

Diagnoza w zakresie lokalnych problemów społecznych wśród uczniów suwalskich szkół 2022



Spis treści

1. Wprowadzenie	5
1.1 Używane pojęcia i terminy	5
1.2 O diagnozowaniu problemów społecznych	7
1.3 Cele prezentowanej diagnozy	10
2. Charakterystyka społeczności lokalnej w Mieście Suwałki	11
2.1 Struktura demograficzna	11
2.2 Warunki życia mieszkańców	13
2.3 Infrastruktura społeczna	15
2.4 Działania o charakterze profilaktycznym i prospołecznym na terenie Suwałk	18
2.4.1 Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki na lata 2016–2025	19
2.4.2 Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Suwałkach na lata 2022-2024	21
2.4.3 Miejski Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar Przemocy w Rodzinie w Suwałkach na lata 2022 -2026	23
2.4.4 Miejski Program Wspierania Rodziny i Rozwoju Pieczy Zastępczej w Mieście Suwałki na lata 2022-2024	24
3. Metodologia diagnozy w zakresie lokalnych problemów społecznych wśród uczniów suwalskich szkół	25
3.1 Metody i narzędzia badawcze	25
3.1.1 Trudności diagnostyczne i przyjęte rozwiązania metodologiczne	27
3.2 Charakterystyka badanej grupy	29
3.2.1 Uczniowie szkół podstawowych	29
3.2.2 Uczniowie szkół ponadpodstawowych	33
3.2.3 Kadra pedagogiczna	38
3.2.4 Rodzice uczniów lokalnych szkół	40
3.3 Procedury badawcze i przebieg badań	42
4. Występowanie problemów społecznych w suwalskich szkołach	43
4.1 Przemoc	43
4.1.1 Przemoc domowa	43
4.1.2 Przemoc szkolna i cyberprzemoc	52
4.2 Używanie substancji psychoaktywnych	61

4.2.1 Alkohol	61
4.2.2 Nikotyna	68
4.2.3 Narkotyki i dopalacze	71
4.2.4 Energetyki	74
4.2.5 Leki	75
4.3 Zagrożenia behawioralne	77
4.3.1 Hazard	77
4.3.2 Korzystanie z Internetu i kontakt z pornografią	81
4.3.3 Granie w gry	88
4.3.4 Zakupoholizm	95
4.3.5 Uzależnienie od ćwiczeń fizycznych	98
4.3.6 Ortoreksja – nadmierna koncentracja na zdrowym odżywianiu	102
4.3.7 Tanoreksja – uzależnienie od opalania się	106
5. Profilaktyka uzależnień	108
5.1 Podstawowe informacje na temat profilaktyki uzależnień	108
5.1.1 Wiodące strategie profilaktyczne	108
5.1.2 Poziomy profilaktyki	109
5.1.2.1 Profilaktyka uniwersalna	109
5.1.2.2 Profilaktyka selektywna	110
5.1.2.3 Profilaktyka wskazująca	110
5.1.3 Koncepcja czynników ryzyka i czynników chroniących	110
5.2 Profilaktyka uzależnień w suwalskich szkołach	111
5.2.1 Ocena dotychczasowych działań w zakresie profilaktyki	111
5.2.2 Zapotrzebowanie na programy profilaktyczne	121
5.2.3 Czynniki chroniące i czynniki ryzyka wśród suwalskich uczniów	130
5.2.3.1 Stres	130
5.2.3.2 Zainteresowania	131
5.2.3.3 Klimat szkoły	134
5.2.3.4 Relacje z rodzicami i rówieśnikami	138
5.2.3.5 Dostępność alkoholu i narkotyków w środowisku lokalnym	139
6. Podsumowanie i wnioski	143

