

# **ALKOHOL W ŻYCIU DOROSŁYCH MIESZKAŃCÓW REGIONU**

Alkohol jest dla ludzi, ale  
dla zdrowych i dorosłych.

- Jerzy Melibruda

## **Szanowni Państwo**

Skala problemów alkoholowych zależy w znacznej mierze od postaw społeczeństwa wobec alkoholu, wiedzy na temat zagrożeń wynikających z picia, a także od wielkości spożycia napojów alkoholowych. Aby zmierzyć się z problemami alkoholowymi na terenie miasta warto jest ich skalę i specyfikę poddać dokładnej diagnozie. Temu celowi służy niniejszy raport. Przy jego konstrukcji oparto się na analizie danych udostępnionych m.in. przez Urząd Miasta w Łomży, Miejską Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Policję, Straż Miejską. Korzystano także z badań ankietowych realizowanych w szkołach oraz przeprowadzono sondę uliczną z udziałem 150 losowo wybranych mieszkańców Łomży. Wyniki badań ujęte są w następujące bloki tematyczne:

- **Metryka miasta:**
  - *Dostępność napojów alkoholowych*
  - *Szacunkowa skala problemów alkoholowych*
  - *Stan zasobów w sferze rozwiązywania problemów alkoholowych*
- **Alkohol w życiu dorosłych:**
  - *Reklama napojów alkoholowych i propagowanie trzeźwego stylu życia*
  - *Poglądy i postawy wobec alkoholu*
  - *Spożycie alkoholu*
- **Szkody społeczne związane z nadużywaniem alkoholu.**
  - *Skala zagrożenia problemami związanymi z nadużywaniem alkoholu*
- **Dynamika zachowań alkoholowych na przestrzeni ostatnich lat**
  - *Dynamika spożycia alkoholu*
  - *Obyczaj alkoholowy*
  - *Alkohol w pracy*
  - *Obyczaj abstynencki – skuteczność oddziaływań terapeutycznych*
  - *Przemoc domowa*

Przy analizie przedstawionego raportu należy pamiętać, że rozwiązywanie problemów alkoholowych nie oznacza walki z alkoholem, ani też nie ogranicza się do minimalizowania skutków alkoholizmu. Większość dorosłych mieszkańców naszego kraju to konsumenci napojów alkoholowych. Można ich z grubsza podzielić na trzy grupy:

- osoby kontrolujące swoje picie – także im zdarzają się epizody alkoholowe dezorganizujące życie,
- osoby nadużywające alkoholu – czyli ci, którzy piją w nieodpowiednim czasie, okolicznościach i ilościach,
- osoby uzależnione – czyli ci, którzy utracili kontrolę nad swoim picciem

Planując działania gminne należy wziąć pod uwagę tzw. *paradoks prewencyjny*. Otóż, jak pokazują badania, **wielkość szkód związanych z nadużywaniem alkoholu jest większa w grupie osób nieuzależnionych niż alkoholików**. Tych pierwszych jest po prostu kilkakrotnie więcej. *W związku z tym realizacja gminnego programu rozwiązywania problemów alkoholowych nie powinna ograniczać się do pomocy osobom uzależnionym, lecz zawierać szerszy pakiet działań ograniczających zakres strat wynikających z nadużywania alkoholu.*

## CEL BADAŃ

Dane diagnostyczne uzyskane w wyniku badań pomocne są w konstrukcji gminnego programu rozwijania problemów alkoholowych. Ułatwiają one opracowanie strategii postępowania i tworzenia szczegółowych programów działań socjalnych, profilaktycznych, terapeutycznych, itp. zgodnie z potrzebami mieszkańców, a także wskazują kierunki korygowania dotychczasowych oddziaływań.

Oprócz danych ilościowych dotyczących skali problemów alkoholowych, narkomanii, przemocy szkolnej i domowej, w raporcie bardzo ważną rolę odgrywa:

- analiza psychologicznych i społecznych przyczyn spożywania alkoholu,
- badanie reakcji środowiskowych na odmowę spożywania alkoholu przez młodzież i osoby dorosłe
- wpływ postaw i zachowań osób dorosłych na spożycie alkoholu przez młodzież,
- dynamika zmian obyczajów alkoholowych na przestrzeni ostatnich lat (picie alkoholu w pracy, „płacenie” alkoholem, widok osób pijanych na ulicach, upijanie się na uroczystościach),

- dynamika zmian postaw abstynenckich (m.in. akceptacja postaw abstynenckich w społeczeństwie, popularność uroczystości bezalkoholowych,
- badanie postaw młodych ludzi w stosunku do alkoholu,
- znaczenie lokalnej działalności psychoterapeutycznej, profilaktycznej i psychoedukacyjnej w zakresie problemów alkoholowych.

### ***Dzięki lokalnej diagnozie problemów alkoholowych:***

- W trakcie realizacji programu gminnego łatwiejsze będzie skoordynowanie działań poszczególnych instytucji działających w tych sferach.
- Raport pozwoli na porównanie stanu zagrożenia badanego regionu w porównaniu z danymi ogólnokrajowymi.
- Powtórzenie badań monitoringowych stwarza możliwość porównania skali zagrożeń społecznych w odstępie czasowym.

## **OPIS METODOLOGII BADAŃ**

Badania realizowane były przy pomocy następujących metod:

A/ sonda uliczna przeprowadzona wśród mieszkańców gminy (mężczyzn i kobiet), którzy ukończyli 18 lat. Wybór osób badanych dokonywany jest metodą **doboru losowego**. Wielkość próby wynosi 150 osób.

Badania realizowane są metodą **ankiet bezpośrednich** (rozdawanych i odbieranych przez ankierów w miejscach publicznych).

Ankiety (dla dorosłych i dla młodzieży) przygotowane były przez psychologa, specjalistę psychoterapii uzależnień, w oparciu o narzędzia stosowane powszechnie w tego typu badaniach.

Ankiety przeprowadzali ankierzy z firmy „Ekspertyzy-Edukacja-Terapia EKSTER”. Są to osoby przygotowane do realizacji badań ankietowych, mające duże doświadczenie w realizacji takich badań, a także zajmujące się w praktyce zagadnieniami w sferze rozwiązywania problemów alkoholowych.

B/ Analiza danych z instytucji mających swoją siedzibę w gminie, zajmujących się rozwiązywaniem problemów alkoholowych.

## I. METRYKA MIASTA

**Miasto Łomża liczy 63.118 mieszkańców, w tym:**

### DOSTĘPNOŚĆ NAPOJÓW ALKOHOLOWYCH

*Ilość punktów sprzedaży napojów alkoholowych:*

**Ogółem** ..... 152

*w tym:*

*a/ do spożycia poza miejscem sprzedaży*

*wg zawartości alkoholu:*

- do 4,5% ..... 98

- od 4,5% do 18% ..... 25

- powyżej 18% ..... 25

*b/ do spożycia w miejscu sprzedaży*

*wg zawartości alkoholu:*

- do 4,5% ..... 52

- od 4,5% do 18% ..... 26

- powyżej 18% ..... 36

*Biorąc pod uwagę ogólną ilość sklepów i lokali gastronomicznych zajmujących się handlem alkoholem, jeden punkt sprzedaży napojów alkoholowych przypada w Łomży na ok. 415 osób.*

Chcieliśmy zobaczyć, co o rozmieszczeniu punktów sprzedaży alkoholu myślą mieszkańcy miasta. Zapytaliśmy: **Czy w miejscu Pana/i zamieszkania dostępność alkoholu jest:**

<b>Zdecydowanie łatwa</b>	<b>46</b>	<b>%</b>
<b>Raczej łatwa</b>	<b>31</b>	<b>%</b>
<b>Raczej trudna</b>	<b>15</b>	<b>%</b>
<b>Zdecydowanie trudna</b>	<b>5</b>	<b>%</b>
<b>Trudno powiedzieć</b>	<b>3</b>	<b>%</b>

Widać z tego, że mieszkańcy Łomży nie mają problemów z kupnem alkoholu.

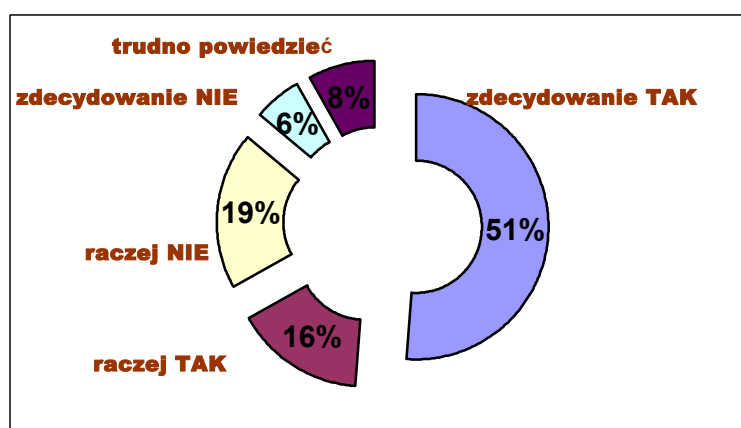
*Jak pokazują badania, liczba punktów sprzedaży napojów alkoholowych w przeliczeniu na jednego mieszkańca koreluje z umieralnością spowodowaną chorobami serca, nowotworami, śmiercią wynikłą bezpośrednio ze spożywania alkoholu oraz z umieralnością całkowitą. Polityka kontroli ilości punktów*

*sprzedaży alkoholu jest więc istotnym instrumentem kształtowania kondycji zdrowotnej mieszkańców.*

Zgodnie z obecnym stanem prawnym pieniądze na rozwiązywanie problemów alkoholowych w gminie pochodzą głównie z opłat za zezwolenia na sprzedaż alkoholu. Czy mieszkańcy miasta popierają takie rozwiązanie?

Spytaliśmy: *Czy Pana/i zdaniem sprzedawcy napojów alkoholowych powinny odprowadzać do kasy gminy pieniądze na finansowanie zapobiegania alkoholizmowi, nawet przez to alkohole byłyby nieco droższe?*

Otrzymaaliśmy następujące odpowiedzi:



Jak widać, 2/3 badanych zgadza się na istniejący obecnie system finansowania zadań w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych, nawet kosztem wyższej ceny napojów alkoholowych.

## **JAK WYGLĄDA SZACUNKOWA SKALA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH W ŁOMŻY**

- Liczba osób uzależnionych od alkoholu:  
1.300-1.900
- Liczba osób dorosłych żyjących w rodzinach alkoholowych (współmałżonkowie, rodzice, rodzeństwo):  
2.600-3.200
- Liczba dzieci wychowujących się w rodzinach alkoholików:  
2.600-3.200
- Liczba osób pijących szkodliwie, nie uzależnionych od alkoholu:  
3.200-4.500
- Ofiary przemocy w rodzinach z problemem alkoholowym (dzieci i dorośli):  
3.400-4.300

\* Obliczono wg wskaźników empirycznych Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

## **STAN ZASOBÓW W ZAKRESIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH**

### *❖ Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych*

Osoby uzależnione i wyrządzające swoim piciem poważne szkody społeczne a niechące dobrowolnie poddać się leczeniu odwykowemu mogą być zgłoszone do Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w celu wszczęcia procedury sądowej zobowiązującej do leczenia.

<b>ROK</b>	<i>Rozmowy interwencyjno-motywacyjne</i>	
	<i>Liczba rozmów</i>	<i>Skierowano do sądu</i>
<b>2007</b>	<b>104</b>	<b>96</b>

Zapytaliśmy mieszkańców miasta, co sądzą o instytucji sądowego zobowiązania do leczenia.

### **Przymus leczenia powinno się stosować:**

<b>Wobec wszystkich alkoholików</b>	<b>53 %</b>
<b>W pewnych przypadkach (np. szkody społeczne)</b>	<b>11 %</b>
<b>Nie powinno się w ogóle stosować przymusu</b>	<b>16 %</b>
<b>Trudno powiedzieć</b>	<b>20 %</b>

Jak widać, większość mieszkańców Łomży popiera instytucję sądowego zobowiązania do leczenia. Część badanych uważa, że nie wystarczy samo uzależnienie. Istotne jest, czy alkoholik powoduje swoim zachowaniem szkody społeczne. Takie myślenie odpowiada obecnemu stanowi prawnemu, gdzie do zastosowania postanowienia o leczeniu odwykowym uzależnienie musi współistnieć z takimi zachowaniami jak: zakłócanie porządku publicznego, rozpad rodziny, czy demoralizacja dzieci.

### *❖ Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej*

<b>Pomoc materialna Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej</b>	<b>rok 2007</b>	
	<small>liczba rodzin</small>	<small>liczba osób</small>
<b>Ogółem</b>	<b>1.622</b>	<b>4.339</b>
<b>Rodziny korzystające ze świadczeń z powodu problemów alkoholowych</b>	<b>104</b>	<b>343</b>

❖ *Działania konsultacyjno-informacyjne, grupy samopomocowe, rehabilitacja*

<b>• Punkt Konsultacyjny</b>	<b>Liczba porad</b>
○ Osoby uzależnione od alkoholu	<b>30</b>
○ Dorośli członkowie rodziny alkoholika	<b>428</b>
<b>OGÓŁEM:</b>	<b>458</b>

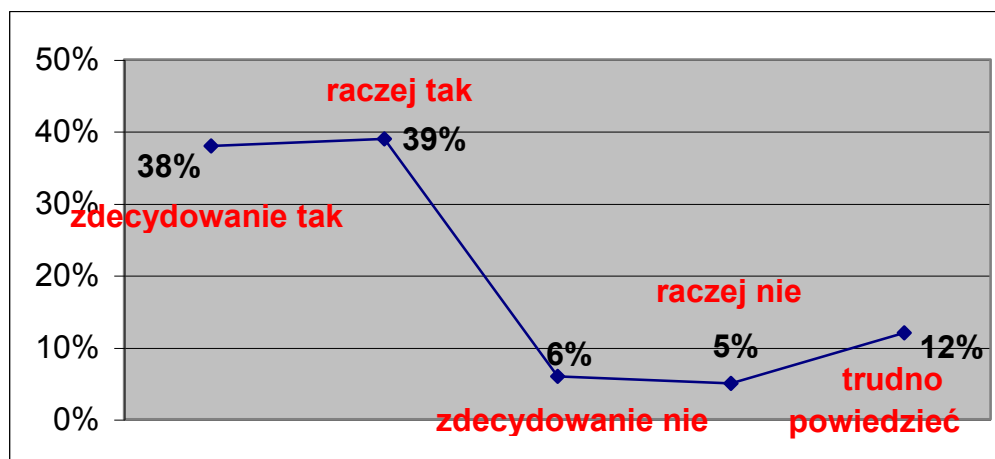
<b>• Leczenie odwykowe</b>	<b>Liczba</b>
<b>Placówki leczenia odwykowego</b>	
○ Przychodnia Terapii Uzależnienia Od Alkoholu i Współuzależnienia	<b>1</b>
○ Oddział detoksykacyjny	<b>1</b>
○ Całodobowy Ośrodek terapii Uzależnienia od Alkoholu	<b>1</b>
○ Dzienny Ośrodek terapii Uzależnienia od Alkoholu	<b>1</b>
<b>Formy wspomaganie terapii odwykowej</b>	
○ <i>Finansowanie zajęć ponadetatowych prowadzonych przez pracowników leczenia odwykowego</i>	

<b>• Inne formy działania</b>	<b>Liczba</b>
AA (dla uzależnionych).....	<b>3</b>
AI-Anon (dla współuzależnionych).....	<b>1</b>
DDA (dorośle dzieci alkoholików) .....	<b>1</b>

## ŚWIADOMOŚĆ SPOŁECZNA

Przy realizacji gminnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych istotne jest dotarcie z informacją do mieszkańców, a także ugruntowanie przekonania, co do skuteczności podejmowanych działań.

Pytaliśmy: „Czy wiedziałbym gdzie szukać pomocy, gdyby ktoś z moich bliskich miał problemy z alkoholem?”. Otrzymaliśmy następujące odpowiedzi:



Świadczy to o dobrej orientacji mieszkańców Łomży w zakresie funkcjonowania instytucji zajmujących się rozwiązywaniem problemów alkoholowych.

Pytaliśmy także: „Czy uważa Pan/i, że leczenie uzależnienia od alkoholu jest skuteczne i czy warto je podejmować?”. Anketowani odpowiedzieli:

Zdecydowanie tak	41 %
Raczej tak	36 %
Zdecydowanie nie	11 %
Raczej nie	7 %
Trudno powiedzieć	5 %

Zdecydowana większość badanych osób wierzy w skuteczność oddziaływań terapeutycznych ukierunkowanych na pomoc ludziom uzależnionym od alkoholu.



## II. ALKOHOL W ŻYCIU DOROSŁYCH

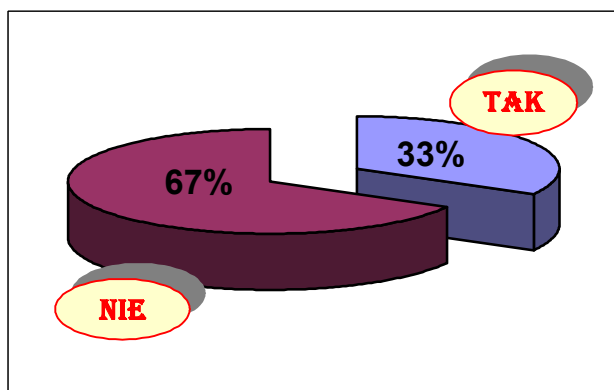
### REKLAMA NAPOJÓW ALKOHOLOWYCH I PROPAGOWANIE TRZEźWEGO STYLU ŻYCIA

Jak wykazują badania z lat 1970-83 przeprowadzone w 17 krajach OECD, poziom spożycia alkoholu, wskaźnik śmiertelności w wyniku marskości wątroby, a także wskaźnik wypadków z udziałem pojazdów mechanicznych ma bezpośredni związek z poziomem liberalizacji przepisów dotyczących reklamy napojów alkoholowych. Otóż, wskaźniki te były najniższe tam, gdzie obowiązywał całkowity zakaz reklamy alkoholu, zaś najwyższe tam, gdzie reklama wszystkich napojów alkoholowych była dozwolona.

