

# **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. 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 gminy:**
  - *Szacunkowa skala problemów alkoholowych*
  - *Stan zasobów w sferze rozwiązywania problemów alkoholowych*
- **Alkohol w życiu dorosłych:**
  - *Poglądy i postawy wobec alkoholu*
  - *Spożycie alkoholu*
- *Szkody społeczne związane z nadużywaniem alkoholu.*
- *Dynamika zachowań alkoholowych na przestrzeni ostatnich lat (obyczaj alkoholowy, obyczaj abstynencki, alkohol w pracy, struktura spożycia napojów alkoholowych).*

Przy analizie przedstawionego raportu należy pamiętać, że rozwiązywanie problemów alkoholowych nie oznacza walki z alkoholem, ani też nie ogranicza się do minimalizowania skutków choroby alkoholowej. 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 uzależnionych od alkoholu**. Tych pierwszych jest po prostu kilkakrotnie więcej. *W związku z tym realizacja gminnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych nie powinna ograniczać się do pomocy osobom uzależnionym, lecz zawierać szerszy pakiet działań ograniczających zakres strat wynikających z nadużywania alkoholu.*

## **OPIS METODOLOGII BADAŃ**

Realizacja celów zawartych w ofercie badań wymagała objęcia badaniami:

A/ sondy ulicznej przeprowadzonej wśród mieszkańców gminy (mężczyzn i kobiet), którzy ukończyli 18 lat. Wybór osób badanych dokonywany jest metodą ***doboru losowego***. Badana wielkość próby wynosi 150 osób.

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

B/ 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 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.

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

## I. METRYKA GMINY

Miasto Łomża liczy 63.220 mieszkańców.

### ❖ Dostępność napojów alkoholowych

*Liczba punktów sprzedaży napojów alkoholowych:*

Ogółem ..... **172**

w tym:

*a/ do spożycia poza miejscem sprzedaży (sklepy)*

ogółem: ..... **122**

w tym powyżej 18% ..... **69**

*b/ do spożycia w miejscu sprzedaży (lokale gastronomiczne)*

ogółem: ..... **50**

w tym powyżej 18% ..... **37**

***Jeden punkt sprzedaży napojów alkoholowych przypada  
w Łomży na 367 osób.***

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

### 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**

\* wg danych szacunkowych opracowanych przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

## STAN ZASOBÓW W ZAKRESIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH

### ❖ *Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych*

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

ROK	Rozmowy interwencyjno-motywacyjne		
	Liczba osób, z którymi Komisja przeprowadziła rozmowy interwencyjno-motywujące w związku z nadużywaniem alkoholu	Liczba osób, w stosunku do których podjęto czynności zmierzające do zobowiązania do leczenia odwykowego	Skierowano do sądu
<b>2011</b>	<b>48</b>	<b>17</b>	<b>1</b>

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

#### Zobowiązanie do leczenia powinno się stosować:

Wobec wszystkich osób uzależnionych od alkoholu	<b>64 %</b>
W pewnych przypadkach (np. szkody społeczne)	<b>17 %</b>
Nie powinno się w ogóle stosować przymusu	<b>8 %</b>
Trudno powiedzieć	<b>11 %</b>

Jak widać, mieszkańcy Łomży popierają instytucję sądowego zobowiązania do leczenia. Pewna część badanych uważa, że nie wystarczy samo uzależnienie. Istotne jest, czy osoba uzależniona od alkoholu 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: systematyczne zakłócanie spokoju lub porządku publicznego, rozkład życia rodzinnego, czy demoralizacja małoletnich.

### ❖ *Pomoc rodzinom, w których występują problemy alkoholowe*

#### • **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej**

Pomoc materialna Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej	rok 2011
	liczba rodzin
Ogółem <sup>1</sup>	<b>1.510</b>
Rodziny korzystające ze świadczeń z powodu problemów alkoholowych	<b>92</b>

• **Leczenie odwykowe**

<b>Placówki leczenia odwykowego</b>	<b>Liczba</b>
○ Przychodnia Uzależnień;	<b>1</b>
○ Poradnia Współuzależnień	<b>1</b>
○ Oddział Detoksykacyjny (w ramach Oddziału Psychiatrycznego Szpitala Wojewódzkiego)	<b>1</b>
○ Oddział Terapii Uzależnień (całodobowy)	<b>1</b>
○ Oddział Dzienny Terapii Uzależnień	<b>1</b>

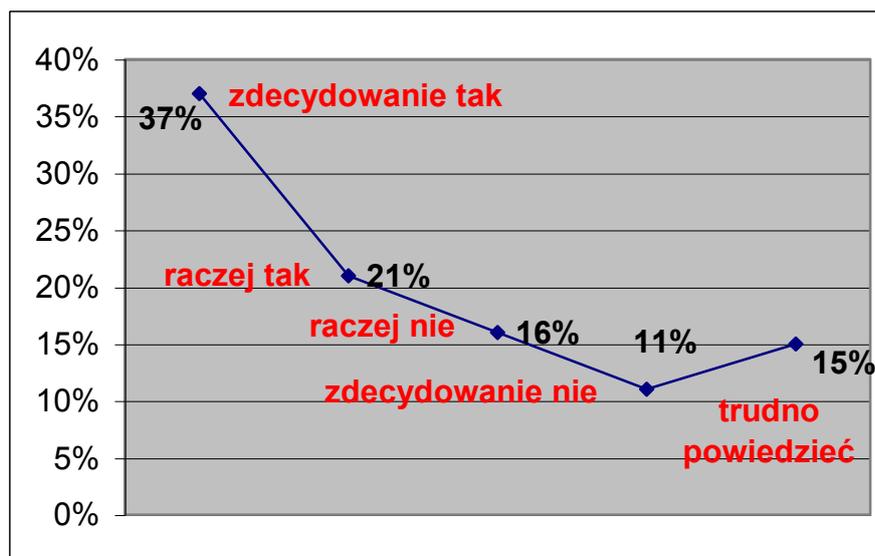
• **Inne formy działania**

	<b>Liczba</b>
Centrum Informacyjne dla Rodzin z Problemem Alkoholowym .....	<b>1</b>
AA (dla uzależnionych).....	<b>3</b>
Al-Anon (dla współuzależnionych).....	<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?”. Otrzymałiśmy 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?”. Ankietowani odpowiedzieli:

Zdecydowanie tak	42 %
Raczej tak	31 %
Zdecydowanie nie	11 %
Raczej nie	7 %
Trudno powiedzieć	9 %

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

## II. ALKOHOL W ŻYCIU DOROSŁYCH

### POGLĄDY I POSTAWY WOBEC ALKOHOLU

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

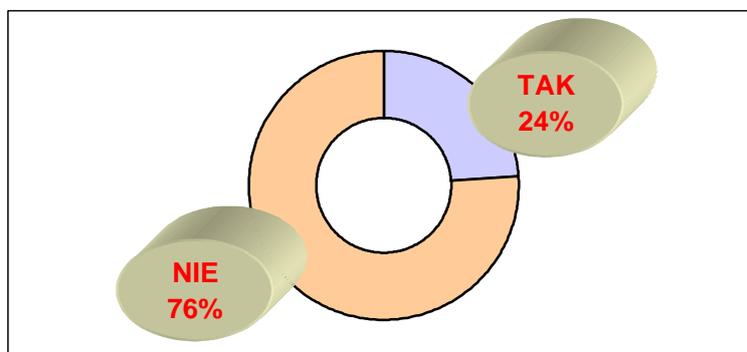
Które z problemów uważa Pan/i za najważniejsze?*	
Zanieczyszczenie środowiska	10 %
Bezrobocie	61 %
Kryzys rodziny	22 %
Wzrost przestępczości	31 %
Alkoholizm	60 %
AIDS	9 %
Zubożenie społeczeństwa	25 %
Przemoc i agresja na ulicach	29 %
Narkomania	20 %
Problemy mieszkaniowe	5 %

Alkoholizm postrzegany jest jako jedno z ważniejszych zagrożeń (drugi w hierarchii ważności – 60% wskazań). Gdy dodamy do tego zagrożenie narkomanią (20% wskazań), otrzymamy pełny obraz tego, jak

mieszkańcy Łomży postrzegają problemy związane z uzależnieniami.

\* 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%.

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:



Alkohol etylowy zawarty w piwie jest tą samą substancją, co alkohol zawarty w winie i wódce. Poszczególne napoje: piwo, wino, wódka różnią się od siebie stężeniem alkoholu. Zdecydowana większość badanych ma słuszny pogląd w tej

sprawie, jednakże co czwarty ankietowany 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 poddana 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 co czwarty badany nie zgadza się z tym.

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

<i>Oczekuję takich działań .....</i>	<b>89 %</b>
<i>Nie oczekuję takich działań .....</i>	<b>11 %</b>

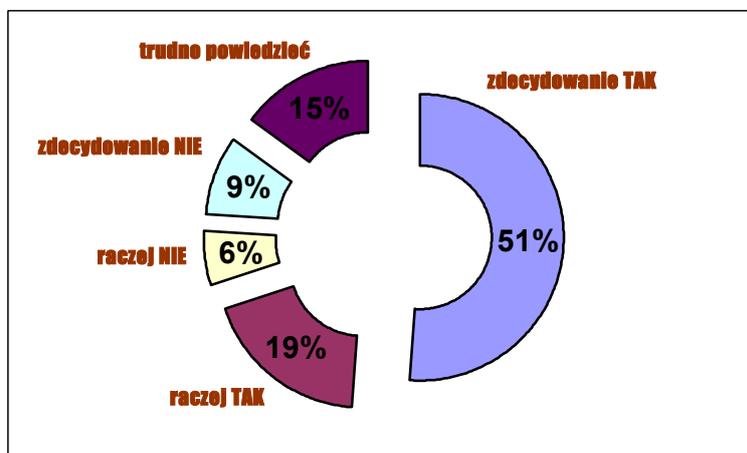
**Wynika z tego bardzo istotna przesłanka:**

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

Zgodnie z obecnym stanem prawnym środki finansowe 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 powinni odprowadzać do kasy gminy pieniądze na finansowanie zapobiegania alkoholizmowi, nawet gdyby przez to alkohole byłyby nieco droższe?*

Otrzymaliśmy następujące odpowiedzi:



Jak widać, badani w większości (70%) zgadzają się na istniejący obecnie system finansowania zadań w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych, nawet kosztem wyższej ceny napojów alkoholowych.

