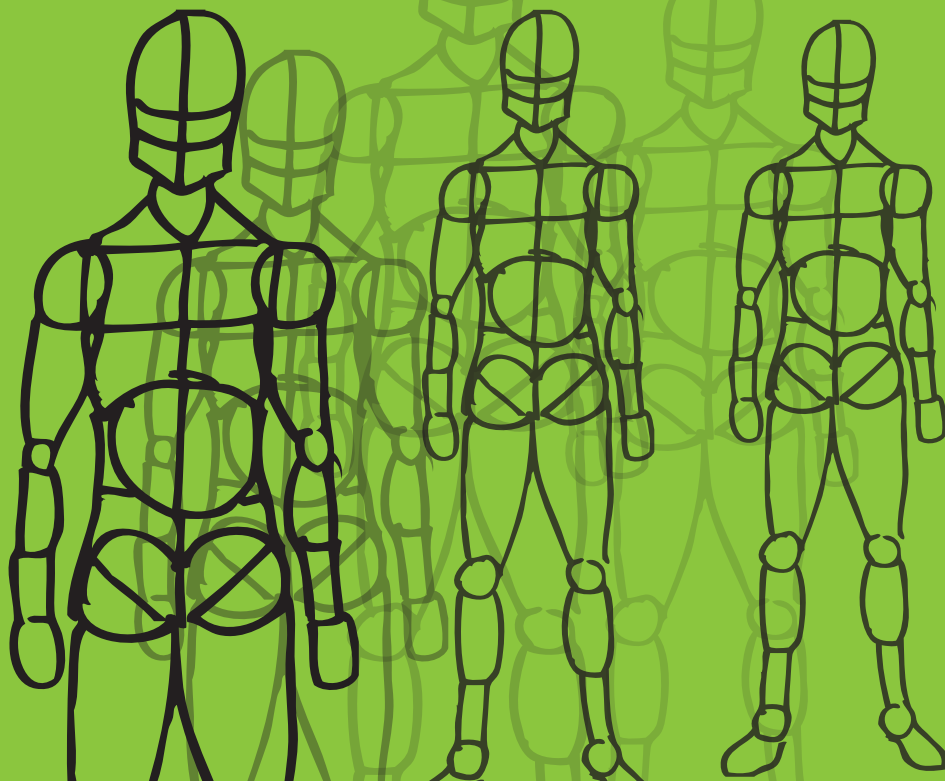


**ZAJEDNO - projekt edukacije o  
ovisnostima u osnovnim školama  
Međimurske županije**  
*/izvještaj projekta/*



# IZVJEŠTAJ

**ZAJEDNO**  
projekt edukacije o ovisnostima  
u osnovnim školama Međimurske županije

AUTONOMNI CENTAR – ACT

Izdavač: **AUTONOMNI CENTAR – ACT**

Grafičko oblikovanje: **ACT Printlab d.o.o.**

Naklada: **300 kom**

Tisak: **Printex, Čakovec**

Financijska potpora projektu: **Ministarstvo zdravstva i socijalne skrbi;  
Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske suradnje; Međimurska  
županija**

*Svibanj 2009., Čakovec*

# SADRŽAJ

1. **UVOD I METODOLOGIJA /5/**
  - 1.1. Ciljevi projekta /6/
  - 1.2. Metodologija /8/
2. **OPIS PROJEKTA I PROVEDBA /11/**
3. **REZULTATI ISTRAŽIVANJA /20/**
  - 3.1. Analiza stavova učenika/ica /21/
4. **ZAKLJUČAK /51/**



# 1/ UVOD I METODOLOGIJA



## 1.1. CILJEVI PROJEKTA

**Osnovni cilj projekta** bio je razviti sustav vrijednosti u našem društvu, prvenstveno u lokalnoj zajednici, prema kojem su pušenje i konzumacija alkohola neprihvatljiva ponašanja. **Projekt je bio usmjeren** na :

- razvoju pozitivnih stavova prema nepušenju i nekonzumiranju alkohola, osobito kod djece i mladih;
- razvoj uvjeta za nepušačko i “alkohol free” okruženje kao dio prava na zaštitu od pasivnog pušenja i prava na zdravu zajednicu;
- razvoj programa koji će omogućiti pušačima početnicima (osnovnoškolskoj populaciji), starijim pušačim i konzumentima alkohola (roditeljima) da se izliječe ovisnosti.

**Dugoročni ciljevi projekta** su:

- podizanje svijesti svih subjekata u odgoju i obrazovanju mladih, roditelja i učitelja o štetnosti i zdravstvenim i zakonskim posljedicama konzumacije sredstava ovisnosti;
- stvoriti svijest o tome da su alkohol i duhan također sredstva ovisnosti i često prva stepenica ka drugim psihoaktivnim tvarima, te time pokušati smanjiti broj pušača i konzumenata alkohola među učiteljima s ciljem smanjivanja broja negativnih primjera mladima;
- smanjenje oboljevanja, smrtnosti i opterećenja bolešću povezanih s ovisničkim ponašanjem;
- smanjenje broja nesreća, naročito u prometu;

- smanjenje pojave društvenih poremećaja, nasilja u u obitelji i raspada obitelji;
- zaštita zdravlja mladih kroz promicanje zdravih stilova života i promicanje duševnog zdravlja;
- ukazati hrvatskoj javnosti na poguban utjecaj sredstava ovisnosti na život zajednice, putem svih komunikacija razviti odgovornost pojedinca i zajednice.

**Kratkoročni ciljevi projekta bili su:**

- osposobiti zainteresirane starije osnovnoškolce za edukatore/ice;
- pronaći modele aktivnog oblika rada s djecom i roditeljima koji uključuju i pritisak djece na roditelje pušače i konzumente alkohola;
- putem edukatora/ica uspješno provesti seriju radionica o štetnosti pušenja i konzumiranja alkohola u svakoj lokalnoj (Domašinec, Donja Dubrava, Kuršanec) zajednici za učenike 6., 7. i 8. razreda;
- putem edukatora/ica i stručnih suradnika uspješno provesti javne tribine za roditelje i učitelje o štetnosti pušenja i konzumiranja alkohola u svakoj lokalnoj zajednici (Domašinec, Donja Dubrava, Kuršanec) ;
- obilježiti Svjetski dan borbe protiv alkoholizma i Svjetski dan zdravlja putem sportskih igara u lokalnoj zajednici (Prelog) zajedno sa učenicima iz svih devet škola uključenih u projekt ( Domašinec, Donja Dubrava, Kuršanec, I.OŠ Čakovec, Štrigova, Mursko Središće, Prelog, Nedelišće, Kotoriba);
- javno prezentirati rezultate projekta.

## 1.2. METODOLOGIJA

Ovaj izvještaj fokusira se na glavni dio provedbe projekta (istraživanje zaštitnih faktora koji utječu na uporabu i isprobavanje štetnih tvari) i opisuje specifičan tip istraživanja javnog mijenja.

Metodologija provedbe učinkovite ankete učenika zahtijeva nekoliko koraka koje treba poduzeti prema sljedećem kronološkom redu:

1. Odrediti jasnu svrhu.
2. Odlučiti o frekvenciji istraživanja.
3. Zadužiti uvježbano osoblje odgovorno za anketiranje.
4. Odrediti populaciju za istraživanje.
5. Identificirati uzorak istraživanja.
6. Odrediti metodu prikupljanja podataka.
7. Identificirati područja prikupljanja podataka.
8. Izraditi niz standardnih pitanja.
9. Razviti metode maksimalnog povećanja postotka sudionika koji ispunjavaju upitnik.
10. Predtestirati, analizirati i unijeti promijene u anketu.
11. Statistički analizirati i izvesti zaključke.
12. Objasniti rezultate analize.

13. Dokumentirati postupke praćene tijekom istraživanja, obraditi podatke, analizirati i prezentirati rezultate.
14. Objaviti rezultate.

Istraživanje je provedeno na uzorku od **1372 ućenika/ica** 6., 7. i 8. razreda iz **devet osnovnih škola** – I. OŠ Ćakovec, OŠ Domašinec, OŠ Donja Dubrava, OŠ Kotoriba, OŠ Kuršanec, OŠ Nedelišće, OŠ Mursko Središće, OŠ Prelog, OŠ Štrigova.

Maksimalna pogreška uzorka je +/- 1%. Istraživanje na uzorku ućenika/ica provedeno je u razdoblju između 15. i 28. veljaće 2009. godine.



## 2/ OPIS PROJEKTA I PROVEDBA



Problem ovisnosti djece i mladih o duhanu, alkoholu i drugim psihoaktivnim sredstvima kao simptom krize modernog društva, pojava je koja ozbiljno narušava zdravlje i mogućnost uravnoteženog socijalnog funkcioniranja velikog broja mladih ljudi u najosjetljivijoj fazi njihovog individualnog razvoja.