Wyniki tych badań wskazują, iż wbrew temu, co twierdzą niekiedy producenci alkoholu, odbiorcy są skłonni w reklamie postrzegać raczej elementy atrakcyjności, promocji picia, i przyjemności płynące z konsumpcji trunku, a nie informację o jego jakości, czyli odczytują z reklamy przekaz „**jak dobrze jest pić**”, a nie „**który alkohol jest lepszy**”. Reklama napojów alkoholowych to jednak olbrzymie pieniądze. Dla przykładu biznes alkoholowy w Polsce przeznaczył na kampanie reklamowe ponad 150 mln USD. (Oparto się na danych Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych – „Alkohol i życie codzienne” 25/26/27 – 1996 r.).

W naszych badaniach chcieliśmy się zorientować, jaka jest świadomość zasięgu oddziaływania reklamy napojów alkoholowych na dorosłych konsumentów alkoholu w Łomży. Oto rezultaty:

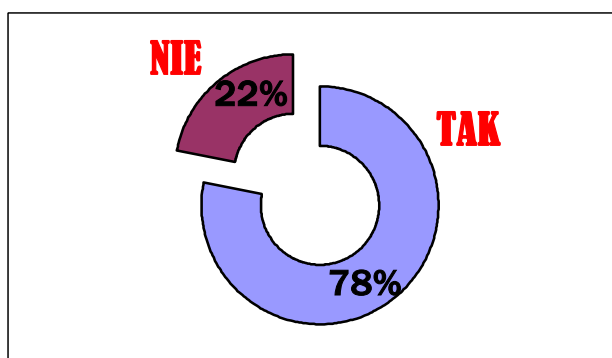
Na pytanie: „Czy kiedykolwiek kupił(a) Pan(i) alkohol pod wpływem reklamy?” nasi respondenci odpowiadają:



Większość ankietowanych nie dostrzega u siebie związku pomiędzy reklamą a spożywaniem napojów alkoholowych. Widziałbym tu następujące wytłumaczenie powyższych rezultatów:

- reklama oddziałuje w dużej mierze nie wprost i jej wpływ nie jest często bezpośredni (na zasadzie: *zobaczyłem plakat – idę kupić piwo*) lecz odroczone, polegający m.in. na nieświadomionej zmianie nawyków, preferencji i stylu życia.
- siła oddziaływania reklamy na dorosłych jest mniejsza niż na ludzi młodych,

Interesowało nas również zagadnienie niejako przeciwne do poprzedniego, tzn. czy mieszkańcy Łomży spotkali się z działaniami mającymi na celu propagowanie trzeźwego stylu życia. I tak, na pytanie: „Czy pamięta Pan(i) jakąś akcję, która zachęcałaby do powstrzymania się od picia alkoholu?” nasi respondenci odpowiedzieli:



Zaś na pytanie: „Na czym ta akcja polegała?” **odpowiedziano następująco:**

<b>NA CZYM TA AKCJA POLEGAŁA</b>	
<b>Ulotki, plakaty</b>	<b>16 %</b>
<b>Artykuły prasowe</b>	<b>41 %</b>
<b>Audycje radiowe/tv</b>	<b>21 %</b>
<b>Kazania w kościele</b>	<b>29 %</b>
<b>Spotkania, wykłady</b>	<b>6 %</b>
<b>Manifestacje, wiece</b>	<b>6 %</b>

Z jakąkolwiek formą oddziaływań mających na celu ograniczenie spożycia alkoholu spotkała się znaczna większość respondentów, zaledwie co piąty badany nie pamięta żadnej takiej akcji. Największy udział w tych edukacyjno – uświadamiających oddziaływaniach mają media (głównie prasa a także TV i radio) oraz przekazy kościelne. Korzystne byłoby jednak przesunięcie punktu ciężkości na działania bezpośrednie, „żywe”, tzn. na programy profilaktyczne w szkołach (obejmujące oprócz młodzieży także i rodziców), działalność służb socjalnych w zakładach pracy, imprezy promujące zdrowy styl życia, ciekawe szkolenia itp.

## **POGLĄDY I POSTAWY WOBEC ALKOHOLU**

Chcieliśmy zbadać, jaka jest hierarchia problemów społecznych wśród mieszkańców Łomży. Oto otrzymane rezultaty:

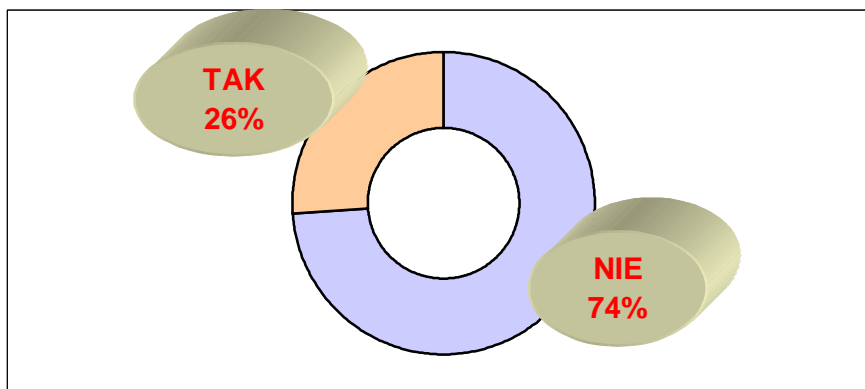
<b>Które z problemów uważa Pan/i za najważniejsze? *</b>	
<b>Zanieczyszczenie środowiska</b>	<b>22 %</b>
<b>Bezrobocie</b>	<b>58 %</b>
<b>Kryzys rodziny</b>	<b>25 %</b>
<b>Wzrost przestępczości</b>	<b>41 %</b>
<b>Alkoholizm</b>	<b>44 %</b>
<b>AIDS</b>	<b>9 %</b>
<b>Zubożenie społeczeństwa</b>	<b>19 %</b>
<b>Kryzys norm moralnych</b>	<b>11 %</b>
<b>Narkomania</b>	<b>38 %</b>
<b>Problemy mieszkaniowe</b>	<b>6 %</b>

\* W przypadku pytań, na które odpowiedzi nie wykluczały się wzajemnie, respondenci wybierali niejednokrotnie kilka możliwości. W takich przypadkach suma wartości procentowych jest większa niż 100%.

Alkoholizm postrzegany jest jako jedno z ważniejszych zagrożeń (drugi w hierarchii ważności – 44% wskazań). Gdy dodamy do tego zagrożenie narkomanią (38% wskazań), otrzymamy pełny obraz tego, jak mieszkańcy Łomży postrzegają problemy związane z uzależnieniami.

Skala problemów alkoholowych w danym środowisku zależy w dużej mierze od poglądów, wiedzy, postaw i przekonań ludzi na temat konsumpcji alkoholu.

Na pytanie: „Czy alkohol w piwie jest mniej groźny niż w wódce” odpowiedziano:



Prawda jest taka, że alkohol w piwie jest taki sam jak w winie i wódce. Zdecydowana większość badanych ma słuszny pogląd w tej sprawie, jednakże co czwarty mieszkaniec Łomży ma odmienne zdanie.

Badano też postawy mieszkańców Łomży dotyczące zasad handlu napojami alkoholowymi. Oto rezultaty:



Większość badanych nie ma wątpliwości. Alkohol jest na pewno towarem bardzo specyficznym, zmieniającym świadomość spożywającego, uzależniającym i jego dystrybucja nie może być poddany wyłącznie prawom rynku. Poza tym nadużywanie alkoholu powoduje konsekwencje dotyczące nie tylko samego pijącego, ale również, a może głównie, jego bliskich, rodziny, dzieci. W związku z tak istotnymi skutkami społecznymi dystrybucja napojów alkoholowych a także zasady ich spożywania podlegają w większości krajów kontroli społecznej. Jednakże niepokojący jest fakt, że niemal co czwarty badany nie zgadza się z tym.

Na pytanie: „Czy oczekuje Pan/i od władz lokalnych działań służących ograniczeniu problemów alkoholowych” badani mówią:

*Oczekuję takich działań ..... 91%*

*Nie oczekuję takich działań ..... 9%*

**Wynika z tego bardzo istotna przesłanka:**

**WŚRÓD MIESZKAŃCÓW ŁOMŻY ISTNIEJE DUŻE  
ZROZUMIENIE DLA SPECYFIKI PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH,  
A TAKŻE PRYZWOLENIE I OCZEKIWANIE BY WŁADZE  
SAMORZĄDOWE WŁĄCZYŁ Y SIĘ AKTYWNI E W  
ROZWIĄZYWANIE TYCH PROBLEMÓW**

Istotna jest także zasadnicza zgodność opinii w kwestii ustalenia granicy wieku legalnego nabywania napojów alkoholowych. Wszyscy z badanych wyrażają poparcie i zrozumienie dla istniejącego prawnego zakazu sprzedawania napojów alkoholowych dla dzieci i młodzieży.

Jak wynika z doświadczeń amerykańskich, podwyższenie granicy wieku uprawniającego do zakupu alkoholu do 21 lat zmniejszyło liczbę wypadków komunikacyjnych związanych z piciem alkoholu, spowodowanych przez młodych kierowców **od 5% do 28% !** A jak widzą to mieszkańcy Łomży?

Na pytanie: „**Od jakiego wieku powinno sprzedawać się alkohol ?**” badani odpowiadają:

<b>Bez ograniczeń</b>	<b>0 %</b>
<b>Od 16 roku życia</b>	<b>2 %</b>
<b>Od 18 roku życia</b>	<b>54 %</b>
<b>Od 21 roku życia</b>	<b>44 %</b>

Prawie żaden z badanych nie widzi możliwości obniżenia wieku legalnego nabycia napojów

alkoholowych do lat 16, **natomiast duża część ankietowanych (44%) byłaby skłonnych poprzeć działania zmierzające do podniesienia tej granicy do 21 lat.** Warto tu zwrócić uwagę, że adresatami ankiety nie były środowiska abstynenckie, ani osoby zajmujące się rozwiązywaniem problemów alkoholowych. Jest to dodatkowy argument za tym, że wśród mieszkańców miasta można by znaleźć poparcie dla różnorodnych działań zmierzających do ograniczenia negatywnych skutków nadużywania alkoholu.

## SPOŻYCIE ALKOHOLU

Skala problemów alkoholowych a także wskaźnik uzależnień jest w dużej mierze uwarunkowany ogólnym poziomem spożycia napojów alkoholowych w danym środowisku. Relacja jest prosta: im wcześniejszy pierwszy kontakt z alkoholem, im większe spożycie alkoholu tym szerszy jest zakres problemów alkoholowych. Inną istotną determinantą skali uzależnienia jest też rodzaj spożywanego alkoholu. Chodzi tu o tzw. model picia. W pewnym uproszczeniu można powiedzieć, że w zależności od kręgu kulturowego wyróżniamy w Europie trzy takie modele:

- **śródziemnomorski** – z przewagą spożycia wina,
- **anglosaski** – gdzie wśród spożywanych alkoholi dominuje piwo,
- **skandynawski** – z przewagą konsumpcji alkoholi wysokoprocentowych, głównie wódek.

Najgroźniejszy jest trzeci z tych modeli – picie mocnych alkoholi skraca drogę do uzależnienia.

Działania związane z rozwiązywaniem problemów alkoholowych powinny więc iść w kierunku przeciwdziałania zbyt wczesnym kontaktom z alkoholem, ograniczenia spożycia napojów alkoholowych a także zmiany wzorców picia na takie, w których preferuje się trunki o niskiej zawartości alkoholu.

Istotne są też motywy sięgania po alkohol. Spytałismy mieszkańców, które z czynników mają, ich zdaniem, najistotniejszy wpływ na nadużywanie alkoholu. Oto ich zdanie:

<b>Stosunkowo niskie ceny alkoholu .....</b>	<b>34 %</b>
<b>Bezrobocie .....</b>	<b>39 %</b>
<b>Napięcia psychiczne .....</b>	<b>36 %</b>
<b>Nuda .....</b>	<b>11 %</b>
<b>Obyczaj społeczny .....</b>	<b>21 %</b>
<b>Reklama alkoholu .....</b>	<b>5 %</b>

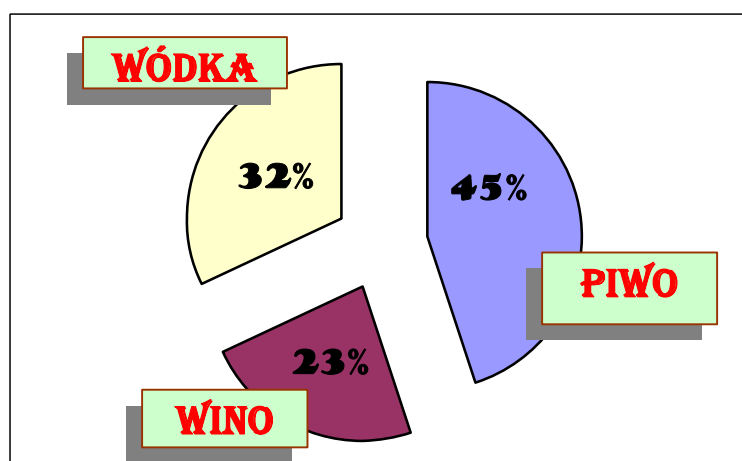
Jak widać, mieszkańcy miasta uważają, że głównym powodem występowania problemów związanych z nadużywaniem alkoholu jest bezrobocie. Inne ważne czynniki to napięcia psychiczne i stosunkowo niskie ceny alkoholu.

W skali krajowej zaobserwowano znaczące zmniejszenie spożycia alkoholu na głowę mieszkańca. Według danych GUS, jeszcze przed kilkunastu laty było to 11 litrów czystego alkoholu na jedną osobę – dziś spożycie wynosi ok. 8 litrów na osobę i od kilku lat utrzymuje się na zbliżonym poziomie. W naszych badaniach pytaliśmy: **”Ile czasu minęło, od kiedy pił/a Pan/i alkohol?”** Oto odpowiedzi:

<b>Pitem dzisiaj</b>	<b>1 %</b>
<b>1 - 2 dni</b>	<b>11 %</b>
<b>Mniej więcej tydzień</b>	<b>28 %</b>
<b>2 tygodnie do miesiąca</b>	<b>25 %</b>
<b>Miesiąc do trzech miesięcy</b>	<b>14 %</b>
<b>Więcej niż 3 miesiące</b>	<b>10 %</b>
<b>Nie piję od kilku lat</b>	<b>11 %</b>

Jak z tego wynika 2/3 ankietowanych mieszkańców Łomży piła alkohol nie więcej niż miesiąc przed okresem badania, zaś 11% deklaruje się jako abstynenci.

Na pytanie: „Jaki alkohol pił/a Pan/i ostatnim razem?” odpowiadano:



Mieszkańcy Łomży w sumie częściej spożywają napoje z niższą zawartością alkoholu (piwo i wino), niż wódkę. Jest to tendencja korzystna, oczywiście o ile nie wynika jedynie z bezwzględnego wzrostu spożycia piwa. Należy także wziąć pod uwagę fakt, że spożywanie wina w wielu przypadkach nie jest wynikiem ukształtowania takich preferencji, lecz jest uwarunkowane niską ceną „win” rodzimej produkcji.

Chcieliśmy się także dowiedzieć, jak silne są naciski społeczne na osoby, które odmawiają wypicia alkoholu, czyli innymi słowy – czy łatwo w Łomży być abstynentem.

Jakie są w Pana/i środowisku reakcje na odmowę wypicia alkoholu?	
zdziwienie	11 %
krytyka	3 %
podziw	5 %
wyśmiewanie	2 %
zrozumienie	41 %
odrzućenie	2 %
obojętność	27 %
usilne namawianie	17 %

Jak widać osoby odmawiające wypicia alkoholu **nie spotykają się** z wyraźnym brakiem akceptacji ze strony środowiska. W reakcjach otoczenia dominuje zrozumienie (czasem nawet podziw) lub przynajmniej obojętność, zaś krytyka, wyśmiewanie, czy odrzucanie zdarza się rzadko.

W naszych badaniach interesowało nas również, w jakim **wieku dorośli dzisiaj mieszkańcy Łomży sięgnęli po raz pierwszy po alkohol**. Oto odpowiedzi:

W jakim wieku miał/a Pan/i pierwszy kontakt z alkoholem?	
W ogóle nie piłem	2 %
9 lat lub mniej	1 %
10 - 12 lat	4 %
13 - 15 lat	20 %
16 - 17 lat	33 %
18 - 21 lat	22 %
Powyżej 21 lat	14 %
Nie pamiętam	4 %

Prawie czterech na dziesięciu badanych osób dorosłych poznało smak alkoholu będąc już osobami pełnoletnimi (lub w ogóle nie pije). Do 15 roku życia sięgnęło po alkohol 25% dzisiejszych dorosłych.

Zaś na pytanie: **Z kim po raz pierwszy pił/a Pan/i alkohol**” badani mówią:



<b>Z kolegą</b>	<b>71 %</b>
<b>Z rodzicami</b>	<b>9 %</b>
<b>Z innym dorosłym członkiem rodziny</b>	<b>8 %</b>
<b>Z innym dorosłym</b>	<b>9 %</b>
<b>Sam</b>	<b>3 %</b>

Siedmiu na dziesięciu dzisiejszych dorosłych pierwszy kieliszek alkoholu wypilo z kolegą, zaś co jedenasty – z rodzicem.

### III. SZKODY SPOŁECZNE ZWIĄZANE Z NADUŻYWANIEM ALKOHOLU

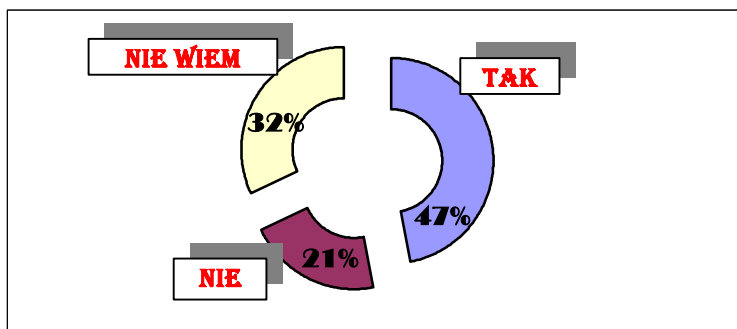
Powszechnie uważa się, że alkohol jest dla państwa źródłem poważnych dochodów. Rzeczywiście, koszty produkcji alkoholu są niewspółmiernie niskie w stosunku do ceny sprzedaży, duża część tych zysków zasila skarb państwa. Jednak jest to tylko część prawdy. Często nie dostrzega się kosztów społecznych związanych z piciem i nadużywaniem alkoholu. Naukowcy amerykańscy rozróżnili dwie kategorie kosztów ekonomicznych:

- **koszty bezpośrednie:** czyli faktycznie dokonane opłaty. Są to koszty leczenia specjalistycznego i somatycznego, utrzymanie domów opieki społecznej, koszty przestępstw, wypadków, pożarów, a także prowadzenie działalności służb administracyjnych, rządowych i lokalnych zajmujących się rozwiązywaniem problemów alkoholowych.
- **Koszty pośrednie:** są to wszelkie stracone dochody związane m. in. z przedwczesną umieralnością, utratą zdolności do pracy, pomocą ofiarom przestępstw, utrzymaniem więźniów.