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 dzieciom i młodzieży do lat 18.

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 o 5% - 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>0 %</b>
<b>Od 18 roku życia</b>	<b>53 %</b>
<b>Od 21 roku życia</b>	<b>47 %</b>

Żaden z badanych nie widzi możliwości obniżenia wieku legalnego nabycia napojów alkoholowych do lat 16, **natomiast duża część ankietowanych (47%) byłaby skłonna 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:

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

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

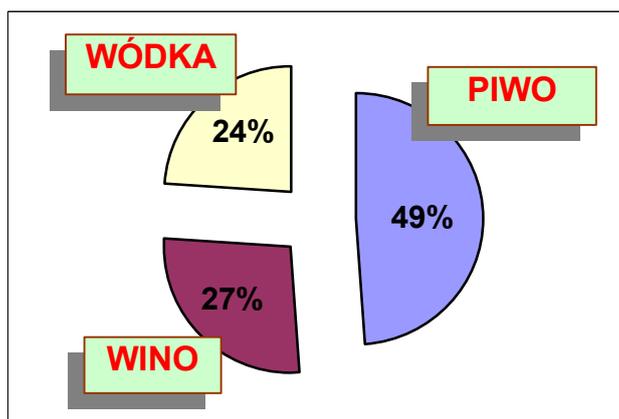
Działania związane z rozwiązywaniem problemów alkoholowych powinny więc iść w kierunku przeciwdziałania zbyt wczesnej inicjacji alkoholowej, ograniczenia spożycia napojów alkoholowych a także zmiany wzorców picia na takie, w których preferuje się trunki o niskiej zawartości alkoholu.

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>Pijem dzisiaj</b>	<b>3 %</b>
<b>1 - 2 dni</b>	<b>11 %</b>
<b>Mniej więcej tydzień</b>	<b>27 %</b>
<b>2 tygodnie do miesiąca</b>	<b>20 %</b>
<b>Miesiąc do trzech miesięcy</b>	<b>20 %</b>
<b>Więcej niż 3 miesiące</b>	<b>13 %</b>
<b>Nie piję od kilku lat</b>	<b>6 %</b>

Jak z tego wynika, sześciu na dziesięciu ankietowanych mieszkańców Łomży piła alkohol nie dłużej niż miesiąc przed okresem badania, zaś 6% 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 otoczenie przyjmuje odmowę picia. Oto najczęściej spotykane reakcje:

<b>zdziwienie</b>	<b>11 %</b>
<b>krytyka</b>	<b>1 %</b>
<b>podziw</b>	<b>1 %</b>
<b>wyśmiewanie</b>	<b>2 %</b>
<b>rozumienie</b>	<b>50 %</b>
<b>odrzućenie</b>	<b>0 %</b>
<b>ojojętność</b>	<b>26 %</b>
<b>usilne namawianie</b>	<b>16 %</b>

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

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

<b>W jakim wieku miał/a Pan/i pierwszy kontakt z alkoholem?</b>	
<b>W ogóle nie piłem</b>	<b>1 %</b>
<b>9 lat lub mniej</b>	<b>0 %</b>
<b>10 - 12 lat</b>	<b>3 %</b>
<b>13 - 15 lat</b>	<b>18 %</b>
<b>16 - 17 lat</b>	<b>32 %</b>
<b>18 - 21 lat</b>	<b>31 %</b>
<b>Powyżej 21 lat</b>	<b>15 %</b>
<b>Nie pamiętam</b>	<b>0 %</b>

Niemal połowa badanych osób dorosłych poznała smak alkoholu będąc już osobami pełnoletnimi (lub w ogóle nie pije). Do 15 roku życia sięgnęło po alkohol 21% dorosłych.

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

<b>Z kolegą</b>	<b>73 %</b>
<b>Z rodzicami</b>	<b>13 %</b>
<b>Z innym dorosłym członkiem rodziny</b>	<b>5 %</b>
<b>Z innym dorosłym</b>	<b>6 %</b>
<b>Sam</b>	<b>3 %</b>

3/4 dzisiejszych dorosłych pierwszy kieliszek alkoholu wypilo z kolegą, zaś co ósmy – z rodzicem.

### III. SZKODY SPOŁECZNE ZWIĄZANE Z NADUŻYWANIEM ALKOHOLU

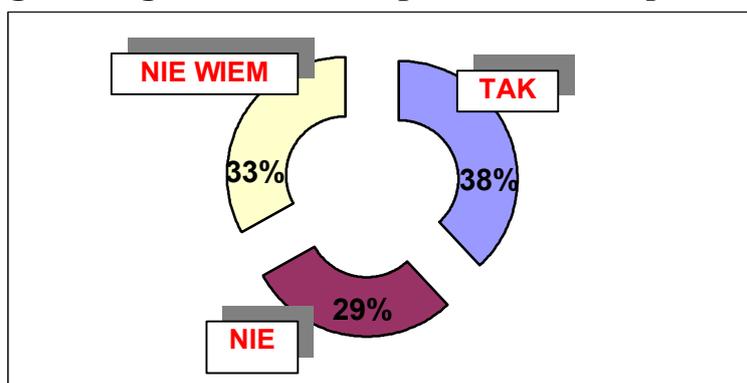
Powszechnie uważa się, że alkohol jest dla państwa źródłem poważnych dochodów. Rzeczywiście, koszty produkcji alkoholu są niewspółmiernie niskie w stosunku do ceny sprzedaży, duża część tych zysków zasila skarb państwa. Jednak jest to tylko część prawdy. Często nie dostrzega się kosztów społecznych związanych 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.

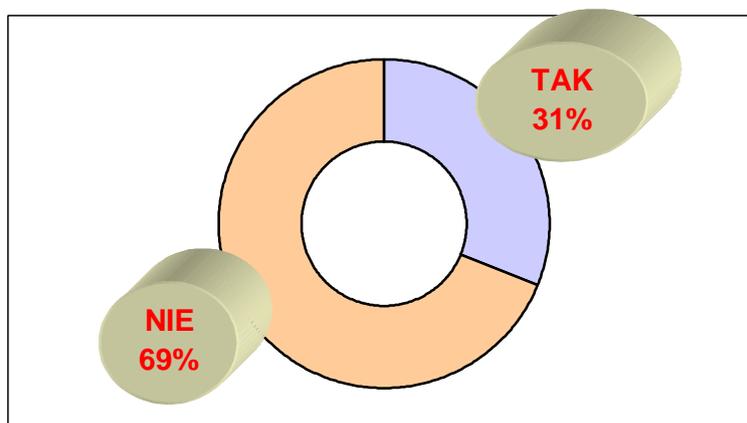
### SKALA ZAGROŻENIA PROBLEMAMI ZWIĄZANYMI Z NADUŻYWANIEM ALKOHOLU

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



Czterech na dziesięciu 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, trzech na dziesięciu badanych bezpośrednio i osobiście doświadczyło nieprzyjemnych skutków nadużywania przez innych alkoholu.

## NIETRZEŻWOŚĆ W MIEJSCACH PUBLICZNYCH

### ❖ **Policja:**

Funkcjonariusze Policji odnotowali w ostatnich latach na terenie Łomży wiele działań w stosunku do osób nietrzeźwych w tym:

### RODZAJ DZIAŁAŃ POLICYJNYCH - ROK 2011

Liczba nietrzeźwych osób nieletnich życia zatrzymanych w policyjnych izbach dziecka lub odwiezionych do domów rodzinnych .....	<b>59</b>
Liczba zatrzymań osób nietrzeźwych w celu wytrzeźwienia w pomieszczeniach policyjnych .....	<b>746</b>

Działania na rzecz przeciwdziałania nietrzeźwości kierowców:

- edukacja społeczna na temat bezpieczeństwa na drogach
- współpraca gminy i policji w ramach policyjnych akcji trzeźwości na drogach
- program "Jestem z Łomży, myślę trzeźwo" - skierowany do młodych kierowców połączony z badaniem ewentualnej zawartości alkoholu lu innych środków odurzających w organizmie

## 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 spostrzeganie 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 w ostatnich latach:	Wśród dorosłych	Wśród młodzieży
<b>Zwiększa się</b>	<b>36 %</b>	<b>95 %</b>
<b>Zmniejsza się</b>	<b>11 %</b>	<b>0 %</b>
<b>Nie widzę zmiany</b>	<b>53 %</b>	<b>5 %</b>

Jeśli chodzi o konsumpcję alkoholu wśród osób dorosłych, większość mieszkańców Łomży nie dostrzega 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>13 %</b>
<b>Nie widzę zmiany</b>	<b>36 %</b>

Duża część mieszkańców Łomży dostrzega korzystną tendencję zmiany preferencji konsumpcji napojów alkoholowych na korzyść alkoholi niskoprocentowych.

## 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 wynikające 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 .

	SKALA ZJAWISKA		
	WIĘKSZA	MNIEJSZA	BEZ ZMIAN
Picie alkoholu w pracy	<b>12 %</b>	<b>62 %</b>	<b>26 %</b>

Wielu badanych dostrzega pozytywną tendencję w obszarze spożywania alkoholu w pracy.

## OBYCZAJ ABSTYNYNENCKI. SKUTECZNOŚĆ ODDZIAŁYWAŃ PROFILAKTYCZNO - LECZNICZYCH

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

- *maksyma AA*

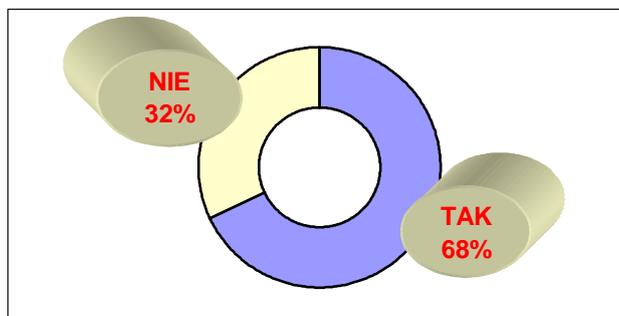
Z alkoholizmu nie można się wyleczyć,  
ale można wyzdrowieć.