6.1 Porównanie wyników uzyskanych w sondażu społecznym z wynikami uzyskanymi w Diagnozie Problemów Społecznych na Terenie Szkół Podstawowych i Średnich w Suwałkach w 2019 r.	150
6.1.1 Formy spędzania wolnego czasu	151
6.1.2 Przemoc szkolna i cyberprzemoc	151
6.1.3 Alkohol	153
6.1.4 Nikotyna	156
6.1.5 Narkotyki	158
6.1.6 Dostępność używek wśród nieletnich	158
6.2 Analiza SWOT	160
7. Rekomendacje działań naprawczych	162
7.1 Dostępność substancji psychoaktywnych – ograniczenie dostępności alkoholu	163
7.1.1 Badania typu „Tajemniczy klient” w punktach sprzedaży alkoholu	163
7.1.2 Kontrole punktów sprzedaży alkoholu	166
7.2 Dostępność substancji psychoaktywnych – ograniczenie dostępności narkotyków	168
7.2.1 Szkolenia dla policji, sędziów i prokuratorów	168
7.2.2 Fred goes net	169
7.3 Rekomendacje w zakresie zagrożeń behawioralnych	171
7.4 Szkolne Programy Wychowawczo-Profilaktyczne	172
7.5 Rekomendacje w zakresie przemocy domowej	175
7.5.1 Procedura „Niebieskich Kart”	175
7.5.2 Indywidualne plany pomocy - „Niebieska Karta C”	176
Aneks	178
Aktualna lista programów rekomendowanych przez KCPU	178

„Prawdziwa wiedza to znajomość przyczyn” – **Arystoteles**

1. Wprowadzenie

1.1 Używane pojęcia i terminy

Niniejszy dokument jest opracowaniem, opisującym społeczne uwarunkowania społeczności szkolnej w placówkach oświatowych na terenie Miasta Suwałki, w tym zapotrzebowanie na działania wychowawcze i profilaktyczne w szkołach. Szczegółowa analiza pozwala na określenie kierunków działań związanych z rozwiązywaniem problemów społecznych w lokalnych szkołach na terenie Miasta.

W celu przybliżenia zarówno zastosowanej procedury badawczej, jak i najważniejszych ustaleń diagnozy, poniżej prezentujemy zestawienie najważniejszych pojęć i terminów naukowych, które zostały wykorzystane w niniejszym raporcie.

BADANIE ŹRÓDEŁ ZASTANYCH (DESK RESEARCH) – technika badań jakościowych i czasem ilościowych polegająca na przeszukaniu i interpretacji istniejących źródeł wiedzy na badany temat (dokumentów, mediów, literatury przedmiotu itp.). W niniejszej diagnozie źródłem tego typu danych były przede wszystkim dane pozyskane z Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie, Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Policji.

METODY BADAWCZE – narzędzia psychologiczne służące do zbierania informacji na podstawie których można scharakteryzować badane zjawisko lub obiekt badań.

SONDAŻ (BADANIE SONDAŻOWE) - jest to metoda badawcza służąca zazwyczaj do badania danej populacji, której nie da się obserwować bezpośrednio. Polega na przebadaniu wyselekcjonowanej z populacji mniejszej próby respondentów, przy pomocy kwestionariusza lub ankiety.

PAPI (Paper And Pen Personal Interview) – klasyczna metoda badawcza powszechnie nazywana „papier i ołówek”. Uprzednio przeszkolony ankieter zostaje wyposażony w papierową wersję ankiety, a następnie realizuje w terenie wywiady z respondentami.

CAWI (Computer-Assisted Web Interview) – wspomagany komputerowo wywiad przy pomocy strony internetowej – technika zbierania informacji w badaniach rynku i opinii publicznej, w której respondent jest proszony o wypełnienie ankiety w formie elektronicznej.

BADANIA (METODY) JAKOŚCIOWE – badania, które koncentrują się na wnikliwszej analizie danego zjawiska. W badaniach jakościowych nie wykorzystuje się pomiaru ilościowego (jak w badaniach ilościowych) lecz stosuje się techniki, które mają na celu wydobyć wiedzę od badanych osób.