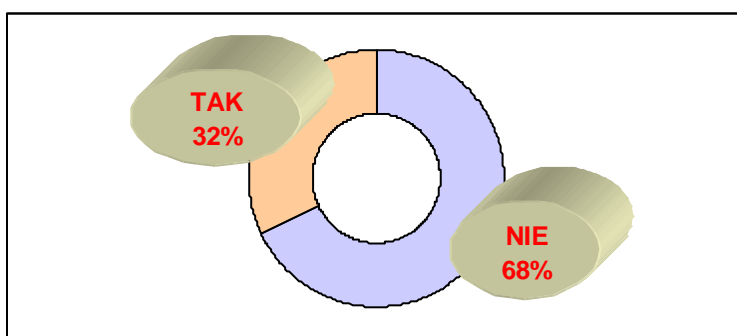
Jak podaje „VIII Raport Specjalny dla Kongresu USA” społeczne koszty nadmiernego picia są ponad 2-krotnie wyższe od zysków finansowych uzyskiwanych ze sprzedaży alkoholu. Nadmiernie pijący, w porównaniu z umiarkowanie pijącymi i abstynentami, korzystają nieproporcjonalnie dużo częściej z opieki medycznej, zwolnień chorobowych i rent. Z obliczeń Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych wynika, że koszty ekonomiczne problemów alkoholowych w Polsce sięgają kwoty 24 miliardów rocznie. Ale przecież nie wszystkie straty można przeliczyć na pieniądze. Dochodzą jeszcze koszty psychologiczne dotyczące w dużej mierze ludzi żyjących w otoczeniu osób nadużywających alkoholu.

### SKALA ZAGROŻENIA PROBLEMAMI ZWIĄZANYMI Z NADUŻYWANIEM ALKOHOLU

Na pytanie, czy osoby pijące alkohol w miejscu Pana/i zamieszkania stanowią szczególne zagrożenie dla bezpieczeństwa, odpowiadają:



Prawie połowa badanych uważa, że tak. W związku z powyższym chcieliśmy zobaczyć, czy mieszkańcy miasta sami doświadczali sytuacji zagrożenia. Spytaliśmy: „Czy zdarzyło się Panu/i w ostatnim okresie doznawać jakichś przykrych przeżyć związanych z nietrzeźwością w miejscach publicznych?”. Oto odpowiedzi:



Jak z tego wynika, co trzecia osoba bezpośrednio i osobiście doświadczała nieprzyjemnych skutków nadużywania przez innych alkoholu.

#### ❖ **Policja:**

RODZAJ WYKROCZENIA	ROK 2007
Liczba osób zatrzymanych do wytrzeźwienia w pomieszczeniach policyjnych .....	340

#### ❖ **Straż Miejska:**

*Ilość interwencji związanych z nadużywaniem alkoholu w roku:*

a/ 2005 rok .....	3
b/ 2006 rok .....	7
c/ 2007 rok .....	23

## IV. DYNAMIKA ZACHOWAŃ ALKOHOLOWYCH NA PRZESTRZENI OSTATNICH LAT

### DYNAMIKA SPOŻYCIA ALKOHOLU

Według statystyk krajowych spożycie alkoholu na jednego mieszkańca w ostatnich latach waha się. Jednocześnie wyraźnie zarysowały się tendencje negatywne: następuje szybki wzrost spożywania napojów alkoholowych wśród marginalnych dotychczas grup konsumenckich, to jest kobiet i młodzieży.

W naszych badaniach chcieliśmy zobaczyć, czy sytuacja ta ma przełożenie na spostrzeżenie problemów alkoholowych przez mieszkańców Łomży.

Zapytaliśmy: „Czy Pana/i zdaniem osoby dorosłe oraz młodzi ludzie (poniżej 18 roku życia) piją obecnie mniej, więcej czy tyle samo, co przed 10 laty”.

Oto odpowiedzi:

Spożycie alkoholu jest:	Wśród dorosłych	Wśród młodzieży
<b>Większe niż 10 lat temu</b>	<b>39 %</b>	<b>86 %</b>
<b>Mniejsze niż 10 lat temu</b>	<b>7 %</b>	<b>2 %</b>
<b>Nie widzę zmiany</b>	<b>54 %</b>	<b>12 %</b>

Jeśli chodzi o konsumpcję alkoholu wśród osób dorosłych, mieszkańcy Łomży nie dostrzegają tendencji spadkowej. **Wyraźnie potwierdziła się natomiast opinia o wzroście spożycia alkoholu przez młodych ludzi. Tak uważa zdecydowana większość mieszkańców miasta.**

Zgodnie z ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi oraz Narodowym Programem Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych wskazane jest podejmowanie działań w kierunku zmiany obyczajów w zakresie spożywania napojów alkoholowych (m.in. zastąpienie alkoholi mocnych słabszymi). Oto jak, zdaniem badanych, zmieniły się u nich preferencje alkoholowe:

<b>Nastąpiła zmiana na korzyść alkoholi niskoprocentowych</b>	<b>51 %</b>
<b>Nastąpiła zmiana na korzyść alkoholi wysokoprocentowych</b>	<b>17 %</b>
<b>Nie widzę zmiany</b>	<b>32 %</b>

Mieszkańcy Łomży dostrzegają korzystną tendencję zmiany preferencji konsumpcji napojów alkoholowych na korzyść alkoholi niskoprocentowych.

Spytaliśmy także mieszkańców Łomży, jak, ich zdaniem, wygląda nielegalny obrót alkoholem. Czy dostrzegają zmiany na przestrzeni ostatnich lat.

	<b>Skala zjawiska</b>		
	<b>większa</b>	<b>mniejsza</b>	<b>bez zmian</b>
<b>przypadki nielegalnej produkcji alkoholu (bimbrownictwo)</b>	<b>22 %</b>	<b>53 %</b>	<b>25 %</b>

Jak widać, zdaniem badanych, skala bimbrownictwa uległa ograniczeniu.

## **OBYCZAJ ALKOHOLOWY**

Pewne normy i praktyki związane z pićm funkcjonujące w danej społeczności są czynnikami rokującymi pojawienie się problemów alkoholowych. W naszym społeczeństwie w związku z przemianami ustrojowymi i obyczajowymi nastąpiły pewne zmiany dotyczące wzorców picia. Przyjrzyjmy się jak oceniają te zmiany mieszkańcy gminy.

<b>RODZAJ ZACHOWAŃ</b>	<b>SKALA ZJAWISKA</b>		
	<b>większa</b>	<b>mniejsza</b>	<b>bez zmian</b>
<b>Widok osób pijanych na ulicach</b>	<b>44 %</b>	<b>31 %</b>	<b>25 %</b>
<b>„Załatwianie sprawy przez alkohol” („płacenie alkoholem”, „opijanie spraw”)</b>	<b>27 %</b>	<b>29 %</b>	<b>44 %</b>
<b>Przypadki upijania się, awanturowania i inne niekontrolowane zachowania alkoholowe na imprezach i uroczystościach</b>	<b>28 %</b>	<b>49 %</b>	<b>23 %</b>

Jak wynika z powyższego zestawienia spojrzenie mieszkańców gminy na zachowania alkoholowe jest zróżnicowane. Dostrzegają oni jednak, oprócz tendencji negatywnych, także zjawiska pozytywne.

## **ALKOHOL W PRACY**

Alkohol jest napojem  
chłodzącym  
- zapal do pracy.  
- *Jerzy Leszczyński*

Dla alkoholika najpierw picie przeszkadza w pracy,  
a potem praca przeszkadza w picciu.  
- *porzekadło francuskie*

Straty wynikłe z nadużywania alkoholu w miejscu pracy, przychodzenia do pracy pod wpływem alkoholu lub po przepiciu, są trudne do oszacowania. Są to zarówno szkody wymierne, takie jak absencje w pracy czy też wypadki, ale także straty mniej wymierne, jak ograniczona wydajność. Jednakże nie zawsze z faktów tych wyciągano prawidłowe konsekwencje. Do czasu transformacji ustrojowej w 1989 roku doktryna o konieczności zapewnienia wszystkim miejsca pracy nie stwarzała możliwości pełnego egzekwowania odpowiedzialności za naruszanie dyscypliny pracy.

Spójrzmy, czy mieszkańcy Łomży dostrzegają w tej sferze zmiany na przestrzeni ostatnich lat .

RODZAJ ZACHOWAŃ	SKALA ZJAWISKA		
	WIĘKSZA	MNIEJSZA	BEZ ZMIAN
Picie alkoholu w pracy	20 %	69 %	11 %
Tolerancja kadry kierowniczej zakładów pracy w stosunku do osób nadużywających alkoholu	19 %	67 %	14 %

Jeśli chodzi o spożywania alkoholu w pracy wielu badanych dostrzega pozytywną tendencję.

### **OBYCZAJ ABSTYNNENCKI. SKUTECZNOŚĆ ODDZIAŁYWAŃ PROFILAKTYCZNO - LECZNICZYCH**

Jak z ogórka kiszzonego nie zrobi się świeżego,  
tak alkoholik nie stanie się człowiekiem pijącym  
w sposób kontrolowany.

- *maksyma AA*

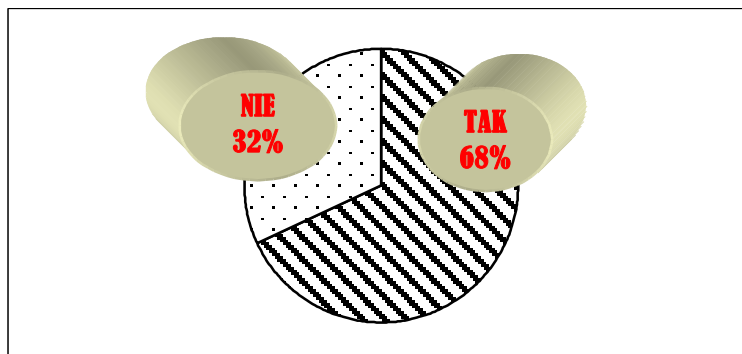
Z alkoholizmu nie można się wyleczyć,  
ale można wyzdrowieć.

- *Wiktor Osiatyński*

Zacytowane wyżej powiedzenia, choć z pozoru paradoksalne, dobrze oddają istotę dochodzenia osób uzależnionych do trzeźwości. Alkoholizm jest chorobą chroniczną (podobnie jak cukrzyca, czy alergie). Leczenie nie ma więc na celu powrotu pacjenta do picia okazjonalnego (utracona kontrola picia nie powraca), lecz naukę życia w trzeźwości (całkowita abstynencja). Temu celowi najlepiej służy połączenie i współdziałanie terapii odwykowej oraz grup samopomocowych. Mieszkańcy Łomży mogą w przypadku wystąpienia problemów alkoholowych korzystać z usług terapeutycznych, a także otrzymać

wsparcie w grupach samopomocowych. Chcieliśmy sprawdzić, czy dostrzegają oni efekty tych działań. Spytaliśmy: „Czy styka się Pan/i z osobami dawniej nadużywającymi alkoholu, którzy obecnie nie piją wcale lub w sposób znaczący ograniczyli swoje picie?”

Oto wyniki:



Jak widać, wielu mieszkańców miasta coraz częściej styka się z osobami, które zostały abstynentami lub przynajmniej piją w sposób mniej destrukcyjny niż dawniej.

Interesującą sprawą są także zmiany w odbiorze przez otoczenie realizacji postaw abstyntenckich.

RODZAJ ZACHOWAŃ	SKALA ZJAWISKA (na przestrzeni ostatnich lat)		
	większa	mniejsza	bez zmian
Przypadki odmawiania picia	31 %	33 %	36 %
Akceptacja dla postaw abstyntenckich (nienamawianie do picia)	41 %	25 %	34 %
Popularność uroczystości bezalkoholowych (komunie, wesela, itp.)	21 %	23 %	56 %

Wynika z tego, że wielu badanych dostrzega pozytywną ewolucję, jeżeli chodzi o przypadki odmawiania picia, obserwują oni także korzystną zmianę w stosunku do osób niepijących. Część z nich widzi również tendencje do coraz częstszego organizowania uroczystości bezalkoholowych.

Istotne znaczenie ma oczywiście pytanie, jaki wpływ na korzystne zmiany w obyczaju alkoholowym mają działania podejmowane w ramach gminnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych, oraz terapia odwykowa.

<b>Jeśli zauważa Pan/i pozytywne zmiany obyczajów i zachowań alkoholowych w ostatnich latach, to są one wynikiem:</b>	
Edukacji społecznej (prasa, radio, tv)	<b>20 %</b>
Działań lokalnych (leczenie odwykowe, miejska komisja rozwiązywania problemów alkoholowych, grupy AA, kluby abstynenta, profilaktyka szkolna i in.)	<b>37 %</b>
Działań administracyjno-prawnych	<b>11 %</b>
Polityki cenowej wobec alkoholu	<b>9 %</b>
Zmian w obyczajowości	<b>36 %</b>
Promocji zdrowego stylu życia	<b>35 %</b>
Zubożenia społeczeństwa (brak pieniędzy na alkohol)	<b>22 %</b>
Większych możliwości wydawania pieniędzy na inne cele	<b>21 %</b>
Obawy o utratę pracy	<b>56 %</b>

Jak wynika z przeprowadzonych badań, działania lokalne mają, zdaniem mieszkańców Łomży, bardzo istotny wpływ na pozytywne zmiany w obyczaju i zachowaniach alkoholowych na przestrzeni ostatnich lat (docenia to prawie czterech na dziesięciu badanych).



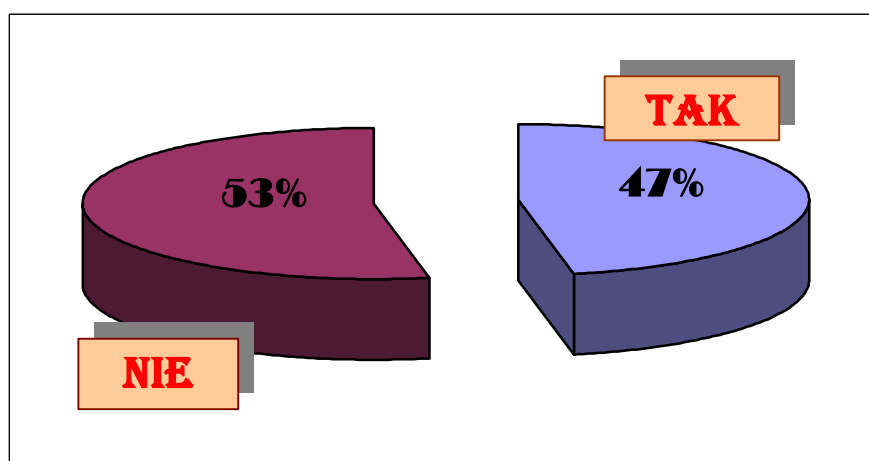
## V. PRZEMOC DOMOWA OCZYMA DOROSŁYCH

Na początek zobaczmy, jak spostrzegają ta kwestię dorośli mieszkańcy miasta.

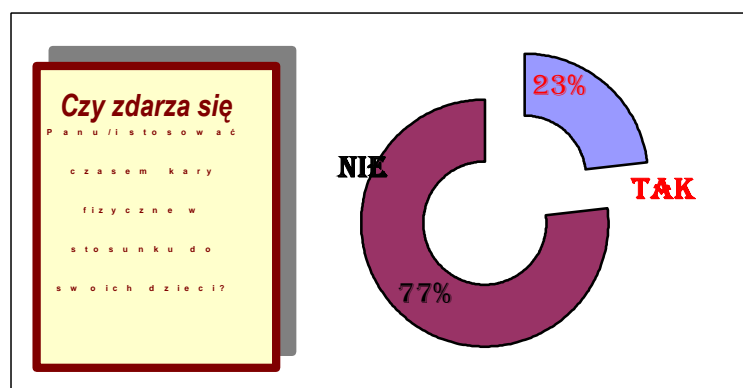
Czy zgadza się Pan/i z następującymi stwierdzeniami?	TAK		NIE	
<i>Dziecko powinno się bać rodziców, wtedy łatwiej o posłuszeństwo i szacunek.</i>	19	%	81	%
<i>Surowe traktowanie dziecka przez rodziców hartuje dziecko i pozwala mu lepiej radzić sobie z przeciwnościami losu.</i>	13	%	87	%

Jak widać, co piąty z rodziców uważa, że dziecko powinno bać się swoich rodziców, co ósmy zaś jest zwolennikiem surowego traktowania dzieci.

Dalej zadaliśmy pytanie: „Czy Pana/i zdaniem stosowanie kar fizycznych przez rodziców powinno być zakazane prawnie”.



Prawie połowa dorosłych popiera pomysł prawnego zakazu stosowania kar fizycznych wobec dzieci. A jak spostrzegają oni swoje zachowania w tej sferze?



## VI. PROBLEMY NARKOMAŃSKIE OCZYMA DOROSŁYCH

Pytania dotyczące problemów narkomańskich zadaliśmy także dorosłym mieszkańcom Łomży.

