají jim dosáhnout v životě jejich cíle, a když ne jejich, tak alespoň optimum v životě. Je velmi důležité, aby měl člověk sny a hlavně, aby se jich nevzdával. Některé se podaří splnit, ale podaří se jim to jen a jen vlastními silami. Nesmí se vzdávat, jinak by nic nedosáhli. Správné uspořádání svých životních hodnot jim umožní koncentrovat se na své sny a hlavně na jejich splnění. Člověk by měl vědět, co a kdy dělat, aby byl v životě úspěšný (Vágnerová, 2000).

V literatuře Vágnerové s odkazem na Nitzscheho (1995) se píše o hodnotové orientaci jako o více či méně souvislém a pevném systému hodnot, který reguluje a usměrňuje chování jedince. Je to hierarchicky uspořádaný soubor hodnot přijatých jedincem, sociální skupinou nebo společností, soustava zobecněných postojů, zájmů a tendencí jednat za určitých okolností určitým způsobem. Hodnotová orientace tvoří nejdůležitější součást vnitřní struktury osobnosti, odráží její životní zkušenost, umožňuje rozlišovat podstatné a nepodstatné, významné a nedůležité pro daného člověka. Kvalitativní rozdílnost subjektivních hodnotových orientací závisí na řadě faktorů, od osobnosti a věku jedince, od stupně a forem jeho adaptace vůči sociálnímu okolí, na kulturním prostředí. Hlavním obsahem hodnotové orientace jsou světonázorové, zejména filozofické, politické a morální přesvědčení člověka, jeho stabilní a hluboká oddanost určitým mravním zásadám. Proto se v každé společnosti stává hodnotová orientace osobnosti předmětem výchovy, zaměřeného působení na jedince. Hodnotová orientace působí právě tak na úrovni vědomí, jakož i nevědomě (Vágnerová, 2000).

V jiné literatuře se hovoří o hodnotách v široké souvislosti dynamiky psychiky a následně motivace chování. Hodnoty se řadí pod postoje a potřeby.

Postoje jsou derivátovými motivačními předpoklady reagovat určitým způsobem s určitou intenzitou a v určitém směru na určité, motivačně závažné podněty. Postoje se vyznačují jistou stálostí, jsou odolnější vůči vnějším vlivům. Mohou být zcela elementární, to znamená, že se týkají jednotlivých objektů, které samy o sobě mají malý význam, například postoj ke knize, kterou právě čtu, k názorům spolužáka na nějakou skupinu či zpěváka. Jindy jsou obecnější, zahrnují v sobě celou řadu různých motivů. Jako příklad je možné uvést postoj k rodině, k některému předmětu ve škole, spolužákovi i k člověku s postižením. V další řadě možno uvést nejobecnější postoje, které určují celý životní styl člověka (Čáp, 2007).

V životě jedince i společnosti představují normy správného života strukturu osobnosti a právě v nich se nejvýrazněji uplatňuje nejen účelové, ale i morální hodnocení v rozměru dobra a zla. Vytvářejí podklady pro životní styl. To znamená jakýsi globální postoj jedince k vnějšmu světu a k životu v celé jeho plnosti. Jsou jakoby odpovědí na otázku „jak žít?“, Jsou tím, co je na každém člověku jedinečné a neopakovatelné, co ho odlišuje od všech ostatních. Hodnotová orientace nebo životní styl odrážejí v sobě to, jaké hodnoty člověk v životě vyznává a jakými se řídí. Zároveň však je nesmírně důležité, jak si tyto hodnoty každý jedinec poskládá do jisté hodnotové hierarchie, jakéhosi žebříčku. Zda podle jejich nadřazenosti a nebo podřazenosti. Dá se hovořit také o prioritách. O tom, co je nejdůležitější, čemu člověk připisuje největší hodnotu. To, jak vypadá tato hodnotová hierarchie a jak koresponduje, to znamená, že je ve shodě, nebo si protiřečí se stupnicí hodnot příznačnou pro společenské skupiny, v nichž jedinec žije, výrazně ovlivňuje jeho společenské zařazení a osobní problémy (Čáp, 2007).

Hodnotovou hierarchii použili psychologové jako podklad pro vytvoření osobnostní typologie. Na toto téma se vyjadřovala například Farková s odkazem na E. Sprangera, jenž vytvořil soustavu tzv. "ideálních typů", to je takových osobnostních vzorů, které jsou příznačné vždy pro jednu ze 6-ti hodnotových orientací, které sám navrhl. Jde o typ *teoretický*, jehož cílem je hledání pravdy, hodnotou je poznání. Dále *ekonomický*, cílem je hodnota užitečnosti a sebeuznání. Dalším typem je *estetika*. Zde je cíl zaměřen na hledání harmonie a hodnotou je krása. *Sociální hodnotová orientace* je směřována ke konání dobra

a hodnotou je láska. Dále do této škály patří *politický* typ hodnotové orientace a ten se soustředí na ovládnutí druhých a hodnotou je moc. Posledním typem hodnotové orientace je *náboženství*, kde cílem je sebepoznání a hodnotou je jednota. Pochopitelně, i pro tyto typologie platí, že jsou zjednodušováním a nemohou plně komplexně popsat strukturu motivace člověka. Ozřejmují však některé skutečnosti, které jsou nesmírně důležité pro porozumění motivačních struktur osobnosti, a sice že u člověka se dostávají nad primárně fyziologické potřeby a jejich význam pro jeho činnost a život (Farková, 2008).

Rozdíly v lidském chování a v jeho výsledcích, které jsou způsobeny rozdíly v motivaci, jsou často obrovské. Při stejných předpokladech a schopnostech lze dosáhnout různých výsledků právě díky motivaci. Někdo průměrně nadaný se může díky vlastní houževnatosti a úsilí uplatnit v povolání lépe, než nadanější jedinec, kterého to příliš nebaví (Farková, 2008).

Z výše popsaného je patrné, že postoje mají na životní styl nesmírný vliv. Postoje, tedy jednoduše řečeno jsou úzce spjaty s motivací člověka. Mezi nejvýznamnější motivy patří potřeby člověka. Machová ve své literatuře uvádí, že postoje i potřeby člověka jsou důležitými faktory, které ovlivňují životní styl každého jedince v každém věku (Machová, 2009).

### **3.6 Životní potřeby dospívajících, které ovlivňují zdravý životní styl**

Potřeba je v psychologii subjektivně pociťovaný nedostatek něčeho nezbytného. Nemožnost dosažení některé potřeby se nazývá frustrace a při dlouhodobém nedostatku nenaplnění potřeby pak nastupuje deprivace. Potřeby člověka popsal psycholog Abraham Harold Maslow v roce 1943 a seřadil je do pomyslné pyramidy. Podle Maslowa má člověk pět základních potřeb. V případě nemožnosti plnit tyto potřeby dochází u jedince k frustracím a dále k deprivacím, jak bylo již zmíněno. V tom případě lze říci, že není možné žít zdravým životním stylem. Mezi životní potřeby patří potřeby fyziologické, potřeba bezpečí, potřeba lásky, přijetí, sounáležitosti, potřeba uznání, potřeba seberealizace (Vytejková, 2011).

Načasná s odkazem na Maslowa uvádí, že jedním z činitelů prevence poruch zdraví dětí a dospívajících je požadavek uspokojování potřeb jednotlivce. Tento požadavek platí v každém věku. Zvlášť významnou roli hraje v období

tělesného zrání, psychického a sociálního vývoje. Potřeby, které zahrnujeme mezi základní, jsou potřeby, které mají přirozenou povahu a jsou spjaty s existencí jednotlivce jako lidské bytosti. Proto o nich musíme uvažovat jako o skutečnostech, které patří k závazným. Lidské potřeby bychom měli respektovat, abychom podporovali jejich pozitivní efekt pro zdraví a hodnotný život. Respektovat základní lidské potřeby neznamena vycházet vstříc jakýmkoliv požadavkům a přáním jednotlivce – jde zde o ty potřeby, jejichž uspokojení má na zdraví a hodnotný způsob života člověka vždy pozitivní vliv (Nečasná, 2009).

Základní lidské potřeby jsou společné všem lidem. Bez ohledu na věk, bez ohledu na rozdíly v jejich příslušnosti k určité rase, etniku, kultuře, komunitě i náboženství (Vytejková, 2009).

Lidské potřeby, jak z výše uvedeného vyplývá, je nutné respektovat a plnit od narození jedince. To znamená, že primárně je na rodině, jak bude plnit a respektovat základní potřeby dítěte a dále dospívajícího. Na plnění lidských potřeb se také podílí škola, zájmové a výchovné instituce a společnost (Farková, 2008).

*Fyziologické potřeby* – jsou to potřeby našeho organismu. Dýchání, pití, jídlo, sex a vylučování. Rovnovážný stav, v němž nic nepřebývá ani nechybí se nazývá homeostáza. Již od narození je na rodičích, aby vyplňovaly tyto potřeby a jejich dítě dobře prospívalo. S tímto je spjato kojení od narození, dále vyvážená strava v dalším věku až do dospělosti. To znamená dostatek bílkovin, vitamínů atd. Tuto potřebu správného stravování, také zajišťují školní jídelny ve smyslu vyvážené plnohodnotné stravy. Na rodině zůstává stránka finanční. Farková ve své literatuře (Aktuální problémy současné psychologie) uvádí, že jsou rodiny, které žijí na hranici chudoby a tudíž nejsou schopny svým dětem zajistit plnohodnotnou stravu a uvědomují si, že děti nemají to, co by potřebovaly. Farková se také zmiňuje o problému rodin, které neumí hospodařit s penězi a jsou vystavováni neustálému problému uživit své potomky. Kupují jen základní potraviny, které jsou schopny zasytit, ale bohužel ne plnohodnotně. Dlouhodobě chybí ovoce, zelenina, bílkoviny v mase i mléčných výrobcích. To znamená, že jednoznačně už rodiče a dále jejich děti nežijí zdravým životním stylem (Farková, 2008).

Do fyziologických potřeb se řadí také dostatek tekutin, jako jsou minerální vody a čaje. Se správnou výživou je spjato vyprazdňování, které má být pravidelné a fyziologické (Machová, 2009).

Pokud budeme hovořit o dýchání, které je zcela přirozenou potřebou, je nutné si uvědomit, že je potřeba chránit prostředí, ve kterém se dospívající pohybují a co vdechují. Je potřeba si uvědomit, že vdechovat zplodiny z tabáku, je pro člověka život ohrožující stav. Rodiče buď nekouří a pokud jsou rodiče kuřáci, snaží se nekouřit před dětmi. Jednak z dětí nedělají pasivní kuřáky a jednak nevštěpují dětem, že kouření je normální záležitostí. Pokud rodina žije zdravým životním stylem, co se stravování týče, je pro ní samozřejmostí, že se jejich potomci budou stravovat stejně (Machová, 2009).

*Potřeba bezpečí* – Mlčák definoval potřebu bezpečí ve své literatuře následovně: Ve chvíli, kdy jsou naše fyziologické potřeby relativně uspokojeny, začneme prahnout po pocitu bezpečí, který si spojujeme s předvídatelností dění ve vnějším světě, s jakýmsi pořádkem a konzistencí kolem sebe, že nás nic příliš nerozrušuje ani nepřekvapuje, snažíme se mít věci pod kontrolou. Toužíme po jistém zaměstnání, pojištění a chráněném účtu v bance (Mlčák, 2003).

Dítě i dospívající by měli být vychováváni tak, aby se setkali s reálným světem, byli upozorněni na jeho rizika a bezpečí a zároveň byli chráněni, dokud se rizikům nejsou schopni sami bránit nebo je lépe snášet. Rodič chrání také dítě před chladem, hladem, strachem, zraněním, ublížením, zlem atd. (Vágnerová, 2000).

*Potřeba lásky* - dospívající dítě by mělo mít pocit, že na svět patří, má své vítané místo v rodině, že je rodiči milováno a respektováno v dalších sociálních skupinách, není vystaveno zmatkům v rodině, jako jsou rozvody, nebo střídavá péče a dalším rušivým vlivům. Dospívající jedinec má svůj vlastní pokoj a je mu určeno se starat o svůj prostor. Milovat své dítě neznamena dítě rozmazlovat, ale naopak. Každý mladistvý by měl cítit ve výchově jakýsi pružný, ale pevný řád, který dodržují i rodiče, rodiče jdou příkladem v sebeovládání, umí ovládat svou zlost, silné pocity, umějí se orientovat ve složitějších životních situacích. Dítě je vychováváno v určitých společenských normách, které mají své meze. Dospívající je zná jako tzv. "pravidla hry" a jsou mu jasné důsledky při nedodržení. Farková nedoporučuje vyhrožování, strašení či nesmyslné

donucování. Formuluje je jako nevhodné tresty a doporučuje účinnou komunikaci mezi rodičem a dospívajícím. To znamená, že rodič je ochoten vyslechnout své dospívající dítě, je ochoten si vyslechnout i nepříjemné informace a umí zaujmout stanovisko a opatření, které bude přínosem jak pro rodiče, tak i pro dospívajícího jedince (Farková,2008).

Dospívající jedinec cítí také potřebu podpory. Potřebuje cítit, že se může o někoho opřít. Že za někým může kdykoliv přijít pro radu a pro pomoc. Měl by cítit, že jeho názory, postoje, zájmy, jsou brány vážně a akceptovány (Vágnerová,2000).

Pokud jsou tyto potřeby zanedbávány je nutné se je snažit získat zpět. Přiznat si vlastní chyby ve výchově i před dítětem, neházet vinu na druhé, dávat si malé cíle a začít s mladistvým o určitých "tabu" mluvit. Najít, rozvíjet a podporovat to, co je ve vztahu dobré a snažit se na to navázat. Snažit se být objektivní a shánět si informace. Dítěti netolerovat určité navyké způsoby chování. Například agresí, ale společně o nich mluvit a snažit se jim předcházet (Vágnerová, 2000).

*Potřeba uznání* – Všichni jedinci mají potřebu respektovat a být respektováni, ale také potřebu sebeúcty. Chceme se cítit přijímání a pozitivně ocenění, chceme se cítit užiteční, chceme vynikat ve své profesi a zájmech. Nesrovnalosti na této rovině se projevují jako komplexy méněcennosti a nízké sebeúcty. U dospívající mládeže tato nesplněná potřeba vyvolává deprivace a může dojít u dospívajícího až k suicidálnímu chování. Tyto potřeby samozřejmě primárně zajišťuje rodina, ale zde se podílí i škola, která vede žáky i studenty ke zdravému sebehodnocení a nechává žáky a studenty vyniknout v tom odvětví, předmětu, ve kterém jsou dobří (Čáp, 2007).

*Potřeba seberealizace* – tyto potřeby s růstem naší osobnosti se od předchozích liší. Potřeby výše popsané bývají označovány jako potřeby nižší a při splnění těchto potřeb je jedinec spokojen a uklidněn. Kdežto osobnostní růstové potřeby jsou potenciálně otevřené a souvisí s dlouhodobou životní motivací (Mlčák, 2003).

Mladiství mají potřebu objevovat, porozumět světu v němž žijí. Potřeba učení je u člověka silně zakódována a základ pro učení je dán již ve fyziologických potřebách. Nejen dospívající jedinec potřebuje přiměřené množství podnětů,

potřebuje činnost. Lidé potřebují v životě něco dokázat, potřebují něco dělat a potřebují také vědět, že to má nějaký smysl. Každý člověk má potřebu identity, potřebuje se cítit jedinečný, neopakovatelný (Čáp, 2007).

Pro některé dospívající děti může být dosti těžké udělat si vlastní názor na to, co je vlastně správné a jakým způsobem se má zdravě žít – jak udržovat zdravý životní styl. V období dospívání jsou dosti citliví a mohou si zafixovat špatné návyky, které pak v pozdějším věku mohou mít za následek řadu problémů. Primární vliv na utváření správných návyků má samozřejmě rodina. Přesto využitím vhodných preventivních intervenčních metod na výše zmiňovaná témata, lze často předejít vzniku zdravotních komplikací a rizikových forem chování (Machová, 2009).