- *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 coraz częściej styka się z osobami, które zostały abstynentami lub przynajmniej piją w sposób mniej destrukcyjny niż dawniej.

Istotne znaczenie ma oczywiście pytanie, jaki wpływ na korzystne zmiany w obyczajach alkoholowych 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>31 %</b>
Działań lokalnych (leczenie odwykowe, gminna komisja rozwiązywania problemów alkoholowych, grupy AA, kluby abstynenta, profilaktyka szkolna i in.)	<b>38 %</b>
Działań administracyjno-prawnych	<b>5 %</b>
Polityki cenowej wobec alkoholu	<b>5 %</b>
Zmian w obyczajowości	<b>22 %</b>
Promocji zdrowego stylu życia	<b>31 %</b>
Zubożenia społeczeństwa (brak pieniędzy na alkohol)	<b>11 %</b>
Większych możliwości wydawania pieniędzy na inne cele	<b>12 %</b>
Obawy o utratę pracy	<b>39 %</b>

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

## ALKOHOL A 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 – oszłomienie 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. Krótsza 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 290 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 i dopalacze*
- *Przemoc*
- *Uzależnienie od komputera i internetu, cyberprzemoc*

## I. STAN ZASOBÓW

### ❖ *PROFILAKTYKA*

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

W ostatnich latach odchodzi się od pogadanek 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 o prawidłowej samoocenie, zadowolony z życia, umiejący egzekwować swoje prawa i radzić sobie w trudnych sytuacjach nie będzie odczuwał potrzeby wspomaganie się chemicznymi środkami zmieniającymi świadomość.

Czym jeszcze charakteryzują się nowoczesne programy profilaktyczne?

- Dobrze jest, jeśli nie są to jednorazowe spotkania. Zajęcia realizowane są cyklicznie i trwają w sumie kilkanaście godzin.
- Nie opierają się one na biernym słuchaniu, lecz na zdobywaniu wiedzy, zmianie przekonań i zachowań, a także na rozwoju osobistym poprzez aktywny udział uczestników.

❖ *Ważniejsze oddziaływania profilaktyczne w 2011 r.*

	Liczba osób uczestniczących		
	uczniów	nauczycieli	rodziców
<i>Szkolne programy profilaktyczne dotyczące używania substancji psychoaktywnych</i>			
➤ "Razem bezpiecznie, zdrowo i wesoło - profilaktyka uzależnień"	18.514	211	324
➤ "Wasze wybory"			
➤ "Wędrując ku dorosłości bez uzależnień"			
➤ "Kluby i koła zainteresowań alternatywą uzależnień"			
➤ "Umiem wybrać - wiem co dobre"			
➤ "Wolontariusze" - program wychowawczo-profilaktyczny			
<i>Inne szkolne programy profilaktyczne albo dotyczące innych zachowań problemowych (np. agresji)</i>			
➤ "Stawiamy na sukces"	10.243	118	297
➤ "Zdrowo żyję"			
➤ "Rozwijając pasję zapobiegamy patologiom"			
➤ "Czas wolny inaczej"			
➤ "Strzelectwo sportowe w walce z uzależnieniami i agresją"			
➤ Inne programy profilaktyczne			
<i>Pozaszkolne programy profilaktyczne</i>			
➤ "Żyję z pasją"	6.528	62	113
➤ "Stawiam na własny rozwój"			
➤ "Jak żyć zdrowo i twórczo?"			
➤ "Bądź bezpieczny w swoim środowisku"			
➤ "Twórczym być to lepiej żyć"			
➤ "Szkoła Kultury" - program profilaktyczno-edukacyjny			

❖ *Świetlice:*

	Liczba			
	placówek	dzieci	W tym: z rodzin alkoholowych	wychowawców
<i>Świetlice realizujące program socjoterapeutyczny</i>	2	205	111	4
<i>Świetlice realizujące program opiekuńczo-wychowawczy</i>	3	119	86	6

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

	Liczba dzieci
<i>Dzieci korzystające z działań na rzecz dożywiania, uczestniczące w pozalekcyjnych programach opiekuńczo-wychowawczych i socjoterapeutycznych</i>	100
<i>Kolonie i obozy z programem zajęć profilaktycznych w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych</i>	137
<i>Programy i przedsięwzięcia profilaktyczne opracowywane i realizowane przez młodzież, skierowane do grup rówieśniczych (np. kluby dyskusyjne, dyskoteki bezalkoholowe, audycje radiowe itp.)</i>	256
<i>Pozalekcyjne zajęcia sportowe realizowane w 2011 roku w ramach gminnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych</i>	940

## 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	47 %	53 %
Gimnazja – kl. III	39 %	61 %
Szkoły ponadgimnazj. – kl. II	43 %	57 %

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 piwem i winem trwa dłużej, ale jest bardziej zwodnicze i łatwiej wciąga nowych konsumentów – młodzież i kobiety.

Świadomość tego faktu wśród uczniów szkół w Łomży jest zróżnicowana. **47% uczniów klas szóstych, 39% gimnazjalistów i czterech na dziesięciu uczniów drugich klas szkół ponadgimnazjalnych nie posiada na ten temat prawidłowej wiedzy.**

Następne pytanie odnosiło się do wizerunku osoby uzależnionej od alkoholu, a w zasadzie było pytaniem o najistotniejsze objawy uzależnienia.

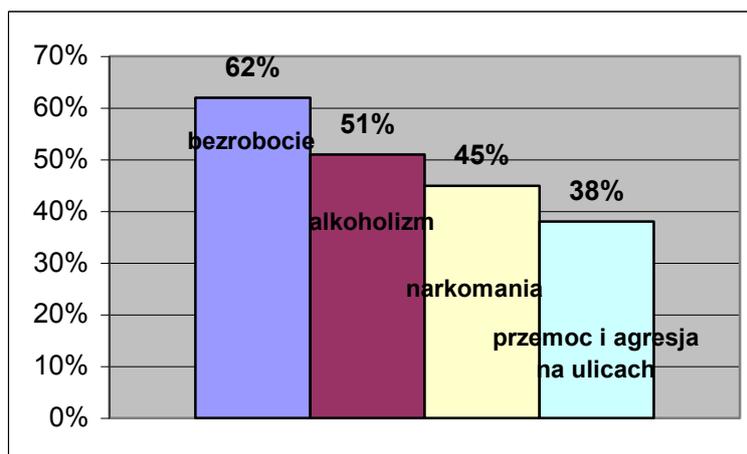
<b>Czy alkoholik to człowiek, który:</b>	Szk. podst. Kl. VI	Gimnazjum kl. III	Szkoły ponadgimnazjalne kl. II
Pije codziennie	45 %	34 %	38 %
Chodzi brudny i zaniedbany	9 %	8 %	4 %
Gdy zacznie pić, nie potrafi przerwać w dowolnym momencie	77 %	66 %	61 %

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.

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:

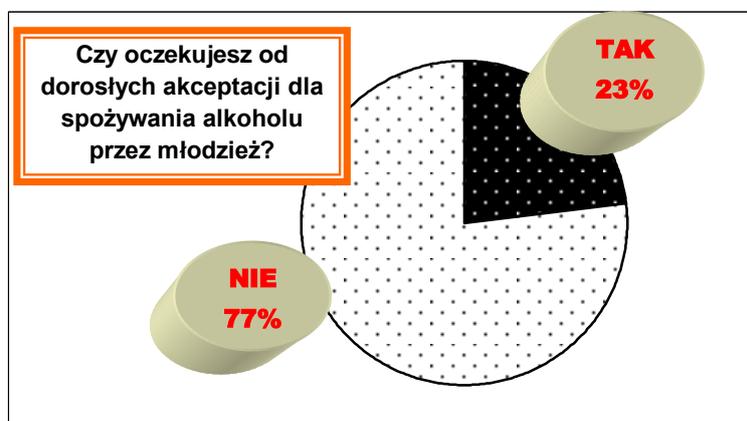


a w dalszej kolejności:

- *Kryzys rodziny* ..... 31 %
- *Zanieczyszczenie środowiska* ..... 27 %
- *Wzrost przestępczości* ..... 27 %

Jak widać z powyższych danych zarówno alkoholizm jak i narkomania znajdują się wśród trzech największych, zdaniem młodzieży, zagrożeń społecznych.

Odpowiedź na następane 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 koresponduje 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 dzieciom i młodzieży**, oraz, na jakim poziomie powinna być ustalona granica wiekowa:

<b>Od jakiego wieku powinno się sprzedawać alkohol</b>	
Bez ograniczeń	2 %
Od 12 lat	1 %
Od 14 lat	4 %
Od 16 lat	22 %
Od 18 lat	58 %
Od 21 lat	13 %

*Z otrzymanych rezultatów wynika, że zdecydowana większość uczniów szkół Łomży (98%) jest przekonana o konieczności istnienia ograniczeń wiekowych dla legalnego kupowania alkoholu.*

**Siedmiu na dziesięciu uczniów nie widzi potrzeby obniżenia wiekowej granicy legalnej sprzedaży alkoholu.**

**Co ósmy 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. SKALA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH - 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 inicjacji alkoholowej wynosi obecnie 11 – 12 lat**
- **zacierają się różnice pomiędzy chłopcami i dziewczętami w częstoci 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 środowisku rówieśniczym.