**Czy Pana/i zdaniem dostęp do narkotyków w Pana/i okolicy jest:**

<i>Zdecydowanie łatwy</i>	<b>29</b> %
<i>Raczej łatwy</i>	<b>27</b> %
<i>Zdecydowanie trudny</i>	<b>3</b> %
<i>Raczej trudny</i>	<b>12</b> %
<i>Nie wiem</i>	<b>29</b> %

Dalej pytaliśmy o pogląd na penalizację posiadania narkotyków:

Czy za posiadanie narkotyków powinno się karać	
<i>TAK</i>	<b>97</b> %
<i>NIE</i>	<b>3</b> %

# ALKOHOŁA MŁODZIEŻ

Na pytanie, kiedy w przypadku konsumpcji alkoholu przez młodzież możemy mówić o nadużywaniu, odpowiedź brzmi: **zawsze**. Alkohol jest dla ludzi, ale dla ludzi zdrowych i dorosłych. Jerzy Melibruda w broszurze pt. „Tajemnice ETOH” pisze:

*„Zdaniem lekarzy i psychologów istnieją bardzo poważne uzasadnienia do tych ograniczeń. Nawet niewielkie ilości alkoholu, niegroźne dla dorosłych, mogą uszkadzać procesy rozwojowe dzieci i młodzieży. Dotyczy to nie tylko rozwoju biologicznego, ale również procesów związanych z uczeniem się i zapamiętywaniem oraz rozwojem uczuciowym.*

*Gdy człowiek ma kilkanaście lat budują się fundamenty jego umysłu i osobowości. Metaforycznie można powiedzieć, że alkohol wypłukuje cement z tych fundamentów. W młodości powstaje podstawowa mapa orientacyjna dla dalszej drogi życia – oszołomienie alkoholem dostarcza fałszywych informacji i drogowskazów. Jest to czas, gdy człowiek odkrywa różne barwy uczuć – alkohol zamazuje różnorodność i bogactwo tęczy autentycznych przeżyć.*

*Młody człowiek uczy się wiązać swoje przyjemne stany z alkoholem, a nie z konkretnymi wydarzeniami życiowymi i w ten sposób oddala się od rzeczywistości. Młodzi ludzie zamiast odkrywać prawdę o sobie i życiu w naturalnych i autentycznych doświadczeniach osobistych uczą się pośpiesznego i złudnego manipulowania własnymi uczuciami i umysłem.”*

Wielkość spożycia alkoholu przez młodych ludzi zdeterminuje w przyszłości ogólny stan zdrowia społeczeństwa. Alkohol zaburza zdolność uczenia się – w związku z czym zbyt wczesne rozpoczynanie picia staje się bardzo często przyczyną trudności i niepowodzeń w nauce. Wywołując w sposób sztuczny stany emocjonalne alkohol powoduje hamowanie rozwoju emocjonalnego i opóźnienie dojrzewania nastolatków.

Picie alkoholu przez młodych ludzi powoduje także bezpośrednie szkody indywidualne i społeczne. Jest ono przyczyną ryzykownych zachowań. Jak pokazują dane statystyczne, wzrasta liczba nieletnich sprawców a także nieletnich ofiar przestępstw. W związku ze słabo ukształtowaną strukturą układu nerwowego młodzi ludzie cechują się słabszą tolerancją na alkohol. Powoduje to, iż nawet niewielkie dawki mogą wywołać niekontrolowane zachowania. Szybsza jest także droga do uzależnienia się.

**Jak twierdzą eksperci, alkohol jest główną przyczyną zgonów i inwalidztwa u osób w wieku 15-21 lat, znacznie przewyższając pod tym względem szkody związane z narkotykami.**

Podstawą diagnozy zachowań związanych z alkoholem i problemów alkoholowych wśród młodzieży są badania ankietowe przeprowadzone wśród młodzieży ze szkół w Łomży. Badaniem objęto uczniów, w następujących przedziałach wiekowych:

- *klasy VI szkół podstawowych*
- *klasy III gimnazjalne*
- *klasy II szkół ponadgimnazjalnych*

Otrzymane wyniki poddano analizie statystycznej i merytorycznej. Objęła ona następujące bloki tematyczne:

- *Stan zasobów*
- *Wiedza o alkoholu – mity i fakty*
- *Postawy młodzieży w stosunku do alkoholu*
- *Skala problemów alkoholowych – zachowania alkoholowe*
- *Postawy dorosłych a picie młodzieży*
- *Młodzież a narkotyki*
- *Przemoc*

## OPIS METODOLOGII BADAŃ

Realizacja celów zawartych w ofercie badań wymagała objęcia badaniami próby z populacji uczniów szkół gminy (dziewcząt i chłopców) w trzech grupach wiekowych:

- *uczniowie klas VI szkół podstawowych*
- *uczniowie klas III gimnazjów*
- *uczniowie klas II szkół ponadgimnazjalnych.*

Wyboru próby dokonano metodą *doboru warstwowego* (podział na jednorodne warstwy – grupy wiekowe i wybór badanej próby w obrębie wybranych warstw). Badane były po trzy klasy w każdym z wyżej wymienionych przedziałów wiekowych.

Badania realizowane były metodą *ankiety audytoryjnej* ((badania zbiorowe). Ankieter czyta instrukcje, podkreśla anonimowy charakter badań, następnie, w przypadku wątpliwości, odpowiada na pytania i udziela indywidualnych wyjaśnień. Po zakończeniu badania ankieter zbiera ankiety i wkłada do przygotowanej teczki.

Ankiety (dla dorosłych i dla młodzieży) przygotowane były przez psychologa, specjalistę psychoterapii uzależnień, w oparciu o narzędzia stosowane powszechnie w tego typu badaniach.

Ankiety przeprowadzali ankieterzy z firmy „Ekspertyzy-Edukacja-Terapia EKSTER”. Są to osoby przygotowane do realizacji badań ankietowych, mające duże doświadczenie w realizacji takich badań, a także zajmujące się w praktyce zagadnieniami w sferze rozwiązywania problemów alkoholowych.

## I. STAN ZASOBÓW

### ❖ PROFILAKTYKA

Zgodnie z ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi jednym z ważniejszych zadań realizowanych przez miasta w tej dziedzinie jest: „prowadzenie profilaktycznej działalności edukacyjnej i informacyjnej, w szczególności dla młodzieży”.

W ostatnich latach odchodzi się od pogadank i prelekcji dla młodzieży na temat szkodliwości alkoholu i narkotyków – okazały się one mało skuteczne, a czasem zwiększały nawet zainteresowanie środkami odurzającymi. W chwili obecnej kładzie się nacisk na realizację programów profilaktycznych i tworzeniu świetlic socjoterapeutycznych. W nowoczesnych programach wiedza o środkach uzależniających i o uzależnieniach to zaledwie 10-15% całego programu. Główny nacisk kładzie się natomiast na uczenie się takich umiejętności życiowych, które pozwolą zmniejszyć ryzyko wejścia na drogę uzależnienia. Wynika to z przekonania, że człowiek pozbierany w sobie, zadowolony z życia, umiejący egzekwować swoje prawa i radzić sobie w trudnych sytuacjach nie będzie odczuwał potrzeby wspomagania się chemicznymi środkami zmieniającymi świadomość.

### ❖ Ważniejsze oddziaływania profilaktyczne w 2007 r.

	Liczba osób uczestniczących		
	uczniów	nauczycieli	rodziców
<b>Szkolne programy profilaktyczne</b>			
➤ „Zdrowe, aktywne życie”	<b>6.325</b>	<b>1.300</b>	<b>1.274</b>
➤ „Chcę inaczej”			
➤ „Twój wybór”			
➤ „Zgodnym rytmem”			
➤ „Potrafię wybierać”			
➤ „Użytki do kosza” i in.			
<b>Pozaszkolne programy profilaktyczne</b>			
➤ „Podaję rękę w każdy czas. Nasza młodość bez nałogów”	<b>7.541</b>	<b>928</b>	<b>539</b>
➤ „Żyję zdrowo. Moje miejsce w zdrowym świecie”			
➤ „Masz zainteresowania, jesteś wolny od nałogów”			
➤ „Żyj zdrowo i z uśmiechem”			
➤ „Jestem wolny – mój sposób na życie”			
➤ „Umiem wybrać, bo wiem co dobre” i in.			

❖ *Świetlice:*

	Liczba			
	placówek	dzieci	W tym: z rodzin alkoholowych	wychowawców
<i>Świetlice realizujące program socjoterapeutyczny</i>	2	67	57	6
<i>Świetlice realizujące program opiekuńczo-wychowawczy</i>	3	123	69	7

❖ *Inne działania profilaktyczne skierowane do dzieci i młodzieży:*

	Ilość dzieci
<i>Dzieci korzystające z działań na rzecz dożywiania, uczestniczące w pozalekcyjnych programach opiekuńczo-wychowawczych i socjoterapeutycznych</i>	591
<i>Kolonie i obozy z programem zajęć socjoterapeutycznych dla dzieci i rodzin z problemem alkoholowym</i>	174
<i>Kolonie i obozy z programem zajęć profilaktycznych w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych</i>	365
<i>Programy i przedsięwzięcia profilaktyczne opracowywane i realizowane przez młodzież, skierowane do grup rówieśniczych (np. kluby dyskusyjne, dyskoteki bezalkoholowe, audycje radiowe itp.)</i>	592
<i>Pozalekcyjne zajęcia sportowe realizowane w 2007 roku w ramach gminnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych</i>	365

### ❖ Ocena działań profilaktycznych przez uczniów:

Powyższe statystyki pokazują, że profilaktyka uzależnień obejmuje bardzo szerokie grono uczniów. Chcieliśmy zobaczyć, jak to wygląda ze strony uczestników tych zajęć. Zapytaliśmy, czy uczniowie uczestniczyli kiedykolwiek w programie przeciwdziałania uzależnieniom.

	Szkoły podst. kl. VI	Gimnazjum kl. III	Szkoły ponadgimn. kl. II
<b>TAK</b>	<b>30 %</b>	<b>45 %</b>	<b>33 %</b>
<b>NIE</b>	<b>20 %</b>	<b>55 %</b>	<b>67 %</b>

Jak widać, uczniowie w większości nie pamiętają działań związanych z profilaktyką uzależnień.

Gdy pytaliśmy o nazwy tych programów, w większości przypadków uczniowie ich nie pamiętali. Najczęściej wymieniali je ogólnie i opisowo, opisowo: zapobieganie alkoholizmowi, apel szkolny, wykłady, lekcja wychowawcza, alkohol – stop.

Poprosiliśmy także o subiektywną ocenę skuteczności tych działań.

Jeśli uczestniczyłeś w takich programach, to jak oceniasz ich skuteczność:	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szkoły ponadgimn. II kl.
<b>Bardzo dobrze</b>	<b>8 %</b>	<b>7 %</b>	<b>10 %</b>
<b>Dobrze</b>	<b>36 %</b>	<b>25 %</b>	<b>20 %</b>
<b>Przeciętnie</b>	<b>31 %</b>	<b>49 %</b>	<b>48 %</b>
<b>Słabo</b>	<b>14 %</b>	<b>12 %</b>	<b>10 %</b>
<b>Bardzo słabo</b>	<b>11 %</b>	<b>7 %</b>	<b>12 %</b>

Wyniki te mogą wywoływać pewien niedosyt. Uczniowie generalnie oceniają przeciętnie jakość tych programów. Jednak, jak pokazuje tabela zamieszczona niżej, młodzież chciałaby częściej uczestniczyć w tego typu projektach.

Czy twoim zdaniem takich programów jest:	Klasa VI	Gimna- zjum kl. III	Szkoły ponadgimn. Kl. II
<b>za mało</b>	<b>56 %</b>	<b>71 %</b>	<b>70 %</b>
<b>za dużo</b>	<b>5 %</b>	<b>6 %</b>	<b>13 %</b>
<b>w sam raz</b>	<b>39 %</b>	<b>23 %</b>	<b>17 %</b>

## II. WIEDZA O ALKOHOLU - MITY I FAKTY

Wokół zachowań alkoholowych narosło wiele mitów. Opierają się one na fałszywych przekonaniach i półprawdach. Funkcjonowanie ich w obiegu społecznym stwarza duże zagrożenia, gdyż utrudnia dostrzeżenie realnych niebezpieczeństw związanych z nadużywaniem alkoholu. Dlatego tak istotne jest dostarczanie rzetelnej wiedzy na ten temat. Młodych ludzi poproszono o ustosunkowanie się, czy stwierdzenie: „**Alkohol w piwie jest inny i mniej groźny niż w wódce**” jest prawdziwe czy fałszywe. Oto odpowiedzi:

	<i>Prawdziwe</i>	<i>Fałszywe</i>
Szkoły podstawowe – kl. VI	<b>39 %</b>	<b>61 %</b>
Gimnazja – kl. III	<b>47 %</b>	<b>53 %</b>
Szkoły ponadgimnazjalne – kl. II	<b>29 %</b>	<b>71 %</b>

Odpowiedź prawidłowa brzmi oczywiście, że jest to twierdzenie fałszywe. Alkohol w piwie jest taki sam jak w wódce. W niektórych krajach ponad połowa osób uzależnionych piła przede wszystkim piwo. Upijanie się przy pomocy piwa i wina trwa dłużej, ale jest bardziej zwodnicze i łatwiej wciąga nowych konsumentów – młodzież i kobiety.

Świadomość tego faktu wśród uczniów szkół w Łomży jest zróżnicowana. *czterech na dziesięciu uczniów klas szóstych, połowa gimnazjalistów i prawie co trzeci uczeń drugiej klasy szkoły ponadgimnazjalnej nie posiada na ten temat prawidłowej wiedzy.*

Następne pytanie odnosiło się do wizerunku alkoholika, a w zasadzie było pytaniem o najistotniejsze objawy uzależnienia.

Czy alkoholik to człowiek, który:	Szk. podst. Kl. VI	Gimnazjum kl.III	Szkoły ponadgimnazj. kl.II
Pije codziennie	<b>38 %</b>	<b>28 %</b>	<b>33 %</b>
Chodzi brudny i zaniedbany	<b>7 %</b>	<b>6 %</b>	<b>11 %</b>
Gdy zacznie pić, nie potrafi przerwać w dowolnym momencie	<b>62 %</b>	<b>77 %</b>	<b>71 %</b>

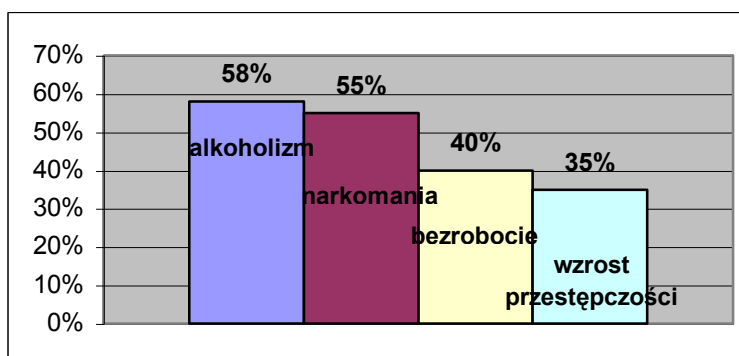
Centralnym objawem uzależnienia od alkoholu jest utrata kontroli picia. Najbliższa prawdy jest więc odpowiedź trzecia. Pozostałe dwie cechy także mogą występować w uzależnieniu (głównie w ostatniej, najbardziej zaawansowanej fazie), jednak nie stanowią o istocie choroby alkoholowej.

Także tutaj wiedza uczniów jest dosyć zróżnicowana. Zdecydowana większość uczniów we wszystkich grupach wiekowych podaje prawidłową odpowiedź, jednakże bardzo często wśród objawów alkoholizmu wymieniane jest codzienne picie, co odzwierciedla obiegowe opinie o osobach uzależnionych.



### III. POSTAWY MŁODZIEŻY W STOSUNKU DO ALKOHOLU

Przed podjęciem działań profilaktycznych w dziedzinie uzależnień warto jest zadać sobie pytanie, czy młodzież w ogóle dostrzega problemy wynikające z nadużywania alkoholu, a jeśli tak, to jak wysoko plasuje je w hierarchii zagrożeń. Oto tabela wyników:

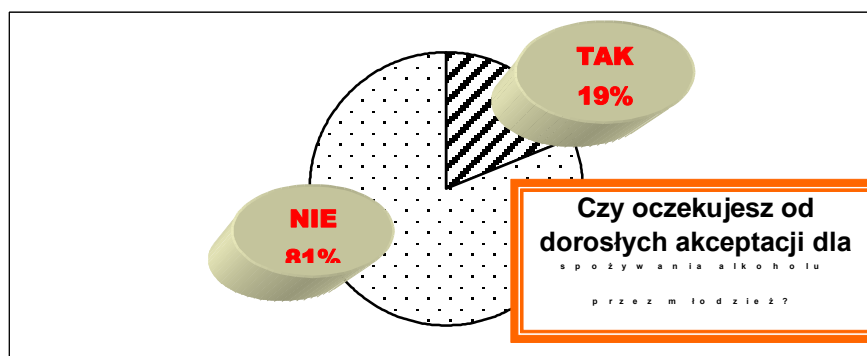


a w dalszej kolejności:

- |  |      |
|--|------|
| ○ <i>Zanieczyszczenie środowiska</i> ..... | 30 % |
| ○ <i>AIDS</i> .....                        | 24 % |
| ○ <i>Kryzys rodziny</i> .....              | 23 % |
| ○ <i>Kryzys norm moralnych</i>             | 21 % |

Jak widać z powyższych danych zarówno alkoholizm jak i narkomania znajdują się na czele największych, zdaniem młodzieży, zagrożeń społecznych. Co istotne, podobnie spostrzegają to wszystkie badane grupy wiekowe.

Odpowiedź na następne pytanie ma podstawowe znaczenie dla osób dorosłych: rodziców, wychowawców. Chcieliśmy zobaczyć, czy uczniowie oczekują od dorosłych akceptacji dla spożywania alkoholu przez młodzież.



Jak z tego widać, *liberalne podejście niektórych rodziców czy wychowawców w stosunku do pijącej młodzieży wcale nie musi korespondować z oczekiwaniami uczniów*. Bywa ono raczej uwarunkowane chęcią przypodobania się młodym ludziom poprzez realizowanie najprostszych, niewymagających większego wysiłku, recept.

Dalej pytaliśmy, czy zdaniem badanych **powinien być prawnie ustalony zakaz sprzedaży alkoholu dla dzieci i młodzieży**, oraz, na jakim poziomie powinna być ustalona granica wiekowa:

<b>Od jakiego wieku powinno się sprzedawać alkohol</b>	
<b>Bez ograniczeń</b>	<b>3 %</b>
<b>Od 12 lat</b>	<b>0 %</b>
<b>Od 14 lat</b>	<b>1 %</b>
<b>Od 16 lat</b>	<b>15 %</b>
<b>Od 18 lat</b>	<b>60 %</b>
<b>Od 21 lat</b>	<b>21 %</b>

Z otrzymanych rezultatów wynika, że *zdecydowana większość uczniów szkół w Łomży (97%) jest przekonanych o konieczności istnienia ograniczeń wiekowych dla legalnego kupowania alkoholu*. A więc i w tej kwestii badana młodzież daleka jest od radykalizmu.