Závěrem této kapitoly je možné shrnutí zdravého životního stylu, které je popsáno ve studii ESPAD 2011. Mladí lidé pociťují ve srovnání se staršími věkovými kategoriemi daleko méně problémů v oblasti svého zdravotního stavu, nicméně právě v období dětství a adolescence je zásadní z hlediska osvojení si základních principů zdravého životního stylu. Rizikové chování jako je užívání alkoholu, tabáku a nebo dalších návykových látek, nesprávná výživa a nedostatek pohybové aktivity, zvláště v tomto období může mít později dlouhodobé a celoživotní následky. Většina mladých jedinců podléhá v době dospívání vlivu své vrstevnické skupiny a nemá o negativních následcích takového chování dost informací, případně si je nepřipouští. Z výsledků výzkumu vyplynulo, že rizikové chování je často kombinací více jevů zároveň. Například pokud mladý člověk v době dospívání kouří, bude rovněž inklinovat ke konzumaci alkoholických nápojů. Konzumace alkoholu, kouření tabáku a marihuany zůstává dlouhodobě závažným problémem (ESPAD 2011).

### **3.6.1 Tabák startující droga**

Podmínky pro vznik závislosti na cigaretách - a také její příčiny bývají mnohostranné. Závislost se dá charakterizovat jako složitý multidimenzionálně podmíněný jev, u kterého se projevují především faktory biopsychického charakteru, které vyplývají z osobnosti člověka (např. genetické vybavení, duševní porucha, nízké sebevědomí, osobnostní postoje a další). Dalšími

důležitými faktory jsou vlivy prostředí, ve kterém se člověk pohybuje (rodina, škola, kamarádi, společnost) a situační faktory (např. adaptační problémy, stres, onemocnění, prožitá životní traumata apod.). Podnětem k zapálení si cigarety může být zejména u mládeže zvědavost. Mladý člověk se snaží napodobit ostatní členy kolektivu (party) v níž se pohybuje každý den poměrně dlouhý čas (ve škole i po ní, kamarádi, přátelé). Naopak kouření může být i vědomě zvolená hodnota jako prostředek inspirace pro další jednání. Pohnutkou pro užití cigarety (alkoholu, drogy) může být svedení jedince svým okolím (kamarádi ve škole, napodobování chování rodičů, přítomnost v dalších neformálních skupinách) (Presl, 1995).

Závislost jako takovou (drogová závislost obecně) se dá hodnotit jako psychický nebo i fyzický stav, který vyplývá ze vzájemného působení mezi živým organismem a drogou a tento vztah je pak charakterizován změnami v chování a dalšími reakcemi jedince, které rovněž zahrnují další potřebu užití drogy pro její psychické účinky. Dalším motivem mohou být i nepříjemnosti které plynou z její náhlé absence. Fyzická závislost je stav organismu, do něhož se dostává po dlouhodobé a časté aplikaci nikotinu. Jedná se o chronickou otravu organismu, kdy už si tělo přivyklo na drogu a zahrnulo ji do své látkové výměny, a proto ji potřebuje a vyžaduje. Psychická závislost je duševní stav, který se projevuje především potřebou drogu užívat. Lidská psychika pod drogou má určité prožitky a pokud je přísun drogy přerušen, mohou se dostavit silné psychické poruchy. Závislý jedinec už neprožívá první příjemné pocity, ale jeho chování je podřízeno tomu, aby drogu získal a mohl si ji aplikovat. Substanční závislost se projevuje na přijímaných látkách a nejlepším příkladem jsou právě alkohol nebo nikotin (Presl, 1995).

### **3.6.2 Příčiny vzniku závislosti na nikotinu**

Nejjednodušším a logickým vysvětlením je kombinace mnoha faktorů, které působí na jedince. Presl uvádí, že existuje řada různých teorií o možných příčinách drogové a dalších závislostí. Konstatuje, že závislost je vzájemnou kombinací následujících okruhů. Například osobnostní charakteristiky jedince a dědičnosti. Mohou to být nejrůznější vzniklá prenatální poškození plodu, která vedou po narození dítěte k celkové slabosti jedince. Rozhodující roli v tomto



případě může sehrát i příliš nízký nebo vysoký věk matky. Další, velmi silnou a specifickou roli sehrávají otázky dědičnosti. Je vědecky prokázáno a podloženo, že v rodinách osob závislých na alkoholu, či cigaretách je riziko vzniku závislosti u potomků zvýšeno, i když jsou odstraněny jiné působící faktory. Například odděleně vychovávaná jednovaječná dvojčata (Presl, 1995).

Další významnou roli při vzniku různých závislostí mohou sehrávat i psychogenní vlivy a faktory pro rozvoj abúzu návykových látek. Psychogenní faktory se rozvíjejí a můžeme je najít už v období nitroděložního vývoje a období porodu. V tomto případě se nejedná o biologické faktory perinatálních poškození, ale o souvislosti psychických zážitků, tedy o prožívání toho, co eventuálně působilo nějaké biologické poškození. Výzkumy v oblasti lidského vědomí vedou k poznatkům, že člověk znovu může prožívat některé zážitkové sekvence související s perinatálními traumaty a dokončuje psychologickou práci na jejich přijetí a integraci. V některých případech podléhají zvýšené závislosti na tabákových a alkoholových produktech (i drogách) jedinci se zvýšenou citlivostí, zranitelností nebo úzkostlivostí (Presl, 1995).

Většinou trpí z vlastního pocitu, že nestačí a jsou nedostateční vůči svému okolí. Těžko navazují uspokojivé vztahy, mají problémy s komunikací, jsou zraňováni ve vztahu k autoritám. Je pochopitelné, že takto strukturovaní jedinci zaujmou větší náklonnost ke stimulačním drogám, které jim nahrazují pocit, který se jim v běžném kontaktu nedostává. Dál se může jednat o jedince, kteří jsou extrovertně zaměřeni a vyznačují se především sníženou schopností koncentrace, mívají sklony k impulsivnímu jednání a větší reaktivitě vůči svému okolí. Pro takové jedince se může stát osudovým přechod od cigaret, které jsou tzv. startující k alkoholu a dále k opiátům, při jejichž užívání prožívají nepoznaný stav vnitřního klidu a míru (Presl, 1995).

Důležitý je vliv prostředí, ve kterém se adolescent pohybuje. Do této skupiny se dá zařadit působení všech vlivů, které nás obklopují a to v kontextu vztahů mezi jedincem a jeho okolím. Ty rovněž způsobují jeho formování v oblasti zrání, případně toto zrání brzdí nebo ho mohou deformovat. Existuje mnoho vlivů, které se podílejí na formování osobnosti. Např. rasová příslušnost, společenský status rodiny, úroveň sociálního zajištění atd. Určitě se dá konstatovat, že jinak je formováno zrání mladého člověka, který vyrůstá na vesnici a jinak člověka, který

se narodil ve velkém městě a žije na sídlišti. Obrovský vliv pak mají pro utváření osobnosti jedince výchova v rodině a kvalita rodinných vztahů nebo také částečná (nebo úplná) absence rodiny (Sobotková, 2012).

Nejvýznamnějšími faktory, které mohou zvýšit riziko případné závislosti na škodlivých látkách, jako jsou cigarety, je vliv vrstevníků a kamarádů nebo různě strukturovaná společnost, ve které se jedinec pohybuje. V období dospívání to znamená, že jedinec snáze a bez vlastního úsudku, přijímá filosofii a názory svých vrstevníků a jeho snaha zařadit se do party, tedy společnosti. Takový jedinec často neuznává jiné hodnoty dané primárním rodinným systémem. Velký vliv na myšlení mladého člověka mají různé subkultury, které dokonce mohou být konkrétně zaměřeny proti braní drog, ale jejich filosofie se zakládá na odporu a postojích proti zákonům a způsobu života majoritní společnosti. Cigarety, alkohol a další zakázané látky pak mohou posloužit jako módní prostředek pro dosažení příjemného stavu a pocitu sounáležitosti (Presl, 1995).

Jakákoliv droga (cigareta, alkohol, omamný prostředek) vytvářejí faktor, který silně ovlivňuje její přijetí a v další návaznosti vytvoření závislosti. Tento faktor se nedá nikdy vyloučit. Zjednodušeně lze vysvětlit tak, že kdyby drogy kolem nás neexistovaly, tento problém by těžko vznikal. Dalším faktorem příčiny vzniku závislosti je podnět, který uvádí do pohybu ostatní (Presl, 1995).

Tyto zmíněné faktory popisuje Presl a zmiňuje se i o spirituální úrovni v oblasti vytváření závislostí. Uvádí potřebu člověka hledat něco, co ho přesahuje. Co se vztahuje k nejvyšší autoritě. Toho, co dává životu smysl, naproti pocitům existencionální prázdnotě, depresím, ztrátám smyslu bytí. Na otázku proč lidé kouří, pijí alkohol nebo dokonce užívají drogy, tedy neexistuje úplně jednoznačná odpověď (Presl, 1995).

## 4 VLIV VRSTEVNICKÉ SKUPINY NA OSOBNOST DOSPÍVAJÍCÍCH

Jedinec se rodí do určité pozice ve společnosti, odvozené od sociální pozice jeho rodiny. Teorie socializace objasňuje působení společnosti na jedince, především v dětství a v mládí. V tomto procesu společnost přenáší na mladou generaci takové sociální podstaty dané věci, jako jsou sociální normy, hodnoty, postoje, vzorce chování, sociální mechanismy, vzory, životní cíle atd., a mladá generace je přijímá do svého vědomí. Model sociálního zrání ve vazbě na sociální pole jedince tento proces konkretizuje, sociální zrání chápe jako strukturovaný proces, v němž se prostřednictvím interakce mezi jedincem a prvky jeho sociálního pole utváří společenská subjektivita jedince. Analyzujeme-li na jedné straně působení společnosti a na straně druhé společenskou stránku osobnosti, můžeme pozorovat, že v proudu socializačního působení nejde pouze o jednotlivé nezávislé normy, (vzorce chování, hodnoty, životní cíle), které by navíc směřovaly ke všem jedincům naprosto stejně. Tyto jednotlivé sociální entity, jakési atomy sociability, se sdružují v určité celky obecnější sociability, v nichž jsou provázány určité prvky norem, hodnot, životních cílů atd. Tyto obecnější skutečnosti se odlišují podle míst, odkud společnost na jedince působí, i podle cílových subjektů, vůči nimž jsou entity zaměřené. Tyto obecnější podstaty sociability charakterizuje také jejich potencialita. Obsahují možnosti působení ve společnosti, jak v rovině motivační a ve směru působení, tak i v rovině instrumentální, to znamená ve formě působení. Potencionálně však obsahují v jakési svinuté podobě i dobovou stránku, načasování spuštění určitých sociálních aktivit a životních událostí. Tyto entity sociability obsahují tedy v latentní podobě možnou dynamiku života jedince, který tuto entitu přijímá. Podobně jako má jedinec v sobě zakódovaný jakýsi biologický harmonogram života, má v sobě zakódovaný i sociální harmonogram života. Tuto obecnější entitu sociability nazývá Sak v publikaci *Mládež na křižovatce jako životní scénář* (Sak, 2004).

Životní scénář si dospívající člověk určuje sám za pomoci svých

zkušeností, které nabývá v rodině, ve škole a mezi svými vrstevníky (Sak, 2004).

#### **4.1 Vrstevnické skupiny a kuřáctví**

První kuřácké pokusy se uskutečňují v dětství a dospívání. Až polovina nikdy nekouřících dospívajících je náchylná k budoucímu kuřáctví. Všeobecně jsou akceptovány názory, že nízká úroveň vzdělání, též kuřáctví rodičů a hlavně vrstevníků významně zvyšují riziko kuřáctví u dospívajících. Tento věk kolem 16 roků je velice náročný. V tomto období získává na významu vrstevnická skupina. U mladistvých se objevuje často sklon k riskování, hledání nových podnětů a testování hranic. Mladistvý se postupně osamostatňuje a dochází k oddělování se od rodiny. Častým průvodním znakem bývá vzpoura proti zaběhnutým konvencím a nástrojem je nezdání kouření v partě svých vrstevníků jako výraz samostatnosti a konformity. Rámec rodiny si tak dospívající doplňuje dalším rámcem vrstevníků a kamarádů. Pro mladé lidi tohoto věku je skupina vrstevníků nesmírně důležitá, která jim ovšem může dopomoci i k takovým praktikám, jako je kouření, jež je důležitým prvkem koheze celé skupiny. Mladý člověk se tak ocitá na rozhraní, kdy volba jeho směřování je často pod tíhou skupinové konformity, jež pro něj může mít do budoucna zásadní vliv. Kritičnost vůči rodičovským autoritám, pokud je s láskou přijata, je pro utváření osobnosti dospívajícího velice nutná. Podle Nešpora je problém kuřáctví mezi dospívajícími velice znepokojivý. Část české společnosti totiž vnímá opatření omezující kouření jako omezování osobní svobody. Přitom omezování kuřáctví může významně přispět k pokračování příznivého trendu. V podpoře zdraví by měla společnost usilovat o to, aby se nekouření stalo společenskou normou, která ovšem není omezením, ale naopak přináší lepší zdraví a vyšší kvalitu života (Nešpor, 1996).

## 4.2 Vrstevnické skupiny a delikvence

Velký význam pro rozvoj osobnosti dospívajícího člověka mají vztahy mezi mladým člověkem a lidmi z jeho okolí, také se dá říci vrstevníky. Ti mu dávají najevo, že jim na něm záleží, že je jimi milován, ale také od nich přijímá kritiku ke své osobě, nebo naopak mu dávají najevo, že je jim nesympatický a že ho nemají rádi. Hofbauer popisuje ve své literatuře, že pro mnoho dětí a mladistvých je jedinou formou sdružování neformální vrstevnická skupina. Skupinu tvoří mladí lidé téměř stejného věku, podobných zájmů a také často téhož pohlaví. Tyto skupiny jsou výrazem potřeby člověka navazovat neformální mezilidské kontakty. Příslušnost k takové skupině poskytuje zázemí a ochranu, kompenzuje sociální a citovou deprivaci a vytváří pocit bezpečí (Hofbauer, 2004).

Pozitivně zaměřené vrstevnické skupiny se věnují společným hrám, sportování, zábavě nebo společně objevují své okolí. Ačkoliv vrstevnické skupiny postrádají pevnou organizační strukturu, zůstávají jim trvalé vzpomínky, intenzivní zážitky nebo osobní vztahy, které mohou přetrvat až do stáří (Hofbauer, 2004).

Pomáhají členům skupiny osvojit si způsob samostatného jednání, profilovat spektrum svých zájmů, vytvářet skupinové normy, hodnoty, postoje. Mimo jiné skupina mladých lidí dává možnost svěřit se se svými myšlenkami bez zábran, uvolnit vnitřní emocionální napětí. Vrstevnické skupiny zůstávají trvalou součástí života mladých lidí a mají značný výchovný potenciál. Zde si mládež, jak popisuje Sak, určuje svůj životní scénář (Sak, 2004).

Bohužel vliv vrstevnických skupin není jen kladný. Delikventní party u nás skoro vždy vznikají z podskupin mladých lidí, kteří se dobře znají z jedné instituce. Tyto skupiny se úplně vymknou běžným mechanismům sociální kontroly. Nejprve se přestanou připravovat do školy a co více, přestanou do školy chodit a vytvoří si vlastní hodnotové systémy a preference. Některé skupiny jedinců jsou ke kriminální činnosti přivedeny tím, že tráví čas v hernách a na diskotékách, kde je nezbytnou motivační pomůckou cigareta a ritualizační situace s tím spojené. V krátké době se jim na tento způsob života včetně nákupu cigaret přestane dostávat finančních prostředků. Začnou si finance opatřovat drobnými krádežemi, které pak přerůstají v organizované, plánované

akce s napojením na překupníky (Sak, 2000).

Jiné skupiny, které jsou nazývány partami, vede ke kriminalitě nuda. Neuvědomovaným motivem tohoto chování je pravděpodobně snaha předvést se před kamarády jako správný chlap, který se nebojí. Vše je pak umocňováno skupinovou atmosférou, která je samozřejmě podepřena kouřením. Za takovéto situace před násilným aktem nikdo nedokáže couvnout, protože by byl za slabocha. Takto vzniklé party jsou již téměř neovlivnitelné zvenčí. Organizátoři všech forem intervencí a všech typů preventivních programů by měli dát pozor na to, aby vznik delikventní party nebyl právě vedlejším důsledkem preventivního programu, jehož cíl byl opačný. Toto riziko je vysoké u všech typů skupinových programů pro rizikovou mládež (Sak, 2004).

Z toho všeho je patrné, že je potřeba věnovat zvýšenou pozornost vztahům mezi jedinci v období dospívání. Zvýšenou pozornost k svému dospívajícímu dítěti má za úkol rodina, ale také škola, kde se vytváří party a účastníci zde tráví valnou většinu dne. Ve školách nepřevládá pouze pozitivní atmosféra, ale jsou přítomny i velmi kritické jevy, jako je záškoláctví a šikana (Hofbauer, 2004).