Ovisničko ponašanje tumači se kao socijalni, psihološki i biopsihološki problem, ali danas se sve više usvaja stav da je ovisnost kronična i recidivirajuća bolest mozga.

Motive za odlazak u ovisničko ponašanje mladi pronalaze u osjećaju otuđenosti, pritisku vršnjačkih skupina, traženju novih izazova, opiranju autoritetu odraslih, znatiželji, dosadi, želji da se opuste ili naprosto ni ne znaju navesti razlog zbog kojega posežu za sredstvima ovisnosti.

Ne može se dovoljno upozoravati na rizike koje nosi razdoblje adolescencije, tj. razdoblje odrastanja i sazrijevanja mladog čovjeka u kojem se nastoji što prije odrasti i što prije usvojiti navike odraslih, najčešće one s negativnim predznakom kao što je pušenje, pijenje alkohola ili uzimanje nekih ilegalnih psihoaktivnih sredstava.

Jedna od značajki mladih osoba je i radoznalost, želja za potvrđivanjem te želja da se razlikuju od svojih roditelja, nastavnika i svih "starijih". Oni to izražavaju na različite načine. Jedan od načina je i uzimanje različitih bilo legaliziranih droga (cigarete i /ili alkohol), bilo ilegalnih droga. Kod uzimanja ilegalnih droga mladima je izazov zapaliti joint ili isprobati ecstasy.

Prepoznavanje rizika je u toj dobi vrlo slabo, svi misle da se njima ne može i neće ništa dogoditi i da mogu vladati svim situacijama. Upravo su zbog tih značajki oni vrlo zanimljivi dilerima i svima koji se bave narko-biznisom. Sofisticiranim metodama nastoje kod mladih stvoriti dojam da je uzimnje droga bezopasno i da "svi to rade". Pozitivna očekivanja od uzimanja droga u kombinaciji s nepriznavanjem rizika stvaraju pogodnu situaciju za eksperimentiranje, i ako se to

ne prepozna i ne zaustavi, eksperimentiranje može prerasti u učestalije uzimanje te u ovisnost. S druge strane, roditelji su često prezaposleni i odsutni iz života djece u stalnom nastojanju da osiguraju što bolje materijalne uvjete za život svom djetetu što ostavlja prostor brojnim negativnim djelovanjima na dijete izvan obitelji.

U obitelji se često nedovoljno međusobno komunicira i ne shvaća i ne prepoznaje što se s pojedinim članovima uistinu zbiva. I u najboljoj namjeri dio roditelja odabire popuštanje obiteljskih pravila i slabljenje nadzora nad djecom, shvaćajući svoju ulogu u odrastanju kao davanje slobode i očekivanja savršenog funkcioniranja međusobnog povjerenja. S druge strane je škola kao odgojno obrazovna ustanova u kojoj se sve više vremena posvećuje obrazovnom dijelu programa za koji djeca smatraju da je pretežak, predosadan i naporan, rijetko ga povezujući sa stvarnim životnim potrebama i uglavnom ga doživljavajući nametnutim i preteškim.

U svemu tome, iako se ima osjećaj da svi radimo "za djecu i mlade", oni često zapravo bivaju prepušteni sami sebi na svom putu odrastanja i time ostaju izloženi raznim negativnim utjecajima bilo svojih vršnjaka, bilo starijih dilera i ljudi iz narkomiljea.

### **ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs)**

istraživanje provedeno u trideset europskih zemalja uključujući i Hrvatsku 1995.,1999. i 2003. godine pokazalo je stalni trend porasta pijenja alkohola, pušenja cigareta i korištenja ostalih psihoaktivnih sredstava u našoj zemlji.

Naročito je izražen porast pušenja duhana kod djevojaka, one su se gotovo izjednačile s dječacima.

Svaki drugi dječak i svaka četvrta djevojčica bili su u dobi od 15 godina pijani najmanje 3 ili više puta u životu što se više ne može smatrati slučajnim incidentom nego vrlo zabrinjavajućom pojavom. Također je u drastičnom porastu pijenje 6 ili

više puta u posljednjih mjesec dana, što također govori da se ne radi o ponekom slučajno popijenom pivu nego o stvaranju prave navike.

Rizik pijenja alkohola povećava se s dobi, naročito kod dječaka, ali sve je izraženija i pojava pijenja alkohola među djevojkama.

Uporaba marihuane također je u stalnom porastu i kod dječaka i kod djevojčica.

Također je u stalnom porastu uporaba sintetskih droga, naročito ecstasy.

Uvijek je važno naglasiti da su djeca koja uzimaju jedno sredstvo višestruko rizična i za uzimanje drugih sredstava, kao i za druge oblike rizičnog ponašanja. Često je problem ovisničkog ponašanja samo simptom puno složenijeg problema koji često uključuje i psihičke probleme, agresivnost, depresivnost, lošiji doživljaj sebe, delikventno i asocialno ponašanje, sklonost rizičnom seksualnom ponašanju, itd.

Naročito je zabrinjavajuća laka dostupnost svih psihoaktivnih sredstava.

Istraživanje pokazuje da preko **92% djece smatra da im je lako dostupna nabava alkoholnih pića i cigareta** unatoč postojanju zakonske zabrane za prodaju mlađima od 18 godina .

**44% mladih izjavljuje da im je vrlo dostupna nabava marihuane.**

Na pitanje koliko bi im vremena najviše trebalo da nabave jedan joint odgovaraju da im treba najviše 10-20 minuta što znači da je prodaja droge tu, među njima!!!

Najveći broj mladih navodi da bi drogu uzeli iz znatiželje, dosade, da se ne razlikuje od grupe, da se osjeća "high", da zaborave probleme, a neki navode da nisu ni svjesni ikakvih razloga, da im je to naprosto normalno, jer kao, svi to rade.

Prosječna dob prvog uzimanja marihuane je 16 godina, psihostimulatora 17 godina, a opijata 20 godina. Prosječna dob prvog intravenskog uzimanja droge je 20,6 godina. Najveći je dio osoba nezaposlen (51%), no 20% ih je u radnom odnosu, a

učenici i studenti čine 21% od ukupnog broja. U 2002. godini zabilježeno je 86 smrti povezanih s uzimanjem psihoaktivnih droga. Najviše ih umire zbog predoziranja opijatima. Osam umrlih je bilo mlađe od 20 godina a gotovo tri četvrtine umrlih su bili u dobi od 21 do 35.

Nakon pušenja i pijenja alkohola, iako pripada u ilegalne droge i podliježe zakonskim sankcijama, marihuana je u većini europskih zemalja, pa tako i u Hrvatskoj, najraširenije sredstvo koje može uzrokovati ovisnost među mladima. Rasprave u javnosti koje su se vodile i još se vode o marihuani prilično su zbunjujuće za mlade ljude. S jedne strane promatra ju se kao ilegalno sredstvo koje može uzrokovati ovisnost i utrti put težim drogama, a s druge strane brojne estradne zvijezde i neki pripadnici javnog života javno priznaju korištenje marihuane i brane njenu neštetnost. Stavovi odraslih, roditelja i učitelja također su nejasni, najvjerojatnije zbog nepoznavanja i neupućenosti. Ide se iz krajnosti u krajnost. Jedni su u paničnom strahu i vrlo su restriktivni, a drugi su opet previše ležerni i smatraju da se iz svega diže previše prašine, jer se nastoje "približiti stajalištima i razmišljanjima mladih" koji kao "o marihuani znaju više" i to iz osobnog, negativnog iskustva koje ne prepoznaju kao negativno, nego se s uzimanjem marihuane i hvale.

Često je i preslab utjecaj roditelja i drugih odraslih na stavove djece o marihuani, prevladava često utjecaj vršnjaka ili onih koji su malo stariji, ali još uvijek mladi, a uzimanje marihuane doživljava se kao iskorak prema odraslosti i vlastitoj zrelosti, uz jasno odvajanje od dosadnog svijeta odraslih.

Naravno da je važno odijeliti povremeno uzimanje sredstava ovisnosti, naročito marihuane od redovitog uzimanja tj. već stvorene ovisnosti.

Činjenica je međutim da sve počinje prvom cigaretom, prvom popijenom čašom alkohola i prvim popušanim jointom, dakle sve počinje eksperimentiranjem.

Oni koji drogu nude dolaze s porukom da je to bezopasno i da se navuku samo „kreteni“ što naravno nitko ne misli za sebe i time si mladi ljudi, otvaraju put ka manje ili više redovitom uzimanju psihoaktivnih sredstava.

Puno bismo sada mogli govoriti o rizičnim čimbenicima za razvoj ovisnosti, ali je činjenica da se ovisnost bez eksperimentiranja i kušanja sredstava ovisnosti sigurno neće dogoditi, a svako uzimanje povećava šansu ovisničkog ponašanja.