UZAŁĘŻNIENIE – nabyty stan zaburzenia zdrowia psychicznego i fizycznego, który charakteryzuje się okresowym lub stałym przymusem wykonywania określonej czynności lub zażywania psychoaktywnej substancji chemicznej. Zgodnie z obowiązującą w Polsce Międzynarodową Klasyfikacją Chorób i Problemów Zdrowotnych ICD-10 uzależnienie rozpoznaje się, jeśli trzy lub więcej z następujących objawów występowało łącznie przez co najmniej 1 miesiąc lub występowało w sposób powtarzający się w okresie 12 miesięcy:

- silne pragnienie lub poczucie przymusu użycia,
- upośledzenie kontroli nad zachowaniem związanym z używaniem, tj. nad jego rozpoczynaniem, kończeniem oraz poziomem użycia,
- fizjologiczne objawy stanu abstynencyjnego pojawiające się, gdy użycie jest ograniczane lub przerywane,
- wzrost tolerancji tj. konieczność przyjmowania istotnie wzrastających ilości substancji, w celu osiągnięcia pożądanego efektu,
- silne pochłonięcie sprawą używania przejawiające się istotną zmianą dotychczasowych zamiłowań i zainteresowań porzucanych lub ograniczanych z powodu używania,
- uporczywe używanie, pomimo oczywistych dowodów występowania szkodliwych następstw, choć charakter i rozmiar szkód są już danej osobie znane.

ZAGROŻENIA BEHAWIORALNE - zachowania niosące ryzyko negatywnych konsekwencji, zarówno dla zdrowia fizycznego i psychicznego jednostki, jak i dla jej otoczenia społecznego, które mogą prowadzić do uzależnień czynnościowych (związanych z zachowaniami, a nie substancjami), tj hazard, korzystanie z Internetu, granie w gry, zakupoholizm, pracoholizm; uzależnienie od ćwiczeń fizycznych, opalania się czy patologiczna koncentracja na spożywaniu zdrowego jedzenia.

PROBLEM SPOŁECZNY – to zaobserwowane lub spodziewane (potencjalne) zjawisko społeczne – stan, proces lub układ warunków – które uznano za niekorzystne, wywołujące pośrednio lub bezpośrednio straty finansowe i wymagające interwencji: przeciwdziałania, redukcji szkód lub rozwinięcia równoważących je potencjałów.

KWESTIA SPOŁECZNA – bariera w społeczeństwie, które utrudnia prawidłowe funkcjonowanie oraz osiągnięcie optymalnego rozwoju i realizacji potrzeb. Ma charakter masowy i szczególnie dotkliwe skutki społeczne. Bardzo często diagnozy problemów społecznych służą zidentyfikowaniu kwestii społecznych lub są ukierunkowane na zbadanie kwestii, które zostały już wcześniej rozpoznane.

NORMY SPOŁECZNE – przyjęte w danej społeczności względnie trwałe wzorce akceptowalnego społecznie funkcjonowania. To zbiory nieformalnych reguł

określających, co jest, a co nie jest akceptowane w danej społeczności. To także oczekiwane społecznie wzorce funkcjonowania poszczególnych grup i jednostek.

SP – uczniowie suwalskich szkół podstawowych.

SPP – uczniowie suwalskich szkół ponadpodstawowych.

1.2 O diagnozowaniu problemów społecznych

Diagnoza problemów społecznych jest sposobem aktywnego poszukiwania i dostarczania aktualnych informacji dotyczących społeczności lokalnej. Właściwe rozpoznanie sytuacji jest podstawą do podjęcia działań służących rozwiązywaniu problemów społecznych, a co za tym idzie – lepszemu zaspokajaniu potrzeb i poprawie jakości życia. Jest to narzędzie wyodrębniające kluczowe kwestie społeczne, dzięki któremu pozyskuje się wiedzę dotyczącą stanu badanej grupy oraz głównych potrzeb i kierunków zmian.