#### **4.3 Negativní jevy související s využíváním volného času**

Česká společnost je tradičně společností s velmi vysokou spotřebou alkoholu, rozšířeným nikotinismem a v posledních deseti letech se prostřednictvím mladší generace stává i zemí rozšířené toxikomanie (Nečasná, 2009).

Experimentování s drogou a její konzumace je jedním z fenoménů, který odlišuje současnou mládež od předchozích generací, a společnost i stát se musí tímto problémem zabývat. Fenomén drog přímo či nepřímo svými důsledky odčerpává finanční prostředky, pracovní kapacitu a také ničí životy tisíců mladých lidí (Farková, 2008).

Farková ve své literatuře uvádí, že žádný jev neexistuje a nevznikne ve společnosti izolovaně. Jeho vznik je vždy podmíněn celou škálou příčinných jevů a společenských procesů a další jevy dále ovlivňuje. Také fenomén drog je takto svými příčinami a důsledky zakořeněn ve společnosti. Zpočátku byly drogy v naší

kultuře cizorodým prvkem a musely překonávat silný odpor v celé společnosti i v různých skupinách populace. Drogy se zvláště šířily prostřednictvím specifických skupin, na určitých zlomových vrstvách společnosti. Jednalo se o osamocené skupiny a jedince s poruchami v hodnotové orientaci a v sociálním zrání. Z těchto deviantních skupin se konzumace drog a s ní spojené jevy za vhodných společenských podmínek dále šířila společností. A v té míře, jak drogy postupovaly společností, ji také měnily a dosud mění (Farková, 2008).

Drogy jsou kulturním fenoménem a o tomto fenoménu je také jistým způsobem pojednáváno v médiích těmi jedinci, kteří mají k drogám liberálnější, tolerantnější vztah. Tímto působí na změnu postoje i u dalších jedinců a celkově i na změnu postoje a přístupu celé společnosti. Posuny v postojích a v hodnotách ve společnosti vytvářejí vhodné předpolí pro další změny vstřícné k šíření drog, například v právní akceptaci některých slabších drog atp. (Farková, 2008).

#### **4.4 Vliv médií na chování mladistvých**

Pojem média se dnes řadí mezi nejčastěji používané pojmy současné doby. Samotné slovo médium je přeloženo z latiny a rozumí se tím prostředek, zprostředkujícího činitele, prostředníka. Média jsou tedy prostředkem komunikace. To znamená, že spojují komunikátory s komunikanty. Média se stávají v dnešní době opravdu významnou součástí trávení volného času dětí a mládeže. Životní styl současného člověka je významně ovlivňován hromadnými sdělovacími prostředky. Zejména pak masmédia, která umožňují ovlivňování více než velkých skupin lidí najednou a v poslední době i jejich aktivní zapojování do komunikace (Sak, 2000).

Zjišťování vztahů dětí i mládeže k médiím tvoří v současné době již jedno z hlavních témat výzkumů. Zahraniční a především domácí výzkumy poukazují na média jako na nejspolehlivější, nejoblíbenější a časově velmi rozsáhlé aktivity v životě dětí a mládeže. Jsou to právě děti a mládež, jež mají pro svou proměnlivost a dynamiku k médiím velmi blízko (Sak, 2004).

Média jsou dnes už docela běžnou součástí života mladého člověka, který je umí například ve srovnání se starší generací velmi bravurně a pohotově používat ke svému prospěchu. Je jedno, zda má tento „prospěch“ podobu

zábavy nebo nudy nebo též podobu vzdělávání se (Sak, 2000).

Také je životní styl mladých jedinců stále více spojován s médii. Z výzkumů Saka vyplývá, že na předních žebříčcích aktivit ve volném čase mládeže a dětí jsou právě činnosti propojené s technickými prostředky, která přenáší data. Přirozené prostředí je již dlouhou dobu a stále vytlačováno prostředím mediálním a následně pak i virtuální realitou. Tyto proměny u mládeže v jejich životě, patří k jedněm z velmi významných v lidském vývoji. Média působí na mládež rozporupně. Odráží se v jejich životech, ovlivňují jejich chování a jednání. Média napomáhají v rozvoji socializace mladistvého, ale také vedou k izolaci jednotlivců nebo různých sociálních skupin. Média mají schopnost probudit solidaritu pro druhé, ale zároveň vedou k individualismu a ke spotřebitelskému stylu života, bez ohledu na potřeby okolí. Média vymazávají zeměpisnou vzdálenost při navazování mezilidských kontaktů, současně však tyto nové kontakty přináší jistou náhodu a nevázanost. Média jsou schopny přinést věcné informace z doby dávno minulé, informují o přítomnosti, také o budoucnosti. Zobrazují nesmyslné, smyšlené horory a akční filmy plné brutality a násilí, které především mladé generaci přinášejí jen málo z hodnot, jako je přátelství, empatie, tolerance, láska, radost a optimismus. Nemalá část z nekvalitní nabídky poskytovaná médii znemožňuje svobodnou volbu a stává se diktátorem bez možnosti kvalitního výběru. Všem účastníkům je podsouvána jakási pokřivená logika nebo etika hloupého, nic neříkajícího příběhu smyšlené bytosti či reklamního sloganu (Sak, 2004).

Média nám všem nosí informace nejen o pozitivních, ale především také o negativních jevech v celé společnosti, které patří do nedílné součásti přírodní, společenské i individuální lidské skutečnosti. Média často klamně zobrazují například nereálné pozitivní řešení složitých životních situací. Na druhé straně pro bažení po senzaci především u mladistvých, zobrazují projevy násilí, zloby a agresivity. Dnešní společnost vede dlouhodobé diskuse o tom, zda média negativně neovlivňují utváření pozitivních vztahů svých uživatelů a nenapomáhají tak utvářet klima pro jednostranné postoje a asociální chování (Sak, 2004).

Mediální realita je jakýmsi obrazem reality toho, co podsouvají média. Především film, televize, také fotografie a hlavně internetové stránky. Mediální realita je také dotvářena i dalšími médii, která jsou tištěná, dále médii



elektronickými, která slovem nebo i zvukem umí vytvořit přesvědčivou a realistickou představu o dané skutečnosti. Realistické však není reálné, je jen opakem fiktivního. Je možné například natočit realistický film anebo film o něčem reálném, pořád se jedná ale jen o film a nikoliv realitu. A nejen děti, ale i dospívajícím je nutné ukázat, že je nutné rozlišovat mezi fikcí a reálnou skutečností. Ve skutečné realitě nemá nikdo pět nebo i více životů a život tak může být někdy skutečně velmi bolestivý (Sak, 2004).

#### **4.4.1 Mediální výchova mládeže**

Podmínky pro rychlý technický rozvoj a šíření tradičních i nových médií si vyžadují vznik takových mechanismů, které by do určité míry zabraňovaly nežádoucím vlivům médií na současné děti a mládež. Tyto otázky začaly řešit i přísnější národní legislativy čili ustanovení místních samospráv. Některé televizní programy byly například přesunuty do pozdních nočních hodin a začaly být klasifikovány z hlediska vhodnosti či nevhodnosti pro děti a mládež. Některé země docela zakázaly počítačové hry, které vyjadřují násilí, brutalitu, zabíjení nebo rozšiřují extremistické myšlenky (Hofbauer, 2004).

I v oblasti reklamy byly některými vládami vykonány razantní kroky. Je zajímavé, že severoameričtí zákonodárci se pokusili snížit podíl mladistvých kuřáků o polovinu během deseti let a to omezením reklamy na tabákové výrobky, jako většina potlačovacích projektů takového typu skončila tato opatření nedotažena a bez jakéhokoliv výsledku, jelikož neřešila tu pravou podstatu ani příčinu problému. Řešení negativních vlivů regulací, či represí propojené se zákazy se ve většině případů nepotvrdilo jako účinné řešení, i když u některých projektů můžeme spatřit kladné výsledky. Regulaci a omezování, směřující k vlivu médií je možno realizovat v poněkud omezené míře. Ústředí problému spočívá především v samotné výchově, která děti a mládež povede k takovému využívání médií, v nichž by se sami naučili kritickému nadhledu a zaujímali by postoje pozitivní či negativní. Požadavek na rozvoj mediální výchovy v rámci pedagogiky volného času, čím dál tím více tak nabývá na svém významu. Výchova k médiím by měla ve své nabídce zcela jistě obsahovat výuku o třídění médií, měla by naučit využívání jejich kladných stránek, měla by poskytnout

výuku umění odmítnout třeba lákavé, ale ve svém výsledku nežádoucí projevy médií, kterými následně děti a mládež trpí (Hofbauer, 2004).

# PRAKTICKÁ ČÁST

## 5. VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Výzkumné šetření (dále „výzkum“) navazuje na předcházející literární rešerši. Výzkum se zaměřuje na vliv rodinných vzorců chování na kuřáctví středoškolské a učňovské mládeže.

### 5.1 Cíl výzkumu

Hlavním cílem výzkumu je porovnat úroveň vlivu rodinných vzorců chování na kuřáctví ve vybraných školách ve Světlé nad Sázavou a v Kutné Hoře.

Cíl výzkumu byl zvolen s ohledem na získané poznatky během studia odborné literatury a na tomto základě byly definovány základní hypotézy, které se týkají vlivu rodinných vzorců chování na výskyt kuřáctví u středoškolské a učňovské mládeže.

### 5.2 Metodika výzkumu

Před samotnou realizací výzkumu byla stanovena detailní metodika, jejímž cílem bylo stanovit jednotný postup práce pro praktickou realizaci výzkumu.

#### 5.2.1 Metoda výzkumu

Pro výzkum bude použita metoda dotazníkového šetření, technika dotazníku. Tato metoda byla vybrána z důvodu malé finanční náročnosti a rovněž proto, že lze během krátké doby získat od respondentů poměrně hodně informací. Dotazník bude anonymní, aby se respondenti mohli vyslovit k zadaným otázkám. Otázky v dotazníku byly vytvořeny tak, aby bylo možné na ně rychle odpovědět a aby se respondenti zbytečně nezdržovali od svých studijních povinností. Respondenti budou uvádět jen svůj věk a pohlaví. Doba pro vyplnění dotazníku nebude stanovena, ale předpokládá se, že respondenti budou dotazník vyplňovat 10 až 15 minut. Do vybraných škol byla zaslána žádost o souhlas realizovat výzkum na dané téma, a posléze byli také informováni pedagogové, k jakému účelu budou takto získaná data sloužit. Pedagogové byli taktéž seznámeni s podmínkami, které musí respondenti splnit, a to věk respondentů má být 16 nebo

17 let. Informace získané z tohoto dotazníkového šetření budou složité pro dosažení hlavního cíle práce.

Dotazník bude obsahovat celkem 13 otázek. Respondenti budou mít možnost výběru vždy jedné nebo více z nabízených možností a budou na jednotlivé otázky odpovídat zakřížkováním volené možnosti nebo dopíší vlastní odpověď na danou otázku.

Dotazník bude obsahovat následující otázky:

- 1) pohlaví respondenta,
- 2) věk respondenta,
- 3) typ školy,
- 4) kolik cigaret respondent vykouří,
- 5) kdo v respondentově rodině kouří,
- 6) zda rodiče ví, že respondent kouří,
- 7) zda respondent kouří před rodiči,
- 8) zda respondent žije v úplné či neúplné rodině,
- 9) zda se rodiče zajímají o mimoškolní aktivity,
- 10) zda respondenta rodiče podporují ve studiu,
- 11) jaký je u respondentů prospěchový průměr,
- 12) zda se respondent účastní různých vědomostních či znalostních soutěží,
- 13) zda se respondent poctivě připravuje do školy.

Úplná verze dotazníku se nachází v příloze č. 1 této bakalářské práce.

### **5.2.2 Způsob hodnocení realizovaného výzkumu**

Data získána z dotazníkového šetření budou následně zpracována v Microsoft Office 2010 v tabulkách základních dat (zejména pomocí kontingenčních tabulek), které budou vytvořeny v Excelu. V této tabulce budou získaná data automaticky vyhodnocena podle předem nastavených vzorců a současně budou následně zpracovány i v grafické podobě.

Aby bylo možné získané informace považovat realizovaným výzkumem za věrohodné, bude stanovena minimální hranice pro počet vrácených a vyplněných dotazníků, a to že počet vrácených a vyplněných dotazníků nesmí klesnout pod hranici 90 % z celkové velikosti předem stanoveného výzkumného vzorku. Pokud by tato hranice nebyla dodržena, nebylo by možné získané informace považovat

za věrohodné. Pro potřeby této práce bude za kuřáka považován i ten respondent, který v dotazníku uvede, že kouří příležitostně.

### 5.3 Výběr výzkumného vzorku

Pomocí dotazníkového šetření, které jsem uskutečnil v měsících únor až březen 2014, jsem se snažil zmapovat vliv rodinných vzorců chování na kuřáctví středoškolské a učňovské mládeže. Cílovou skupinou výzkumu byla dospívající mládež. Výzkum byl realizován na dvou školách, a to na gymnáziu ve Světlé nad Sázavou a na středním odborném učilišti v Kutné Hoře.

Cílová skupina musela splnit následující podmínky:

- 1) musí být studentem gymnázia nebo středního odborného učiliště,
- 2) věk 16 nebo 17 let (2. – 3. ročník).

Výše zmíněný věk jsem zvolil s ohledem na skutečnost, že právě v tomto období se nejčastěji začíná s pravidelným kuřáctvím. Dále mne zajímalo, jaké budou rozdíly v osobních zkušenostech s kouřením na dvou odlišných typech středních škol. Z toho důvodu byl výzkum prováděn na gymnáziu a na středním odborném učilišti.

Na základě výše uvedených podmínek byl záměrně zvolen počet studentů, a to v počtu 30 šestnáctiletých a v počtu 30 sedmnáctiletých v každé škole (60 na gymnáziu Světlé nad Sázavou a 60 na středním odborném učilišti v Kutné Hoře). Celkem tedy bylo osloveno 120 respondentů. Zpět bylo vráceno a správně vyplněno celkem 114 dotazníků. Všechny vrácené dotazníky byly správně vyplněny, a to dle mého názoru, hlavně zásluhou pedagogických pracovníků ve zmíněných školách, z tohoto důvodu nemusely být žádné vyřazeny. Získané výsledky byly posuzovány z hlediska jednotlivých škol a pohlaví respondentů.

### 5.4 Hypotézy

Na základě získaných poznatků z odborné literatury byly stanoveny následující hypotézy výzkumného šetření:

**Hypotéza 1:** Studující z rodin kuřáků kouří více než studující z rodin nekuřáků.

Vzhledem k tomu, že rodiče jsou z velké části vnímáni očima svých potomků jako vzor pro své chování, lze předpokládat, že příklad rodičovského kuřáckého chování bude mít vliv na přejímání kuřáckého návyku jejich dětmi, jež budou mít

zvýšený sklon k reprodukci životního stylu rodičů, u kterých lze navíc očekávat vyšší míru tolerance ke kouření z rodičovské strany.

Hypotézu 1 pomohou vyhodnotit (potvrdit nebo vyvrátit) otázky č. 5, 6, 7.

**Hypotéza 2:** Studující z neúplných a opakovaných rodin kouří více, než studenti z rodin úplných.

Dá se předpokládat, že výchovný účinek těchto rodin je oslaben nebo narušen a tím vzniká prostor pro negativní aktivity dospívajícího, které nejsou dostatečně korigovány rodičovskou autoritou ať už pro její slabost, nerespektování nebo pro nedostatečný zájem.

Hypotézu 2 pomohou vyhodnotit (potvrdit nebo vyvrátit) otázky č. 8, 9, 10.

**Hypotéza 3:** Studenti s lepším prospěchem, kouří méně než studenti s prospěchem podprůměrným.

Mladí lidé, kteří jsou pilní, mají lepší prospěchové výsledky a věnují více času přípravě do školy, mají menší sklon ke kouření. Dá se očekávat, že lepší prospěch daný osobnostními předpoklady se projeví i na podílu nekuřáků v této skupině. Pro potřeby této práce budu za lepší prospěch považovat známky mezi 1-2 a mezi 2-3.

Hypotézu 3 pomohou vyhodnotit (potvrdit nebo vyvrátit) otázky č. 11, 12, 13.