Iza brojki kriju se sudbine mladih, njihovih obitelji, brojne osobne drame i drame cijelih obitelji kad izađe na vidjelo da dijete učestalije eksperimentira ili je već postalo ovisno o nekom psihoaktivnom sredstvu. U razmatranju nastanka i razvoja ovisničkog ponašanja mlado biće treba promatrati u njegovom prirodnom društvenom okruženju uvažavajući utjecaj obitelji, škole, vršnjačkih skupina, bavljenja sportom i drugim aktivnostima, večernjih izlazaka, a pri tome ne robujući stereotipnim vjerovanjima koja često nisu točna.

Važno je razumjeti da se u rješavanje ovog problema moraju uključiti svi čimbenici ove pojave naglašavajući važnost obitelji, ali i šire društvene zajednice i škole .

### **PREVENTIVNE AKTIVNOSTI MORAJU BITI USMJERENE KA OSOBI, A NE KA SREDSTVU.**

Preventivne mjere treba provoditi strpljivo i kontinuirano, važno je poticati izgradnju samopouzdanja, samopoštovanja i prihvaćenosti u društvu, što će već samo po sebi reducirati delikventna i druga rizična ponašanja koja mogu voditi u ovisnost.

Važno je mlade aktivno uključiti u rješavanje ovog problema, a da bi mogli biti aktivno uključeni, moraju biti dobro educirani i informirani o problemu jer se svakodnevno iz svijeta narkomiljea šalju netočne, ali mladima primamljive poruke o tome da droga nije štetna.

Informacije i stavovi vršnjaka imaju znatan utjecaj na formiranje stavova i ponašanje mladih. Budući, kao što je već prije bilo rečeno, mladi dobivaju zbunjujuće i često netočne informacije o svim oblicima ovisnosti, namjera nam je ovim programom pomoći njima kao i njihovim roditeljima i učiteljima u stjecanju točnih informacija i u pronalaženju novih načina informiranja.

Poznato je da adolescenti najbolje komuniciraju sa svojim vršnjacima. Posebnost ovog projekta je u tome što mladi ljudi informiraju i poučavaju svoje vršnjake.

Takvi programi poznati su u svijetu kao štedljiva strategija širenja zdravstvenih informacija, a temelje se na fleksibilnosti u suočavanju s različitim potrebama mladeži te su ovakvi programi često utemeljeni u zdravstvenim i školskim ustanovama .

Edukacija vršnjaka pokazala se kao vrlo učinkovita strategija u informiranju adolescenata o zdravom ponašanju.

Obzirom da svi pokazatelji govore o trendu porasta svih vrsta ovisničkih ponašanja, mišljenja smo da je potreban zaokret u pristupu i jedan novi, moderniji pristup rješavanju problema u kojem će mladi aktivno sudjelovati.

Educirane su grupe mladih edukatora koji će biti voljni prenositi svoja znanja na svoju generaciju. Dobro je poznato da **MLADI NAJVIŠE SLUŠAJU MLADE!**

U edukaciji smo se fokusirali na **ŠTETNO DJELOVANJE PSIHOAKTIVNIH SREDSTAVA** i moguće zakonske i pravne posljedice eksperimentiranja, te smo u edukaciju uključili stručnjake različitih profila.

Rad sa starijima bazirao se na edukaciji roditelja i učitelja, odvijanjem predavanja ali i radionica u koje su bili uključeni i učenici, a s ciljem da svi dobiju prave informacije o problemu i da se pomogne u razvijanju odgovornosti, radnih navika i disciplina te etičkih vrijednosti.

**Odgovornost** školskih ravnatelja, pedagoga, psihologa u borbi protiv ovisnosti u dijelu temeljne edukacije, čak je i veća nego roditeljska. Moralna im je obveza (jer samo oni to mogu) da roditelje imperativno obvežu na to da djeci objasne barem najosnovnije pojmove o opasnostima koje donose alkohol i cigarete u obitelji i u lokalnoj zajednici.

**Prva razina provedbe** projekta uključivala je *dotisak Priručnika za Školu mladih edukatora, provedba Škole mladih edukatora, sastanci provedbenog tima i provedba istraživanja stavova učenika 6., 7. i 8. razreda osnovnih škola uključenih u projekt.*

**Druga razina provedbe** projekta uključivala je *seriju radionica/prezentacija mladih edukatora ostalim učenicima OŠ Domašinec, OŠ Donja Dubrava i OŠ Kuršanec; serija prezentacija za roditelje u Domašincu, Donjoj Dubravi i Kuršancu; Obrada anketa i analiza istraživanja, obilježavanje Svjetskog dana borbe protiv alkoholizma, tisak izvještaja projekta, javne tribine – prezentacija izvještaja projekta i rezultata projekta.*

Provedbom projekta ostvareni su **sljedeći rezultati**:

- ⟨ ostvarena je **dugoročna suradnja** sa stručnim suradnicima iz Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije;
- ⟨ provedena je **Škola mladih edukatora** u školama uključenima u projekt: OŠ Domašinec, OŠ Donja Dubrava i OŠ Kuršanec. U školu mladih edukatora bilo je aktivno uključeno ukupno 48 zainteresiranih učenika i učenica 7. i 8. razreda. Stručni suradnici Zavoda za javno zdravstvo, pedagoginje/psihologinje i Jasmina Kartalović (voditeljica projekta) ukupno su proveli **9 radionica i predavanja** (svako u trajanju 4 školska sata), u kojima se putem interaktivnih prezentacija i participativnim procesom učenja educiralo ukupno 38 mladih edukatora/ica, sposobnih da samostalno educiraju svoje vršnjake putem jednosatnih predavanja o štetnosti pušenja i konzumiranja alkohola. Konačan produkt edukacije su

i prezentacije koje služe kao alat u predavanjima mladih edukatora. Škola mladih edukatora odvijala se u periodu od 30.09. do 30.11.2008.;

- ⟨ u razdoblju od 15. - 28. veljače provedeno je anketiranje učenika 6., 7. i 8. razreda svih devet škola uključenih u projekt - ankete su osmišljene u suradnji sa Zavodom za javno zdravstvo Međimurske županije i voditeljicom Školskog preventivnog programa Andrejom Zdravec-Baranašić;
- ⟨ provedena je **serija prezentacija/radionica** mladih edukatora **roditeljima** - tri javne prezentacije održali su mladi edukatori, svako u trajanju od 1 školskog sata, u kojima se putem interaktivnih prezentacija educiralo 300 roditelja o štetnosti pušenja i konzumiranja alkohola;
- ⟨ provedena je **serija radionica/prezentacija** mladih edukatora **svojim vršnjacima** – sveukupno je 38 mladih edukatora održalo 16 javnih prezentacija ispred ukupno 360 učenika 6., 7. i 8. razreda. 15 mladih edukatora iz OŠ Kuršanec održalo je prezentacije i predavanja vršnjacima iz OŠ Donja Dubrava, 15 mladih edukatora iz OŠ Donja Dubrava održalo je prezentacije i predavanja vršnjacima iz OŠ Domašinec, 8 mladih edukatora iz OŠ Domašinec održalo je prezentacije i predavanja vršnjacima iz OŠ Kuršanec;
- ⟨ U razdoblju od 01.03. - 30.03. unesene su ankete u softversku bazu za daljnju obradu. Ankete su uvodili volonteri Autonomnog centra - ACT;
- ⟨ 04.04. u Prelogu obilježen je Svjetski dan borbe protiv alkoholizma – sportskim igrama se još jednom naglasilo kako je bitno voditi zdrav život, a ne konzumirati štetne tvari kao što su duhanski proizvodi i alkohol;
- ⟨ u travnju je napravljena detaljna analiza dobivenih rezultata te su se na

temelju nje izveli zaključci; u procesu analize sudjelovali su stručnjaci iz Zavoda za javno zdravstvo Međimurske županije; zaključci analize istraživanja sastavni su dio ovog izvještaja;

- ⟨ na kraju provedbe projekta grafički je oblikovan i otisnut izvještaj, te prezentiran javnosti putem press konferencije i javnih tribina.

### 3/ REZULTATI ISTRAŽIVANJA



### 3.1. ANALIZA STAVOVA UČENIKA/ICA

Mali je broj učenika koji nisu nikada probali alkoholno piće, svega **20,92%**, dakle petina. Zabrinjava podatak da već u dobi od 12 do 14 godina oko **4%** njih pije svaki vikend i čak nekoliko puta tjedno, a **35%** djece izjavljuje da pije povremeno na rođendanima, tulumima, itd.

Kao što je i očekivano u toj dobi, većina učenika smatra da ima puno dobrih prijatelja (**85%**), rjeđe izjavljuju da imaju samo nekoliko pravih prijatelja (**13,70%**), a veoma mali broj je onih usamljenih koji navode da nemaju dobre prijatelje (**1,16%**).

Najveći broj djece druži se uglavnom sa svojim vršnjacima iz škole i susjedstva (**74,27%**) ili samo iz škole (**25,58%**), a oko **4,5%** ima starije društvo jer ih društvo njihovih vršnjaka ne zanima.