Diagnoza społeczna zawsze bezpośrednio lub pośrednio odnosi się do stanu i sposobu zaspokajania potrzeb społecznych. Wiedza, której dostarcza diagnoza, pozwala w sposób adekwatny do realiów zaplanować i wdrożyć działania służące członkom społeczności lokalnej, a także optymalnie i efektywnie wykorzystać do tego posiadane zasoby finansowe, instytucjonalne i ludzkie.

Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych podkreśla (teraz KCPU), że niezwykle istotnym zadaniem samorządów jest tworzenie kompleksowych diagnoz sytuacji rodzinnej, ukierunkowanych na poznanie zarówno problemów rodziny, jako całości, jak też poszczególnych jej członków.¹ Jednym z elementów diagnozowania sytuacji rodzinnej jest sprawdzanie natężenia problemów. Pamiętać należy jednak, że nawet poziom używania substancji psychoaktywnych nie musi być związany z polityką wobec alkoholu czy narkotyków. Jest to problem uzależniony od wielu zmiennych, takich jak np. poziomu rozwarstwienia społecznego, sytuacji gospodarczej kraju, poziomu stresu wśród mieszkańców danej miejscowości.²

Diagnozy i ewaluacje powinny przede wszystkim dotyczyć nie tylko szczegółowego określenia rozmiaru danego problemu społecznego, ale jak najdokładniejszego zobrazowania poziomu dostępności do potrzebnych usług specjalistycznych i społecznych, np. wsparcia dla rodzin. Dostępność należy rozumieć nie tylko jako

¹ Zespół Redaktorów i Recenzentów, *Rekomendacje do realizowania i finansowania gminnych programów profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych w 2021 roku*, Warszawa 2020.

² T. Schimanek, *Diagnozowanie problemów społecznych*, Warszawa 2015.

fizyczny poziom usługi, lecz również jako poziom możliwości skorzystania z danej usługi.³

Tradycyjne podejście do diagnozowania problemów społecznych polega na ocenie stanu zaspokojenia potrzeb i zidentyfikowaniu czynników uniemożliwiających ich zaspokajanie. Obecnie coraz powszechniej diagnoza problemów społecznych obejmuje także analizę możliwości zaspokajania potrzeb społecznych, bo tu właśnie często mogą tkwić przyczyny problemów.⁴

Diagnoza i monitoring problemów społecznych są niezbędne do tego, aby prowadzić skuteczne i użyteczne działania służące ich rozwiązywaniu. To jest główny cel diagnozowania i monitorowania, ale warto zwrócić uwagę również na szczegółowe cele, które można osiągnąć dzięki ich prowadzeniu. Diagnoza problemów społecznych służy identyfikacji:

- problemów „ukrytych”,
- przyczyn i skutków problemów,
- skali i zakresu problemów oraz grup społecznych, których problemy dotyczą,
- problemów społecznych w danym układzie geograficznym lub administracyjnym (na przykład wieś – gmina czy miasto – powiat).

Przeprowadzenie rzetelnej diagnozy problemów społecznych jest czynnikiem zwiększającym wiarygodność i zaufanie społeczne do proponowanych działań, które służą rozwiązywaniu problemów i instytucji je realizujących.⁵

Zgodnie z założeniami badania problemów społecznych opracowanie diagnozy wiąże się również ze stworzeniem listy rekomendacji na dalsze działania profilaktyczne i prewencyjne dla danej społeczności. Pierwszym z kryteriów tworzenia zaleceń jest dostosowanie się do lokalnych potrzeb i metod pracy – odgórne narzucanie rozwiązań niedostosowanych do danej populacji, zazwyczaj prowadzi do nieefektywnych działań oraz marnowania środków finansowych.

Kolejnym istotnym kryterium diagnozowania i rekomendacji jest postulat sprawdzonej skuteczności lub przyjmowania działań, które w podobnych gminach/miastach okazały się być dobrymi praktykami, rozwiązującymi zastane tam w trakcie badań (najczęściej rewitalizacyjnych) problemy.