## **5.5 Realizace vlastního výzkumu**

Výzkum byl realizován v měsíci únor a březen 2014 na gymnáziu ve Světlé nad Sázavou a na středním odborném učilišti v Kutné Hoře. Ve vybraných školách jsem požádal vedení škol o souhlas realizovat výzkum na dané téma, také jsem informoval pedagogické pracovníky, k čemu budou sloužit získaná data. Seznámil jsem je s podmínkami, které musí respondenti splnit (věk 16 nebo 17 let) a požádal je, aby ještě jednou studentům sdělili, že dotazník je anonymní.

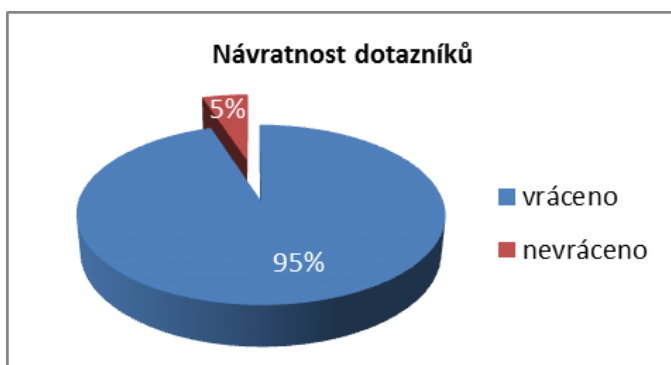
## 6 ZPRACOVÁNÍ VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ

Pro lepší přehlednost jsou výsledky výzkumu zpracovány do grafů. V grafech jsou hodnoty výzkumu vyjádřeny pomocí relativní četnosti.

### 6.1 Návratnost dotazníků

V rámci realizovaného výzkumného šetření bylo studentům rozdáno 120 dotazníků. Zpět bylo vráceno a správně vyplněno celkem 114 dotazníků. Celková návratnost tedy činila 95 %. Minimální hranice pro počet vrácených a vyplněných dotazníků byla splněna. Následující graf 1: Celková návratnost dotazníků znázorňuje návratnost správně vyplněných dotazníků.

Graf 1: Celková návratnost dotazníků



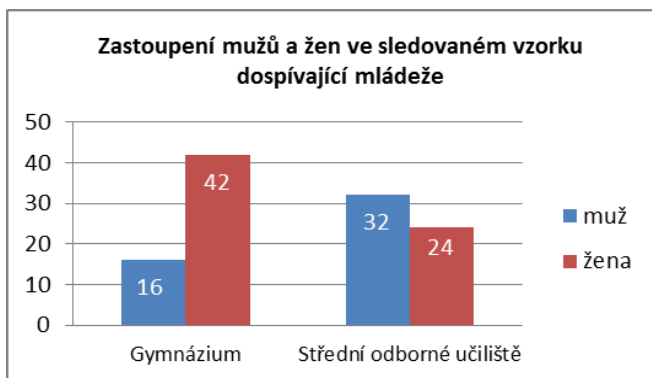
Zdroj: vlastní zpracování

### 6.2 Vyhodnocení získaných dat

#### Otázka č. 1 – *Pohlaví respondentů*

Následující graf 2 znázorňuje zastoupení mužů a žen ve sledovaném vzorku dospívající mládeže, ze kterého vyplývá, že se výzkumu celkem zúčastnilo 114 respondentů, z tohoto počtu bylo ze středního odborného učiliště 32 mužů (57 %) a 24 žen (43 %), a z gymnázia pak 16 mužů (28 %) a 42 žen (72 %).

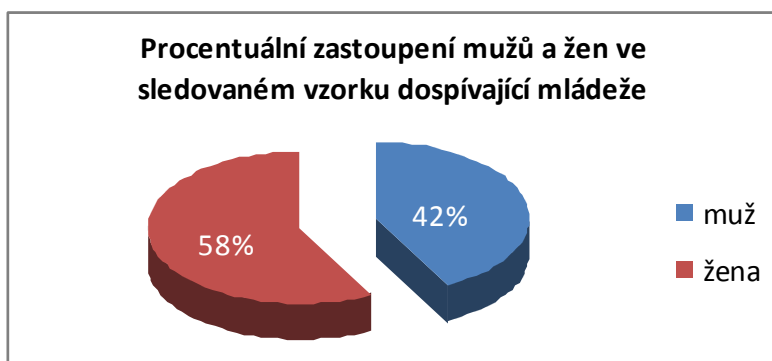
**Graf 2: Zastoupení mužů a žen ve sledovaném vzorku dospívající mládeže**



Zdroj: vlastní zpracování

Následující graf 3 znázorňuje procentuální zastoupení mužů a žen ve sledovaném vzorku dospívající mládeže. Z níže uvedeného grafu 3 je patrné, že ve výzkumu bylo zastoupeno celkem 48 mužů (42 %) a 66 žen (58 %).

**Graf 3: Procentuální zastoupení mužů a žen ve sledovaném vzorku dospívající mládeže**



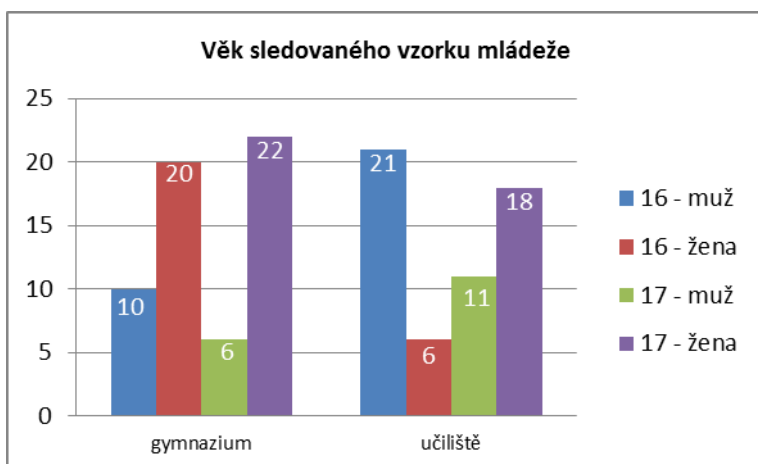
Zdroj: vlastní zpracování

### **Otázka 2 – Věk respondentů**

Následující graf 4 znázorňuje věkové zastoupení ve sledovaném vzorku dospívající mládeže, ze kterého vyplývá, že se výzkumu zúčastnilo 58 respondentů z gymnázia, a to 10 mužů ve věku 16 let (9 %), 6 mužů ve věku 17 let (5 %), 20 žen ve věku 16 let (18 %) a 22 žen ve věku 17 let (19 %). Ze středního odborného učiliště se zúčastnilo výzkumu 56 respondentů, a to 21 mužů ve věku 16 let (18 %), 11 mužů ve věku 17 let (10 %), 6 žen ve věku 16 let (5 %) a 18 žen ve věku 17 let (16 %).



**Graf 4: Znázornění věkového zastoupení ve sledovaném vzorku dospívající mládeže**



Zdroj: vlastní zpracování

Následující graf 5 znázorňuje procentuální věkové zastoupení ve sledovaném vzorku dospívající mládeže, ze kterého je patrné, že ve výzkumu bylo zastoupeno celkem 57 šestnáctiletých (50 %) a 57 sedmnáctiletých (50 %).

**Graf 5: Procentuální věkové zastoupení ve sledovaném vzorku dospívající mládeže**



Zdroj: vlastní zpracování

### **Otázka č. 3 – Jaký typ školy navštěvujete?**

Následující graf 6 procentuální zastoupení typu školy sledovaného vzorku dospívající mládeže znázorňuje, že ve středním odborném učilišti na dotazník odpovědělo celkem 56 respondentů (49 %) a v gymnáziu na dotazník pak odpovědělo celkem 58 respondentů (51 %).

**Graf 6: Procentuální zastoupení typu školy sledovaného vzorku dospívající mládeže**



Zdroj: vlastní zpracování

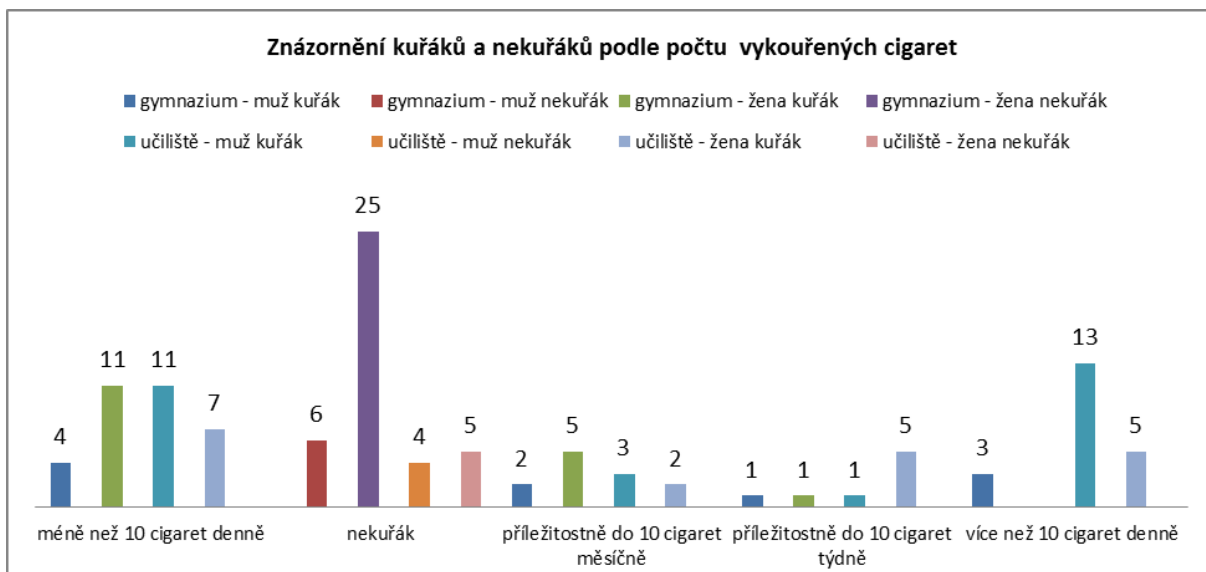
#### **Otázka č. 4 – Kolik cigaret vykouříte?**

Následující graf 7: Znázornění kuřáků a nekuřáků podle počtu vykouřených cigaret ukazuje, že ve sledovaném vzorku mládeže ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, z toho kouří více než 10 cigaret denně 3 muži (2,6 %) a žádná žena (0 %), méně než 10 cigaret denně 4 muži (3,5 %) a 11 žen (9,7 %), příležitostně 10 cigaret týdně 1 muž (0,9 %) a 1 žena (0,9 %), příležitostně 10 cigaret měsíčně 2 (1,8 %) muži a 5 žen (4,4 %). Z celkového počtu 31 studentů, kteří nekouří je 6 mužů (5,3 %) a 25 žen (22 %).

Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, že z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, z toho kouří více než 10 cigaret denně 13 mužů (11,4 %) a 5 žen (4,4 %), méně než 10 cigaret denně 11 mužů (9,7 %) a 7 žen (6,1 %), příležitostně 10 cigaret týdně 1 muž (0,9 %) a 5 žen (4,4 %), příležitostně 10 cigaret měsíčně 3 (2,6 %) muži a 2 ženy (1,8 %). Z celkového počtu 9 studentů, kteří nekouří, jsou 4 muži (3,5 %) a 5 žen (4,4 %).

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, kouří více než 10 cigaret denně 16 mužů (14 %) a 5 žen (4,4 %), méně než 10 cigaret denně 15 mužů (13,1 %) a 18 žen (15,8 %), příležitostně 10 cigaret týdně 2 muži (1,8 %) a 6 žen (5,3 %), příležitostně 10 cigaret měsíčně 5 mužů (4,4 %) a 7 žen (6,1 %). Z celkového počtu 40 studentů, kteří nekouří, je 10 mužů (8,8 %) a 30 žen (26,3 %).

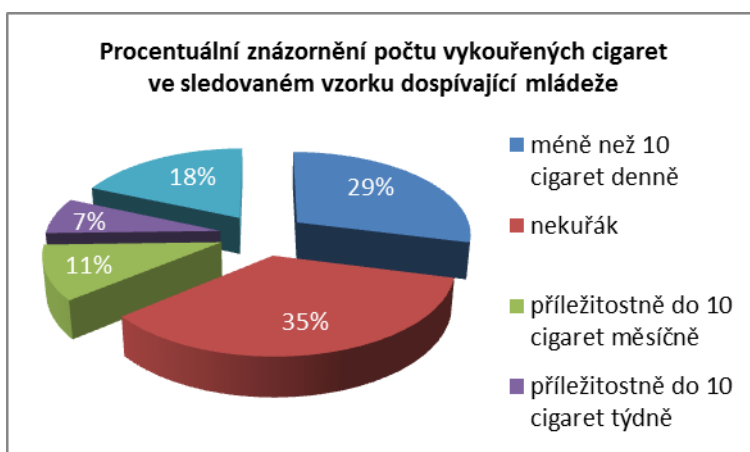
**Graf 7: Znázornění podílu kuřáků a nekuřáků podle počtu vykouřených cigaret**



Zdroj: vlastní zpracování

Následující graf 8 znázorňuje procentuální znázornění počtu vykouřených cigaret ve sledovaném vzorku dospívající mládeže. V celém sledovaném vzorku mládeže bylo zjištěno, že více než 10 cigaret denně kouří 21 (18,8 %) studentů, méně než 10 cigaret denně kouří 33 (28,9 %) studentů, příležitostně 10 cigaret týdně kouří 8 (7,1 %) studentů, příležitostně 10 cigaret měsíčně kouří 12 (10,5 %) studentů. Celkem 40 studentů (35 %) nekouří.

**Graf 8: Procentuální znázornění počtu vykouřených cigaret ve sledovaném vzorku dospívající mládeže**



Zdroj: vlastní zpracování

### Otázka č. 5 – Ve Vaší rodině kouří?

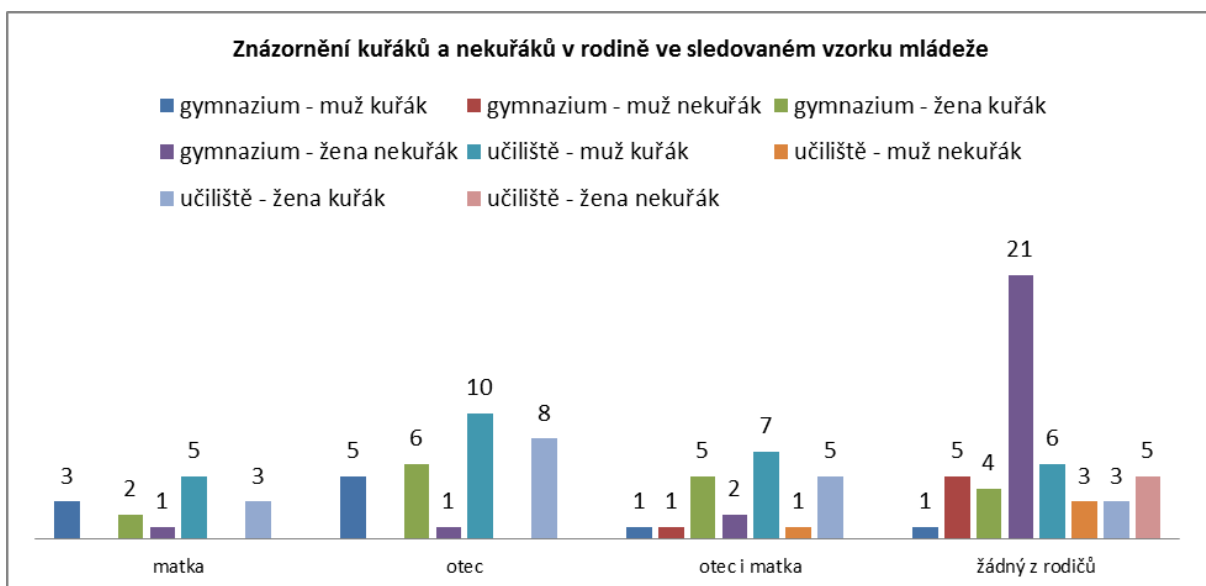
Následující graf 9: Znázornění kuřáků a nekuřáků v rodině ve sledovaném

vzorku mládeže ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, kouří alespoň jeden z rodičů a to ve 22 případech (19,3 %), z toho u 5 studentů kuřáků nekouří ani jeden z rodičů a to v 5 případech (4,4 %). U 31 studentů, kteří nekouří, kouří alespoň jeden z rodičů a to v 5 případech (4,4 %), z toho u 26 studentů nekuřáků nekouří ani jeden z rodičů, a to v 26 případech (22,8 %).

Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, že z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, kouří alespoň jeden z rodičů a to ve 38 případech (33,3 %), z toho u 9 studentů kuřáků nekouří ani jeden z rodičů a to v 9 případech (7,9 %). U 9 studentů, kteří nekouří, kouří otec i matka a to v 1 případě (0,9 %), z toho u 8 studentů nekuřáků nekouří ani jeden z rodičů, a to v 8 případech (7 %).

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, z toho je alespoň jeden z rodičů kuřák a to v 60 případech (52,6 %), u 14 studentů kuřáků nekouří ani jeden z rodičů, a to ve 14 případech (12,3 %). Z celkového počtu 40 nekuřáků z obou škol, je alespoň jeden z rodičů kuřák v 6 případech (5,3 %) a u 34 studentů nekuřáků jsou oba dva rodiče nekuřáci, a to ve 34 případech (29,8 %).

**Graf 9: Znázornění podílu kuřáků a nekuřáků v rodině ve sledovaném vzorku mládeže**

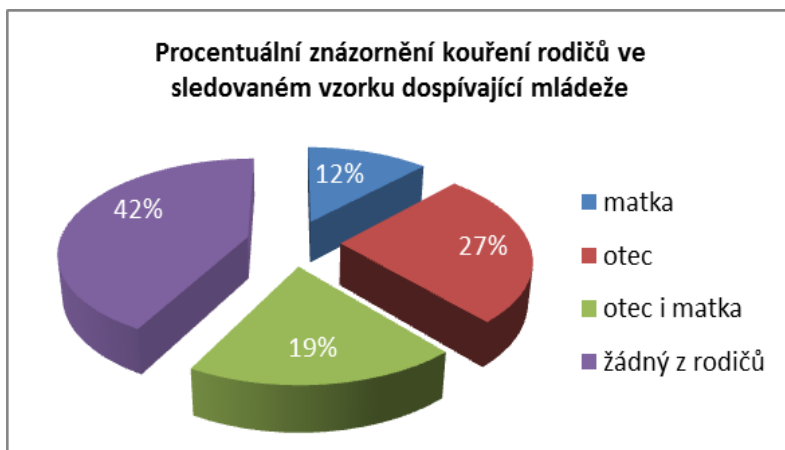


Zdroj: vlastní zpracování

Následující graf 10 znázorňuje procentuální znázornění kouření rodičů ve

sledovaném vzorku dospívající mládeže. V celém sledovaném vzorku mládeže bylo zjištěno, že celkem u 19 % studentů kouří oba rodiče, u 26 % studentů kouří pouze otec, u 12 % studentů kouří pouze matka, to znamená, že u 57 % studentů kouří alespoň jeden z rodičů. U 43 % studentů nekouří ani jeden z rodičů.

**Graf 10: Procentuální znázornění kouření rodičů ve sledovaném vzorku dospívající mládeže**



Zdroj: vlastní zpracování

### **Otázka č. 6 – Ví rodiče, že kouříte?**

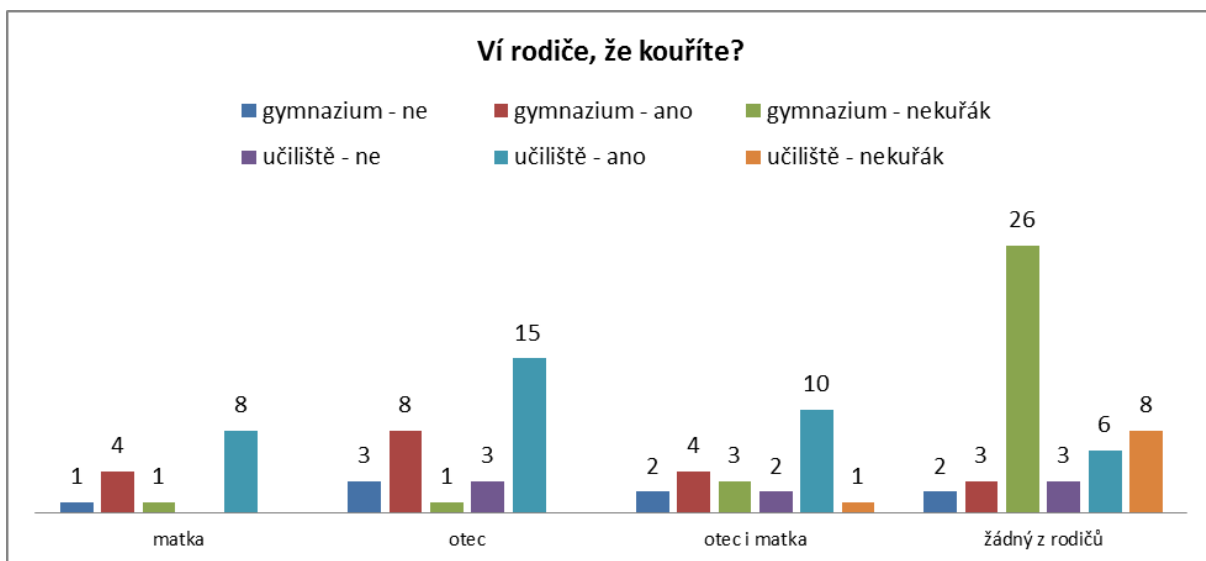
Následující graf 11: Znázornění, zda rodiče ví, že respondenti kouří, ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, o kouření ví celkem 16 rodičů (14 %), kteří jsou také kuřáci, a 3 rodiče (2,6 %), kteří kuřáci nejsou. Celkem 6 rodičů (5,3 %), kteří jsou kuřáci o kouření neví, a 2 rodiče (1,8 %), kteří jsou nekuřáci. Zbýlých 31 respondentů (27,1 %) jsou pak nekuřáci.

Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, o kouření ví celkem 33 rodičů (29 %), kteří jsou také kuřáci, a 6 rodičů (5,3 %), kteří kuřáci nejsou. Celkem 5 rodičů (4,4 %), kteří jsou kuřáci neví o kouření, a 3 rodiče (2,6 %), kteří jsou nekuřáci. Zbýlých 9 respondentů (7,9 %) jsou pak nekuřáci.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol alespoň jeden z rodičů, který je kuřák ví, že respondent kouří, a to v 49 případech (43 %), a 9 rodičů nekuřáků (7,9 %) ví, že respondent kouří. Celkem 11 rodičů (9,7 %), kteří jsou kuřáci neví

o kouření, a 5 rodičů (4,4 %), kteří jsou nekuřáci. Zbýlých 40 respondentů (35 %) jsou pak nekuřáci.

**Graf 11: Znázornění stavu, zda rodiče ví, že respondenti kouří**



Zdroj: vlastní zpracování

Následující graf 12 ukazuje procentuální znázornění zda rodiče ví, že respondenti kouří. Z celkového počtu 74 respondentů, kteří kouří, uvedlo 58 respondentů (78 %), že rodiče o jejich kouření ví, 16 respondentů (22 %) uvedlo, že rodiče o jejich kouření neví.

**Graf 12: Procentuální znázornění stavu, zda rodiče ví, že respondenti kouří**



Zdroj: vlastní zpracování

### Otázka č. 7 – Kouříte před rodiči?

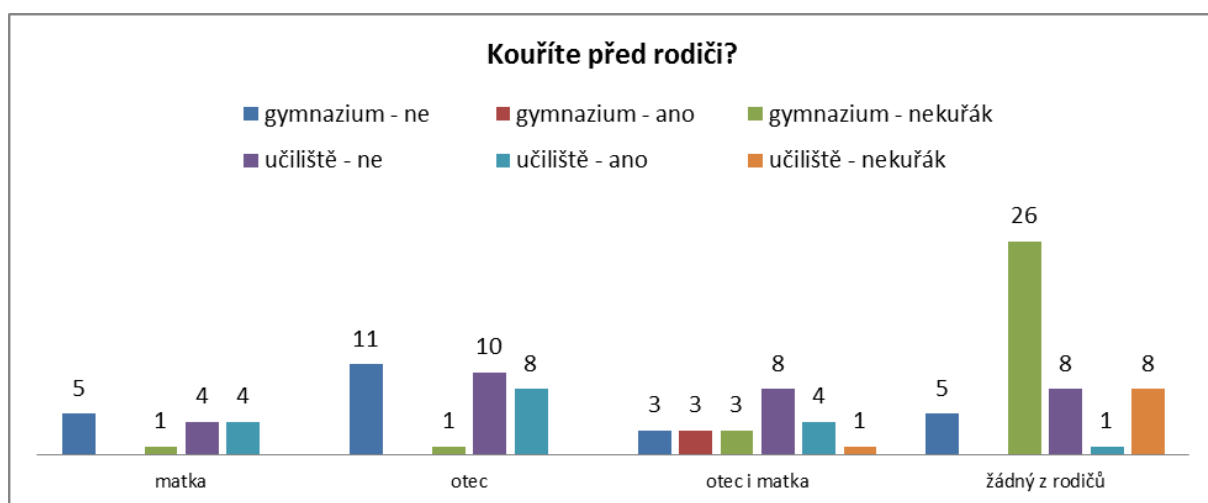
Následující graf 13: Znázornění, zda respondenti kouří před rodiči ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, před rodiči kuřáky kouří 3 respondenti (2,6 %), před rodiči kuřáky nekouří 19 respondentů (16,7 %), před rodiči nekuřáky nekouří 5 respondentů (4,4 %). Zbýlých 31 respondentů (27,1 %) jsou pak nekuřáci.

Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, že z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, před rodiči kuřáky kouří 16 respondentů (14 %), před rodiči kuřáky nekouří 22 respondentů (19,3 %), před rodiči nekuřáky nekouří 8 respondentů (7 %) a před rodiči nekuřáky kouří 1 respondent (0,8 %). Zbýlých 9 respondentů (7,9 %) jsou pak nekuřáci.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol alespoň před jedním rodičem, který je kuřák, respondent kouří, a to v 19 případech (16,6 %), před rodiči kuřáky nekouří 41 respondentů (36 %), před rodiči nekuřáky nekouří 13 respondentů (11,4 %) a před rodiči nekuřáky kouří 1 respondent (0,8 %). Zbýlých 40 respondentů (35 %) jsou pak nekuřáci.

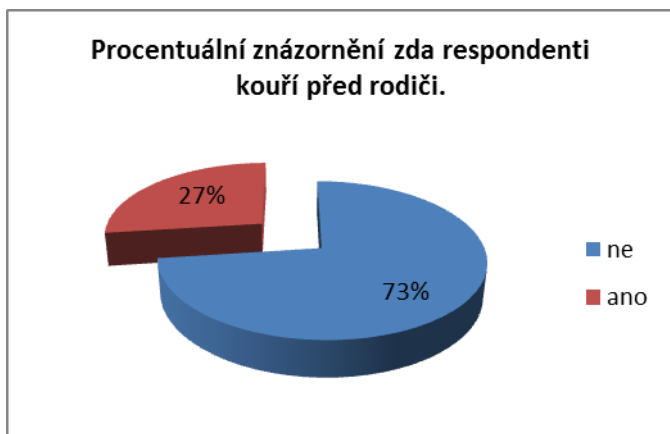
Následující graf 14 ukazuje procentuální znázornění zda respondenti kouří před rodiči. Z celkového počtu 74 respondentů, kteří kouří, uvedlo 20 respondentů (27 %), že před rodiči kouří, a 54 respondentů (73 %) uvedlo, že před rodiči nekouří.

Graf 13: Znázornění stavu, zda respondenti kouří před rodiči



Zdroj: vlastní zpracování

Graf 14: Procentuální znázornění, zda respondenti kouří před rodiči



Zdroj: vlastní zpracování

#### Otázka č. 8 – **Žijete v úplné, neúplné nebo opakované rodině?**

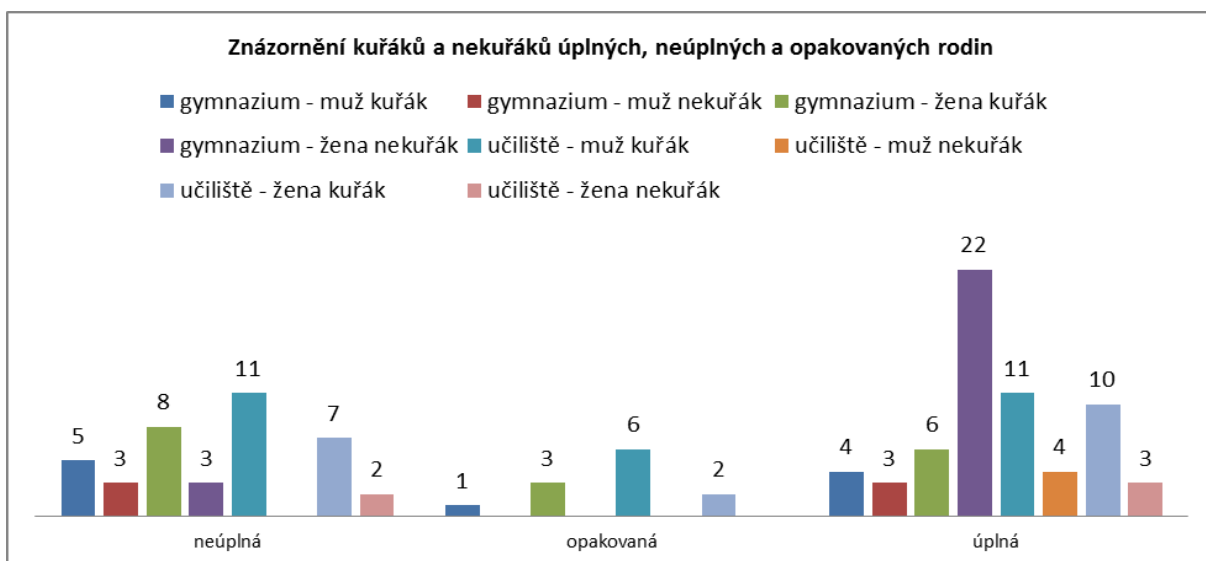
Následující graf 15: Znázornění kuřáků a nekuřáků úplných, neúplných a opakovaných rodin ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, z toho žijí v úplné rodině 4 muži (3,5 %) a 6 žen (5,3 %), v neúplné 5 mužů (4,4 %) a 8 žen (7 %), v opakované rodině 1 muž (0,9 %) a 3 ženy (2,6 %). Z celkového počtu 31 studentů, kteří nekouří, z toho žijí v úplné rodině 3 muži (2,6 %) a 22 žen (19,3 %), v neúplné rodině 3 muži (2,6 %) a 3 ženy (2,6 %), v opakované rodině nežije nikdo ze studentů nekuřáků.

Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, že z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, z toho žijí v úplné rodině 11 mužů (9,7 %) a 10 žen (8,8 %), v neúplné 11 mužů (9,7 %) a 7 žen (6,1 %), v opakované rodině 6 mužů (5,3 %) a 2 ženy (1,8 %). Z celkového počtu 9 studentů, kteří nekouří, z toho žijí v úplné rodině 4 muži (3,5 %) a 3 ženy (2,6 %), v neúplné rodině 2 ženy (1,8 %), v opakované rodině nežije nikdo ze studentů nekuřáků.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, žijí v úplné rodině 15 mužů (13,2 %) a 16 žen (14,1 %), v neúplné 16 mužů (14,1 %) a 15 žen (13,1 %), v opakované rodině 7 mužů (6,2 %) a 5 žen (4,4 %). Z celkového počtu 40 studentů, kteří nekouří, žijí v úplné rodině 7 mužů (6,1 %) a 25 žen (21,9 %), v neúplné rodině 3 muži (2,6 %) a 5 žen (4,4 %), v opakované rodině nežije nikdo ze studentů nekuřáků.

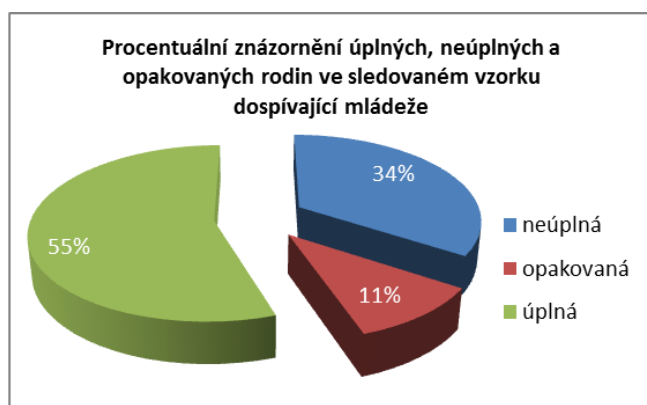


**Graf 15: Znázornění počtu kuřáků a nekuřáků úplných, neúplných a opakovaných rodin**



Zdroj: vlastní zpracování

**Graf 16: Procentuální znázornění úplných, neúplných a opakovaných rodin ve sledovaném vzorku dospívající mládeže**



Zdroj: vlastní zpracování

Z výše uvedeného grafu 16: Procentuální znázornění úplných, neúplných a opakovaných rodin ve sledovaném vzorku dospívající mládeže vyplývá, že u sledovaného vzorku mládeže bylo zjištěno, že v úplné rodině žije 63 studentů (55 %), v neúplné 39 studentů (34 %) a v opakované rodině pak 12 studentů (11 %).