Većina djece je već u toj dobi započela s večernjim izlascima, svega **19,3%** navodi da ih roditelji još ne puštaju. Izlasci su uglavnom prigodni, povodom rođendana ili drugih proslava (**57,51%**), ali već ima i onih koji izlaze svaki vikend (**16,18%**) te čak i više puta u tjednu (**6,78%**).

Oko **43%** djece ne želi se družiti s onima koji puše, a nekima smeta što su njihovi prijatelji pušači, ali ih ipak prihvaćaju (**17,34%**). Mnogima ne smeta što su u njihovom društvu pušači (**31,34%**) ili se i uglavnom družu s onima koji su pušači (**7,65%**).

U društvu onih koji piju alkohol ne želi biti oko **42,20%**, oko **15%** djece zamjera svojim prijateljima što piju alkohol, ali ih prihvaćaju u svojem društvu. Oko **35%** djece smatra normalnim da neki iz njihovog društva piju, to ih ne smeta, a **7%** djece ima društvo u kojem većina pije.

Gotovo polovina ispitanika (**45%**) našla se u situaciji da napusti društvo u kojem su ih nagovarali na pušenje ili pijenje alkohola, a **5,61%** ih je željelo napustiti takvo društvo, ali im je bilo neugodno. Samo **8,75%** učenika navodi da ih nije smetalo što su ih nagovarali i nudili cigaretama ili alkoholom.

I kod naših ispitanika uočava se da je najpopularniji način provođenja slobodnog vremena gledanje televizora i igranje na kompjuteru, bavljenje nekim sportom, druženje s prijateljima, a veoma mali broj djece navodi da u slobodno vrijeme čita.

Od izvannastavnih aktivnosti najčešće je zastupljeno bavljenje sportom (**44,97%**) i bavljenje nekom od vannastavnih aktivnosti ponuđenih u školi (**28,28%**), ali još uvijek veliki broj djece ne provodi slobodno vrijeme u nijednom organiziranom obliku (**18,44%**).

Većina ispitanika je zadovoljna svojim zdravstvenim stanjem, njih oko **80%** misli da im je zdravlje čak vrlo dobro ili odlično, svega oko **1%** djece misli da su lošeg zdravlja.

Petina ispitanika (**23,91%**) smatra važnim pravilnu prehranu i svakodnevno konzumira voće i povrće, mliječne proizvode i žitarice te svakodnevno doručkuje, oko **60%** ih smatra da se uglavnom zdravo hrani, a oko **5%** ispitanika svjesno je da se hrani nezdravo i pretjeruje s uzimanjem grickalica, slatkiša i gaziranih pića.

Otprilike polovina učenika voli ići u školu, ali zabrinjava podatak da čak oko **40%** djece ne voli školu.

Većina djece smatra da su u školskim programima sasvim dovoljno zastupljeni sadržaji koji ih informiraju o štetnosti pušenja i pijenja alkohola, tek oko **15%** djece misli da je takvih sadržaja premalo.

Također je većina djece zadovoljna količinom sadržaja koji govore o životnim vrijednostima, samopouzdanju i kako ga steći, samo oko **17%** smatra da bi u školi trebalo biti zastupljeno više takvih sadržaja.

# ANKETA ZA UČENIKE/ICE (SUMARNI PRIKAZ)

Razred VI – 34,55%    VIII - 31,05%    VIII – 33,89%

## 1. Školski uspjeh na kraju prošle šk. god.:

ponavljač – 0,51%

2 – 1,82%

3 – 21,06%

4 – 37,10%

5 – 37,32%

bez odgovora – 2,19%

## 2. S kim živiš od roditelja ili staratelja?

a) s oba roditelja – 89,07%

b) samo s jednim roditeljem – 9,62%

c) udomiteljska obitelj – 0,58%

d) s nekim drugim – 0,72%

### 3. Tvoji su roditelji završili:

*otac*

- a) osnovnu školu – 13,19%
- b) srednju školu – 64,80%
- c) višu školu/fakultet – 18,80%
- bez odgovora – 3,21%

*majka*

- a) osnovnu školu – 16,55%
- b) srednju školu – 58,97%
- c) višu školu/fakultet – 20,63%
- bez odgovora – 3,85%

### 4. Roditelji su ti:

- a) oba roditelja zaposlena - 66,40%
- b) zaposlen samo otac – 17,93%
- c) zaposlena samo majka – 4,37%
- d) nezaposlena oba roditelja – 6,49%
- e) jedan roditelj zaposlen, a drugi u mirovini – 4,15%
- f) jedan roditelj nezaposlen, a drugi u mirovini – 0,66%
- g) oba roditelja u mirovini – 0,00%

### 5. Kako najčešće provodiš slobodno vrijeme sa svojom obitelji?

- a) igrajući se na računalu – 15,01%
- b) gledajući zajedno neki televizijski program – 60,13%

- c) igrajući društvene igre – 22,16%
- d) provodeći vrijeme vani u prirodi ili na sportskim terenima – 27,04%
- e) ne provodimo zajedno slobodno vrijeme – 4,15%

**6. Koliko često izlaziš sa svojim roditeljima i braćom (kino, kazalište, koncerti, utakmice)?**

- a) često ili barem jednom mjesečno – 24,27%
- b) ponekad – 45,34%
- c) vrlo rijetko – 24,27%
- d) nikada ne izlazimo zajedno – 6,12%

**7. Koliko je u tvojoj obitelji čest zajednički ručak?**

- a) svaki dan – 44,90%
- b) nekoliko puta na tjedan – 32,36%
- c) samo vikendom – 22,08%
- d) nikada – 0,68%

**8. Koliko često s roditeljima posjećuješ djedove i bake ili rodbinu?**

- a) barem jednom mjesečno – 80,54%
- b) rijetko, samo u posebnim prigodama – 12,17%
- c) ne posjećujemo ih zajedno – 3,50%
- bez odgovora – 3,79%

**9. Pomažeš li obavljati kućanske poslove?**

- a) redovito. - 51,09%
- b) povremeno, samo iznimno - 44,46%
- c) nemam kućanskih obaveza – 4,45%

**10. Što se tiče pušenja cigareta, tvoji roditelji su:**

- a) puše otac i majka – 17,64%
- b) puši samo otac – 17,57%
- c) puši samo majka – 14,50%
- d) nitko ne puši – 50,29%

**11. Tvoji roditelji alkohol piju:**

- a) svaki dan uz obroke – 2,77%
- b) ponekad popiju alkoholno piće – 75,87%
- c) nikad se u našoj kući ne konzumira alkohol – 17,78%
- d) smatram da jedan (ili oba) roditelja povremeno previše konzumira alkohol – 1,82%
- e) smatram da jedan (ili oba) roditelja često previše konzumira alkohol – 1,76%

**12. Što se tiče pušenja cigareta ti si:**

- a) probao/la pušiti i nije mi se dopalo – 40,23%
- b) nisam probao/la – 50,58%
- c) pušim samo povremeno – 6,12%
- d) redoviti sam pušač – 3,07%

**13. Što se tiče pijenja alkoholnih pića ti si:**

- a) probao/la piti i nije mi se dopalo – 40,23%
- b) nisam nikada probao/la – 20,92%
- c) pijem povremeno u rijetkim prigodama (rođendani, tulumu) – 35,13%
- d) pijem svaki vikend – 2,92%
- e) pijem više puta tjedno – 1,00%

**14. Imaš li prijatelje:**

- a) da, imam jednog ili dvojicu dobrih prijatelja – 13,70%
- b) imam puno dobrih prijatelja – 85,50%
- c) nemam dobrih prijatelja – 1,16%

**15. Tvoji prijatelji su:**

- a) vršnjaci iz škole – 25,58%
- b) vršnjaci iz škole i susjedstva – 74,27%
- c) starije društvo, vršnjaci te ne zanimaju – 4,59%

**16. Izlaziš li navečer s prijateljima:**

- a) ne, roditelji me još ne puštaju – 19,53%
- b) povremeno, samo kada netko ima rođendan ili nešto slavi – 57,51%
- c) da, svaki vikend – 16,18%
- d) da, izlazim više puta tjedno – 6,78%

**17. Ima li među tvojim prijateljima pušača:**

- a) nema, ne želim se družiti s onima koji puše – 43,37%
- b) neki od mojih prijatelja su pušači i to me smeta – 17,64%
- c) neki od mojih prijatelja su pušači i to me ne smeta – 31,34%
- d) većina mojih prijatelja su pušači – 7,65%

**18. Ima li među tvojim prijateljima onih koji često piju alkohol:**

- a) nema, s takvima se ne družim – 42,20%
- b) nekoliko ih voli popiti i to me smeta – 14,94%
- c) nekoliko ih voli popiti i to me ne smeta – 35,79%
- d) većina često pije alkohol – 7,07%