Ilu twoich kolegów pali papierosy	Klasy VI	Gimnazjum Kl. III	Szkoły ponadgimn. kl. II
większość	<b>3 %</b>	<b>27 %</b>	<b>38 %</b>
około połowy	<b>1 %</b>	<b>18 %</b>	<b>32 %</b>
mniejszość	<b>16 %</b>	<b>12 %</b>	<b>22 %</b>
pojedyncze przypadki	<b>30 %</b>	<b>25 %</b>	<b>4 %</b>
nikt	<b>49 %</b>	<b>18 %</b>	<b>4 %</b>

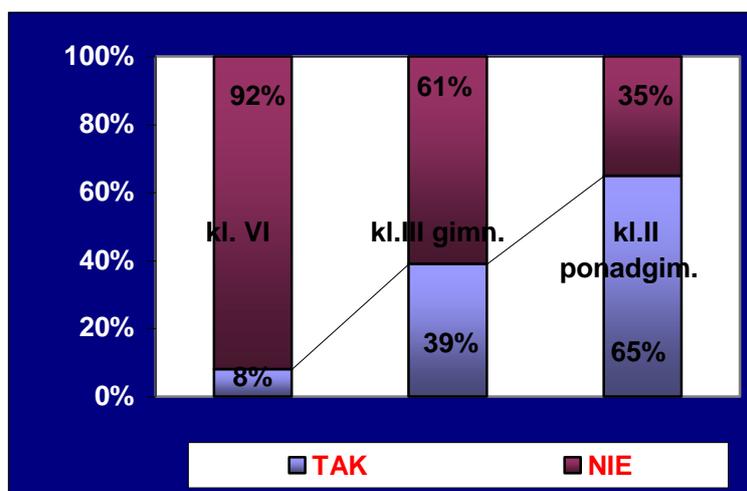
4% szóstoklasistów, 45% uczniów klas III gimnazjum uważa, że przynajmniej połowa ich kolegów pali papierosy. Natomiast w klasach II szkół ponadgimnazjalnych przekonanie takie podziela 70% badanych.

Dalej pytaliśmy o zachowania alkoholowe.

Ilu twoich kolegów pije alkohol	Klasy VI	Gimnazjum Kl. III	Szkoły ponadgimn. kl. II
większość	1 %	26 %	62 %
około połowy	4 %	19 %	19 %
mniejszość	14 %	19 %	9 %
pojedyncze przypadki	26 %	22 %	4 %
nikt	55 %	14 %	6 %

Jak widzimy przekonanie, że co najmniej połowa osób ze środowiska badanych pije alkohol podziela 5% szóstoklasistów, 45% gimnazjalistów oraz zdecydowana większość uczniów II klas 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.

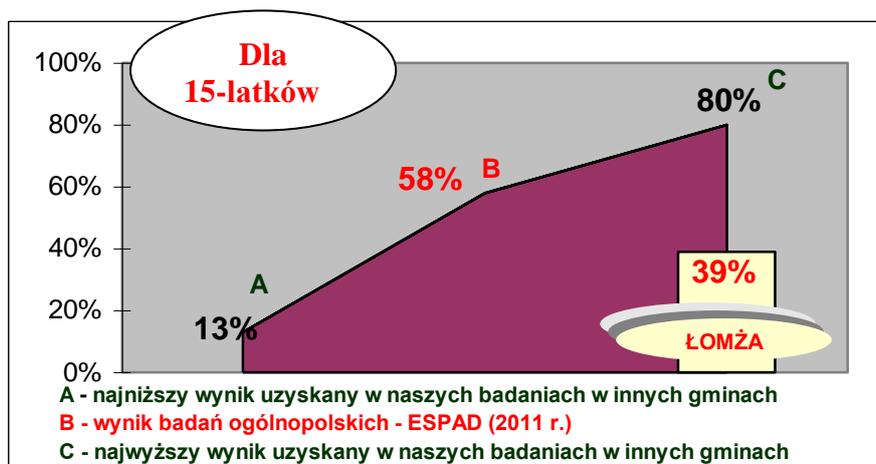
Zobaczmy, co ankietowani mówią na temat swoich własnych zachowań alkoholowych. Na pytanie: „Czy w ciągu ostatnich 30 dni piłeś jakiś napój alkoholowy” odpowiadają:



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

**8% UCZNIÓW KLAS VI, CZTERECH NA DZIESIĘCIU UCZNIÓW KLAS III GIMNAZJUM ORAZ 2/3 DZIESIĘCIU 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 ponadgimnazjalne kl. II	
	ŁOMŻA	ESPAD-2011 (ogólnopolskie)
<b>TAK</b>	<b>65 %</b>	<b>80 %</b>

*Natomiast w badanych przeze mnie gminach, wskaźniki dotyczące klas VI mieściły się w przedziale od 0% do 53% (Łomża – 8%).*

**Młodzież łomżyńskich szkół wypada więc korzystnie na tle swoich rówieśników z innych regionów kraju.**

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

	Szkoły podst. kl. VI	Gimnazjum kl. III	Szk. ponadgimn. kl. II
<b>PIWO</b>	<b>56 %</b>	<b>57 %</b>	<b>67 %</b>
<b>WINO, KOKTAIL</b>	<b>33 %</b>	<b>11 %</b>	<b>12 %</b>
<b>WÓDKA, LIKIER</b>	<b>11 %</b>	<b>32 %</b>	<b>21 %</b>

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

Suma procent może być większa od 100, gdy uczniowie spożywają więcej niż jeden rodzaj alkoholu.

Jak widać, najpopularniejszym napojem alkoholowym wśród uczniów szkół Łomży jest piwo. Można na to patrzeć z dwóch stron. Piwo stanowi niewątpliwie mniejsze zagrożenie wczesnym uzależnieniem niż wino, czy wódka. Jednakże tendencja ta świadczyć może (i niejednokrotnie świadczy) o

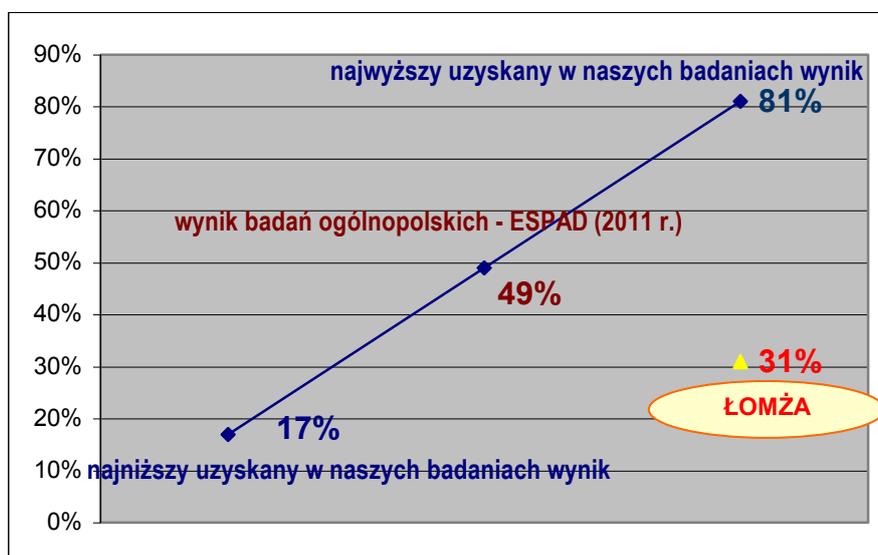
traktowaniu przez młodzież (i nie tylko przez młodzież) piwa, nie jako alkoholu, lecz jako niegroźnego napoju orzeźwiającego. Jest to bardzo niepokojąca tendencja.

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

Ile razy zdarzyło ci się upić napojem alkoholowym	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimnazj. II kl.
ani razu	94 %	69 %	32 %
1-2 razy	6 %	11 %	29 %
3-5 razy	0 %	8 %	14 %
6-10 razy	0 %	1 %	7 %
ponad 10 razy	0 %	11 %	18 %
<b>Łącznie upiło się</b>	<b>6 %</b>	<b>31 %</b>	<b>68 %</b>

**Co trzeci z uczniów klasy III gimnazjum oraz siedmiu na dziesięciu uczniów klas drugich szkół ponadgimnazjalnych było już pijanych.**

Jak to wygląda na tle innych gmin (dla 15-latków)?



**Porównanie młodzieży starszej:**

Przekraczanie progu nietrzeźwości	Szkoły ponadgimnazjalne kl. II	
	ŁOMŻA	ESPAD-2011 (ogólnopolskie)
<b>TAK</b>	<b>68 %</b>	<b>70 %</b>

**Wśród badanych przez mnie uczniów klas VI upijanie się potwierdziło 0%-46% (w Łomży – 6%).**

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 podstawowa VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
<b>Nie piliem jeszcze alkoholu</b>	<b>56 %</b>	<b>35 %</b>	<b>11 %</b>
mniej niż 9 lat	<b>23 %</b>	<b>9 %</b>	<b>10 %</b>
10 – 12 lat	<b>12 %</b>	<b>13 %</b>	<b>8 %</b>
13 – 15 lat	<b>1 %</b>	<b>33 %</b>	<b>39 %</b>
16-18 lat	Nie dotyczy	<b>3 %</b>	<b>21 %</b>
Nie pamiętam	<b>8 %</b>	<b>7 %</b>	<b>11 %</b>
<b>Nie piliem jeszcze alkoholu</b> <i>(ogólnopolskie badania ESPAD-2011 r.)</i>	<b>X</b>	<b>13 %</b>	<b>5 %</b>

**Wielu badanych uczniów szkół Łomży 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>40 %</b>
<b>Chęć zabawienia się</b>	<b>49 %</b>
<b>Ucieczka od problemów</b>	<b>23 %</b>
<b>Relaks</b>	<b>19 %</b>
<b>Ciekawość</b>	<b>37 %</b>
<b>Obawa przed odrzuceniem</b>	<b>16 %</b>
<b>Chęć wyróżnienia się</b>	<b>25 %</b>
<b>Smutek</b>	<b>7 %</b>
<b>Nuda</b>	<b>13 %</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 ponadgimnazj.
zdziwienie	20 %	76 %
krytyka	11 %	14 %
podziw	6 %	4 %
zrozumienie	17 %	22 %
odrzućenie	11 %	2 %
obojętność	18 %	9 %
usilne namawianie	10 %	9 %
wyśmiewanie	8 %	2 %
nie wiem	40 %	7 %

Jak widać, nie do końca prawdziwe jest przekonanie, że niepijący młody człowiek odmawiający wypicia alkoholu nie będzie akceptowany przez rówieśników. Czasami jest to tylko wygodna wymówka. Odrzućenie, w przypadku odmowy picia, nie jest wcale najczęstszym (szczególnie wśród młodzieży starszej) zachowaniem rówieśników. Wielu z ankietowanych jako podstawową reakcję ze strony kolegów podaje zrozumienie, lub przynajmniej obojętność (a czasem nawet podziw). Nierzadko odmowa wypicia powoduje reakcję usilnego namawiania. Dlatego tak istotna jest realizacja nowoczesnych programów profilaktycznych, gdzie duży nacisk kładzie się na ćwiczenie umiejętności powiedzenia „NIE”.