**Ponad 3/4 uczniów nie widzi potrzeby obniżenia wiekowej granicy legalnej sprzedaży alkoholu.**

**Co piąty z ankietowanych uważa nawet, że powinna być ona podniesiona z 18 do 21 lat**

W kontekście otrzymanych wyników warto wiedzieć, że, jak wynika z doświadczeń amerykańskich, próby obniżenia granicy wiekowej owocowały radykalnym wzrostem wypadków drogowych, których przyczyną był alkohol, w grupach, których dotyczyła zmiana, zaś podniesienie granicy wieku wpływało na zmniejszenie wypadkowości. Wykazano także, że podniesienie granicy wieku zawsze powoduje gwałtowne obniżenie ogólnego spożycia alkoholu w całej grupie wiekowej podlegającej ograniczeniom prawnym.

## IV. STAN ZAGROŻENIA PATOLOGIĄ W MIEŚCIE - ZACHOWANIA ALKOHOLOWE

Przy obserwowanym obecnie w kraju spadku spożycia alkoholu na jednego mieszkańca istnieje jednocześnie tendencja odwrotna dotycząca alkoholu wśród młodzieży. Obniża się wiek inicjacji alkoholowej, zanikają postawy abstynenckie, coraz więcej ludzi ma kontakt z alkoholem i to wcale nie sporadyczny.

Statystyki ogólnokrajowe mówią:

- **70% - 85% dzieci ze szkół podstawowych piło już alkohol ( w tym 20% 11-latków). Od połowy lat 80-tych w grupie 15-latków odnotowano prawie trzykrotny spadek liczby abstynentów (obecnie 10%)**
- **wiek pierwszych kontaktów z alkoholem wynosi obecnie 11 – 12 lat**
- **zacierają się różnice pomiędzy chłopcami i dziewczętami w częstości podejmowania prób picia alkoholu. Do picia wina przyznaje się 44% 15-letnich chłopców i 42% 15-letnich dziewcząt. Do picia wódki przyznaje się 53% 15-letnich chłopców i 39% 15-letnich dziewcząt.**
- **Połowa dorosłych Polaków uważa, że picie alkoholu przez młodzież jest poważnym problemem społecznym (zaraz za bezrobociem i spadkiem stopy życiowej)**

A jak wyglądają rezultaty przeprowadzonych przez nas badań? Na początek zbadaliśmy, jak sama młodzież spostrzega skalę uzależnień w swoim środowisku.

Ilu twoich kolegów pali papierosy	Klasy VI	Gimnazjum kl. III	Szkoly ponadgimn. kl. II
większość	<b>9 %</b>	<b>27 %</b>	<b>31 %</b>
około połowy	<b>10 %</b>	<b>31 %</b>	<b>35 %</b>
mniejszość	<b>19 %</b>	<b>27 %</b>	<b>20 %</b>
pojedyncze przypadki	<b>32 %</b>	<b>14 %</b>	<b>14 %</b>
nikt	<b>30 %</b>	<b>1 %</b>	<b>0 %</b>

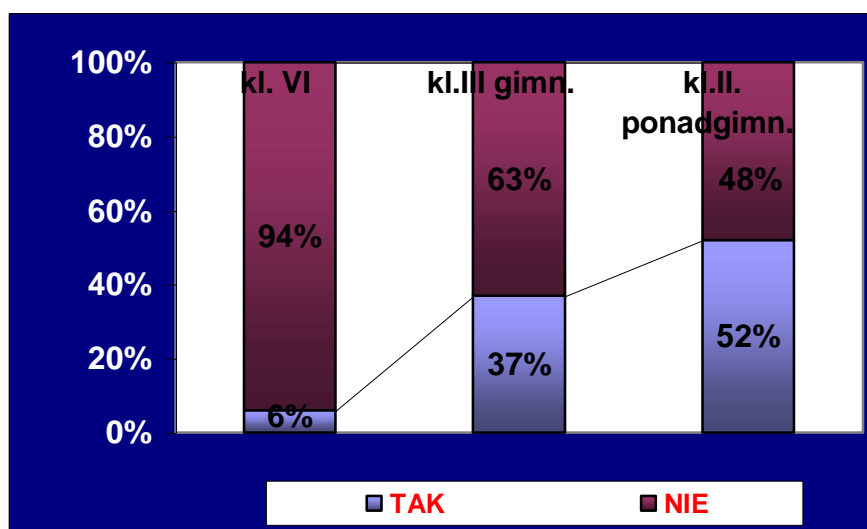
Co piąty szóstoklasista, 58% uczniów klas III gimnazjum oraz 2/3 uczniów klas II szkół ponadgimnazjalnych uważa, że przynajmniej połowa ich kolegów pali papierosy.

Dalej pytaliśmy o zachowania alkoholowe.

Ilu twoich kolegów pije alkohol	Klasy VI	Gimnazjum kl. III	Szkoły ponadgimn. kl. II
większość	6 %	39 %	66 %
około połowy	7 %	21 %	20 %
mniejszość	10 %	24 %	10 %
pojedyncze przypadki	24 %	14 %	2 %
nikt	53 %	2 %	2 %

Jak widzimy, przekonanie, że co najmniej połowa osób ze środowiska badanych pije alkohol podziela 13% szóstoklasistów, 60% gimnazjalistów oraz zdecydowana większość uczniów szkół ponadgimnazjalnych. Badania pokazują, że największy skok ilościowy jeśli chodzi o spożycie alkoholu następuje po przejściu do gimnazjum. Świadczy to o olbrzymiej potrzebie adresowania nowoczesnych programów profilaktycznych do tej grupy wiekowej.

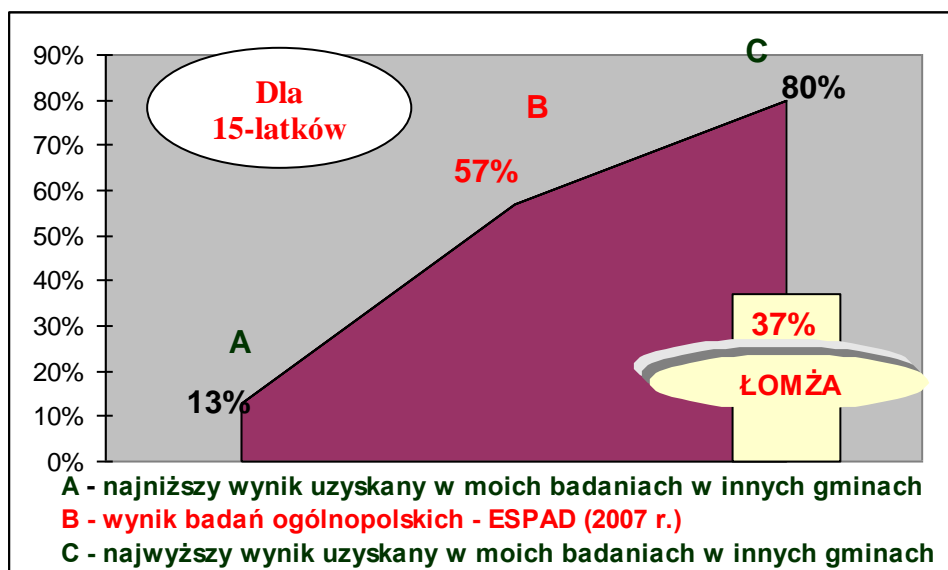
A teraz zobaczmy, co ankietowani mówią na temat swoich własnych zachowań alkoholowych. Na pytanie: „Czy w ciągu ostatnich 30 dni piłeś jakiś napój alkoholowy” odpowiadają:



*Okres 30 dni przed badaniem przyjmuje się za wskaźnik względnie częstego używania napojów alkoholowych.*

**CO TRZECI Z UCZNIÓW KLAS III GIMNAZJUM ORAZ POŁOWA UCZNIÓW II KLAS SZKÓŁ PONADGIMNAZJALNYCH SPOŻYWAŁO ALKOHOŁ W MIESIĄCU POPRZEDZAJĄCYM BADANIE.**

*Jak to wygląda w porównaniu z danymi z badań ogólnopolskich i badań w innych gminach?*



**Porównanie młodzieży starszej:**

Spożywanie alkoholu w okresie 30 dni przed badaniem	Szkoły ponadgimnazj. kl. II	
	ŁOMŻA	ESPAD - 2007 (ogólnopolskie)
<b>TAK</b>	<b>52 %</b>	<b>79 %</b>

*Natomiast, w badanych przeze mnie gminach, wskaźniki dotyczące klas VI mieściły się w następujących przedziałach: 0%-53% (Łomża – 6%).*

Interesowaliśmy się w związku z tym jakie rodzaje alkoholu preferuje młodzież. Spytaliśmy, jaki napój alkoholowy pili ostatni raz\*.

	Szkoły podst. kl. VI	Gimnazjum kl. III	Szkoły ponadgimn. kl. II
<b>PIWO</b>	<b>50 %</b>	<b>62 %</b>	<b>59 %</b>
<b>WINO, KOKTAIL</b>	<b>17 %</b>	<b>21 %</b>	<b>9 %</b>
<b>WÓDKA, LIKIER</b>	<b>33 %</b>	<b>17 %</b>	<b>32 %</b>

\*Wskazany odsetek odnosi się do tych uczniów, którzy mieli kontakt z alkoholem w ostatnich 30 dniach przed badaniem)

Jak widać, najpopularniejszym napojem alkoholowym wśród uczniów szkół Łomży jest piwo. Można na to patrzeć z dwóch stron. Stanowi ono niewątpliwie mniejsze zagrożenie wczesnym uzależnieniem niż wino, czy wódka. Jednakże

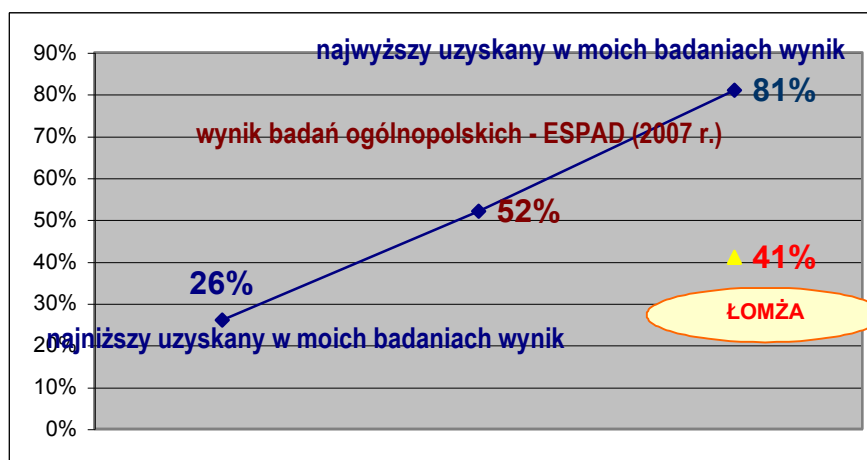
tendencja ta świadczyć może (i niejednokrotnie świadczy) o traktowaniu przez młodzież ( i nie tylko przez młodzież) piwa „nie jako alkoholu, lecz jako niegroźnego napoju orzeźwiającego. Jest to bardzo niepokojąca tendencja.

Następne pytanie brzmiało: „**Ile razy zdarzyło ci się upić napojem alkoholowym**” i otrzymaliśmy następujące odpowiedzi:

Ile razy zdarzyło ci się upić napojem alkoholowym	Szkoły podstawowe VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szkoły ponadgimnazj. kl. II
ani razu	88 %	59 %	40 %
1-2 razy	8 %	21 %	12 %
3-5 razy	4 %	15 %	21 %
6-10 razy	0 %	3 %	5 %
ponad 10 razy	0 %	2 %	22 %
<b>Łącznie upiło się</b>	<b>12 %</b>	<b>41 %</b>	<b>60 %</b>

**Co ósmy szóstoklasista, czterech na dziesięciu uczniów klasy III gimnazjum oraz 60% uczniów klas drugich szkół ponadgimnazjalnych było już pijanych.**

Jak to wygląda gdzie indziej?



**Porównanie młodzieży starszej:**

Przekraczanie progu nietrzeźwości	Szkoły ponadgimnazj. kl. II	
	ŁOMŻA	ESPAD-2007 (ogólnopolskie)
<b>TAK</b>	<b>60 %</b>	<b>71 %</b>

*Natomiast wśród badanych przeze mnie uczniów klas VI upijanie się potwierdziło 7%-46% (Łomża – 12%).*

Jak wynika z badań ogólnopolskich w szybkim tempie obniża się również wiek inicjacji alkoholowej. Poniższa tabela przedstawia, jak to wygląda w szkołach Łomży.

W jakim wieku po raz pierwszy spróbowałeś alkoholu	Szkoła podst . VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
<b>Nie piłem jeszcze alkoholu</b>	<b>76 %</b>	<b>24 %</b>	<b>13 %</b>
mniej niż 9 lat	11 %	14 %	4 %
10 – 12 lat	9 %	12 %	6 %
13 – 15 lat	0 %	46 %	52 %
16-18 lat	Nie dotyczy	0 %	13 %
Nie pamiętam	4 %	4 %	12 %
<b>Nie piłem jeszcze alkoholu</b> <i>(ogólnopolskie badania ESPAD-2007 r.)</i>	<b>x</b>	<b>10 %</b>	<b>5 %</b>

**Wielu badanych uczniów z wszystkich grup wiekowych miało już swoje pierwsze kontakty z alkoholem. Nierzadko poniżej 12-go roku życia.**

Zobaczmy teraz, dlaczego młodzi ludzie piją.

<b>Naciski otoczenia</b>	<b>37 %</b>
<b>Chęć poczucia się dorosłym</b>	<b>44 %</b>
<b>Chęć zabawienia się</b>	<b>36 %</b>
<b>Ucieczka od problemów</b>	<b>35 %</b>
<b>Relaks</b>	<b>21 %</b>
<b>Ciekawość</b>	<b>38 %</b>
<b>Obawa przed odrzuceniem</b>	<b>20 %</b>
<b>Chęć wyróżnienia się</b>	<b>25 %</b>
<b>Smutek</b>	<b>9 %</b>
<b>Nuda</b>	<b>11 %</b>

Niepokojącym zjawiskiem jest fakt, iż alkohol coraz częściej służy jako antidotum na smutki i problemy życiowe. Nie pozwala to młodemu człowiekowi realnie zmierzyć się z trudnymi sytuacjami i skraca drogę do uzależnienia. Jak wynika z powyższej tabeli, ważnymi motywami sięgnięcia przez młodego człowieka po alkohol jest próba ucieczki od problemów, smutek i nuda.

Uczniowie często nie potrafią także poradzić sobie z namowami i naciskami otoczenia. Wynika stąd konieczność przeprowadzania programów profilaktycznych, w których młodzi ludzie uczą się mówić „NIE”.

W okresie dorastania młodzi ludzie stają się bardziej niezależni od rodziców, większy wpływ na ich zachowanie mają grupy rówieśnicze. W tym też czasie zaczynają się kształtować postawy wobec alkoholu. Czy rówieśnicy mają destrukcyjny wpływ na kształtowanie tych postaw? Spytaliśmy uczniów: „**Jakie w twoim środowisku są najczęstsze reakcje na odmowę wypicia alkoholu?**”.

Oto odpowiedzi:

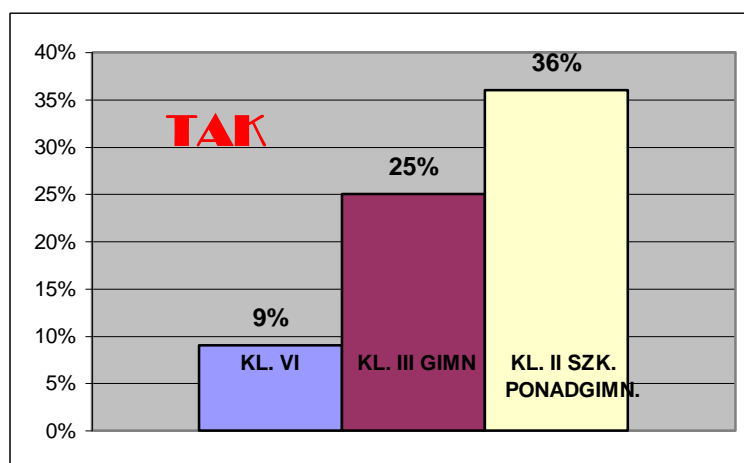
	Szk. podst i gimnazjum	Szkoły ponadgimnazjalne
<b>zdziwienie</b>	<b>17 %</b>	<b>26 %</b>
<b>krytyka</b>	<b>16 %</b>	<b>19 %</b>
<b>podziw</b>	<b>5 %</b>	<b>8 %</b>
<b>zrozumienie</b>	<b>14 %</b>	<b>26 %</b>
<b>odrzućenie</b>	<b>15 %</b>	<b>8 %</b>
<b>obojętność</b>	<b>16 %</b>	<b>22 %</b>
<b>usilne namawianie</b>	<b>15 %</b>	<b>31 %</b>
<b>wyśmiewanie</b>	<b>19 %</b>	<b>21 %</b>
<b>nie wiem</b>	<b>40 %</b>	<b>11 %</b>

Jak widać, nie do końca prawdziwe jest przekonanie, że niepijący młody człowiek odmawiający wypicia alkoholu nie będzie akceptowany przez

rówieśników. W sposobach reagowania istnieją duże różnice, w zależności od wieku. Wśród uczniów starszych, w przypadku odmowy picia, odrzućenie ani wyśmiewanie nie są wcale najczęstszymi zachowaniami rówieśników. Wielu z ankietowanych jako podstawową reakcję ze strony kolegów podaje zrozumienie, lub przynajmniej obojętność (a czasem nawet podziw). Nieco inaczej reagują młodszy uczniowie – tam wyśmiewanie i odrzućenie pojawia się częściej. Nierzadko odmowa wypicia powoduje reakcję usilnego namawiania. Dlatego tak istotna jest realizacja nowoczesnych programów profilaktycznych, gdzie duży nacisk kładzie się na ćwiczzenie umiejętności powiedzenia „NIE”.

### **SZKODY SPOŁECZNE**

Spożywanie alkoholu przez młodzież przyczynia się do nasilenia zachowań aspołecznych, osłabia hamulce moralne, pobudza agresję. Pytaliśmy młodych ludzi: „Czy uczestniczyłeś w kłótni, sprzeczce lub bójce z powodu alkoholu?”