**19. Jesi li ikada napustio/la društvo u kojem su te nagovarali na pušenje ili pijenje?**

- a) da – 45,63%
- b) ne – 36,52%
- c) želio sam, ali mi je bio neugodno – 5,61%
- d) nije mi smetalo – 8,75%
- bez odgovora – 3,49%

**20. Kako najčešće provodiš svoje slobodno vrijeme:**

- a) gledam TV – 47,16%
- b) pred kompjuterom sam – 47,45%
- c) čitam – 10,13%
- d) družim se s prijateljima – 40,23%
- e) slušam glazbu – 28,72%
- f) bavim se sportom ili nekom drugom aktivnošću – 47,30%

**21. Organizirano slobodno vrijeme najčešće provodiš:**

- a) u izvannastavnim aktivnostima u školi – 28,28%
- b) u izvanškolskim aktivnostima (glazbena škola, škola stranih jezika ili drugo) – 14,94%
- c) u izvanškolskih aktivnostima (neki oblik sporta, ples, mažoret-ples ili drugo) – 44,97%
- d) nigdje ne provodim organizirano slobodno vrijeme – 18,44%

**22. Što misliš kakvo je tvoje zdravlje:**

- a) odlično – 44,97%
- b) vrlo dobro – 34,84%
- c) dosta dobro – 13,85%
- d) prosječno – 5,25%
- e) loše – 1,09%

**23. Hraniš li se pravilno (svakodnevno voće i povrće, doručak, mliječni proizvodi, žitarice):**

- a) da, to mi je važno – 23,91%
- b) uglavnom se zdravo hranim – 59,62%
- c) ne razmišljam o tome, to mi nije važno – 11,59%
- d) nezdravo se hranim (puno grickalica, slatkiša i gaziranih pića) – 4,88%

**24. Tvoj odnos prema školi je:**

- a) jako volim ići u školu – 6,85%
- b) volim ići u školu - 53,72%
- c) ne volim ići u školu – 39,43%

**25. U školskim programima su zastupljeni sadržaji o štetnosti pušenja i alkohola:**

- a) sasvim dovoljno – 35,57%
- b) dovoljno – 31,71%
- c) djelomično – 17,93%
- d) premalo – 14,79%

**26. U školskim programima su zastupljeni sadržaji koji govore o životnim vrijednostima, o životnom smislu, samopouzdanju i kako ga steći:**

- a) sasvim dovoljno – 25,73%
- b) dovoljno – 37,24%
- c) djelomično – 19,39%
- d) premalo – 16,76%
- bez odgovora – 0,88%

**27. Što je za tebe najbolja prevencija vezana za rizična ponašanja mladih (pušenje, alkohol, droge)?**

*Razgovor sa stručnjakom.*

*Baviti se sportom idružiti se s prijateljima.*

*Razgovor s učiteljima.*

*Razgovor s prijateljima, učiteljima, roditeljima.*

*Informiranje na satu razrednika, na TV-u, na prirodi, od roditelja, doktora, prijatelji, ...*

***Meni je lijepo dok mi roditelji kažu da ne pušim, da se ne drogiram i to smo učili na satu razrednog odjela. Reci NE!***

***Prijateljstvo, ne alkohol i droga.***

*Na satu razrednika, od roditelja i prijatelja.*

*Razgovor sa roditeljima i djelatnicima škole. Pokretanje programa gdje svi mogu pitati što ih zanima.*

*Moji prijatelji i ja razgovaramo da nije dobro pušiti. Svi govorimo da nećemo probati pušiti. Ja neću pušiti.*

*Razgovor s prijateljima, učiteljima, roditeljima.*

*Razgovor s razrednikom, s prijateljima.*

*SRO, roditelji, prijatelji, TV, učiteljica iz prirode.*

*Roditelji moraju brinuti o djetetu i zabraniti mu neke stvari. I u trgovinama ne bi smjeli mladi kupovati cigarete i alkohol.*

*Mladi samo žele biti važni u očima drugih, pa puše, konzumiraju alkohol. Neki se počnu drogirati radi problema u obitelji, sa prijateljima. Potrebno je zabraniti konzumiranje alkohola, pušenje i drogu mladima od 18. Ako netko ima previše problema, treba ići na odvikavanje.*

***Trebali bi stariji provoditi više vremena sa njima.***

*Treba zabraniti prodaju cigareta i alkohola u trgovinama maloljetnicima.*

*Podrška prijatelja.*

*Kontrola u školi. Filmovi o drogama, alkoholu i pušenju.*

*Preporučio bih im da odu nekom savjetniku da ih usmjeri na pravi put.*

***Neke zanimljive, "šarene" radionice koje će zanimati veći broj učenika i na kojima će steći loš dojam o ovisnostima.***

*Ja bih takve kaznila najstrožom kaznom da bi se toga odrekli i da bi se opametili.*

*Ja bih rekonstruirao posljedice koje sljede nakon toga, možda bi pomoglo.*

*Ja bih razgovarao s njima o posljedicama.*

*Treba više učenika na to uputiti preko TV, radija i u školi.*

***Najbolje je da se razgovara s roditeljima o tome i da se ih malo prisjeti jer se danas roditelji slabo brinu o tome što njihova djeca rade.***

*Jaka, strože novčana kazna. Tako bi prestali o tome ovisiti.*

*Najbolje je pokrenuti neki projekt protiv ovisnosti, pa možda onda neće biti toliko problema sa tim stvarima.*

*Savjeti u školi ili od roditelja.*

***Projekti poput "Zajedno" su dobra prevencija, no mladi su buntovni i nije im važno.***

*Treba uvesti veće kazne za one koji maloljetnicima prodaju cigarete i alkohol, ali i za djecu koja ih pokušaju kupiti.*

*Podrška prijatelja.*

*Stavio bih više plakata, projekata i više poduzetih mjera.*

*Slazem se sa pravilima da se cigarete i alkohol ne prodaju mlađima od 18 godina.*

*Veća pozornost roditelja.*

*Policajac na svakom uglu, i puno razgovora sa roditeljima*

*Trebalo bi postaviti kamere po školi i u dvorištu i redovito ih pregledavati.*

*Ne bi se družila s osobama koje puše i piju.*

*Ja mislim da prodavači ne smiju prodavati alkohol, droge i cigarete... Iako piše da ne smiju to davati, oni svejedno daju. Trebaju ići na policiju.*

*Ja bi ukinuo prodaju cigareta, alkohola i droge da uopće ne postoje.*

*Trebalo bi se o tome više govoriti i nalijepiti plakate koji govore o tome.*

*To bih spriječio tako da kad vidim nekog od mojih vršnjaka puši, pije ili uzima drogu prijavio bi ga policiji ili bilo kome starijem koji zna nešto o tome.*

*Izbjegavanje okoline i društva u kojem se to radi.*

*Pa stroži zakon i bolje praćenje učenika koji rade takve stvari.*

*Najviše mladih to poberu od starijih prijatelja.*

***Nemojte pušiti, drogirati se i piti alkohol jer to je štetno za tijelo, rađe se bavite sportom.***

*Osnivao bi neku grupu gdje bi se dobivala potpora.*

*Možda bi bilo bolje da se strogo zabrani prodaja alkohola, cigareta i droga maloljetnicima bez iznimki.*

*Da stariji (učitelji, roditelji...) služe mladima za primjer, tj. da ne puše i piju...*

*Ja bih zabranila svima pušenje, konzumiranje alkohola u blizini djece. A za rizična ponašanja mladih kriva su loša društva i roditelji.*

*Sport.*

*Stavio bih visoke kazne za trgovce koji to prodaju maloljetnicima i kontrolirao više ulice.*

*Treba im pokazati kako pušenje, alkohol i droga štetno djeluju na zdravlje.*

*Kamere na svakom uglu.*

*Više izvannastavnih aktivnosti, više domaće zadaće i projekata u školi.*

***Ne družite se s onima koji pušu i piju, ignorirati takvo prijateljstvo. Biti sam svoj.***

*Odgoj.*

*Pokazala bi im druge neke zanimljive stvari u životu, na različite načine bih pokušala pokazati da bi u životu morali misliti na druge stvari, zdravlje, prijatelje.*

*Sport.*

*Osnivanje nekih udruga ili nečega sličnog.*

*Mislim da je potrebno provoditi vrlo čestu edukaciju o štetnosti takvog ponašanja. Treba osmisliti i neke sadržaje i programe da djeca imaju neku animaciju, a ne da se pokušaju zabavljati pijenjem i pušenjem. **U školske programe treba uvesti više sadržaja posvećenih štetnosti pušenja i alkohola.***

*Obavijestila bi njihove roditelje da porazgovaraju o tome.*

*Briga roditelja i škole.*

*Odvezla bih svako dijete iz škole na pregled, da se vidi što konzumiraju. Više edukacije.*

*Treballi bi više razgovarati o tome, odgovarati one koji puše, piju i drogiraju se.*