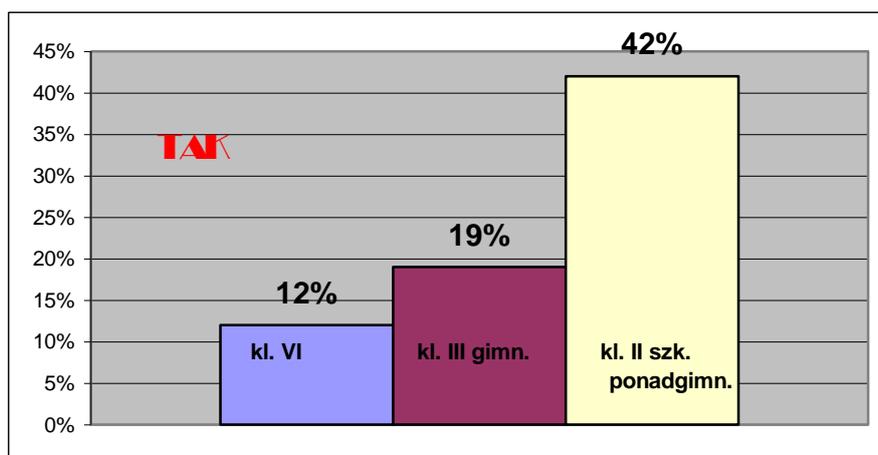
- 1/ **Częstymi reakcjami na odmówienie napicia się jest zrozumienie lub przynajmniej obojętność.**
- 2/ **Odrzućenie i wyśmiewanie z tego powodu nie są najczęstszymi reakcjami.**
- 3/ **Czasami odmowa wypicia powoduje reakcję usilnego namawiania. Dlatego tak istotna jest realizacja nowoczesnych programów profilaktycznych, gdzie duży nacisk kładzie się na ćwiczenie umiejętności powiedzenia „NIE”.**

## SZKODY SPOŁECZNE

Spożywanie alkoholu przez młodzież przyczynia się do nasilenia zachowań aspołecznych, osłabia hamulce moralne, pobudza agresję. Alkohol jest główną przyczyną zgonów i inwalidztwa wśród ludzi młodych. Coraz częściej uczniowie widziani są w stanie nietrzeźwym, trafiają też do izb wytrzeźwień.

Pytaliśmy młodych ludzi: **„Czy uczestniczyłeś w kłótni, sprzeczce lub bójce z powodu alkoholu?”**

Oto odpowiedzi:



Jak widać, co ósmy szóstoklasista, co piąty uczeń III klasy gimnazjum i czterech na dziesięciu 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**”<sup>\*</sup> uczniowie odpowiadali:

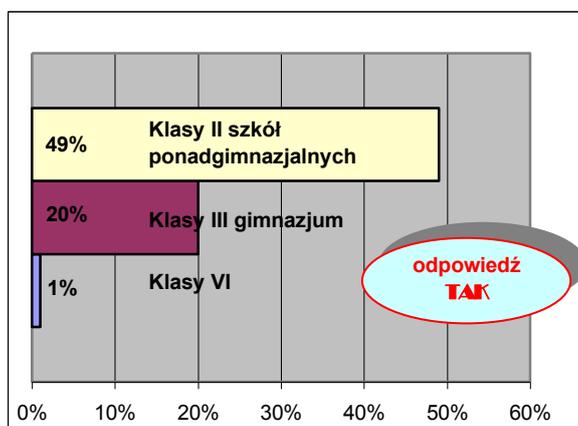
Z kolegą	67 %
Z rodzicami	14 %
Z innym dorosłym członkiem rodziny	12 %
Z innym dorosłym	2 %
Sam	5 %

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

**Więcej niż w co czwartym przypadku 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**”.



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

Gdzie ostatni raz piłeś alkohol ?	Klasa VI	Gimnazjum kl. III	Szk. ponadgimn. kl. II
w szkole (internacie)	0 %	4 %	4 %
u siebie w domu	63 %	24 %	12 %
na dyskotecę	4 %	4 %	11 %
u kogoś w domu	25 %	26 %	28 %
w kawiarni, pubie	0 %	0 %	2 %
w parku (na łące)	4 %	4 %	3 %
pod sklepem	0 %	2 %	3 %
w innym miejscu	4 %	36 %	37 %

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. Starsza młodzież 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 wziewnych.
- 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 końcu 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.*

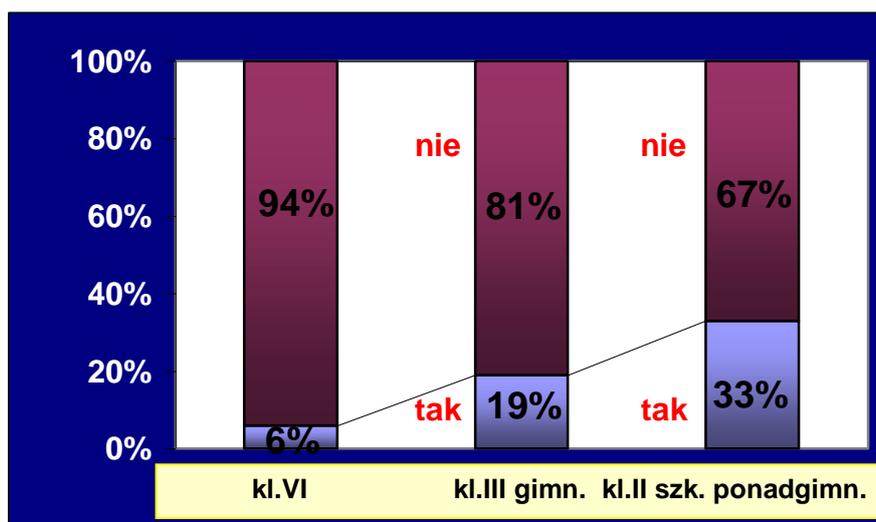


Pierwsze nasze pytanie brzmiało:

Ile twoich kolegów zażywa narkotyki	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
większość	0 %	2 %	5 %
około połowy	0 %	7 %	5 %
mniejszość	3 %	11 %	16 %
pojedyncze przypadki	11 %	27 %	48 %
nikt	86 %	53 %	26 %

Młodzież szkół Łomży spostrzega problem zażywania narkotyków przez swoich rówieśników jako marginalny. 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 siedemnasty szóstoklasista, co piąty uczeń III klasy gimnazjum i trzech na dziesięciu 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 – 2011 r.) w grupie wiekowej 15-16-latków i młodzieży starszej.

Rodzaj środka	Klasa	Szkoły podstawowe kl. VI	Gimnazjum Kl. III		Szkoły ponadgimn. Kl. II	
			ŁOMŻA	ESPAD-2011r. (ogólnopolskie)	ŁOMŻA	ESPAD-2011r. (ogólnopolskie)
środki nasenne		1 %	2 %	15 %	6 %	17 %
klej, rozpuszczalnik		2 %	1 %	9 %	8 %	6 %
marihuana lub haszysz		3 %	13 %	24 %	12 %	37 %
GHB		0 %	0 %	1 %	0 %	1 %
amfetamina		0 %	1 %	5 %	0 %	8 %
ekstazy		0 %	0 %	3 %	0 %	5 %
heroina		0 %	1 %	1 %	0 %	1 %
kokaina		2 %	0 %	3 %	1 %	3 %
relewin*		0 %	0 %	2 %	0 %	2 %
LSD lub inne halucynogeny		0 %	2 %	3 %	1 %	3 %
grzyby halucynogenne		0 %	3 %	3 %	0 %	3 %
polska heroina		0 %	1 %	2 %	0 %	2 %
sterydy anaboliczne		0 %	0 %	3 %	1 %	3 %
alkohol razem z tabletkami		0 %	2 %	6 %	0 %	7 %
inne		0 %	0 %	-	0 %	-

\* W ankietach szkolnych umieszczono nazwę nieistniejącego narkotyku o nazwie relewin. Traktowano to jako test prawdziwości. Ankiety osób, które przyznawały się do przyjmowania tego „narkotyku” traktowane są jako niewiarygodne i nie są uwzględniane w opracowywaniu wyników badań.

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 wśród uczniów 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.	Szk. ponadgimn. II kl.
<b>Kiedykolwiek</b>	<b>6 %</b>	<b>19 %</b>	<b>33 %</b>
<b>W ciągu ostatnich 12 miesięcy</b>	<b>2 %</b>	<b>14 %</b>	<b>20 %</b>
<b>W ciągu ostatnich 30 dni</b>	<b>2 %</b>	<b>9 %</b>	<b>14 %</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.



Mniej niż czterech na dziesięciu badanych uczniów wyraża przekonanie o posiadaniu przez jego rówieśników 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.