### **Otázka č. 9 – Zajímají se rodiče o Vaše mimoškolní aktivity?**

Následující graf 17: Znázornění zájmu rodičů o mimoškolní aktivity ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, se rodiče v neúplné a opakované rodině

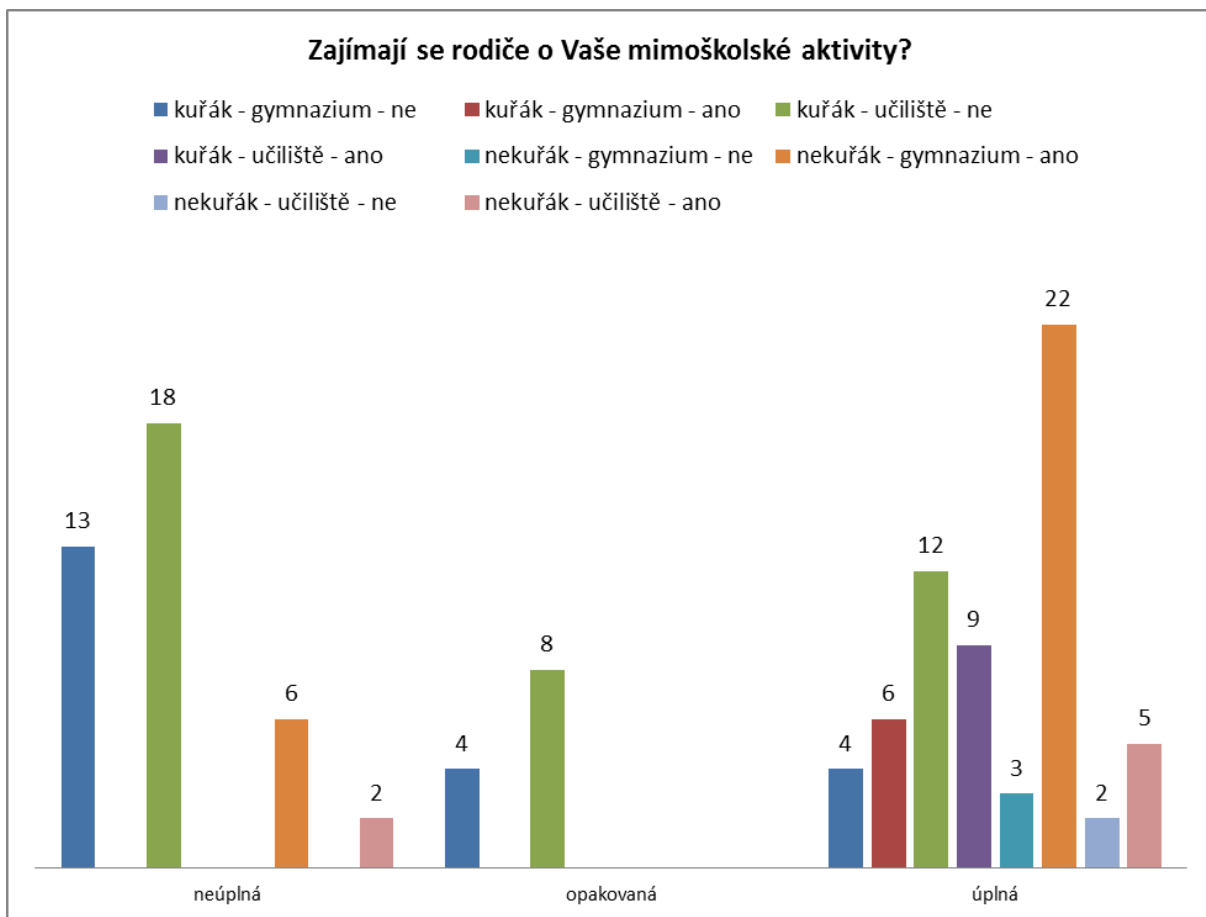
nezajímají o 17 respondentů (15 %), a v úplné se nezajímají o 4 respondenty (3,5 %), v úplné se pak zajímají o 6 respondentů (5,3%). Z celkového počtu 31 studentů, kteří nejsou kuřáci, se v úplné rodině nezajímají o 3 respondenty (2,6 %), v neúplné se zajímají o 6 respondentů (5,3 %), a v úplné se zajímají o 22 respondentů (19,3 %).

Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, že z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, se rodiče v neúplné a opakované rodině nezajímají o 26 respondentů (22,8 %), a v úplné se nezajímají o 12 respondentům (10,5 %), v úplné se pak zajímají o 9 respondentů (7,9 %). Z celkového počtu 9 studentů, kteří nejsou kuřáci, se v úplné rodině nezajímají o 2 respondenty (1,8 %), v neúplné se zajímají o 2 respondenty (1,8 %), a v úplné se zajímají o 5 respondentů (4,4 %).

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, se rodiče v neúplné a opakované rodině nezajímají o 43 respondentů (37,8 %), a v úplné se nezajímají o 16 respondentů (14 %), v úplné se pak zajímají o 15 respondentů (13,1 %). Z celkového počtu 31 studentů, kteří nejsou kuřáci, se v úplné rodině nezajímají o 5 respondentů (4,4 %), v neúplné se zajímají o 8 respondentů (7,1 %), a v úplné se zajímají o 27 respondentů (23,6 %).

Následující graf 18 ukazuje procentuální znázornění zda se rodiče zajímají o mimoškolní aktivity. Z celkového počtu 74 respondentů, kteří kouří, uvedlo 43 respondentů (58 %), že se rodiče nezajímají o jejich mimoškolní aktivity, a 31 respondentů (42 %) uvedlo, že se rodiče zajímají o jejich mimoškolní aktivity.

**Graf 17: Znázornění zájmu rodičů o mimoškolní aktivity**



Zdroj: vlastní zpracování

**Graf 18: Procentuální znázornění, zda se rodiče zajímají o mimoškolní aktivity**



Zdroj: vlastní zpracování

**Otázka č. 10 – Podporují Vás rodiče při Vašem studiu?**

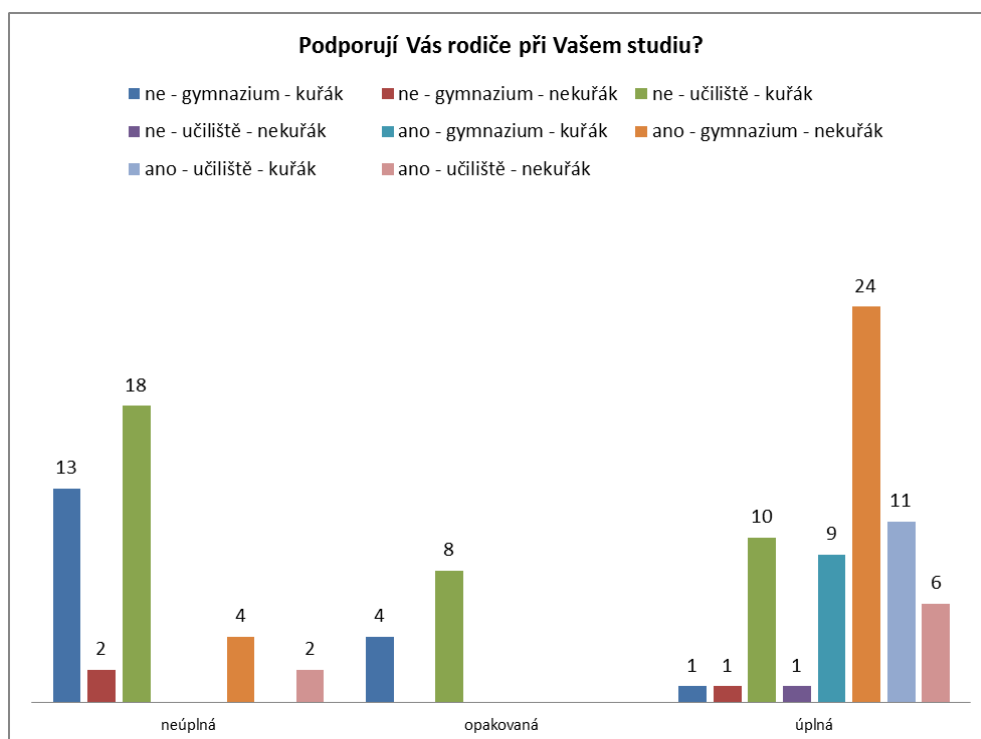
Následující graf 19: Znázornění podpory rodičů o studium ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, rodiče v neúplné a opakované rodině nepodporují 17 respondentů (14,9 %), a v úplné nepodporují 1 respondenta (0,9 %), v úplné

se pak podporují 9 respondentů (7,9 %). Z celkového počtu 31 studentů, kteří nejsou kuřáci, v úplné rodině nepodporují 1 respondenta (0,9 %), v neúplné nepodporují 2 respondenty (1,8 %), a v úplné podporují 24 respondentů (21 %) a v neúplné podporují 4 respondenty (3,5 %).

Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, že z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, rodiče v neúplné a opakované rodině nepodporují 26 respondentů (22,8 %), a v úplné nepodporují 10 respondentů (8,8 %), v úplné podporují 11 respondentů (9,7 %). Z celkového počtu 9 studentů, kteří nejsou kuřáci, v úplné rodině nepodporují 1 respondenta (0,9 %), a v úplné podporují 6 respondentů (5,3 %) a v opakované rodině podporují 2 respondenty (1,8 %).

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, rodiče v neúplné a opakované rodině nepodporují 43 respondentů (37,7 %), a v úplné nepodporují 11 respondentů (9,7 %), v úplné se pak podporují 20 respondentů (17,6 %). Z celkového počtu 40 studentů, kteří nejsou kuřáci, v úplné rodině nepodporují 2 respondenty (1,8 %), v neúplné nepodporují 2 respondenty (1,8 %), a v úplné podporují 30 respondentů (26,3 %) v neúplné či opakované rodině podporují 6 respondentů (5,2 %).

**Graf 19: Znázornění podpory rodičů o studium**



Zdroj: vlastní zpracování

Následující graf 20 ukazuje procentuální znázornění zda rodiče podporují studium.

Z celkového počtu 74 respondentů, kteří kouří, uvedlo 43 respondentů (58 %), že rodiče podporují při studiu, a 31 respondentů (42 %) uvedlo, že je rodiče při studiu nepodporují.

**Graf 20: Procentuální znázornění, zda rodiče podporují studium mladistvých**



Zdroj: vlastní zpracování

#### Otázka č. 11 – ***Jaký byl Vás prospěchový průměr na pololetním vysvědčení?***

Následující graf 21: Znázornění kuřáků a nekuřáků dle jejich prospěchu ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, z toho mělo pololetní prospěch mezi 1-2 u 2 mužů (1,8 %) a u 3 žen (2,6 %), mezi 2-3 u 5 mužů (4,4 %) a 8 žen (7 %), mezi 3-4 u 3 mužů (2,6 %) a u 6 žen (5,3 %), mezi 4-5 neměl žádný ze studentů. Z celkového počtu 31 studentů, kteří nekouří, z toho mělo pololetní prospěch mezi 1-2 u 6 mužů (5,3 %) a u 22 žen (19,3 %), mezi 2-3 u 3 žen (2,6 %), mezi 3-4 neměl žádný ze studentů, mezi 4-5 neměl žádný ze studentů.

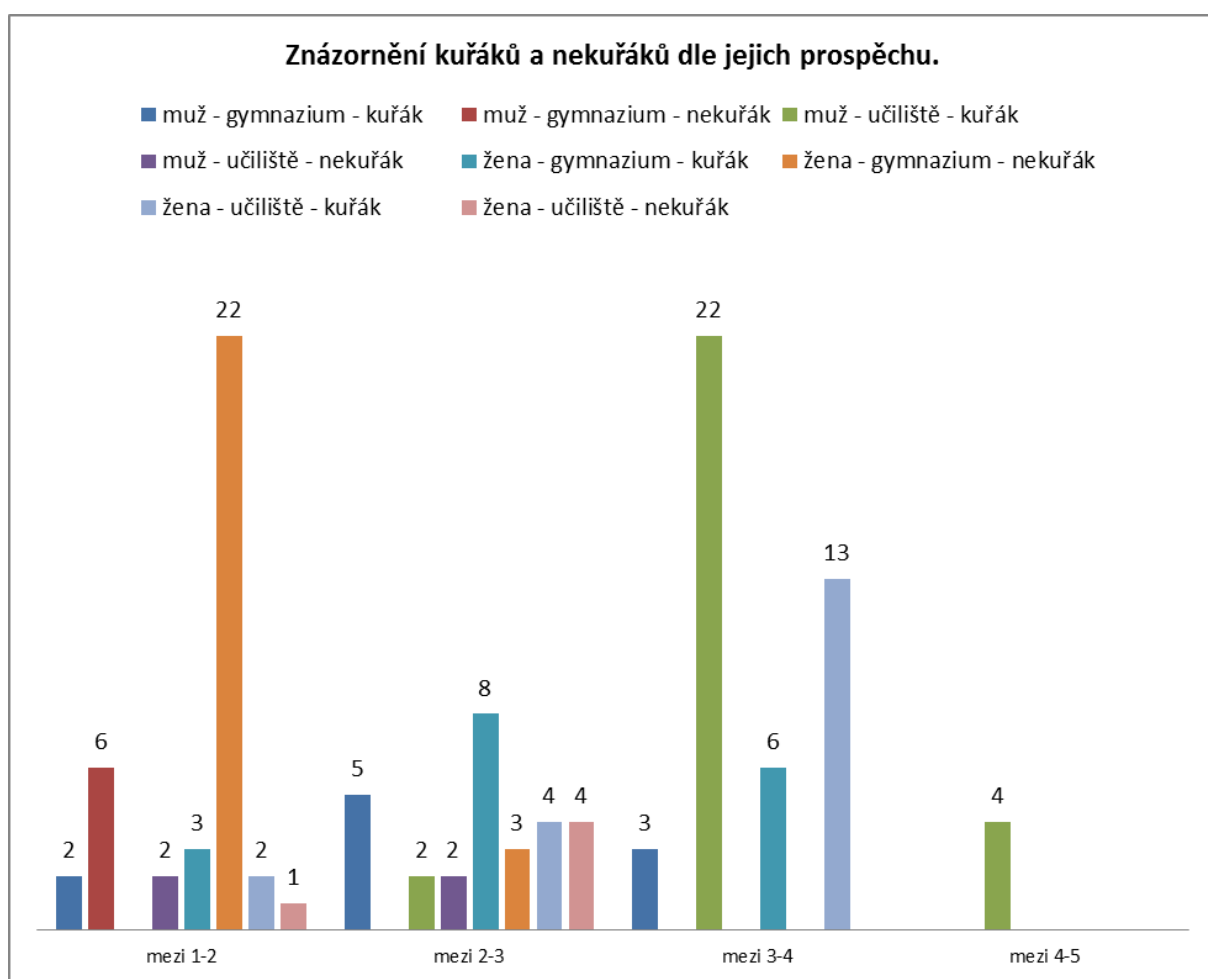
Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, že z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, z toho mělo pololetní prospěch mezi 1-2 u 2 žen (1,8 %), mezi 2-3 u 2 mužů (1,8 %) a 4 žen (3,5 %), mezi 3-4 u 22 mužů (19,3 %) a u 13 žen (11,4 %), mezi 4-5 u 4 mužů (3,5 %). Z celkového počtu 9 studentů, kteří nekouří, z toho mělo pololetní prospěch mezi 1-2 u 2 mužů (1,8 %) a u 1 ženy (0,9 %), mezi 2-3 u 2 mužů (1,8

%) a u 4 žen (3,5 %), mezi 3-4 neměl žádný ze studentů, mezi 4-5 neměl žádný ze studentů.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, z toho mělo pololetní prospěch mezi 1-2 u 2 mužů (1,8 %) a u 5 žen (4,4%), mezi 2-3 u 7 mužů (6,1 %) a 12 žen (10,5 %), mezi 3-4 u 25 mužů (22 %) a u 19 žen (16,7 %), mezi 4-5 neměl žádný ze studentů.