Jak widać, co jedenasty szóstoklasista, co czwarty uczeń III klasy gimnazjum i 36% uczniów szkół ponadgimnazjalnych potwierdza występowanie tego typu incydentów.



## V. POSTAWY DOROSŁYCH A PICIE ALKOHOLU PRZEZ MŁODZIEŻ

Wiedza na temat alkoholu, jego działania, funkcji społecznych, czy niebezpieczeństw związanych z jego nadużywaniem kształtuje się już od wczesnego dzieciństwa. W okresie dzieciństwa i dojrzewania formują się także postawy i przekonania związane z alkoholem. Niezwykle istotną rolę w kształtowaniu tych poglądów pełnią rodzice, później wychowawcy i inne dorosłe osoby z otoczenia. Zobaczmy, z jakimi wzorcami postępowania stykała się i styka nadal młodzież. Na pytanie: „**Z kim po raz pierwszy piłeś alkohol\***” uczniowie szkół odpowiedzieli:

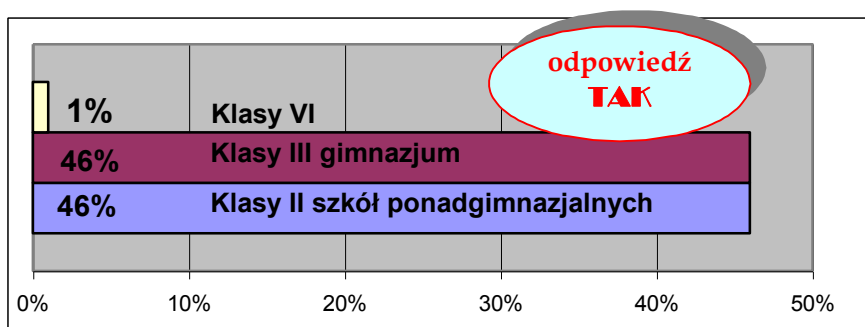
Z kolegą	66 %
Z rodzicami	16 %
Z innym dorosłym członkiem rodziny	10 %
Z innym dorosłym	4 %
Sam	4 %

\*Podane liczby odnoszą się tylko tych osób, które miały już kontakt z alkoholem.

**W trzech przypadkach na dziesięć osobami, które po raz pierwszy poczęstowały młodego człowieka alkoholem, byli dorośli (najczęściej rodzice).**

Czynnikiem sprzyjającym alkoholizacji młodzieży jest nieprzestrzeganie ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi, szczególnie w zakresie art. 15 pkt 2 mówiącego o zakazie sprzedaży alkoholu osobom do lat 18. Taka postawa sprzedawców, oprócz bezpośrednich szkód wynikających z zakupu i spożywania alkoholu przez młodzież, stwarza wrażenie przyzwolenia dorosłych na picie przez młodych ludzi napojów alkoholowych.

Aby zbadać skalę tego problemu zadaliśmy uczniom pytanie: **Czy kiedyś samodzielnie kupiłeś alkohol?**



## Jak z tego widać, zakup alkoholu nie stwarza dla 15-latków większych problemów.

Interesujące wydawało się również pytanie, gdzie uczniowie spożywają zakupiony alkohol, czy kryją się przed dorosłymi, czy też nie mają takiej potrzeby.

<b>Gdzie ostatni raz piłeś alkohol ?</b>	<b>Klasa VI</b>	<b>Gimnazjum kl. III</b>	<b>Szk.oly ponadgimn. Kl. II</b>
w szkole (internacie)	0 %	2 %	1 %
u siebie w domu	70 %	20 %	11 %
na dyskotecę	4 %	4 %	23 %
u kogoś w domu	19 %	31 %	23 %
w kawiarni, pubie	0 %	8 %	5 %
w parku (na łące)	0 %	4 %	4 %
pod sklepem	0 %	2 %	7 %
w innym miejscu	7 %	29 %	26 %

Odpowiedzi odnoszą się, oczywiście, tylko do osób, które miały już kontakt z alkoholem. Jak jednak wynika z analizy danych, wielu młodych konsumentów alkoholu najchętniej jako miejsce picia wybiera dom (swoją, lub kolegów). Powstaje pytanie – gdzie w tym czasie są rodzice. Młodzież starszych klas chętnie korzysta też z lokali publicznych (kawiarnie, puby, dyskoteki), co nie może dziać się bez przyzwolenia ich właścicieli. Jest to istotna wskazówka dla służb porządkowych, gdzie należy wzmocnić kontrolę aby nie dochodziło do łamania ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.

## MŁODZIEŻ A NARKOTYKI

W ostatnich latach dawał się zaobserwować wyraźny wzrost skali problemów wynikających z zażywania narkotyków. Działo się tak głównie za sprawą młodzieży, choć docierają także sygnały o wzroście zainteresowania narkotykami przez osoby dorosłe. Pojawiły się nowe substancje odurzające, a także nowe wzory ich zażywania. Od 1997 roku wyraźnie zmniejsza się liczba osób używających narkotyków dożylnie (np. „polskiej heroiny”). Zadziałał tu prawdopodobnie głównie lęk przed zarażeniem wirusem HIV. Generalnie jednak od początku lat dziewięćdziesiątych odsetek uczniów sięgających po narkotyki wzrósł znacznie, osiągając średni poziom europejski. Jednak badania ESPAD z 2007 r. wskazują na pojawiające się zmiany tendencji.

Wg Janusza Sierosławskiego, analizując dane z ostatnich lat, możemy zidentyfikować następujące trendy:

- Kontynuacja tendencji spadkowej liczby nadużywających substancji wzięwnych.
- Po wieloletnim trendzie wzrostowym liczby osób nadużywających leków uspokajających i nasennych, zapoczątkowanym w 1997 r., w badaniach z 2007 r. zaobserwowano stabilizację, lub nawet nieznaczny spadek.
- W 1992 r. zaznaczyła się tendencja wzrostowa liczby osób nadużywających środków z grupy amfetaminy. Od 1997 r. tempo wzrostu było większe niż latach poprzednich. Ze skokowym wzrostem mieliśmy do czynienia w 2002 r. W 2003 r. i 2005 r. nadal obserwowaliśmy wzrost, ale o mniejszym nasileniu. Natomiast w badaniach z 2007 r. pojawiła się tendencja spadkowa.
- Zahamowanie trendu wzrostowego liczby osób eksperymentujących z przetworami konopi. Trend ten został zapoczątkowany w 1993 r. i przyspieszył w 1997 r. W 2002 r. notujemy dalsze przyspieszenie skali wzrostu, zaś od 2003 r. można mówić o stabilizacji, a w badaniach z 2007 r. zauważono znaczący spadek.
- Stabilizacja liczby osób nadużywających kokainy. Do 1996 r. spotykano w lecznictwie stacjonarnym tylko pojedyncze osoby nadużywające tego środka, w 1997 r. ich liczba skokowo wzrosła. Od 1998 r. notowano stabilizację, przerwana spadkiem w 2001 r. i wzrostem w 2002 r. Od 2003 r. notujemy stabilizację na poziomie wyższym niż w końcówce lat dziewięćdziesiątych. Potwierdzają to także badania z 2007 r.

- Badania z 2007 r. wykazują tendencję spadkową, jeśli chodzi o zażywanie ekstazy.
- Generalnie można stwierdzić, że porównując wyniki z 2007 r. z wynikami badań z lat 1995, 1997 i 2003, odnotowujemy załamanie się trendu wzrostowego eksperymentowania ze środkami odurzającym wśród badanej młodzieży szkolnej.

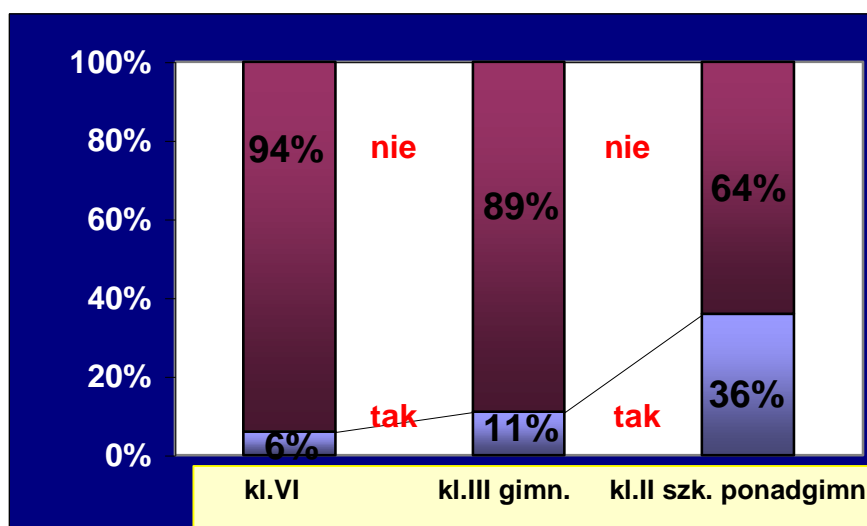
## STAN ZAGROŻENIA PATOLOGIĄ W MIEŚCIE - MŁODZIEŻ A NARKOTYKI

Pierwsze nasze pytanie brzmiało:

Ilu twoich kolegów zażywa narkotyki	Szkoły podstawowe VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szkoły ponadgimnazj. II kl.
<b>większość</b>	1 %	0 %	8 %
<b>około połowy</b>	1 %	3 %	4 %
<b>mniejszość</b>	8 %	24 %	27 %
<b>pojedyncze przypadki</b>	8 %	27 %	24 %
<b>nikt</b>	82 %	46 %	37 %

Młodzież szkół Łomży spostrzega problem zażywania narkotyków przez swoich rówieśników jako marginalny. Zarówno w szkole podstawowej, jak również gimnazjum i szkołach ponadgimnazjalnych, młodzi ludzie, jeśli już dostrzegają takie zjawisko, to głównie jako pojedyncze przypadki.

Kolejnym badanym przez nas obszarem był osobisty stosunek uczniów do narkotyków. Oto odpowiedzi na pytanie: „Czy kiedykolwiek miałeś kontakt z jakimiś środkami odurzającymi”.



**Co dziewięć uczeń III klasy gimnazjum i więcej niż 1/3 uczniów II klas szkół ponadgimnazjalnych przyznaje się do kontaktów ze środkami odurzającymi.**

Jakie środki są najczęściej zażywane przez uczniów? Dla porównania podajemy wyniki badań ogólnopolskich ESPAD (J.Sierosławski, A. Zieliński) w grupie wiekowej 15-16-latków.

Rodzaj środka	Klasa	Gimnazjum kl. III		Szk. ponadgimn. kl. II		
		Szkoły podstawowe kl. VI	ŁOMŻA	ESPAD-2007 (ogólnopolskie)	ŁOMŻA	ESPAD-2007 (ogólnopolskie)
środki nasenne		0 %	4 %	16 %	4 %	19 %
klej, rozpuszczalnik		1 %	3 %	8 %	5 %	7 %
marihuana		4 %	6 %	16 %	28 %	28 %
amfetamina		0 %	2 %	4 %	8 %	8 %
heroina		0 %	0 %	1 %	2 %	2 %
kokaina,		0 %	0 %	2 %	1 %	3 %
ekstazy		0 %	0 %	3 %	8 %	4 %
LSD		0 %	0 %	2 %	2 %	3 %
grzybki halucynogenne		0 %	0 %	2 %	1 %	3 %
sterydy anaboliczne		1 %	2 %	2 %	6 %	4 %

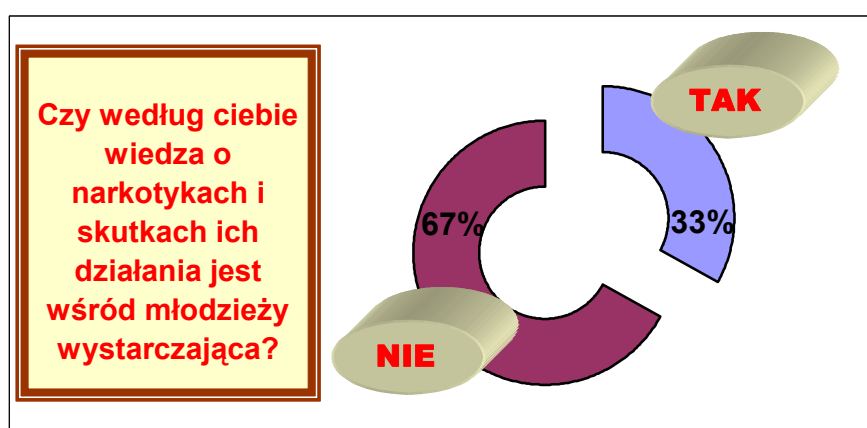
Najczęściej używanym środkiem odurzającym jest marihuana. Towarzyszy często temu powszechne przekonanie młodych ludzi o małej szkodliwości tej substancji. Nie jest to prawdą, a większość osób biorących groźniejsze środki odurzające zaczynała właśnie od tzw. „miękkich narkotyków” (haszyszu i marihuany).

Warto zwrócić uwagę także na zażywanie środków wziewnych (kleje, rozpuszczalniki). One także często mają opinię środków bezpiecznych, co jest bardzo dużym nieporozumieniem. Wdychane opary działają bezpośrednio na tkankę mózgową doprowadzając do zniszczenia kilkuset tysięcy komórek nerwowych. Wdychanie tych środków może skończyć się śmiercią na skutek uduszenia lub niewydolności serca.

Bardzo istotną sprawą jest pytanie o częstotliwość kontaktów z narkotykami.

Czy miałeś kontakt ze środkami odurzającymi:	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szkoły ponadgimn. II kl.
<b>kiedykolwiek</b>	<b>6 %</b>	<b>11 %</b>	<b>36 %</b>
<b>w ciągu ostatnich 12 miesięcy</b>	<b>2 %</b>	<b>11 %</b>	<b>26 %</b>
<b>w ciągu ostatnich 30 dni</b>	<b>2 %</b>	<b>7 %</b>	<b>15 %</b>

Jednym z podstawowych sposobów radzenia sobie z problemem narkomanii powinny być oddziaływania profilaktyczne. Zobaczmy jak swoją wiedzę o zagrożeniach związanych z używaniem narkotyków oceniają sami uczniowie.



Tylko co trzeci z badanych uczniów wyraża przekonanie o posiadaniu wystarczającego poziomu wiedzy o działaniu środków odurzających, zaś pozostali ankietowani odczuwają deficyt w tym zakresie. A przecież wiedza na ten temat nie powinna być tematem tabu. Należy z młodymi ludźmi rozmawiać o ich problemach, powinno się mówić o sposobach jakimi mogą być nakłaniane do wzięcia narkotyku i jak sobie w takich sytuacjach radzić.

Chcieliśmy się, w związku z tym, dowiedzieć, **czy uczniowie rozmawiają o narkotykach z rodzicami**. Otrzymaliśmy następujące odpowiedzi:

	Szkoły podst. kl. VI	Gimnazjum kl. III	Szkoły ponadgimn. kl. II
<b>TAK</b>	<b>14 %</b>	<b>37 %</b>	<b>36 %</b>
<b>NIE</b>	<b>86 %</b>	<b>63 %</b>	<b>64 %</b>

W naszych badaniach sprawdzaliśmy też, jak wygląda dostępność do środków odurzających w szkołach Łomży. Zapytaliśmy, **czy uczniowie spotkali osobę, która rozprowadza narkotyki**:

a/ w szkole:

	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szkoły ponadgimn. II kl.
<b>TAK</b>	<b>4 %</b>	<b>11 %</b>	<b>23 %</b>

b/ poza szkołą:

	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szkoły ponadgimn. II kl.
<b>TAK</b>	<b>8 %</b>	<b>34 %</b>	<b>47 %</b>

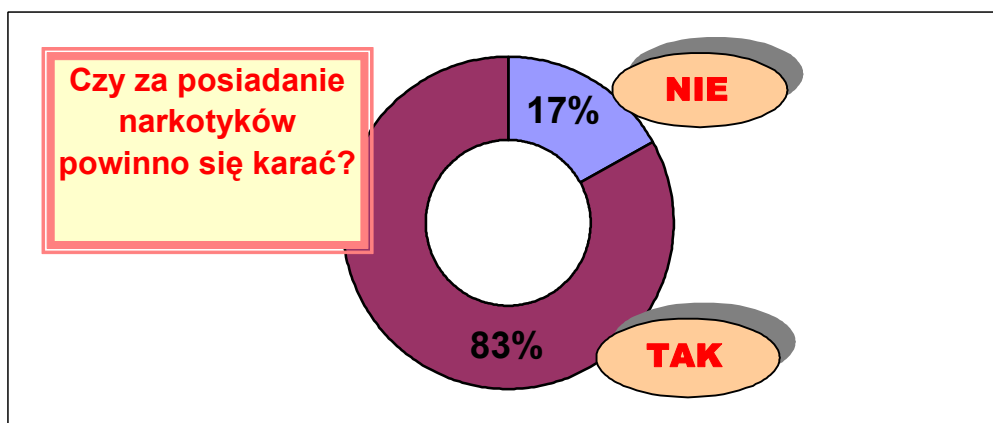
Chcieliśmy się dowiedzieć o dostępność do narkotyków, ponieważ ma ona bardzo istotny wpływ na sięganie po te substancje. Na pytanie: „**Gdzie według ciebie najłatwiej można kupić narkotyki?**” młodzi ludzie podają, że:

	<b>KL. VI</b>	<b>KL. III gimnazjum</b>	<b>KL. II szkół ponadgimnazj.</b>
<b>Nie znam takich miejsc</b>	<b>57 %</b>	<b>31 %</b>	<b>32 %</b>
<b>Ulica, park</b>	<b>11 %</b>	<b>8 %</b>	<b>19 %</b>
<b>Szkoła</b>	<b>3 %</b>	<b>11 %</b>	<b>9 %</b>
<b>Dyskoteka, pub</b>	<b>27 %</b>	<b>46 %</b>	<b>41 %</b>
<b>Mieszkanie dealera</b>	<b>18 %</b>	<b>18 %</b>	<b>22 %</b>
<b>Inne miejsce</b>	<b>11 %</b>	<b>13 %</b>	<b>13 %</b>

Jak z tego widać, młodzi ludzie mają przekonanie, że w narkotyki można najprędzej zaopatrzyć się na dyskotekę czy w pubie, ale kupno środka odurzającego w innych miejscach też nie następuje trudności.