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

	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
<b>TAK</b>	<b>18 %</b>	<b>34 %</b>	<b>31 %</b>
<b>NIE</b>	<b>82 %</b>	<b>66 %</b>	<b>69 %</b>

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

*a/ w szkole:*

	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
<b>TAK</b>	<b>5 %</b>	<b>15 %</b>	<b>13 %</b>

*b/ poza szkołą:*

	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
<b>TAK</b>	<b>19 %</b>	<b>36 %</b>	<b>42 %</b>

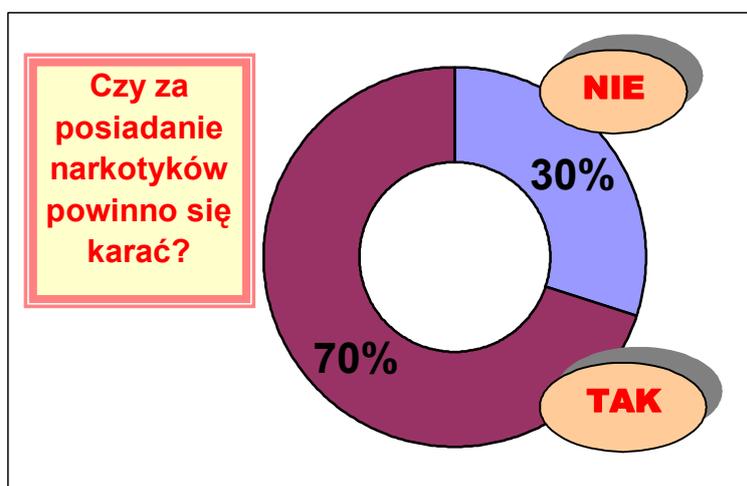
Chcieliśmy się dowiedzieć jaka jest dostępność do narkotyków, ponieważ ma ona bardzo istotny wpływ na sięganie po te substancje. Na pytanie: „**Gdzie według ciebie najłatwiej można kupić narkotyki?**” młodzi ludzie podają, że:

	<b>Kl. VI</b>	<b>Kl. III gimnazjum</b>	<b>Kl. II szkół ponadgimnazj.</b>
<b>Nie znam takich miejsc</b>	<b>55 %</b>	<b>48 %</b>	<b>57 %</b>
<b>Ulica, park</b>	<b>12 %</b>	<b>12 %</b>	<b>8 %</b>
<b>Szkoła</b>	<b>3 %</b>	<b>18 %</b>	<b>6 %</b>
<b>Dyskoteka, pub</b>	<b>26 %</b>	<b>28 %</b>	<b>10 %</b>
<b>Mieszkanie dealera</b>	<b>26 %</b>	<b>14 %</b>	<b>8 %</b>
<b>Inne miejsca</b>	<b>10 %</b>	<b>16 %</b>	<b>15 %</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.

55% szóstoklasistów, połowa gimnazjalistów i 57% 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 niektórych uczniów różnych prób z zażywaniem środków odurzających, zdecydowana większość młodych osób to zwolennicy karania za posiadanie narkotyków.**

## DOPALACZE

W naszych badaniach chcieliśmy także przyjrzeć się problemowi dopalaczy. Zapytaliśmy:

	<b>KL. VI</b>	<b>KL. III gimnazjum</b>	<b>KL. II szkół ponadgimn.</b>
Czy wiesz co to są dopalacze?	<b>73 %</b>	<b>86 %</b>	<b>81 %</b>
Czy wiesz gdzie można kupić dopalacze?	<b>15 %</b>	<b>39 %</b>	<b>32 %</b>
Czy miałeś kiedykolwiek kontakt z dopalaczami (zażywanie)?	<b>2 %</b>	<b>11 %</b>	<b>12 %</b>
Czy miałeś kontakt z dopalaczami w ciągu ostatnich 30 dni?	<b>1 %</b>	<b>11 %</b>	<b>4 %</b>

## 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>19 %</b>
<i>Zdecydowanie trudny</i>	<b>12 %</b>
<i>Raczej trudny</i>	<b>10 %</b>
<i>Nie wiem</i>	<b>30 %</b>

Dalej pytaliśmy o pogląd na penalizację posiadania narkotyków:

<b>Czy za posiadanie narkotyków powinno się karać</b>	
<b>TAK</b>	<b>94 %</b>
<b>NIE</b>	<b>6 %</b>

### *❖ Zapobieganie narkomanii:*

- *Programy profilaktyczne w szkołach*
- *Pozaszkolne (środowiskowe) programy profilaktyczne*
- *Świetlice socjoterapeutyczne i opiekuńczo-wychowawcze realizujące programy profilaktyczne*
- *Realizacja cyklicznego (co 2 lata) monitoringu oraz analiza trendów związanych ze zjawiskiem narkomanii na poziomie lokalnym*
- *Współpraca z mediami - Radiowy Program Profilaktyczno-Wychowawczy "Zdrowa Rodzina"*

## 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

nagannyh 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 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>
Czy zostałeś kiedykolwiek pobity w szkole?	<b>9 %</b>	<b>91 %</b>
Czy byłeś kiedykolwiek przez rówieśników zmuszany do robienia czegoś, czego nie chciałeś robić?	<b>18 %</b>	<b>82 %</b>
Czy zostałeś kiedykolwiek w szkole napadnięty i okradziony?	<b>5 %</b>	<b>95 %</b>

*Jak widać, co jedenasty uczeń był ofiarą pobicia w szkole, niemal co piąty był zmuszany do robienia rzeczy niechcianych, natomiast napadnięty i okradziony został co dwudziesty młody człowiek.*

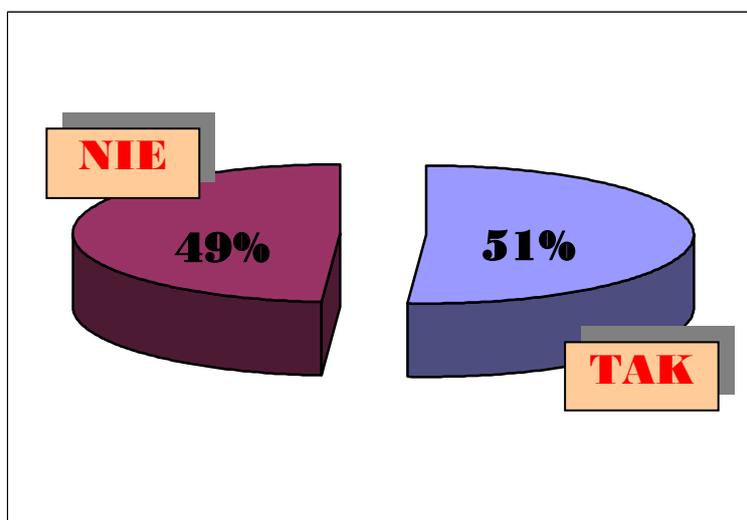
## PRZEMOC DOMOWA – OCZYMA RODZICÓW

Na początek zobaczymy, jak spostrzegają tę kwestię dorośli mieszkańcy miasta.

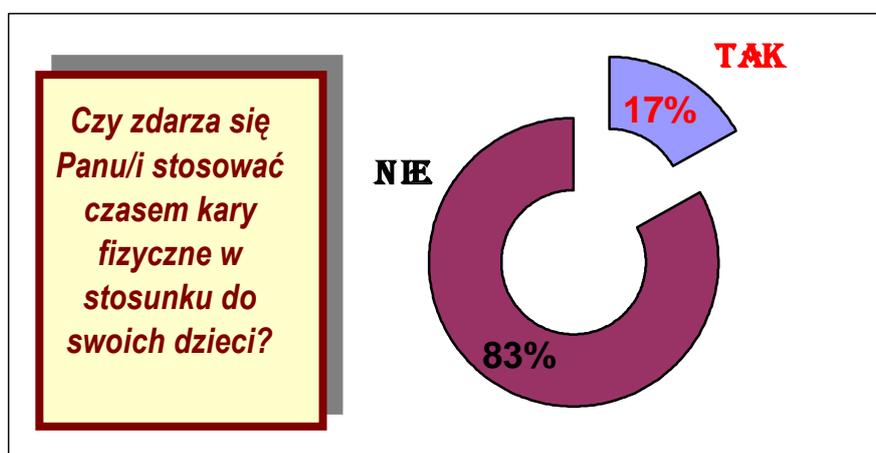
Czy zgadza się Pan/i z następującymi stwierdzeniami?	TAK	NIE
<i>Surowe traktowanie dziecka przez rodziców hartuje dziecko i pozwala mu lepiej radzić sobie z przeciwnościami losu.</i>	22 %	78 %

Jak widać, co piąty z badanych dorosłych jest zwolennikiem surowego wychowania.

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



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



## PRZEMOC DOMOWA – OCZYMA MŁODZIEŻY

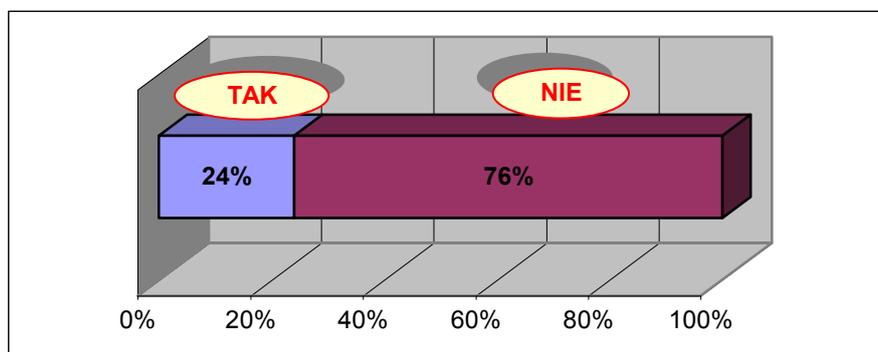
*Przemoc raz zastosowana  
ma tendencję do powtarzania się.*

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 Łomży. Zadaliśmy uczniom pytanie: *„Czy kiedykolwiek w życiu rodzinnym byłeś świadkiem przykrej sytuacji spowodowanej przez picie alkoholu”* i otrzymaliśmy następujące odpowiedzi:



**Co czwarty z badanych uczniów udzielił odpowiedzi twierdzącej!**

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

	Szk. podst. Kl. VI	Gimnazjum Kl. III	Szk. ponadgimn. Kl. II
<b>TAK</b>	<b>20 %</b>	<b>12 %</b>	<b>11 %</b>

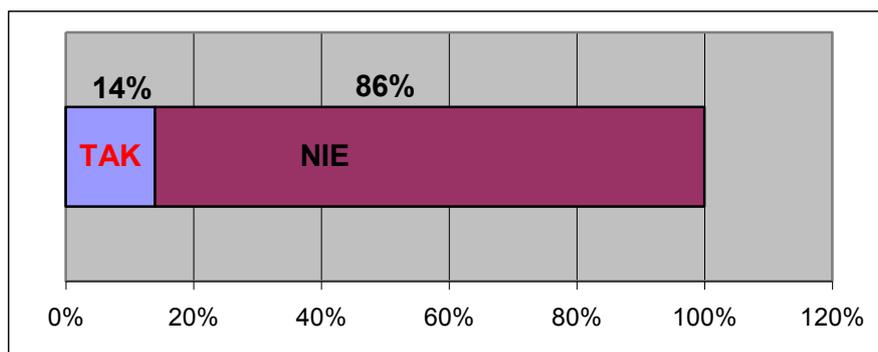
Jak widać, wcale niemała część uczniów gotowa byłby zaakceptować takie zachowania.