Z celkového počtu 40 studentů, kteří nekouří, z toho mělo pololetní prospěch mezi 1-2 u 8 mužů (7 %) a u 23 žen (20,1%), mezi 2-3 u 2 mužů (1,8 %) a 7 žen (6,1 %), mezi 3-4 neměl žádný ze studentů, mezi 4-5 neměl žádný ze studentů.

**Graf 21: Znázornění počtu kuřáků a nekuřáků dle jejich prospěchu**

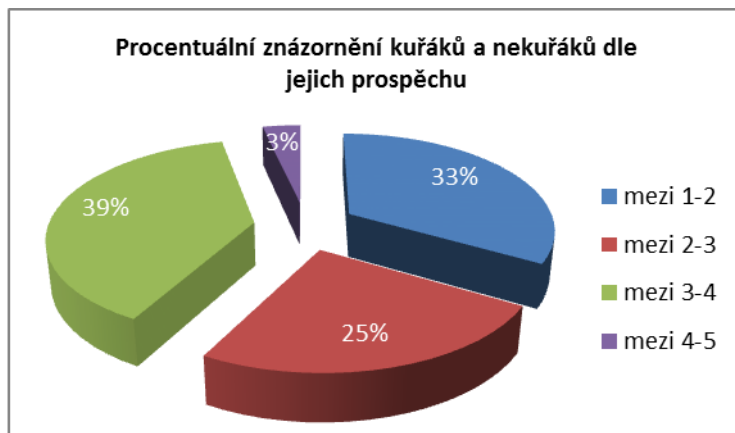


Zdroj: vlastní zpracování

Následující graf 22 znázorňuje procentuální znázornění kuřáků a nekuřáků dle jejich prospěchu ve sledovaném vzorku dospívající mládeže. V celém

sledovaném vzorku mládeže bylo zjištěno, že pololetní prospěch mezi 1-2 mělo 38 studentů (33 %), mezi 2-3 mělo 28 studentů (25 %), mezi 3-4 mělo 44 studentů (39 %) a mezi 4-5 měli 4 studenti (3 %).

**Graf 22: Procentuální znázornění kuřáků a nekuřáků dle jejich prospěchu**



Zdroj: vlastní zpracování

### **Otázka č. 12 – Účastníte se různých vědomostních či znalostních soutěží?**

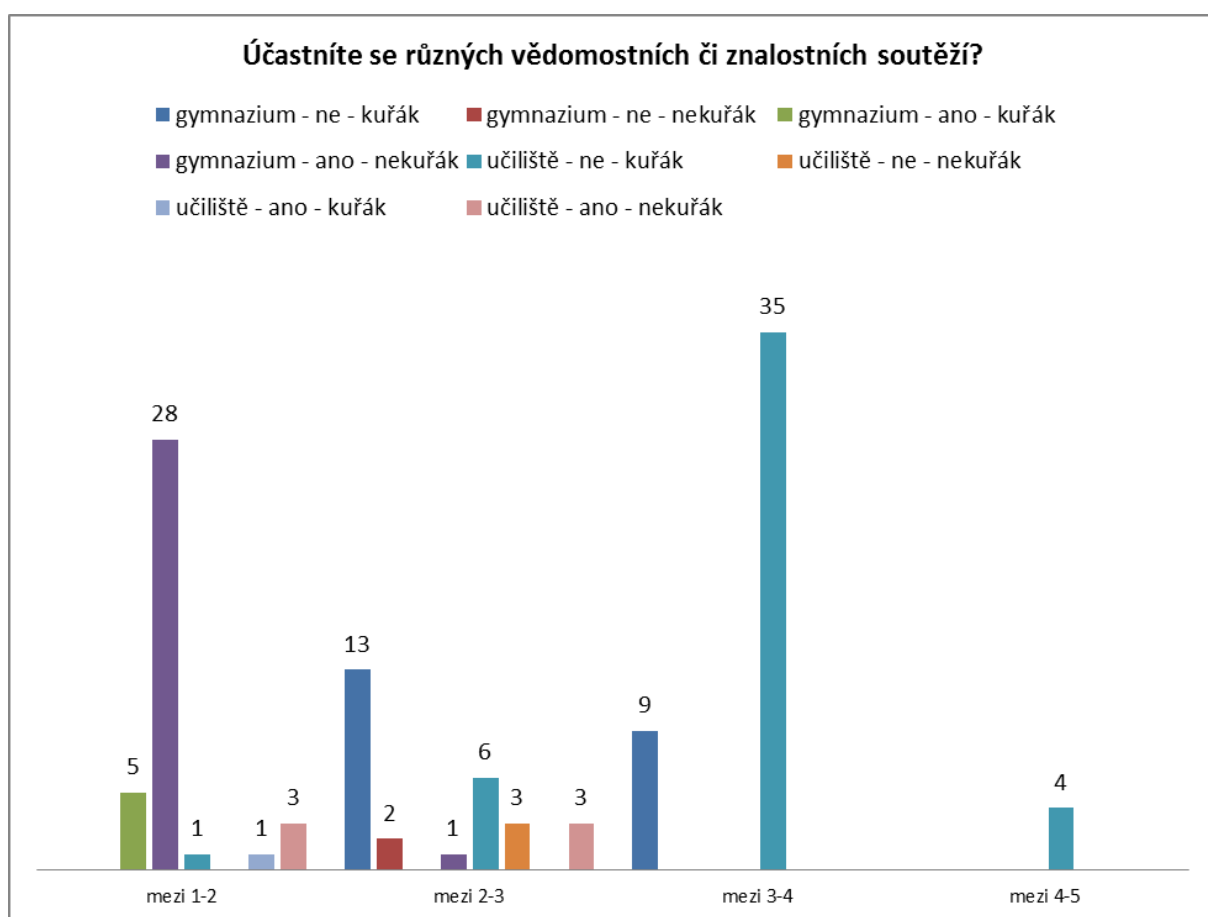
Následující graf 23: Znázornění účasti na různých vědomostních či znalostních soutěžích ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se soutěží zúčastní 5 respondentů (4,4 %), další studenti kuřáci se již soutěží nezúčastní, a to s prospěchem mezi 2-3 se soutěží nezúčastní 13 respondentů (11,4 %), s prospěchem mezi 3-4 se nezúčastní 9 respondentů (7,9 %). Z celkového počtu 31 studentů, kteří nekouří, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se soutěží zúčastní 28 respondentů (24,6 %), s prospěchem mezi 2-3 se zúčastní 1 respondent (0,9 %), další studenti nekuřáci se již soutěží nezúčastní, a to s prospěchem mezi 2-3 se nezúčastní 2 respondenti (1,8 %).

Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, že z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se soutěží zúčastní 1 respondent (0,9 %), další studenti kuřáci se již soutěží nezúčastní, a to s prospěchem 1-2 se soutěží nezúčastní 1 respondent (0,9 %), s prospěchem mezi 2-3 se soutěží nezúčastní 6

respondentů (5,3 %), s prospěchem mezi 3-4 se nezúčastní 35 respondentů (30,7 %), s prospěchem mezi 4-5 se soutěží nezúčastní 4 respondenti (3,5 %). Z celkového počtu 9 studentů, kteří nekouří, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se soutěží zúčastní 3 respondenti (2,6 %), s prospěchem mezi 2-3 se zúčastní 3 respondenti (2,6 %), další studenti nekuřáci se již soutěží nezúčastní, a to s prospěchem mezi 2-3 se nezúčastní 3 respondenti (2,6 %).

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se soutěží zúčastní 6 respondentů (5,3 %). Z celkového počtu 40 studentů, kteří nekouří, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se soutěží zúčastní 31 respondentů (27,2%), s prospěchem mezi 2-3 se zúčastní 4 respondenti (3,5 %).

**Graf 23: Znázornění účasti na různých vědomostních či znalostních soutěžích**

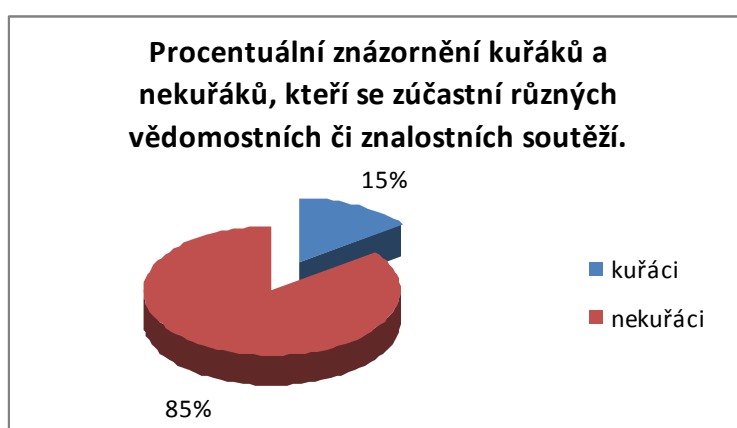


Zdroj: vlastní zpracování



Následující graf 24 ukazuje procentuální znázornění kuřáků a nekuřáků, kteří se zúčastní různých vědomostních či znalostních soutěží. Z celkového počtu 74 respondentů, kteří kouří, uvedlo 6 respondentů (15 %), že se soutěží zúčastní, a z celkového počtu 40 respondentů, kteří nekouří, uvedlo 35 respondentů (85 %), že se soutěží zúčastní.

**Graf 24: Procentuální znázornění kuřáků a nekuřáků**



Zdroj: vlastní zpracování

### **Otázka č. 13 – Připravujete se pečlivě do školy?**

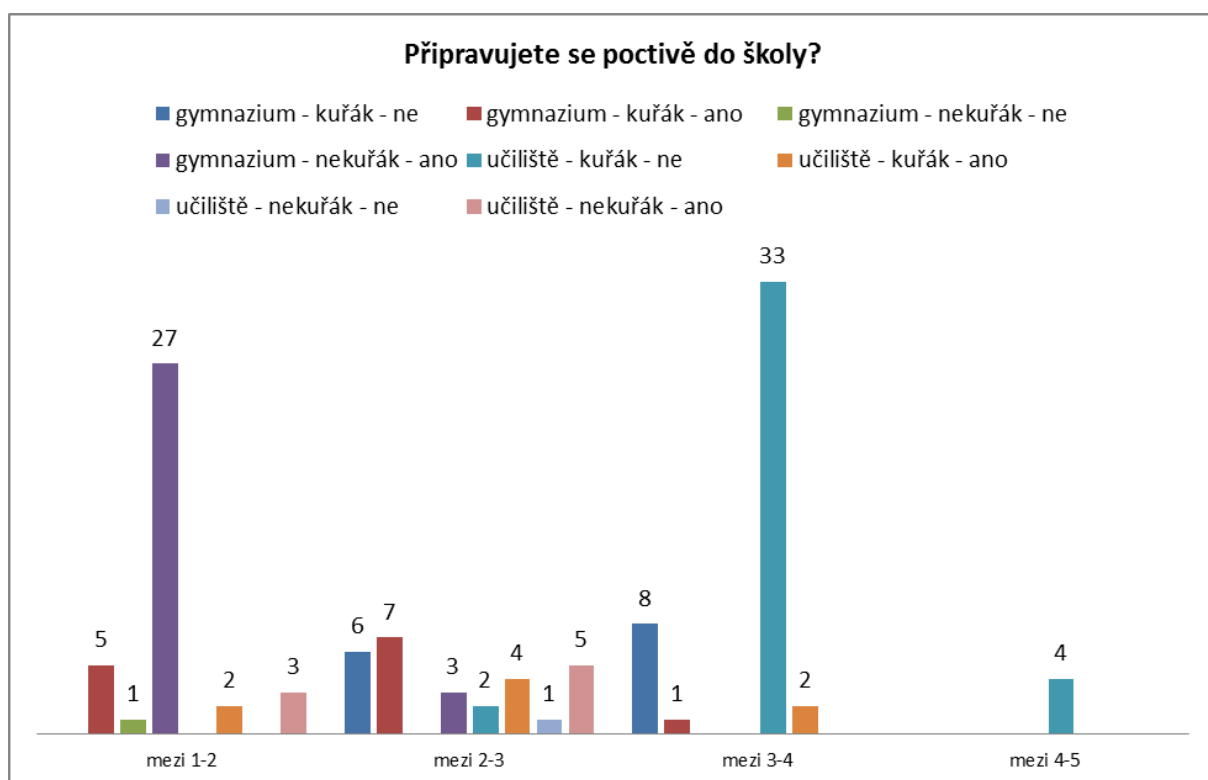
Následující graf 25: Znázornění kolik hodin týdně respondenti průměrně věnují přípravě do školy, ukazuje, že ve sledovaném vzorku respondentů gymnázia bylo zjištěno, že z celkového počtu 27 studentů, kteří jsou kuřáci, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se 5 respondentů (4,4 %) přípravě poctivě věnují, s prospěchem mezi 2-3 se 7 respondentů (6,1 %) přípravě poctivě věnují, s prospěchem mezi 3-4 se 1 respondent (0,9 %) přípravě poctivě věnuje. Respondenti, kteří se přípravě poctivě nevěnují s prospěchem mezi 2-3 jsou 6 respondenti (5,3 %), a s prospěchem mezi 3-4 je 8 respondentů (7 %). Z celkového počtu 31 studentů, kteří nekouří, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se 27 respondentů (23,7 %) poctivě věnují přípravě, s prospěchem mezi 2-3 se pak 3 respondenti (2,7 %) poctivě věnují přípravě a 1 respondent (0,9 %) s prospěchem mezi 1-2 se přípravě poctivě nevěnuje.

Ve sledovaném vzorku respondentů středního odborného učiliště bylo zjištěno, že z celkového počtu 47 studentů, kteří jsou kuřáci, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se 2 respondenti (1,8 %) přípravě poctivě věnují, s prospěchem mezi 2-3 se 4 respondenti (3,5 %) přípravě poctivě věnují,

s prospěchem mezi 3-4 se 2 respondenti (1,8 %) přípravě poctivě věnují. Respondenti, kteří se přípravě poctivě nevěnují s prospěchem mezi 2-3 jsou 2 respondenti (1,8 %), a s prospěchem mezi 3-4 je 33 respondentů (29 %) a s prospěchem mezi 4-5 se 4 respondenti (3,5 %) přípravě nevěnují. Z celkového počtu 9 studentů, kteří nekouří, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se 3 respondenti (2,7 %) poctivě věnují přípravě, s prospěchem mezi 2-3 se pak 5 respondentů (4,4 %) poctivě věnují přípravě a 1 respondent (0,9 %) s prospěchem mezi 2-3 se přípravě poctivě nevěnuje.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se poctivě připravuje 7 respondentů (6,2 %), s prospěchem mezi 2-3 pak 11 respondentů (9,6 %). Z celkového počtu 40 studentů, kteří nekouří, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se poctivě připravuje 30 respondentů (26,4 %), s prospěchem mezi 2-3 pak 8 respondentů (7,1 %).

**Graf 25: Znárodnění stavu - kolik hodin týdně respondenti průměrně věnují přípravě do školy**



Zdroj: vlastní zpracování

Následující graf 26 ukazuje procentuální znázornění kuřáků a nekuřáků, kteří se poctivě připravují do školy. Z celkového počtu 74 respondentů, kteří kouří, uvedlo

17 respondentů (31 %), že se do školy připravují poctivě, a z celkového počtu 40 respondentů, kteří nekouří, uvedlo 38 respondentů (69 %), že se do školy připravují poctivě.

**Graf 26: Procentuální znázornění kuřáků a nekuřáků, kteří se poctivě připravují do školy**



Zdroj: vlastní zpracování

### 6.3 Vyhodnocení hypotéz

**Hypotéza 1:** Studující z rodin kuřáků kouří více než studující z rodin nekuřáků.

Výzkumem bylo zjištěno, že studující v rodině kuřáků kouří celkem v 60 případech, a studující v nekuřácké rodině kouří celkem ve 14 případech.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, je alespoň jeden z rodičů kuřák a to v 60 případech (52,6 %), z toho u 14 studentů kuřáků nekouří ani jeden z rodičů, a to ve 14 případech (12,3 %).