Ponad połowa szóstoklasistów, 31% gimnazjalistów i 32% uczniów szkół ponadgimnazjalnych nie zna takich miejsc. Są to odpowiedzi pozytywnie diagnostyczne – świadczą o tym, że ta część uczniów nie jest prawdopodobnie zainteresowana dostępem do substancji psychoaktywnych.

Na koniec chcieliśmy zobaczyć, jakie poglądy mają młodzi ludzie na sprawę odpowiedzialności karnej za posiadanie narkotyków.



**Mimo czynionych przez uczniów różnych prób z zażywaniem środków odurzających, zdecydowana większość młodych osób to zwolennicy karania za posiadanie narkotyków.**

*❖ Zapobieganie narkomanii:*

- *Programy profilaktyczne w szkołach*
- *Pozaszkolne (środowiskowe) programy profilaktyczne*
- *Kampanie edukacyjne obejmujące problematykę narkomanii*
- *Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej*

<b>Pomoc materialna Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej</b>	<b>rok 2007</b>	
	liczba rodzin	liczba osób
<b>Ogółem</b>	<b>1.622</b>	<b>4.339</b>
<b>Rodziny korzystające ze świadczeń z powodu problemów narkomańskich</b>	<b>3</b>	<b>5</b>



# PRZEMOC

**Przemoc w rodzinie to zamierzone i wykorzystujące przewagę sił działanie przeciw członkowi rodziny, naruszające prawa i dobra osobiste, powodujące cierpienie i szkody.**

**Przemoc w rodzinie charakteryzuje się tym, że:**

- ❖ ***Jest intencjonalna***  
Przemoc jest zamierzonym działaniem człowieka i ma na celu kontrolowanie i podporządkowanie ofiary.
- ❖ ***Siły są nierówne***  
W relacji jedna ze stron ma przewagę nad drugą. Ofiara jest słabsza a sprawca silniejszy.
- ❖ ***Narusza prawa i dobra osobiste***  
Sprawca wykorzystuje przewagę siły narusza podstawowe prawa ofiary (np. prawo do nietykalności fizycznej, godności, szacunku itd.).
- ❖ ***Powoduje cierpienie i ból***  
Sprawca naraża zdrowie i życie ofiary na poważne szkody. Doświadczanie bólu i cierpienia sprawia, że ofiara ma mniejszą zdolność do samoobrony.

**Wyróżnić można kilka rodzajów przemocy. Mówimy więc o:**

- ❖ ***Przemocy fizycznej*** – czyli działaniach wobec dziecka powodujących nieprzypadkowe urazy (stłuczenia, złamania, zasinienia itp.)
- ❖ ***Przemocy psychicznej*** – czyli rozmyślnych zachowaniach dorosłych wobec dzieci, nie zawierających aktów przemocy fizycznej, które powodują znaczące obniżenie możliwości prawidłowego rozwoju dziecka, w tym zaburzenia osobowości, niskie poczucie własnej wartości, stany nerwicowe i lękowe.
- ❖ ***Wykorzystywaniu seksualnym*** – czyli takich zachowaniach osoby dorosłej, które prowadzą do seksualnego zaspokojenia kosztem dziecka.
- ❖ ***Zaniedbywaniu*** – czyli niezaspokojeniu podstawowych potrzeb dziecka zarówno fizycznych jak i psychicznych.

Policja w Polsce w latach 90-tych odnotowała prawie dwukrotny wzrost przypadków znęcania się nad członkami rodziny (w tym nad dziećmi). Podczas

gdy liczba przestępstw ogółem wzrosła o 2%, liczba przestępstw przeciw rodzinie (nie wliczając w to uchylania się od obowiązku alimentacyjnego) aż o 62%. Oczywiście, trudno jest powiedzieć na ile wynika to ze wzrostu tego typu nagannych zachowań, a na ile ze zwiększenia zgłaszalności związanej z większą wrażliwością i uwagą społeczną na problemy przemocy domowej.

Liczbę ofiar przemocy domowej w okresie kilku ostatnich lat (wg „Niebieskiej Karty”) oraz liczbę policyjnych interwencji domowych przedstawia poniższa tabela:

	1999	2001	2003	2004	2005	2006	2007
<b>Liczba ofiar przemocy domowej</b>	96.955	113.793	137.299	150.266	156.788	157.854	130.682
<b>Interwencje domowe dotyczące przemocy w rodzinie</b>	72.031	86.545	85.512	92.495	96.773	96.009	81.403

W naszych badaniach skoncentrowaliśmy się na dwóch obszarach zachowań przemocowych, tj. na przemocy w szkole (szczególnie ze strony innych uczniów) oraz przemocy domowej.

## **PRZEMOC W SZKOLE**

Jak wynika z raportu Najwyższej Izby Kontroli szkoła staje się coraz mniej bezpiecznym miejscem. Część uczniów przejmuje wzorce i zasady postępowania funkcjonujące w wojsku a nawet w więzieniu. Na szczęście te patologiczne zachowania nie dominują jeszcze we wszystkich szkołach. Dlatego tak istotna jest diagnoza tych zjawisk na gruncie lokalnym – warto się im przyjrzeć w momencie, gdy jeszcze jest czas na stosowanie środków zapobiegawczych. Dlatego zadaliśmy uczniom serię pytań dotyczących tych zjawisk.

	<b>TAK</b>	<b>NIE</b>
<b>Czy zostałeś kiedykolwiek pobity w szkole?</b>	<b>13 %</b>	<b>87 %</b>
<b>Czy byłeś kiedykolwiek przez rówieśników zmuszany do robienia czegoś, czego nie chciałeś robić?</b>	<b>13 %</b>	<b>87 %</b>
<b>Czy zostałeś kiedykolwiek w szkole napadnięty i okradziony?</b>	<b>11 %</b>	<b>89 %</b>

Jak widać, co ósmy uczeń był ofiarą pobicia w szkole, także co ósmy był zmuszany do robienia rzeczy niechcianych, natomiast napadnięty i okradziony został co dziewiąty młody człowiek.

## PRZEMOC DOMOWA

Zgodnie z ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi udzielanie rodzinom, w których występują problemy alkoholowe pomocy psychologicznej i prawnej, a w szczególności ochrony przed przemocą w rodzinie należy do zadań własnych gminy.

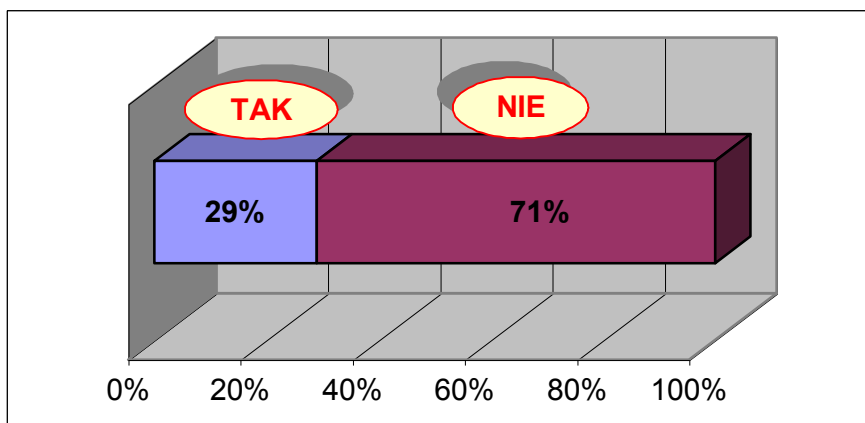
Przez wiele lat problem przemocy domowej był marginalizowany, nie dostrzegano jego rozmiarów, ani zagrożeń. Dopiero w ostatnim czasie organizowany jest system pomocy osobom krzywdzonym.

Istotna jest tutaj współpraca przedstawicieli wszystkich służb i instytucji pracujących z dziećmi oraz udzielających pomocy ofiarom przemocy, tzn. pedagogów, pracowników świetlic socjoterapeutycznych i środowiskowych, psychologów, pracowników socjalnych, policjantów, przedstawicieli służby zdrowia, księży, terapeutów uzależnień i innych.

Spójrzmy jak skalę tego problemu spostrzegają uczniowie szkół w Łomży.

Zadaliśmy uczniom pytanie: **„Czy kiedykolwiek w życiu rodzinnym byłeś świadkiem przykrew sytuacji spowodowanej przez picie alkoholu”**

i otrzymaliśmy następujące odpowiedzi:



### **Trzech na dziesięciu uczniów udzieliło odpowiedzi twierdzącej!**

Dalej, chcieliśmy wiedzieć, czy, zdaniem młodych ludzi, **istnieją okoliczności usprawiedliwiające przemoc w rodzinie.**

	Szkoły podstawowe Kl. VI	Gimnazjum Kl. III	Szkoły ponadgimn. Kl. II
<b>TAK</b>	<b>17 %</b>	<b>13 %</b>	<b>15 %</b>

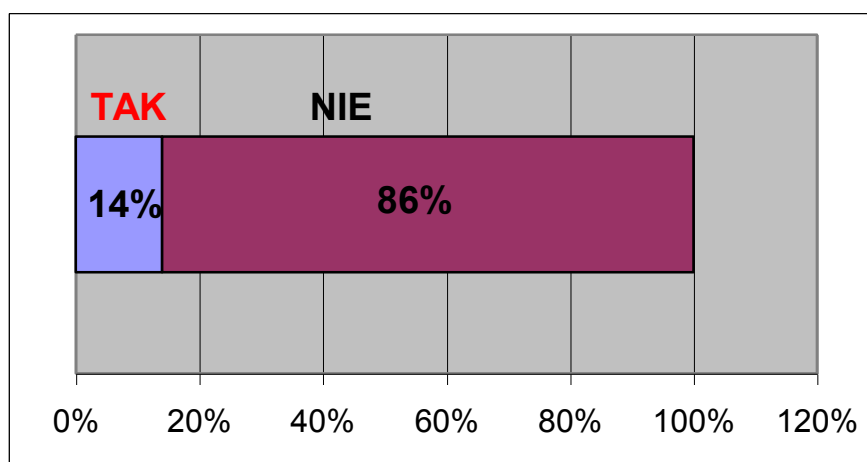
Jak widać, pewna część uczniów gotowa byłby zaakceptować takie zachowania.

Warto natomiast zobaczyć, jak to wygląda w praktyce. Zapytaliśmy: „Która z wymienionych form przemocy wydarzyła się kiedykolwiek w twojej rodzinie?”

wyzwiska	25 %
groźby	7 %
poniżanie	11 %
policzkowanie	4 %
popychanie i szarpanie	9 %
bicie	6 %
szantażowanie pieniędzmi	3 %
żadna	70 %

Jak widać, dzieci w domach narażone są ze strony rodziców na różnego rodzaju akty przemocy, głównie przemocy psychicznej: wyzwiska, poniżanie. Zdarza się także (choć zdecydowanie rzadziej) przemoc fizyczna: popychanie, szarpanie, bicie.

Spytaliśmy dalej: *Czy dostałeś kiedykolwiek od rodziców lanie, w wyniku którego doznałeś urazu (siniak, zadrapanie, itp.)?*



Co siódmy uczeń jest karcony w sposób niebezpieczny, powodujący urazy fizyczne.

Pytaliśmy też, *czy uczniowie znają przynajmniej jedną osobę, która z błahych powodów jest karana fizycznie przez rodziców.* Oto odpowiedzi:

	Szkoły podstawowe Kl. VI	Gimnazjum Kl. III	Szkoły pogimnazj. Kl. II
--	-----------------------------	----------------------	-----------------------------

<b>TAK</b>	<b>18 %</b>	<b>40 %</b>	<b>32 %</b>
------------	-------------	-------------	-------------

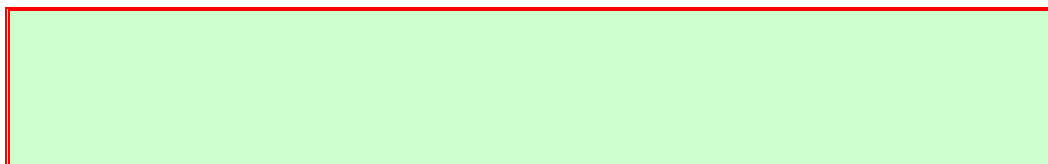
**Z wyników tych badań można wysnuć kilka spostrzeżeń:**

- po pierwsze, zachowania przemocowe są nadal traktowane przez niemałą grupę rodziców jako ważna metoda wychowawcza,
- po drugie, wśród tego typu zachowań dominuje przemoc psychiczna, choć elementy przemocy fizycznej też nie należą do rzadkości,
- po trzecie – część uczniów akceptuje takie zachowania w niektórych sytuacjach.

*❖ Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie:*

**• Formy przeciwdziałania przemocy w rodzinie**

	Liczba
Punkt konsultacyjny dla ofiar przemocy w rodzinie .....	1
Schronisko/hostel dla ofiar przemocy w rodzinie .....	1
Ośrodek interwencji kryzysowej dla ofiar przemocy w rodzinie .....	1
Środowiskowa grupa wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie.....	1
Programy ochrony ofiar przemocy w rodzinie .....	1



## **UZALEŻNIENIE OD KOMPUTERA I INTERNETU CYBERPRZEMOC**

Dzisiaj - w czasach szybkiego rozwoju techniki i automatyzacji życia, komputer i Internet są rzeczami, bez których trudno wyobrazić sobie normalne funkcjonowanie. Ogólnoświatowa sieć zapewnia szybki kontakt, przesyłanie danych na duże odległości, zapewnia także możliwość szybkiego dostępu do wielu niezbędnych informacji. Także popularne gry komputerowe dostarczają rozrywki i rozwijają wyobraźnię. Komputery i Internet mogą więc odgrywać bardzo pozytywną rolę. Należy jednak dostrzec także i ukryte niebezpieczeństwa. Zarówno gry komputerowe, jak i Internet mogą być swojego rodzaju ucieczką od problemów. Obecnie, gdy mówimy o uzależnieniach, najczęściej mamy na myśli alkoholizm, nikotynizm, czy narkomanię. Wiadomo już jednak, że podobnie destrukcyjny wpływ może mieć spędzanie czasu przy komputerze. Według danych szacunkowych amerykańskich psychologów około 5% internautów jest uzależnionych od Internetu. Natomiast Hubert Poppe austriacki specjalista od terapii uzależnień uważa iż "liczba osób uzależnionych od Internetu przekracza w niektórych państwach uprzemysłowionych liczbę uzależnionych od narkotyków pochodzących z maku i jest konieczne podjęcie kroków przeciwko tej nowej chorobie".

Osoba uzależniona od komputera spędza przy komputerze lub w sieci coraz więcej czasu, ograniczając w znaczący sposób inne formy aktywności życiowej. Zachowania takie prowadzą do izolacji społecznej, skrajnego zaniedbania ważnych życiowych spraw, a także do narastających konfliktów rodzinnych i partnerskich.

W naszych badaniach chcieliśmy określić skalę zagrożeń młodzieży w tym obszarze.

	<b>TAK</b>
Czy ktoś kiedykolwiek zwracał ci uwagę, że za dużo czasu spędzasz w Internecie?	<b>61 %</b>
Czy pozostajesz w Internecie, lub w ogóle przy komputerze, dłużej niż pierwotnie planowałeś?	<b>53 %</b>
Czy używasz Internetu jako sposobu na ucieczkę od problemów lub sposobu na poprawę nastroju (w stanach bezradności, winy, lęku, depresji, apatii)?	<b>21 %</b>

Czy czuleś się niespokojny, markotny, zirytowany, przygnębiony/a gdy próbowałeś ograniczać czas w Internecie (albo w ogóle przy komputerze) lub zaprzestać korzystania z nich?	<b>14 %</b>
--	-------------

W naszych badaniach zajęliśmy się również zjawiskiem **cyberprzemocy**, która według jednej z najpopularniejszych definicji (ang. cyberbullying – wirtualne tyranizowanie, nękanie) jest wykorzystaniem technik informacyjnych i komunikacyjnych takich, jak e-mail, fora dyskusyjne, SMS, telefonia komórkowa, strony internetowe, do znęcania się lub prześladowania osób lub grup osób.

Istnieją różne rodzaje cyberprzemocy:

- cyberprzemoc może rozpocząć się w Internecie i tam pozostać, nie przenosząc się na prawdziwe życie.
- innym, bardziej niebezpiecznym przypadkiem cyberprzemocy jest ten, w którym dręczyciel i ofiara spotykają się osobiście lub nawet dobrze się znają. W tej sytuacji ataki mają bardziej osobisty charakter i w większym stopniu dotyczą ofiary.

	<b>TAK</b>
Czy kiedykolwiek byłeś ofiarą rozpowszechniania przez Internet kompromitujących cię materiałów?	<b>8 %</b>
Czy doświadczyłeś przez Internet lub SMS kóregoś z takich zachowań jak wulgarne wyzywanie, straszenie, ośmieszanie?	<b>35 %</b>
Czy ktoś podszywał się pod ciebie w Internecie?	<b>22 %</b>

## SYTUACJA SPOŁECZNO-BYTOWA BADANEJ MŁODZIEŻY

### I. Twoi rodzice pracują:

Oboje	70 %
Tylko tato	21 %
Tylko mama	7 %
Żaden z rodziców	2 %

### II. Jeśli otrzymujesz jakieś pieniądze, to przeznaczasz je na:

	Szkoły podst. kl. VI	Gimnazjum III kl.	Szkoły ponadgimnazj. II kl.
A/ Słodyczne	42 %	28 %	31 %
B/ Papierosy	1 %	2 %	14 %
C/ Kasety z muzyką	8 %	7 %	0 %
D/ Książki	17 %	14 %	11 %
E/ Gazety	24 %	25 %	22 %
F/ Napój alkoholowy	0 %	4 %	9 %
G/ Oszczędzam na ubranie	46 %	55 %	52 %
H/ Kupuję coś innego	42 %	56 %	56 %

## PORÓWNANIE WYNIKÓW BADAŃ Z LAT 2006 i 2008

Podobna diagnoza problemów uzależnień i innych zagrożeń społecznych była w Łomży przeprowadzona w roku 2006.

Porównaliśmy niektóre wyniki uzyskane wówczas i dzisiaj.

- Uczniowie, którzy spożywali alkohol 30 dni przed badaniem.