*Treba prestati proizvoditi cigarete, alkoholna pića i svakakve droge.*

***Moje je mišljenje da ti mladi nemaju pažnju roditelja, žele skrenuti pažnju na sebe i vrlo su nesretni pa traže utjehu u pušenju, alkoholu i drogi.***

*Roditelji bi se trebali više brinuti za svoju djecu.*

*Ne može se u potpunosti spriječiti međutim uzori (roditelji, starije osobe) koji puše, piju ili se drogiraju, trebaju prestati s tim kako bi se mi ugledali na njih.*

*Treba ukinuti prodaju duhanskih i alkoholnih proizvoda mlađima od 18, te zaustaviti dilanje i prodaju droge, kao i konzumiranje.*

*Da porazgovaraju sa starijima ili da potraže pomoć.*

*Trebali bi se organizirati sastanci gdje se razgovara o štetnosti ovisnosti. Neka djeca i mladi bi se trebali uplašiti i ostaviti ovisnosti. Mogli bi se osnovati i klubovi protiv ovisnosti.*

*Mislim da s tim ljudima treba porazgovarati i reći im sve o štetnosti pušenja i uzimanja droge.*

***Filmovi, radionice. Pa nešto bi zainteresiralo mlade.***

*Trebali bi se družiti sa onima koji to ne rade i trebali bi se baviti nekim sportom.*

*Moja najbolja prevencija je edukacija o ovisnostima.*

*Zatvoriti sva mjesta gdje se mogu okupljati. Izbjegavati njih. Pokazati im kakve su posljedice toga. Kazniti ih. Ne puštati ih van.*

*Briga roditelja, škole, upoznavanje o tome.*

*Baviti se sportom i zdravo se hraniti.*

*Trebali bi se organizirati sastanci gdje se razgovara o štetama ovisnosti. Neka djeca i mladi bi se uplašili i ostavili ovisnosti. Mogli bi se osnovati i klubovi protiv ovisnosti.*

*Edukacija, da ne uništavaju život.*

*Više pozornosti (pažnje).*

*Više bih govorila o tome, jako ozbiljno bi im rekla da će si uništiti život.*

*Kamere, alarmi, radionice.*

*Mislim da bi se trebale organizirati grupe za pomoć mladima koji puše, piju alkohol ili se drogiraju. Te se za njih treba napraviti poseban program izvanškolskih aktivnosti, npr. neki sport, neka glazbena grupa ili slično.*

*U školama bi trebalo postaviti kamere kao i u okolini i u dućanima treba spriječiti prodaju duhanskih i alkoholnih proizvoda djeci.*

*Ja mislim da bi trebali djecu i mlade malo preplašiti da prestanu pušiti.*

*Trebale bi se staviti kamere da se vidi tko što radi.*

*Treba izbjegavati takva društva. Dobro je da se u školi govori o tome da je to loše.*

*Nadzor u gradu i kafćima od 0-24h.*

*Nije dobro možeš umrijeti ili primiti bolesti ako počneš pušiti svidjeti će ti se i nećeš nikada prestati.*

*Od malih nogu bi roditelji morali poučavati djecu kako su pušenje, alkohol i droge vrlo štetni.*

*Radionice, filmovi. Sve bi nekome malo pomoglo.*

***Mislim da to treba spriječiti i da ti mladi ni neznaju što čine sebi, svojim bližnjima.***

*Na plakate staviti slike pluća oboljelih od raka.*

*Trebale bi staviti kamere, da se vidi ko puši, pije i drogira se i da poduzmeju nešto s tim učenicima.*

*Oko škole staviti nadzorne kamere. Nadzirati školu.*

***Da je to štetno za zdravlje i da je to ropstvo.***

*Neka radionica da se porazgovara u vezi pušenja, alkohola i droge.*

*Baviti se sportom, družiti se s prijateljima, zabavljati se i uživati u onome što radimo*

*Ja mislim da bi to trebao biti kućni odgoj ali i škola bi isto trebala navesti štetnost tih sredstava.*

*Mislim da oni koji puše stvarno nisu "frajeri" već su povodljivi za drugima. Mislim da je potrebno više razgovora o tome i da budemo otvoreniji.*

*Treba staviti više programa o štetnosti pušenja, alkohola i droge, da netko porazgovara s nama i da nam govore o opasnostima kod tih stvari.*

*Više edukacije i programa na koji način spriječiti pojavu.*

*Pa trebalo bi sa takvima ozbiljno porazgovarati ako tako ne ide treba potražiti stručnu pomoć.*

*Mislim da je problem u tome što ih roditelji previše i prerano puštaju izlaziti, tako lako dolaze u kontakt s alkoholom i drogom.*

*Ja mislim da djeca o kojima roditelji jako skrbe da će kasnije doći u doticaj s alkoholom, drogom. Moji vršnjaci mislim da ne znaju toliko nego samo površno. Možda bi to trebali malo više naučiti.*

*Roditelji te djece moraju se brinuti kamo im idu djeca, s kim se druže. Policija bi trebala ići u više ophodnja.*

*Najbolje za mene je da se družim sa onima koji ne puše, ne drogiraju se i ne piju alkohol. Pokušavam izbjegavati takva društva da se sama ne uvalim u nevolje.*

*Trebali bi poslikati organe svih pušača, drogeraša i alkoholičara pa im pokazati da vide da su u kritičnom stanju. Ali također smatram da nitko ne može strastvene ovisnike odviknuti od toga.*

*Mislim da bi se u školama moralo više pričati o tome. Mnogi učitelji znaju koji učenici puše i piju ali ne poduzimaju ništa.*

*Mislim da u školi treba više upozoravati učenike za te štetnosti.*

*Trebali bi se poštovati a ne raditi gluposti.*

*Bavljenje sportom.*

***Da se počnemo baviti nekim aktivnostima, razvijamo svoje talente. Iako takvih programa za razvijanje kreativnosti ima premalo.***

*Možda bi bilo najbolje da su roditelji uzor djeci.*

*Trebalo bi uvesti da se svaki učenik mora baviti sportom i drugom aktivnosti.*

*Trebalo bi pružati dobar primjer.*

***Edukacija na način da se o tome govori kao čovjeku, a ne kao prema učeniku, ne službeno.***

*Referati, informacije o štetnosti toga, i sl.*

*Stalno ponavljati kakve posljedice slijede nakon pušenja, alkohola i droge.*

*Izlaganje ružnih slika jetre i pluća u pušača i alkoholičara.*

*Da se bave sportom, kreću i druže sa prijateljima ali bez pušenja, alkohola i droge.*

*Razgovor i informacije o ovisnostima.*

***Upoznavanje s nekom osobom koje je imala takvih problema, slušanje životne priče te osobe te pokušati nešto naučiti iz toga.***

*Tko ima samopouzdanja neće se truditi biti faca pred društvom tako da puši – pa poraditi na samopouzdanju.*

*Stalno ponavljati kakve posljedice slijede nakon pušenja, alkohola i droge.*

*Baviti se sportom i zdravo se hraniti.*

*Trebalo bi razgovarati sa roditeljima.*

*Trebalo bih s njima o tome razgovarati, objasniti im da zbog toga mogu teško oboljeti, da im to šteti zdravlju. mladi koji žive u obitelji u kojoj su česti obiteljski problemi, oni najčešće konzumiraju alkohol, drogu ili puše, ali ne mora biti.*

*Zabraniti, poticati bolje ljude, staviti oglase i prezentirati na televiziji, svaki dan na reklamu puštati kako pušenje umanjuje život za 10 min. i govoriti kako je mnogo stradalo uz pomoć pušenja, alkohola i droga...i govoriti da će čovječanstvo izumrijeti!*

*Ovisnosti bi mogli spriječiti plakatima i televizijskim emisijama, razgovorom u roditeljskom domu.*

*Takvim mladim ljudima treba razgovor s roditeljima i stručnom osobom koja bi ih odgovorila od tih ovisnosti.*

*Više programa na televizoru i novinama o štetnosti pušenja, alkohola i droge.*

*Pušenje je štetno, šteti zdravlju kao i alkohol. pušenje, alkohol i droga jako štetno*

*utječu na mlade i zbog toga su u mogućnosti raditi velike gluposti i vrlo laku mogu naštetiti mnogima, a da ni nebudu svjesni svojih postupaka.*

*Jer kad bi mladi pušili i drogirali se ne bili pri zdravoj pameti povraćali bi, zapostavili bi školu, ocjene, glupo bi se ponašali, kraće živimo, trošimo novac bezveze.*

*Mislim da bi mladima više pomoglo da ima više organizacija te savjetnika da im pomognu odviknuti se nekih stvari. npr. alkohol, droga, cigarete, lijekovi itd.*

*Treba provoditi više vremena u prirodi, pronaći bolje društvo, razgovorima u školi i kod kuće.*