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol alespoň jeden z rodičů, který je kuřák ví, že respondent kouří, a to v 49 případech (43 %), a 9 rodičů nekuřáků (7,9 %) ví, že respondent kouří. Celkem 11 rodičů (9,7 %), kteří jsou kuřáci neví o kouření, a 5 rodičů (4,4 %), kteří jsou nekuřáci. Zbýlých 40 respondentů (35 %) jsou pak nekuřáci.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol alespoň před jedním rodičem, který je kuřák, respondent kouří, a to v 19 případech (16,6 %), před rodiči kuřáky nekouří 41 respondentů (36 %), před rodiči nekuřáky nekouří 13 respondentů (11,4 %) a před rodiči nekuřáky kouří 1 respondent (0,8 %). Zbýlých 40 respondentů (35 %) jsou pak nekuřáci.

Výzkum tedy potvrdil, že rodiče jsou z velké části vnímáni očima svých potomků jako vzor pro své chování, a tudíž má příklad rodičovského kuřáckého chování vliv na přejímání kuřáckého návyku jejich dětmi, kteří tedy mají větší sklon k reprodukci životního stylu rodičů. Současně rodiče kuřáci budou zřejmě více benevolentní, než je tomu v rodinách nekuřáků.

Z výše uvedeného vyplývá, že **hypotéza 1 byla potvrzena**.

**Hypotéza 2:** Studující z neúplných a opakovaných rodin kouří více, než studenti z rodin úplných.

Výzkumem bylo zjištěno, že studující z rodin neúplných a opakovaných kouří celkem ve 43 případech, zatímco studující z úplných rodin kouří celkem v 31 případech.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, žijí v úplné rodině 15 mužů (13,2 %) a 16 žen (14,1 %), v neúplné 16 mužů (14,1 %) a 15 žen (13,1 %), v opakované rodině 7 mužů (6,2 %) a 5 žen (4,4 %).

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, se rodiče v neúplné a opakované rodině nezajímají o 43 respondentů (37,8 %), a v úplné se nezajímají o 16 respondentů (14 %), v úplné se pak zajímají o 15 respondentů (13,1 %). Z celkového počtu 31 studentů, kteří nejsou kuřáci, se v úplné rodině nezajímají o 5 respondentů (4,4 %), v neúplné se zajímají o 8 respondentů (7,1 %), a v úplné se zajímají o 27 respondentů (23,6 %).

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, rodiče v neúplné a opakované rodině nepodporují 43 respondentů (37,7 %), a v úplné nepodporují 11 respondentů (9,7 %), v úplné se pak podporují 20 respondentů (17,6 %). Z celkového počtu 40 studentů, kteří nejsou kuřáci, v úplné rodině nepodporují 2 respondenty (1,8 %), v neúplné nepodporují 2 respondenty (1,8 %), a v úplné podporují 30 respondentů (26,3 %) v neúplné či opakované rodině podporují 6 respondentů (5,2 %).

Výzkum tedy potvrdil, že výchovný účinek těchto rodin je oslaben nebo narušen a tím vzniká prostor pro negativní aktivity dospívajícího, který je nedostatečně korigován rodičovskou autoritou.

Z výše uvedeného vyplývá, že **hypotéza 2 byla potvrzena.**

**Hypotéza 3:** Studenti s lepším prospěchem, kouří méně než studenti s prospěchem podprůměrným.

Výzkumem bylo zjištěno, že studující s lepším prospěchem kouří celkem ve 26 případech, studující s podprůměrným prospěchem pak celkem ve 48 případech.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, z toho mělo pololetní prospěch mezi 1-2 u 2 mužů (1,8 %) a u 5 žen (4,4%), mezi 2-3 u 7 mužů (6,1 %) a 12 žen (10,5 %), mezi 3-4 u 25 mužů (22 %) a u 19 žen (16,7 %), mezi 4-5 neměl žádný ze studentů.

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se soutěží zúčastní 6 respondentů (5,3 %). Z celkového počtu 40 studentů, kteří nekouří, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se soutěží zúčastní 31 respondentů (27,2%), s prospěchem mezi 2-3 se zúčastní 4 respondenti (3,5 %).

Z celkového počtu 74 kuřáků z obou škol, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se poctivě připravuje 7 respondentů (6,2 %), s prospěchem mezi 2-3 pak 11 respondentů (9,6 %). Z celkového počtu 40 studentů, kteří nekouří, a kteří měli pololetní prospěch mezi 1-2 se poctivě připravuje 30 respondentů (26,4 %), s prospěchem mezi 2-3 pak 8 respondentů (7,1 %).

Výzkum tedy potvrdil, že mladí lidé, kteří jsou pilní, mají lepší prospěchové výsledky, mají menší sklon ke kouření.

Z výše uvedeného vyplývá, že **hypotéza 3 byla potvrzena.**

## ZÁVĚR

Zdraví nejen středoškolské mládeže by mělo být prioritou nejen jejich rodičů, ale i pedagogických pracovníků a celé společnosti. Rodiče mají vůči svým dětem nesmírnou výhodu. Své děti znají nejlépe a toho by měli použít pro to, aby své potomky od kouření zcela odradili. Neměli by se uchylovat k různým zákazům či příkazům, neboť toto má za následek přesně opačný efekt, jelikož právě *zakázané ovoce chutná nejlépe*. Rodiče, kteří jsou nekuřáci, mají určitou výhodu, neboť jejich potomci se učí i nápodobou, tak tímto je jejich vzor pro nekouření mnohem snazší. Podstatně komplikovanější to mají rodiče, kteří jsou kuřáci, avšak i v tomto případě mají dost možností, jak svému potomku objasnit, aby kouřit nezačali a současně jim vysvětlit, jak je obtížné s kouřením skoncovat. Dále je patrné, že vznik závislosti na kouření je především záležitostí věku dětství a dospívání, kdy mladí lidé ve snaze najít si své místo v kolektivu a přizpůsobit se skupinové konformitě podceňují zdravotní i sociální rizika, která s sebou tento zlovyk přináší.

Dalším společenským problémem zůstává způsob, jakým si mladiství opatřují cigarety. Od počátku 21. století je nezákonné prodávat cigarety osobám mladším 18 let, přesto se mnozí obchodníci v rámci vyšších obrátů či svou nedůsledností dopouštějí vážných škod na budoucím zdravotním stavu mladé generace.

V praktické části mé práce jsem se věnoval výzkumu, který byl zaměřen na vliv rodinných vzorců chování na kuřáctví středoškolské a učňovské mládeže. Hlavním cílem výzkumu je porovnat úroveň vlivu rodinných vzorců chování na kuřáctví ve vybraných školách ve Světlé nad Sázavou a v Kutné Hoře.

Všechny tři hypotézy byly výzkumným šetřením potvrzeny. Avšak výsledky výzkumu v tomto případě není vhodné zobecnit na celou mládež, neboť zkoumaný vzorek mládeže nebyl vzorkem reprezentativním, ale pouze orientačním. Výsledky výzkumu mohou být zkresleny z mnoha důvodů, jeden z nich může být takový, že genderové rozdělení v jednotlivých souborech respondentů gymnázia a středního odborného učiliště nejsou si rovny.

## Seznam grafů

Graf 1: Celková návratnost dotazníků .....	55
Graf 2: Zastoupení mužů a žen ve sledovaném vzorku dospívající mládeže .....	56
Graf 3: Procentuální zastoupení mužů a žen ve sledovaném vzorku dospívající mládeže.....	56
Graf 4: Znázornění věkového zastoupení ve sledovaném vzorku dospívající mládeže.....	57
Graf 5: Procentuální věkové zastoupení ve sledovaném vzorku dospívající mládeže.....	57
Graf 6: Procentuální zastoupení typu školy sledovaného vzorku dospívající mládeže.....	58
Graf 7: Znázornění podílu kuřáků a nekuřáků podle počtu vykouřených cigaret	59
Graf 8: Procentuální znázornění počtu vykouřených cigaret ve sledovaném vzorku dospívající mládeže .....	59
Graf 9: Znázornění podílu kuřáků a nekuřáků v rodině ve sledovaném vzorku mládeže.....	60
Graf 10: Procentuální znázornění kouření rodičů ve sledovaném vzorku dospívající mládeže.....	61
Graf 11: Znázornění stavu, zda rodiče ví, že respondenti kouří .....	62
Graf 12: Procentuální znázornění stavu, zda rodiče ví, že respondenti kouří ....	62
Graf 13: Znázornění stavu, zda respondenti kouří před rodiči.....	63
Graf 14: Procentuální znázornění, zda respondenti kouří před rodiči.....	64
Graf 15: Znázornění počtu kuřáků a nekuřáků úplných, neúplných a opakovaných rodin .....	65
Graf 16: Procentuální znázornění úplných, neúplných a opakovaných rodin ve sledovaném vzorku dospívající mládeže .....	65
Graf 17: Znázornění zájmu rodičů o mimoškolní aktivity .....	67
Graf 18: Procentuální znázornění, zda se rodiče zajímají o mimoškolní aktivity .....	67
Graf 19: Znázornění podpory rodičů o studium .....	68
Graf 20: Procentuální znázornění, zda rodiče podporují studium mladistvých ...	69
Graf 21: Znázornění počtu kuřáků a nekuřáků dle jejich prospěchu.....	70

Graf 22: Procentuální znázornění kuřáků a nekuřáků dle jejich prospěchu.....	71
Graf 23: Znázornění účasti na různých vědomostních či znalostních soutěžích	72
Graf 24: Procentuální znázornění kuřáků a nekuřáků .....	73
Graf 25: Znázornění stavu - kolik hodin týdně respondenti průměrně věnují přípravě do školy .....	74
Graf 26: Procentuální znázornění kuřáků a nekuřáků, kteří se poctivě připravují do školy .....	75



## Seznam použité literatury a jiných zdrojů

Čáp, J. et al. **Psychologie pro učitele**. 2. vydání. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-273-7.

Eyrovovi, L,R. **Jak naučit děti hodnotám**. 2. vyd. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0399-5.

Farková, M. **Vybrané kapitoly z psychologie**. 2.vyd. Praha: UJAK, 2008. ISBN 978-80-86-723-64-8.

Giddens, A. **Sociologie**. Praha: Argo, 2000. ISBN 80-7203-1244.

Heller, J. a kol. **Závislost známá neznámá**. Praha: Grada, 1996. ISBN 80-7169-277-8.

Herink, J. **Současný svět**. Praha: Česká geografická společnost, 2009. ISBN 978-80-86034-94-2.

Hofbauer, B. **Děti, mládež a volný čas**. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.

Hrubá, D., Matějová, H., Žaloudíková, I. **Jak chránit děti před expozicí pasivnímu kouření v jejich domovech?** Hygiena. 2010, roč. 55, č. 3, s. 86–91. ISSN 1802-6281.

Králíková, E., Kmeťová, A., Šípková, M. **Léčba závislosti na tabáku u adolescentních kuřáků – nové, důležité a obtížné téma v medicíně**. Čes-slov Pediat. 2010, roč. 65, č. 10, s. 613-615. ISSN 0069-2328.

Kraus, Poláčková. **Člověk, prostředí rodina.** Brno: Paido. 2001. ISBN 80-7315-004-2.

Kukla, L., Hrubá, D., Tyrlík, M. **Některé aspekty rodinného prostředí českých dětí. Výsledky studie ELSPAC.** Čes-slov. Pediat. 2006, roč. 61, č. 6, s. 357-364. ISSN 0069-2328.

Langmeier, J., Krejčířová, D. **Vývojová psychologie.** 2. vydání. Praha: Grada Publishing, 1998. ISBN 80-7169-195.

Machová, I. **Výchova ke zdraví.** Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2715-8.

Mlčák, J. **Základy psychopatologie.** Ostrava: Ostravská univerzita, Pedagogická fakulta, 2003. ISBN 80-7042-263-7.

Možný, I. **Česká společnost v době pozdní modernity.** Praha: Karolinum, 1990. ISBN 80-7184-825-5.

Možný, I. **Rodina a společnost.** Praha: Slon, 2006. ISBN 978-80-86429-87-8

Nečasná, K., Pešek, R. **Prevence užívání tabáku, alkoholu a drog u dospívajících.** Praha: Arkáda – sociálně psychologické centrum, 2009. ISBN 978-80-254-2971-3.

Nešpor, K. **Návykové chování a závislost.** Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-736-7267-6.

Novosad, L. **Základy speciálního poradenství.** 2. vyd. Praha: Portál 2006. ISBN 80-7367-174-3.

Plante, TG. **Současná klinická psychologie.** Praha: Grada, 2011. ISBN 80-7169-963-2.

Povýšil, C. **Obecná patologie**. Praha: Galén, 2011. ISBN 978-80-7262-773-8.

Presl, J. **Drogová závislost**. Praha: Maxdorf, 1995. ISBN 80-85800-18-7.

Řezáč, J. **Sociální psychologie**. Brno: Paido, 1998. ISBN 80-85931-48-6.

Sak, P. **Proměny české mládeže**. Praha: Petrklíč, 2000. ISBN 807-229-042-8.

Sak, P.; Saková, K. **Mládež na křižovatce**. Praha: Svoboda servis, 2004. ISBN 80-86320-33-2.

Sobotková, I. **Psychologie rodiny**. 3.vyd. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0217-2.

Wagnerová, M. **Vývojová Psychologie**. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.

Vytejšková, R. a kol. **Ošetrovatelské postupy v péči o nemocné II**. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-3420-0.

Výrost, J a kol. **Sociální psychologie**. 2. vydání Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1428-8

### **Elektronické zdroje**

Csémy, L, Chomynová, P., Sadílek, P. **Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD): Výsledky průzkumu v České republice v roce 2007 [online]**. Praha: Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti, 2010. Dostupné z WWW: [http://www.drogy-info.cz/index.php/content/download/105312/450836/file/espac\\_2007\\_web01.pdf](http://www.drogy-info.cz/index.php/content/download/105312/450836/file/espac_2007_web01.pdf)

České děti – nejtlustší, kuřáci a alkoholici? **Máte slovo**. 03.04.2014, 21,30hod.  
Dostupné z WWW: <<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10175540660-mate-slovo/214411030520013-mate-slovo-s-m-jilkovou>>

Krch, F. D., Drábková, H. **Současné změny životního stylu a duševní zdraví české mládeže** [online]. 1999, [cit. 20. 4. 2014]. Dostupné na WWW: <<http://rss.archives.ceu.hu/archive/00001028/01/29.pdf>>

ŽALOUĐÍKOVÁ, Iva. Změny v psychice a chování u dospívajících ve věku 11-15 let. **Duha** [online]. 2013, roč. 27, č. 1 [cit. 2014-05-20]. Dostupný z WWW: <<http://duha.mzk.cz/clanky/zmeny-v-psychice-chovani-u-dospivajicich-ve-veku-11-15-let>>. ISSN 1804-4255

## PŘÍLOHY

**Příloha č. 1.**  
**DOTAZNÍK**

Milá studentko,  
Milý studente,

tímto Vás prosím o vyplnění tohoto dotazníku.

Jsem studentem UK Pedagogické fakulty, bakalářského studia oboru „Výchova ke zdraví - Základy společenských věd“

Téma mojí bakalářské práce je „Vliv rodinných vzorců chování na kuřáctví středoškolské a učňovské mládeže“. Dotazník je zcela anonymní a odpovědi budou použity pouze k dosažení výsledků této bakalářské práce.

Za jeho vyplnění vám předem děkuji a přeji hodně úspěchů při vašem studiu.

Děkuji a přeji Vám hezký den.

**Pokyny pro vyplnění:** *Vybranou odpověď označte, prosím, křížkem, příp. odpověď dopište.*

---

1. Vaše pohlaví?

muž       žena

2. Váš věk?

16       17

3. Jaký typ školy navštěvujete?

střední odborné učiliště       gymnázium

4. Kolik cigaret vykouříte?

příležitostně do 10 cigaret měsíčně       příležitostně do 10

cigaret týdně

méně než 10 cigaret denně

více než 10 cigaret

denně

jsem nekuřák

5. Ve Vaší rodině kouří?

otec

matka

otec i matka

žádný z rodičů

6. Ví rodiče, že kouříte?

ano

ne

jsem nekuřák

7. Kouříte před rodiči?

ano

ne

jsem nekuřák

8. Žijete v úplné, neúplné nebo opakované rodině?

úplné

neúplné

v opakované (kdy jeden z rodičů měl dříve jinou rodinu)

9. Zajímají se rodiče o Vaše mimoškolní aktivity?

ano

ne

10. Podporují Vás rodiče při Vašem studiu?

ano

ne

11. Jaký byl Vás prospěchový průměr na pololetním vysvědčení?

1-2

2-3

3-4

4-5

12. Účastníte se různých vědomostních či znalostních soutěží?

ano

ne

13. Připravujete se pečlivě do školy?

ano

ne

**Děkuji Vám za čas věnovaný vyplnění tohoto dotazníku.**