**2006 r.    2008 r.**

<b>KLASY VI SP</b>	<b>2 %</b>	<b>6 %</b>
<b>KLASY III GIMNAZJUM</b>	<b>38 %</b>	<b>37 %</b>



<b>KLASY II SZK. PONADGIMNAZJ.</b>	<b>54 %</b>	<b>52 %</b>
------------------------------------	-------------	-------------

1

*W porównaniu z poprzednim badaniem nie zaszły znaczące zmiany.*

- Uczniowie, którzy kiedykolwiek upili się napojem alkoholowym.

	<b>2006 r.</b>	<b>2008 r.</b>
Klasy VI SP	<b>9 %</b>	<b>12 %</b>
Klasy III Gimnazjum	<b>43 %</b>	<b>41 %</b>
Klasy II Szk. Pognadimnazj.	<b>63 %</b>	<b>60 %</b>

*Uczniowie szkół podstawowych upijają nieco częściej się, niż 2 lata temu, zaś uczniowie szkół ponadgimnazjalnych nieco rzadziej.*

- Kontakt ze środkami odurzającymi.

	<b>2006r.</b>	<b>2008 r.</b>
• <b>KL. VI SP .....</b>	<b>3 %</b>	<b>6 %</b>
• <b>KL. I GIMN .....</b>	<b>17 %</b>	<b>11 %</b>
• <b>KL III SZK. PONADGIMN .....</b>	<b>12 %</b>	<b>36 %</b>

*Odsetek uczniów mających kontakt ze środkami odurzającymi zmalał w gimnazjach, natomiast wzrósł w szkołach podstawowych (nieznacznie) oraz ponadgimnazjalnych (znaczaco).*

- Przemoc domowa.

*„Która z wymienionych form przemocy wydarzyła się kiedykolwiek w twojej rodzinie?”*

	<b>2006</b>	<b>2008</b>
<b>wyzwiska</b>	<b>21 %</b>	<b>25 %</b>
<b>groźby</b>	<b>6 %</b>	<b>7 %</b>
<b>poniżanie</b>	<b>7 %</b>	<b>11 %</b>
<b>policzkowanie</b>	<b>3 %</b>	<b>4 %</b>
<b>popychanie i szarpanie</b>	<b>7 %</b>	<b>9 %</b>

<b>bicie</b>	<b>7 %</b>	<b>6 %</b>
<b>szantażowanie pieniędzmi</b>	<b>3 %</b>	<b>3 %</b>
<b>żadna</b>	<b>60 %</b>	<b>70 %</b>

- Czynniki wpływające na zmniejszenie szkód alkoholowych

<b>Jeśli zauważa Pan/i pozytywne zmiany obyczajów i zachowań alkoholowych w ostatnich latach, to są one wynikiem:</b>	<b>2006</b>	<b>2008</b>
Edukacji społecznej (prasa, radio, tv)	<b>29 %</b>	<b>20 %</b>
Działań lokalnych (leczenie odwykowe, gminna komisja rozwiązywania problemów alkoholowych, grupy AA, kluby abstynenta, profilaktyka szkolna i in.)	<b>39 %</b>	<b>37 %</b>
Działań administracyjno-prawnych	<b>7 %</b>	<b>11 %</b>
Polityki cenowej wobec alkoholu	<b>13 %</b>	<b>9 %</b>
Zmian w obyczajowości	<b>22 %</b>	<b>36 %</b>
Promocji zdrowego stylu życia	<b>31 %</b>	<b>35 %</b>
Zubożenia społeczeństwa (brak pieniędzy na alkohol)	<b>31 %</b>	<b>22 %</b>
Większych możliwości wydawania pieniędzy na inne cele	<b>13 %</b>	<b>21 %</b>
Obawy o utratę pracy	<b>61 %</b>	<b>56 %</b>

*Liczba osób doceniających wpływ czynników lokalnych w pozytywnych zmianach obyczajów i zachowań alkoholowych wynosi (tak jak i w poprzednim badaniu) ponad 1/3. Zdaniem badanych zmniejsza się rola czynników socjalnych (obawa o utratę pracy,ubożenie społeczeństwa) natomiast wzrosła rola takich czynników jak zmiany w obyczajowości i promocja zdrowego stylu życia.*

## WNIOSKI

**Na podstawie przeprowadzonych w Łomży badań monitoringowych można wyciągnąć następujące wnioski w obszarze z lokalnej diagnozy problemów alkoholowych i innych zagrożeń społecznych:**

### **1/ Jak mieszkańcy miasta spostrzegają skalę tych problemów?**

- a) alkoholizm zajmuje drugie miejsce w hierarchii problemów społecznych. Wymienia go 44% z badanych. Dodając do tego narkomanię (4 miejsce – 38% wskazań), uzyskamy pełny obraz zagrożenia uzależnieniami widziany oczyma dorosłych mieszkańców Łomży. Młodzież widzi to jeszcze ostrzej: alkoholizm jest na pierwszym miejscu (58%), a narkomania na drugim (55%).
- b) Prawie połowa ankietowanych uważa, że osoby pijące alkohol w ich okolicy stanowią szczególne zagrożenie dla bezpieczeństwa.

### **2/ Czego mieszkańcy oczekują od swoich przedstawicieli w samorządzie:**

- a) 91% badanych oczekuje na poziomie lokalnym działań służących ograniczeniu skali problemów alkoholowych. W tym kryje się między innymi odpowiedź na pytanie, po co potrzebny jest rzetelny gminny program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych.
- b) Zdecydowana większość badanych chce utrzymania a nawet podwyższenia do 21 lat wieku legalnego nabycia napojów alkoholowych. Za tą drugą opcją opowiada się 44% dorosłych i 21% uczniów. Oczywiście związane z tym decyzje podejmowane są na innym szczeblu, jednak powyższe fakty pokazują, że w Łomży **istnieje dobra atmosfera do realizacji lokalnych działań profilaktycznych i terapeutycznych.**
- c) 2/3 badanych uważa, że sprzedawcy napojów alkoholowych powinny odprowadzać do kasy gminy pieniądze na finansowanie zapobiegania alkoholizmowi, nawet jeśli przez to alkohole byłyby nieco droższe

### 3/ Jak przedstawia się skala problemów alkoholowych w Łomży?

- a) Według danych szacunkowych opartych na wskaźnikach wypracowanych przez PARPA co piąty mieszkaniec gminy uwikłany jest w jakiś sposób (osobiście, lub przez członków rodziny) w problem alkoholowy.

### 4/ Jakie jest zagrożenie młodzieży tymi problemami.

- a) *Wśród dzisiejszych 15-16-latków nie pije alkoholu 24% uczniów (wśród uczniów II klas szkół ponadgimnazjalnych odsetek ten wynosi 13%). Dla porównania prawie czterech na dziesięciu dzisiejszych dorosłych mieszkańców Łomży podaje, że nie znało smaku alkoholu przed 18-tym rokiem życia (lub w ogóle nie pije). Do 15 roku życia po alkohol sięgnęło 25% dorosłych. Potwierdza się więc teza o wzroście zachowań ryzykownych wśród młodzieży. Co gorsza picie młodzieży przestaje być sporadycznym wyskokiem, a staje się obyczajem. Co trzeci z 15-latków pił alkohol w ciągu ostatniego miesiąca. To samo dotyczy 52% uczniów szkół ponadgimnazjalnych.*
- b) Najczęściej spożywanym przez młodzież napojem alkoholowym jest piwo. Towarzyszy temu często fałszywe i szkodliwe przekonanie, że alkohol w piwie jest mniej groźny niż wódce.
- c) Uczniowie nie tylko piją, ale i upijają się. Pijany już był co ósmy uczeń klasy szóstej, 41% uczniów klasy III gimnazjum i 60% uczniów szkół ponadgimnazjalnych.
- d) Co czwarty uczeń gimnazjum i 36% uczniów II klas szkół ponadgimnazjalnych uczestniczyło w kłótni, sprzeczce lub bójce z powodu alkoholu.
- e) Niepokojąco wygląda także analiza motywów picia. Wielu młodych ludzi sięga po alkohol już nawet nie po to, aby się zabawić czy rozerwać, lecz traktując picie jako lekarstwo na problemy i smutki. Skraca to drogę do uzależnienia, nie daje bowiem możliwości realnego zmierzenia się z problemami.

### 5/ Młodzież a narkotyki

- a) *Jeśli chodzi o środki odurzające, mimo iż narkotyzowanie się nie jest przez uczniów Łomży spostrzegane jako zjawisko powszechne, to jednak co dziewiąty uczeń III klasy gimnazjum i 36% uczniów II klasy szkoły pogimnazjalnej przyznaje się do kontaktów ze środkami odurzającymi (najczęściej jest to marihuana). 7% gimnazjalistów i 15% uczniów szkół ponadgimnazjalnych miał kontakt ze środkami odurzającymi w okresie 30 dni przed badaniem .*
- b) Co trzeci z badanych uważa, że ich rówieśnicy posiadają wystarczającą wiedzę o narkotykach i szkodliwych skutkach ich działania.

- c) 23% uczniów szkół średnich spotkało w szkole osobę rozprowadzającą narkotyki a poza szkołą – 47%. Wśród gimnazjalistów odpowiednio: 11% i 34 %.
- d) Młodzi ludzie mają przekonanie, że w narkotyki można najprędzej zaopatrzyć się na dyskotecce czy w pubie, ale kupno środka odurzającego w innych miejscach też nie nastęcza trudności.

## **6/ Dorośli a narkotyki**

- a) 56% dorosłych ankietowanych mieszkańców Łomży uważa, że w ich okolicy łatwy jest dostęp do narkotyków.
- b) Zdecydowana większość dorosłych mieszkańców Łomży (97%) uważa, że za posiadanie narkotyków powinno się karać (wśród młodzieży takie przekonanie podziela 83% badanych)

## **7/ Uzależnienie od komputera i Internetu. Cyberprzemoc.**

- a) Duży odsetek młodzieży zbyt długo pozostaje przy komputerze (zarówno w ocenie własnej, jak i innych osób).
- b) Internet staje się nierzadko sposobem na ucieczkę od problemów lub sposobem na poprawę nastroju (21%).
- c) Wielu młodych ludzi doświadczało przez Internet lub SMS wulgarnego wyzywania, straszenia czy też ośmieszania (35%).

## **8/ Problemy przemocy**

- a) Dzieci narażone są w szkole i w domach na różnego rodzaju akty przemocy.
- b) Co ósmy uczeń był ofiarą pobicia w szkole, także co ósmy był zmuszany do robienia rzeczy niechcianych, a co dziewiąty został napadnięty i okradziony.
- c) Co ósmy z badanych dorosłych jest zwolennikiem surowego wychowania.
- d) W co czwartej rodzinie serwuje się wyzwiska, w 6% rodzin dzieci są bite.
- e) Co siódmy uczeń jest karcony w sposób niebezpieczny dla zdrowia.

## **9/ Na ile postawy dorosłych wpływają na zachowania alkoholowe młodzieży?**

- a) W trzech przypadkach na dziesięć osobami, które po raz pierwszy poczęstowały młodego człowieka alkoholem byli dorośli – najczęściej rodzice.
- b) Jednocześnie 29% uczniów było świadkiem przykrej sytuacji w życiu rodzinnym spowodowanej przez alkohol.
- c) Młodzi ludzie nie mają też problemu z omijaniem zakazu sprzedaży alkoholu osobom niepełnoletnim. Niemal połowa uczniów klasy III gimnazjum kupowało samodzielnie alkohol.
- d) Gdy zapytamy gdzie młodzież najczęściej spożywa alkohol, to okaże się, że w domu, na dyskotecce, w kawiarni. A co w tym czasie robią dorośli?

**10/ Przedstawiłem Państwu skalę problemów. Warto jednak podkreślić, że wobec tych problemów nie jesteśmy bezradni. W Łomży od wielu lat realizuje się działania w ramach gminnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych. Są to np. oddziaływania w ramach:**

- a) Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Osoby uzależnione i wyrządzające swoim piciem poważne szkody społeczne nie chcące się poddać leczeniu mogą być zgłoszone do komisji celem wszczęcia procedury sądowej zobowiązującej do leczenia odwykowego. W 2007 r. Komisja przeprowadziła 104 rozmów interwencyjno-motywacyjnych (96 spraw skierowano do sądu).
- b) Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej – udzielił pomocy dla 104 rodzin z problemem alkoholowym (343 osoby).
- c) Działań konsultacyjno-informacyjnych, grup samopomocowych, leczenia odwykowego:
  - osoby z problemem alkoholowym otrzymują pomoc w punkcie informacyjno-konsultacyjnym. W 2007 r. udzielono 458 porad związanych z rozwiązywaniem problemów alkoholowych (osoby uzależnione – 30 porady, osoby współuzależnione i dorosłe dzieci alkoholików – 428 porad).
  - trzeźwienie wsparte jest oddziaływaniami grup samopomocowych.
  - Miasto dofinansowuje także działalność placówek leczenia odwykowego
- d) Oddziaływań profilaktycznych:
  - W Łomży działają 2 świetlice realizujące program socjoterapeutyczny i 3 świetlice realizujące program opiekuńczo-wychowawczy. Działaniem tych placówek objęte jest 126 dzieci.
  - Wielu uczniów uczestniczyło w 2007 roku w programach profilaktyki uzależnień.

**11/ W związku z tymi działaniami warto spytać: Czy w dynamice problemów alkoholowych istnieją jakieś pozytywne tendencje? ODPOWIEDŹ BRZMI: TAK.**

- a) Trzech na dziesięciu badanych mieszkańców Łomży uważa, że widok osób pijanych na ulicach jest rzadszy niż dawniej. Wielu mieszkańców dostrzega także zmniejszanie się liczby spraw załatwianych przez alkohol (29%) czy też przypadków niekontrolowania zachowań alkoholowych na imprezach (49%).
- b) Wielu badanych dostrzega wzrost liczby przypadków odmawiania picia (31%), zwiększenie akceptacji dla postaw abstynenckich (41%) a także wzrastającą popularność uroczystości bezalkoholowych (21%).
- c) 68% badanych mieszkańców coraz częściej styka się z osobami, które zostały abstynentami lub przynajmniej piją w sposób mniej destrukcyjny niż dawniej.

- d) Zdecydowanie zmniejsza się picie alkoholu w pracy i tolerancja kadry kierowniczej dla takich zachowań.
- e) Zmieniają się preferencje alkoholowe. Napoje spirytusowe są zastępowane napojami o niskiej zawartości alkoholu.
- f) 3/4 badanych wiedziałyby gdzie szukać pomocy, gdyby ktoś z ich bliskich miał problemy z alkoholem.
- g) Wzrasta także zaufanie do działań związanych z rozwiązywaniem problemów alkoholowych. 77% badanych wierzy w skuteczność leczenia odwykowego.

**12/ I jeszcze bardzo istotna sprawa. Jaka rolę w animacji tych wszystkich pozytywnych zmian mają działania lokalne? Zdaniem badanych mieszkańców Łomży – bardzo dużą. Docenia to prawie prawie czterech na dziesięciu badanych.**

**13/ Strategiczne kierunki realizacji programu gminnego w przyszłych latach:**

- Kontynuacja działań w zakresie profilaktyki szkolnej w oparciu programy wykorzystujące aktywność własną uczniów, i poszerzanie o inne rozbudowane, cykliczne programy profilaktyczne.
- Istotne jest, aby zajęcia profilaktyczne obejmowały ćwiczenia odmawiania picia, nieulegania naciskowi grupy, bronięcia własnych postaw i przekonań.
- Realizacja programów profilaktycznych obejmować powinna coraz młodsze grupy wiekowe. Jak wykazują badania, jednym z ważniejszych zadań jest dotarcie do uczniów szkół podstawowych. Jest to najlepszy moment, aby wpłynąć na zmianę preferencji w korzystnym kierunku, gdyż po przejściu do gimnazjum zaczyna się lawinowy wzrost niepożądanych zachowań alkoholowych.
- W związku z różnorodnością działań ryzykownych podejmowanych przez młodzież a także szeroką skalą innych zagrożeń wskazane jest tworzenie oddziaływań edukacyjnych i prewencyjnych dotyczących różnych środków odurzających (alkohol, tytoń, narkotyki) czy też adekwatnych sposobów zachowania się w sytuacjach przemocowych.
- Wzrost dostępności programów edukacyjnych dla osób dorosłych dotyczących problemów alkoholowych m.in. poprzez preferowanie programów profilaktycznych w szkołach obejmujących oprócz młodzieży także rodziców (np. „III Elementarz, czyli Program Siedmiu Kroków”, „Program Domowych Detektywów”).
- Wspieranie działalności świetlic opiekuńczo-wychowawczych i realizujących program socjoterapeutyczny w celu objęcia nimi jak największej liczby dzieci z grup ryzyka (rodziny dysfunkcyjne, w tym alkoholowe).
- Współpraca Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Policji i innych instytucji w kierunku prawnego

egzekwowania przestrzegania ustawowego zakazu sprzedaży alkoholu osobom poniżej 18 roku życia.

- Konieczne jest tworzenie zintegrowanego systemu profilaktyki gminnej angażującego wiele grup społeczności lokalnej (oprócz młodzieży i rodziców także wychowawców, sprzedawców napojów alkoholowych, przedstawicieli samorządu itp.)
- Promowanie mody na zdrowy styl życia; zachęcanie i włączanie młodzieży do udziału w konkursach o charakterze edukacyjno-profilaktycznym itp.
- Promocja, wspólnie ze szkołami, liderów młodzieżowych i wykorzystywanie ich aktywności w działaniach profilaktycznych i promujących zdrowy styl życia.
- Wykorzystywanie zainteresowań młodzieży i ich aktywności fizycznej do budowania alternatywnych, w stosunku do picia alkoholu i zażywania narkotyków, sposobów spędzania wolnego czasu i realizacji własnych zainteresowań.
- Wprowadzenie do programów szkolnych stałych elementów edukacyjnych w zakresie zapobiegania zachowaniom ryzykownym. Zakup materiałów edukacyjno szkoleniowych.
- Współdziałanie oraz pomoc w szkoleniu grup zawodowych i osób związanych bezpośrednio lub pośrednio z realizacją gminnego programu rozwiązywania problemów alkoholowych (pracownicy lecznictwa odwykowego, policja, pomoc społeczna, pedagodzy, kuratorzy sądowi, członkowie komisji rozwiązywania problemów alkoholowych i. in.).
- Wykorzystywanie prawnego zobowiązania do leczenia odwykowego.