***Boravljenje u prirodi, druženje s uzornim prijateljima, samosvjest, edukacija o štetnosti navedenog, prorađivanje na vlastitom smopouzdanju. Bilo što od navedenog.***

*Najbolja prevencija za mene je razgovor jer meni to pomaže.*

*Stvorio bih centar za mlade u kojima se govori protiv nepušenja.*

*Da ih se na vrijeme upozori na opasnost. Da im se prepričaju neki stvarni događaji.*

*Mislim da bi se moji vršnjaci i ostala djeca trebala više baviti sportom i školskim aktivnostima, te bi trebali potražiti pomoć.*

*Ja svojim vršnjacima govorim da ne smiju pušiti, piti i drogirati se jer nije zdravo, da štete svom zdravlju. Roditelji ne bi djeci trebali dopuštati to.*

*Više djelovanja na mlade.*

*Radionice.*

*U školi izrađujemo razne plakate i prezentacije.*

*Istražujemo o tim ovisnostima čovjeka, čitam plakate.*

*Istražujem štetnost pušenja, alkohola i droge. u školi radimo plakate itd. razgovaramo o svemu, gledamo dokumentarce.*

*Razgovor s roditeljima pomogao mi je da shvatim da su to loše stvari i zato ja nikad neću uzimati drogu, piti i pušiti.*

*Za mene je prevencija kada vidim u novinama, tv ili slušam na radiju kako ljudi umiru od toga. Razgovaramo, predavanja u školi...*

*Razgovaramo o šteti, što se sve može dogoditi kod uzimanja alkohola, droga, cigareta. gledamo film o tome što se sve može dogoditi.*

*Razgovaram s roditeljima o štetnosti cigareta. Istražujemo o problemima pušača.*

*Razgovaramo o tome, govore mi kako je to štetno. Gledali smo poučne filmove o tome.*

*Baviti se nekim sportom i tako bi skratili vrijeme i nebi imali vrijeme za takve stvari.*

***Mislim da bi nam roditelji morali biti najveći uzor što se tiče toga. Morali bi razgovarati češće s nama o alkoholu, cigaretama.***

*Roditelji bi morali manje piti i pušiti, jer mladi obično rade što i odrasli. trebali bi od malih nogu govoriti djeci da je to štetno.*

*Prikaz stvarnih događaja. prikaz ljudi koji su imali problema s ovisnostima, njihov život je kratko ispričan.*

*Trebalo bi objasniti kako je to veoma štetno te objasniti oštećenja i posljedice takvog ponašanja. Možda čak pokazati i na nekome primjeru (ne sa slike).*

*Trebalo bi im reći kako se moraju odmaknuti od tog društva i tog načina života, da ne riješavaju svoje probleme tako, nego da rađe porazgovaraju s nekim.*

*Mislim da je dovoljno da shvatimo kako je to štetno, jer o tome učimo u školi, gledamo različite emisije, čitamo, meni je to sasvim dovoljno da ne postanem ovisna.*

*Možda neki primjeri iz stvarnog života, ne izljećeni već oni koji se nalaze u "paklu" pa bi se možda bolje preplašili nego da im se samo priča, i priča i priča.*

***Trebalo bi provoditi više takvih anketa, da se probudi svijest mladih.***

*Trebalo bi više o tome razgovarati s roditeljima i prijateljima te shvatiti da je to loše i da ne treba ni probati.*

*Mislim da je to nije dobro biti ovisan o pušenju, alkoholu i drogi i to jako šteti organizmu. U 50% su krivi stariji prijatelji da te nagovaraju na pušenje, alkohol ili drogu.*

*Treba im reći da je to loše za njihovo zdravlje ponajviše droga. a ako se nalaze u takvom društvu neka im reku da se moraju maknutu od njih da si ne želi uništiti život. a ako imaju probleme neka ih ne rješavaju sa alkoholom ili drogom, nego nek se sa nekim posavjetovaju.*

*Za mene to je podučavanje o štetnostima (nuspojavama npr. oštećenje jetre, ovisnost...).*

*Više zajedničkih druženja u prirodi.*

*To bi bile neke organizirane aktivnosti, npr. ples, neki sportovi.*

*Trebamo im pomoći: npr. organizirati plesove, nogomet, organizirati društvo, udaljiti ih od alkohola, pušenja i droge.*

*Bavljenje sportom i provođenje više vremena s obitelji.*

*Prevenција su neke školske aktivnosti, izvannastavne aktivnosti kao neki sport, druženje.*

*Ja osobno smatram da mladi ne bi smijeli piti, i pušiti. Trebali bi se baviti sportom i družiti s prijateljima koji nisu ovisnici, trebali bi se baviti nekim aktivnostima vezanima uz školu.*

*Povećati broj radionica ili aktivnosti, više govoriti o štetnosti.*

*Slušanje glazbe, čitanje knjige.*

*Prezentacije.*

*Bolje je živjeti zdravi život (boravak u prirodi) nego pušiti, piti.*

*Pa mogli bi se u školi održavati plesovi, druženja.*

*Za mene je to da roditelji i učitelj u školi što više podučavaju o štetnosti, a to pokazuju raznim pokusima, primjerima iz svakodnevnog života.*

*Organizirati aktivnosti.*

*Treba s njima jako dobro popričati, s njima se redovito družiti i uključiti ih u aktivnosti.*

***Samopouzdanje, znati štetnost ovih "neprijatelja" slobode. Imati saznanje što te stvari dovode u život. Znati da to nije u redu u društvu, već da biramo društvo.***

*Smatram da bi više trebali imati programa koji govore o tome kako steći samopouzdanje, bolje ocjene, prijatelje.*

*Razgovor s braćom i starijim osobama (roditeljima).*

*Najbolja prevencija vezana za rizična ponašanja mladih za mene je velika osobnost, dobar stav i odlučnost, tek ćemo se tada moći oduprijeti tome.*

*Prezentacije, filmovi o posljedicama ovisnosti.*

*Mislim da bi trebalo im pokazati filmove i stalno, stalno govoriti o tome. Tako će im to biti dosadna tema i neće pokušati.*

Mislim da bi bilo dobro da netko porazgovara sa tim učenicima, jer oni prije svega štete sami sebi ali i drugima. Bilo bi dobro da u dućanima zabrane prodaju alkohola i cigareta osobama mlađima od 18 godina, jer mojim prijateljicama uvijek prodaju.

Za mene je to neodgovorno ponašanje. Najčešće do toga dođe zbog situacije u obitelji i zbog današnjeg društva.

Upozoriti djecu na opasnosti i bolesti prije nego postanu ovisni. Da se zabavi i bez toga. Jer to donosi samo probleme. Treba poštivati druge makar oni ne poštuju tebe.

Ja smatram da bi u prevenciji važnu ulogu trebali imati roditelji, koji trebaju postaviti autoritet prema djetetu.

Moramo biti jaki i razmišljati o štetnosti. Većina mladih puši kako bi se mogla udružiti u grupu omiljenih, no ako nas žele prihvatiti samo jer konzumiramo alkohol, pušimo, onda nam oni nisu dobri prijatelji. **Moramo znati da nas prijatelji prihvaćaju jer smo ono što zaista jesmo.**

To je loše, zato trebamo biti jaki, trebamo se ogledati na druge "važne" stvari oko nas, a ne ovisnost.

Više razgovarati o tim stvarima, o njihovom značenju i štetnosti.

Prvo bi se trebalo o razgovarati o tome u školi i sa onima koji puše, piju alkohol ili se drogiraju. Trebalo bi im objasniti da je to štetno za njihovo zdravlje i da si time uništavaju život. Za one koji i nakon toga ne shvate trebali pozvati stručnu osobu (psihijatra).

Sagraditi ustanove koje su cool sa djecom i da rade zanimljive stvari da ih navuku na zabavu i onda će zaboraviti na droge.

To nisu kriva djeca nego roditelji i prodavači što je takvo ponašanje maloljetnih osoba.