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

wyzywiska	31 %
groźby	10 %
poniżanie	8 %
policzkowanie	3 %
popychanie i szarpanie	5 %
bicie	6 %
szantażowanie pieniędzmi	1 %
żadna	53 %

Jak widać, dzieci w domach narażone są ze strony rodziców na różnego rodzaju akty przemocy, głównie przemocy psychicznej: wyzywiska, poniżanie. Zdarza się także 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 więc 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:

	Szk. podst. Kl. VI	Gimnazjum Kl. III	Szk. ponadgimn. Kl. II
<b>TAK</b>	<b>19 %</b>	<b>23 %</b>	<b>24 %</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:*

<b>• Formy przeciwdziałania przemocy w rodzinie</b>	<b>Liczba</b>
Ośrodek interwencji kryzysowej dla ofiar przemocy w rodzinie .....	1
Schronisko dla ofiar przemocy w rodzinie (w ramach Ośrodka interwencji kryzysowej) .....	1
Grupa wsparcia dla kobiet - ofiar przemocy w rodzinie	1
Interdyscyplinarny zespół ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie .....	1
Organizacja warsztatów psychoedukacyjnych dla rodziców w ramach profilaktyki I stopnia (ochrona dzieci przed krzywdzeniem fizycznym i psychicznym)	



Zapytaliśmy także, na co młodzi ludzie przeznaczają pieniądze.

	Szkoły podst. kl. VI	Gimnazjum III kl.	Szkoły ponadgimnazj. II kl.
<b>A/ Słodczyce</b>	43 %	44 %	27 %
<b>B/ Papierosy</b>	0 %	4 %	8 %
<b>C/ Kasety z muzyką</b>	10 %	14 %	4 %
<b>D/ Książki</b>	14 %	27 %	4 %
<b>E/ Gazety</b>	20 %	21 %	7 %
<b>F/ Napój alkoholowy</b>	2 %	5 %	4 %
<b>G/ Oszczędzam na ubranie</b>	44 %	49 %	20 %
<b>H/ Kupuję coś innego</b>	46 %	60 %	50 %

## **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 Hurbert 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 przy komputerze?	<b>67 %</b>
Czy pozostajesz w Internecie, lub w ogóle przy komputerze, dłużej niż pierwotnie planowałeś?	<b>55 %</b>
Czy używasz Internetu jako sposobu na ucieczkę od problemów lub sposobu na poprawę nastroju (w stanach bezradności, winy, lęku, depresji, apatii)?	<b>25 %</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>10 %</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>4 %</b>
Czy doświadczyłeś przez Internet lub SMS któregoś z takich zachowań jak wulgarne wyzywanie, straszenie, ośmieszanie?	<b>23 %</b>
Czy ktoś podszywał się pod ciebie w Internecie?	<b>14 %</b>

## **PORÓWNANIE WYNIKÓW BADAŃ Z LAT 2006, 2008, 2010 i 2012**

Podobna diagnoza problemów alkoholowych i innych zagrożeń społecznych była w Łomży przeprowadzona w ubiegłych latach.

Porównaliśmy niektóre wyniki uzyskane wówczas i dzisiaj.

- Uczniowie, którzy spożywali alkohol 30 dni przed badaniem.

	<b>2006 r.</b>	<b>2008 r.</b>	<b>2010 r.</b>	<b>2012 r.</b>
<b>KLASY VI SP</b>	<b>2 %</b>	<b>6 %</b>	<b>3 %</b>	<b>8 %</b>
<b>KLASY III GIMNAZJUM</b>	<b>38 %</b>	<b>37 %</b>	<b>27 %</b>	<b>39 %</b>
<b>KLASY II PONADGIMNAZJ</b>	<b>54 %</b>	<b>52 %</b>	<b>58 %</b>	<b>65 %</b>

*W porównaniu z ubiegłymi latami wzrosła liczba uczniów pijących alkohol w okresie 30 dni przed badaniem.*

- Uczniowie, którzy kiedykolwiek upili się napojem alkoholowym.

	<b>2006 r.</b>	<b>2008 r.</b>	<b>2010 r.</b>	<b>2012 r.</b>
<b>Klasy VI SP</b>	<b>9 %</b>	<b>12 %</b>	<b>2 %</b>	<b>6 %</b>
<b>Klasy III gimnazjum</b>	<b>43 %</b>	<b>41 %</b>	<b>32 %</b>	<b>31 %</b>
<b>Klasy II ponadgimn.</b>	<b>63 %</b>	<b>60 %</b>	<b>53 %</b>	<b>68 %</b>

*Liczba uczniów upijających się zwiększyła się w klasach ponadgimnazjalnych, zaś w gimnazjach uległa zmniejszeniu.*

- Kontakt ze środkami odurzającymi.

	<b>2006 r.</b>	<b>2008 r.</b>	<b>2010 r.</b>	<b>2012 r.</b>
• <b>KL. VI SP .....</b>	<b>3 %</b>	<b>6 %</b>	<b>9 %</b>	<b>6 %</b>
• <b>KL. III GIMN .....</b>	<b>17 %</b>	<b>11 %</b>	<b>23 %</b>	<b>19 %</b>
• <b>KL III PONADGIMN. .</b>	<b>12 %</b>	<b>36 %</b>	<b>29 %</b>	<b>33 %</b>

*Jeśli chodzi o środki odurzające, to w szkołach podstawowych i gimnazjach zaznaczył się spadek, zaś w szkołach ponadgimnazjalnych widzimy wzrost.*

- **Przemoc w rodzinie.**

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

	<b>2006</b>	<b>2008</b>	<b>2010</b>	<b>2012</b>
wyzwiska	21 %	25 %	34 %	31 %
groźby	6 %	7 %	10 %	10 %
poniżanie	7 %	11 %	15 %	8 %
policzkowanie	3 %	4 %	6 %	3 %
popychanie i szarpanie	7 %	9 %	12 %	5 %
bicie	7 %	6 %	8 %	6 %
szantażowanie pieniędzmi	3 %	3 %	2 %	1 %
żadna	60 %	70 %	59 %	53 %

- **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>	<b>2010</b>	<b>2012</b>
Edukacji społecznej (prasa, radio, tv)	29 %	20 %	25 %	31 %
Działań lokalnych (leczenie odwykowe, komisja rozwiązywania problemów alkoholowych, grupy AA, kluby abstynenta, profilaktyka szkolna i in.)	39 %	37 %	35 %	38 %
Działań administracyjno-prawnych	7 %	11 %	8 %	5 %
Polityki cenowej wobec alkoholu	13 %	9 %	8 %	5 %
Zmian w obyczajowości	22 %	36 %	29 %	22 %
Promocji zdrowego stylu życia	31 %	35 %	34 %	31 %
Zubożenia społeczeństwa (brak pieniędzy na alkohol)	31 %	22 %	19 %	11 %
Większych możliwości wydawania pieniędzy na inne cele	13 %	21 %	19 %	12 %
Obawy o utratę pracy	61 %	56 %	46 %	39 %

*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 w znaczący sposób wzrosła takiego czynnika jak edukacja społeczna.*

## WNIOSKI

Na podstawie przeprowadzonych w Łomży badań monitoringowych można wskazać 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 60% badanych. Dodając do tego narkomanię – 20% wskazań, uzyskamy pełny obraz zagrożenia uzależnieniami widziany przez dorosłych mieszkańców Łomży. Młodzież widzi to podobnie: alkoholizm jest na drugim miejscu (51%), a narkomania na trzecim (45%).
- b) Czterech na dziesięciu ankietowanych uważa, że osoby pijące alkohol w ich okolicy stanowią szczególne zagrożenie dla bezpieczeństwa.

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

- a) 89% 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 47% dorosłych i 13% 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) Większość badanych (70%) uważa, że sprzedawcy napojów alkoholowych powinni odprowadzać do kasy miasta 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 miasta uwikłany jest w jakiś sposób (osobiście, lub przez członków rodziny) w problem alkoholowy.

### 4/ Jakie jest zagrożenie młodzieży Łomży problemami alkoholowymi.

- a) *Wśród dzisiejszych 15-16-latków nie pije alkoholu 35% uczniów zaś wśród drugoklasistów ze szkół ponadgimnazjalnych odsetek ten wynosi 11%. Dla porównania, niemal połowa 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 21% 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 siedmiu na dziesięciu 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 był już co trzeci uczeń klasy III gimnazjum i 68% uczniów klas II szkół ponadgimnazjalnych.
- d) Co ósmy szóstoklasista, co piąty uczeń gimnazjum i 42% 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 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) *Mimo tego, że narkotyzowanie się nie jest przez uczniów Łomży postrzegane jako zjawisko powszechne, to jednak co siedemnasty szóstoklasista, co piąty uczeń III klasy gimnazjum i trzech na dziesięciu uczniów II klasy szkoły ponadgimnazjalnej przyznaje się do kontaktów ze środkami odurzającymi (najczęściej jest to marihuana). 9% gimnazjalistów i 14% uczniów szkół ponadgimnazjalnych miało kontakt ze środkami odurzającymi w okresie 30 dni przed badaniem.*
- b) Mniej niż czterech na dziesięciu badanych uważa, że jego rówieśnicy posiadają wystarczającą wiedzę o narkotykach i szkodliwych skutkach ich działania.
- c) 13% uczniów szkół średnich spotkało w szkole osobę rozprowadzającą narkotyki a poza szkołą – 42%. Wśród gimnazjalistów odpowiednio: 15% i 36%.
- 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 następuje trudności.
- e) Jeśli chodzi o dopalacze to ponad 10% gimnazjalistów i uczniów szkół ponadgimnazjalnych miało z nimi kontakt.

#### **6/ Dorośli a narkotyki**

- a) Połowa dorosłych ankietowanych mieszkańców Łomży uważa, że w ich okolicy łatwy jest dostęp do narkotyków.

- b) Zdecydowana większość dorosłych mieszkańców Łomży (94%) uważa, że za posiadanie narkotyków powinno się karać (wśród młodzieży takie przekonanie podziela 70% 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 (25%).
- c) Wielu młodych ludzi (23%) doświadczało przez Internet lub SMS wulgarnego wyzywania, straszenia czy też ośmieszania.

### **8/ Problemy przemocy**

- a) Dzieci narażone są w szkole i w domach na różnego rodzaju akty przemocy.
- b) Co jedenasty uczeń był ofiarą pobicia w szkole, niemal co piąty był zmuszany do robienia rzeczy niechcianych, a co dwudziesty został napadnięty i okradziony.
- c) Co piąty z badanych dorosłych jest zwolennikiem surowego wychowania.
- d) W co trzeciej rodzinie serwuje się wyzwiska, w co siedemnastej - 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) Więcej niż w co czwartym przypadku osobami, które po raz pierwszy poczęstowały młodego człowieka alkoholem byli dorośli – najczęściej rodzice.
- b) Jednocześnie 24% uczniów było świadkiem przykrew sytuacji w życiu rodzinnym spowodowanej przez alkohol.
- c) Młodzi ludzie potrafią omijać zakaz sprzedaży alkoholu osobom niepełnoletnim. 20% uczniów klasy III gimnazjum kupowało samodzielnie alkohol.
- d) Młodzież najczęściej spożywa alkohol w domu, na dyskotecę, w kawiarni. A co w tym czasie robią dorośli?

### **10/ Warto 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. działania:**

- a) Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Osoby uzależnione i wyrządzające swoim pić poważne szkody społeczne niechące się poddać leczeniu mogą być zgłoszone do komisji celem wszczęcia procedury sądowej zobowiązującej do leczenia odwykowego. W 2011 r. Komisja przeprowadziła 48 rozmów interwencyjno-motywujących w związku z nadużywaniem alkoholu (1 sprawę skierowano do sądu).

- b) Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, który udzielił w 2011 roku pomocy dla 92 rodzin z problemem alkoholowym.
- c) Działań grup samopomocowych, leczenia odwykowego:
  - trzeźwienie wsparte jest oddziaływaniami grup samopomocowych.
  - na terenie miasta znajdują się różnego rodzaju placówki zajmujące się leczeniem odwykowym.
- d) Oddziaływań profilaktycznych:
  - W Łomży działają 2 świetlice realizujące program socjoterapeutyczny i 3 świetlice realizujące program opiekuńczo-wychowawczy. Działaniem tych placówek objęte jest 324 dzieci.
  - Wielu uczniów uczestniczyło w 2011 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) Ponad 2/3 badanych mieszkańców coraz częściej styka się z osobami, które zostały abstynentami lub przynajmniej piją w sposób mniej destrukcyjny niż dawniej.
- b) Według wielu badanych (62%) zmniejsza się picie alkoholu w pracy.
- c) Zmieniają się preferencje alkoholowe. Napoje spirytusowe są często zastępowane napojami o niskiej zawartości alkoholu.
- d) Sześciu na dziesięciu badanych wiedziałoby gdzie szukać pomocy, gdyby ktoś z ich bliskich miał problemy z alkoholem.
- e) Duże jest także zaufanie do działań związanych z rozwiązywaniem problemów alkoholowych. 73% 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 38% osób badanych.**

**13/ Porównanie wyników badań z lat 2006-2012**

- a) W porównaniu z poprzednim badaniem wzrosła liczba uczniów pijących alkohol w okresie ostatnich 30 dni.
- b) Jeśli chodzi o upijanie się, daje się zaobserwować tendencję malejącą wśród uczniów gimnazjów, zaś w grupie uczniów szkół ponadgimnazjalnych - tendencję wzrostową.
- c) Odsetek uczniów mających kontakt ze środkami odurzającymi zmalał w szkołach podstawowych i gimnazjach (w szkołach ponadgimnazjalnych zaznaczył się wzrost).

## **CELE STRATEGICZNE I OPERACYJNE**

**Cel strategiczny nr 1:** *Przygotowanie i wdrożenie kompleksowego programu ograniczającego szkody wynikłe z nadużywania alkoholu.*

**Cele operacyjne:**

- Aktywizacja społeczności lokalnej i integracja środowisk lokalnych wokół działań profilaktycznych, ograniczających nadużywanie alkoholu
- Egzekwowanie zapisów prawnych dotyczących handlu i spożywania napojów alkoholowych (m.in. sprzedaży alkoholu osobom nieletnim, spożywania alkoholu w miejscach publicznych)
- Wspieranie działalności poradni specjalistycznej prowadzącej oddziaływanie psychoterapeutyczne w zakresie terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia
- Pomoc w zwiększaniu merytorycznych kompetencji u osób realizujących zadania w zakresie terapii uzależnień i profilaktyki
- Wspieranie działalności grup samopomocowych
- Prowadzenie i dofinansowywanie działalności profilaktycznej, informacyjnej i edukacyjnej dla dzieci, młodzieży i osób dorosłych w obszarze problemów alkoholowych
- Tworzenie warunków i możliwości alternatywnych w stosunku do spożywania alkoholu możliwości spędzania wolnego czasu
- Wspieranie realizacji oferty pomocy psychologicznej i socjoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży z rodzin z problemem alkoholowym

**Cel strategiczny nr 2:** *Przeciwdziałanie zagrożeniom i redukcja szkód wynikających z używania narkotyków*

**Cele operacyjne:**

- Prowadzenie profilaktyki pierwszorzędowej adresowanej do ogółu osób, w postaci edukacji społecznej mającej na celu promocję zdrowego stylu życia oraz zmniejszenie zasięgu zachowań ryzykownych
- Profilaktyka drugorzędowa adresowana do grup podwyższonego ryzyka mająca na celu umożliwienie wycofania się z zachowań ryzykownych
  - poradnictwo rodzinne
  - realizacja szkolnych programów profilaktycznych
  - placówki opiekuńczo-wychowawcze i socjoterapeutyczne
  - realizacja działań alternatywnych do zażywania narkotyków (zaspakajanie istotnych potrzeb oraz osiągnięcie satysfakcji zawodowej)
- Profilaktyka trzeciorzędowa adresowana do grup wysokiego ryzyka – przeciwdziałanie pogłębianiu się procesu chorobowego i degradacji

psychospołecznej oraz umożliwienie powrotu do normalnego życia w społeczeństwie

- zwiększenie dostępności do placówek leczniczych dla osób uzależnionych od narkotyków
- wspieranie działań rehabilitacyjnych i grup wsparcia
- stworzenie możliwości resocjalizacji osób uzależnionych
- Zwiększanie skuteczności w walce z osobami zajmującymi się dystrybucją środków odurzających

**Cel strategiczny nr 3: *Przeciwdziałanie zjawisku przemocy w rodzinie oraz redukcja szkód występujących w rodzinach uwikłanych w przemoc domową***

- Tworzenie oraz wspieranie zespołów ludzkich i placówek zajmujących się przeciwdziałaniem przemocy domowej i zachowaniom agresywnym w środowisku.
- Wspieranie rozszerzania oferty i rozwoju systemowych form pomocy (medycznej, psychologicznej i prawnej) dla ofiar przemocy domowej
- Zwiększanie kompetencji merytorycznych dla osób zajmujących się pomocą rodzinie i przeciwdziałaniu przemocy domowej

**KIERUNKI REALIZACJI PROGRAMU GMINNEGO  
W PRZYSZŁYCH LATACH**

- Kontynuacja działań w zakresie profilaktyki szkolnej w oparciu o 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.

**SPIS TREŚCI:**

<b>ALKOHOL W ŻYCIU DOROSŁYCH MIESZKAŃCÓW REGIONU</b>	<b>1</b>
<b>I. Metryka gminy</b>	<b>3</b>
a/ skala problemów alkoholowych	<b>3</b>
b/ stan zasobów w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych	<b>4</b>
c/ świadomość społeczna	<b>6</b>
<b>II. Alkohol w życiu dorosłych</b>	<b>7</b>
a/ postawy i poglądy wobec alkoholu	<b>7</b>
b/ spożycie alkoholu	<b>10</b>
<b>III. Szkody społeczne związane z nadużywaniem alkoholu</b>	<b>13</b>
a/ skala zagrożenia problemami związanymi z nadużywaniem alkoholu	<b>13</b>
b/ nietrzeźwość w miejscach publicznych	<b>14</b>
<b>IV. Dynamika zachowań alkoholowych na przestrzeni ostatnich lat</b>	<b>15</b>
a/ dynamika spożycia alkoholu	<b>15</b>
b/ alkohol w pracy	<b>16</b>
c/ obyczaj abstynencki - skuteczność oddziaływań profilaktyczno- lecznicznych	<b>16</b>
<b>ALKOHOL A MŁODZIEŻ</b>	<b>18</b>
<b>I. Stan zasobów</b>	<b>19</b>
<b>II. Wiedza o alkoholu - mity i fakty</b>	<b>22</b>
<b>III. Postawy młodzieży w stosunku do alkoholu</b>	<b>23</b>
<b>IV. Skala problemów alkoholowych - zachowania alkoholowe</b>	<b>25</b>
<b>V. Postawy dorosłych a picie alkoholu przez młodzież</b>	<b>32</b>
<b>MŁODZIEŻ A NARKOTYKI</b>	<b>34</b>
a/ dopalacze	<b>39</b>
b/ problemy narkomańskie oczyma dorosłych	<b>39</b>
<b>PRZEMOC</b>	<b>40</b>
a/ przemoc w szkole	<b>41</b>
b/ przemoc domowa oczyma rodziców	<b>42</b>
c/ przemoc domowa oczyma młodzieży	<b>43</b>
<b>UZALEŻNIENIE OD KOMPUTERA I INTERNETU, CYBERPRZEMOC</b>	<b>46</b>
<b>PORÓWNANIE Z WYNIKAMI Z POPRZEDNICH LAT</b>	<b>48</b>
<b>WNIOSKI</b>	<b>50</b>
<b>CELE STRATEGICZNE I OPERACYJNE</b>	<b>54</b>
<b>KIERUNKI REALIZACJI PROGRAMU GMINNEGO W PRZYSZŁYCH LATACH</b>	<b>55</b>