*Organizirati nekakve sastanke ili radionice na kojim će mladi razgovarati i rješavati svoje probleme.*

***Najbolje je sjesti i popričati s mladima kako pušenje, alkohol i droge nisu zdrave za njihov život i da im nikako neće pomoći nadalje. ustvari one će im skratiti sreću, zdravlje. Neće ih potpuno ispuniti i neće im pomoći kod nekih problema.***

*Baviti se sportom, družiti se s dobrim prijateljima, više provoditi vrijeme u prirodi.*

*Trebalo bi ići na nekakav izlet, u neke ustanove u kojima bi nam rekli i na primjerima pokazali koje su opasnosti svih ovisnosti pogotovo za mlade.*

*Povećati kontrolu kupnje nedozvoljenih sredstava i mjesta gdje se mladi okupljaju.*

*Edukacija – ako ne djeluje edukacija, to se kritično stanje mora doživjeti da se nauči štetnost. Ali najprije odgoj od rane mladosti.*

*Neke sportske aktivnosti organizirane u sklopu škole.*

*Razne grupe koje potiču mlade za bolji život gdje se pokazuje kako droge, pušenje i alkohol štetno djeluju na zdravlje i koje su posljedice toga.*

*Moje mišljenje o tome je da sva ta ovisnost (alkohol, cigarete i drugo) budu nedostupni mladima ili pak da ti proizvodi budu jako skupi tako da mladež ne može doći do toga jer je to jedino moguće rješenje jer u dućanima, kafićima i kioscima jesu zabrane i one postoje ali svejedno to nije dovoljno jer prodavači i konobari svejedno daju. Pa zato se ja zalažem da ta "ovisnost" bude dovoljno skupa da mladi a i stariji ne bi mogli do tih proizvoda.*

*Najbolja prevencija je informiranje mladih, te njihovo poticanje na zdrav način života. Jer rizično ponašanje počinje u sve ranijoj dobi, a to je pokazatelj neinformiranosti kod mladih i djece.*

*Najvažnija je roditeljska odgovornost i dopuštanje djetetu određene stvari, a određene ne.*

***Najbolje je to što se u školama provodi sve više radionica u kojima se govori protiv ovisnosti!***

*Više druženja s prijateljima koje volimo, s kojima volimo provoditi vrijeme, napraviti grupu koja će to spriječiti (tj. prikazati koje su posljedice ovisnosti), pa će se tda možda učenici predomisli i neće htjeti biti ovisni.*

*Edukacija o štetnosti ovisnosti i otvoreni razgovor, primjeri iz svakodnevnog života.*

*Drogu, alkohol, pušenje možemo spriječiti dobrim odgojem i važna je podrška obitelji.*

*Ja bih podijelila neke letke ili slike onih ljudi koji puše, piju i drogiraju se da bi vidjeli kako će izgledati i da neće biti dobrog zdravlja.*

*Bavljenje sportom, više vremena treba provoditi sa obitelji.*

*Baviti se sportom, glazbom i drugim aktivnostima. jesti zdravu hranu i paziti na svoje zdravlje. Pokazati ovisnicima kako im to šteti i nije im potrebno.*

*Primjer roditelja i programi u školi.*

*Više edukativnih filmova.*

*Predavanje, čitanje članaka, izrada plakata, susret s liječnikom, susret s osobama koje su ovisnici.*

*Razgovor s roditeljima i učiteljima.*

*Predavanje, susret s ovisnicima, čitanje članaka, susret s liječnikom.*

*Probala bih porazgovarati s djetetom i otkriti koji su uzroci da je dijete počelo piti, pušiti ili se drogirati.*

*Da se više održavaju druženja s roditeljima, više da smo s obitelji i prijateljima.*

*Roditeljska briga i mislim da bi onda mladi stekli više samopouzdanja i to im onda ne bi trebalo, pđnpsno ne bi se okretali ovisnostima.*

*Roditelji bi trebali više kontrolirati svoju djecu što rade i trebali bi saznati koji je njihov odnos prema onima koji piju i puše.*

*Roditelji se više moraju brinuti za svoju djecu, ako ih zateknu kako puše ili piju neka im daju zabranu ili im oduzeti neku stvar koju oni vole (mobitel ili slično).*

*Roditeljska briga trebaju stalno imati nešto za raditi ili razmišljati, kako ne bi imali vremena za te glupe stvari.*

*Predavanja u školi, reklame na TV, plakati.*

*Morala bi biti veća kontrola roditelja.*

*Otvaranje klubova za mlade, planinarenje, izvanškolske aktivnosti, predavanja.*

*Roditelji bi nas trebali više kontrolirati.*

***Treba imati svoj stav o tome i njega se držati. Nekima treba malo više razgovora o tome, posljedicama, štetnosti, itd.***

*Ja mislim da roditelji djeci ne bi smjeli dozvoliti drogu, alkohol i pušenje. Ne smijemo se družiti s ovisnicima i ne se bojati reći NE.*

*Najbolje je baviti se sportom.*

## 4/ ZAKLJUČAK



Tijekom svog odrastanja djeca i mladi susreću se s brojnim preprekama i problemima, a sredstva ovisnosti, pogotovo cigarete i alkohol samo su neka od brojnih iskušenja kojima su izloženi.

Istraživanje koje smo proveli potvrdilo je spoznaju da se s dobi povećava učestalost korištenja alkohola i cigareta, a dob u kojoj se eksperimentiranje započinje sve je niža i niža.

Dobro funkcioniranje obitelji pokazuje se kao izuzetno važan zaštitni čimbenik u prevenciji ovisničkih ponašanja, naime pokazalo se da je među djecom koja su sklona konzumiranju alkohola i pušenju zastupljen veći broj onih koji odrastaju u obitelji s manje čvrstim vezama. Nedostatna i neiskrena obiteljska komunikacija, nedostatak zajedništva u obitelji i nedovoljno provođenje slobodnog vremena zajedno, rezultiraju bijegom u razna devijantna ponašanja od kojih su pijenje alkohola i pušenje često samo početak. Iako u adolescenciji i nužno slabe utjecaji i kontrola roditelja, a pojačavaju se utjecaji vršnjaka, dobrim i kontinuiranim odgojem u obitelji i kvalitetnom komunikacijom s djecom u dobi prije adolescencije, uspjeh će im se ugraditi samokontrolni mehanizmi, što će im pomoći u snalaženju u tzv. rizičnim situacijama kad njihovi vršnjaci vrše negativan pritisak .

Neizostavna je uloga škole u provođenju edukacije o štetnosti sredstava ovisnosti kao i uključivanje šire društvene zajednice u rješavanje problema provedbom zakonskih odredbi o zabrani prodaje alkohola i cigareta maloljetnicima, te drugih mjera u smanjenju dostupnosti sredstava ovisnosti.

Neophodan je zaokret u pristupu i jedan novi, moderniji način rješavanja problema u kojem će uz pomoć stručnjaka raznih profila mladi i njihovi roditelji imati aktivnu ulogu.

Uz potporu Ministarstva zdravstva i socijalne skrbi nastaviti ćemo provođenje projekta vršnjačke edukacije te edukacije roditelja i učitelja o ovisnostima i time

doprinijeti smanjenju negativnih trendova porasta zlouporabe alkohola i cigareta u mladih Međimurske županije.

## BILJEŠKE

---

---

---

---

---

---

---

---

## BILJEŠKE

---

---

---

---

---

---

---

---

## BILJEŠKE

---

---

---

---

---

---

---

---

## BILJEŠKE

---

---

---

---

---

---

---

---

## BILJEŠKE

---

---

---

---

---

---

---

---

## BILJEŠKE

---

---

---

---

---

---

---

---

# O PUBLIKACIJI

IZVJEŠTAJ PROJEKTA: ZAJEDNO – projekt edukacije o ovisnostima u osnovnim školama Međimurske županije

NOSITELJ PROJEKTA: Autonomni centar – ACT, Čakovec

PARTNERI NA PROJEKTU: Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije, Savez klubova liječenih alkoholičara Međimurske županije, Osnovna škola Domašinec, Osnovna škola Donja Dubrava i Osnovna škola Kuršanec

PODRUČJE PROVEDBE PROJEKTA: Međimurska županija

POČETAK I ZAVRŠETAK PROVEDBE PROJEKTA: 01. rujna 2008. - 15. srpnja 2009.

U PROVEDBI PROJEKTA SUDJELOVALI SU: Jasmina Kartalović, voditeljica projekta / Diana Uvodić-Đurić, dr.med., specijalista školske medicine, Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije / Narcisa Slugan, dr.med., specijalista školske medicine, Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije / Zrinka Zvornik-Legen, dr.med., specijalista školske medicine, Zavod za javno zdravstvo Međimurske županije / Andreja Zadravec-Baranašić, dipl. soc. pedagog, Voditeljica Školskih preventivnih programa / Sanja Zadravec, dipl. iur., predsjednica Prekršajnog suda u Prelogu / Zdravko Kolarić, Policijska uprava Prelog / Spomenka Zanjko, Prekršajni sud u Čakovcu / Mihaela Martinčić, prof. pedagoginja OŠ Donja Dubrava / Jasenka Đurić, psihologinja prof., OŠ Domašinec / Koraljka Bendelja, prof. pedagoginja OŠ Kuršanec / Mira Paić prof. pedagoginja, OŠ Nedelišće / Martina Katar, psihologinja prof., OŠ Kotoriba / Dubravka Kečkeš – Štimac, pedagoginja prof., I. OŠ Čakovec / Miljenka Župan, prof. pedagoginja OŠ Mursko Središće / Ivana Bene, prof. pedagoginja OŠ Prelog / Josip Špicar - volonter ACT-a / Ivana Jalšovec / Martina Subotić / Srebrenka Puklavec-Trstenjak / Filip Tratnjak

**AUTONOMNI CENTAR - ACT**  
SVIBANJ 2009.