³ Gorzowski, Ramowy Miejski Program Przeciwdziałania Uzależnieniom na lata 2017-2020.

⁴ T. Schimanek, dz. cyt., s.3-5.

⁵ Tamże.

„We współczesnym świecie wszyscy odpowiadający za wprowadzanie różnego typu programów wychowawczych czy edukacyjnych muszą wybierać z olbrzymiej ilości proponowanych działań i projektów. Ich twórcy starają się uczynić swoje propozycje jak najbardziej atrakcyjnymi, dlatego bez podstawowej wiedzy o metodach ewaluacji projektów, często bardzo trudno jest odróżnić propozycje skutecznych i sprawdzonych projektów od tych, które mają skuteczny marketing. Podobnie niezwykle trudne jest obiektywne ocenianie działań, które stosuje się tradycyjnie od lat i uznaje za skuteczne na podstawie przyzwyczajenia. Ten drugi sposób myślenia jest bardzo widoczny w działaniach podejmowanych pod szyldem profilaktyki uzależnień – takich, jak Dzień Sportu czy konkurs plastyczny o uzależnieniach.”⁶

Instytucje odpowiedzialne za kształtowanie polityki w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom, tj. Ministerstwo Zdrowia i Ministerstwo Edukacji Narodowej, a także koordynujące (i rekomendujące) działania w tym obszarze – Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom (KCPU, dawniej PARPA i KBPN), Ośrodek Rozwoju Edukacji (ORE) oraz Instytut Psychiatrii i Neurologii (IPiN) wprowadziły wymóg stosowania w profilaktyce wyłącznie projektów o potwierdzonej naukowo skuteczności.

Wymóg ten wydaje się być jak najbardziej zasadny. Jesteśmy przekonani, że jego efektywne wdrażanie przyniesie poprawę skuteczności profilaktyki. Jednocześnie nadal jest tak, że wybór pomiędzy programami, które posiadają dostatecznie udowodnioną skuteczność naukowo, a tymi, które używają tego określenia w celach reklamowych może być trudny. Co więcej, w tym momencie zaledwie jeden program w tzw. Bazie Programów Rekomendowanych, tj. „Fantastyczne Możliwości” posiada rekomendację na najwyższym poziomie, a dodatkowo nie uwzględnia ona faktu, że program w ostatnich latach uległ istotnym zmianom). Pozostałe natomiast albo są jedynie „obietujące”, albo zostały uznane za „dobrą praktykę”, nie spełniając jednocześnie rygorystycznych wymagań pozwalających uznać je za programy skuteczne. Wybór ten wymaga posiadania wiedzy na temat ewaluacji oraz tego, czym jest skuteczność potwierdzona naukowo.

Rozszerzenie tak sformułowanej definicji na inne obszary profilaktyki społecznej jest możliwe tylko w takich dziedzinach, w których istnieje oficjalna baza programów rekomendowanych przez wiarygodne instytucje, a więc w praktyce w bardzo nielicznych obszarach polityki społecznej.

Z tego powodu w niniejszym opracowaniu zaproponowano zastąpienie pojęcia rozwiązania o potwierdzonej skuteczności pojęciem rozwiązania o potwierdzonej wiarygodności, przy czym „potwierdzoną wiarygodność” rozumiemy jako istniejące

⁶ K. Ostaszewski, Profilaktyka problemowa i promocja zdrowia psychicznego. Quo vadis profilaktyko?, Warszawa 2014.

rozwiązanie o potwierdzonej skuteczności w rozumieniu analogicznym do kryteriów KCPU, ORE i IPiN dla programów profilaktyki uzależnień, a w przypadku braku takiego rozwiązania w danej dziedzinie – istniejące lub projektowane rozwiązanie oparte na wiedzy naukowej, udokumentowanych dobrych praktykach innych gmin i poparte rekomendacją uznanych specjalistów z danego obszaru wiedzy, jako rozwiązanie dobrze rokujące.⁷

1.3 Cele prezentowanej diagnozy

Niniejsze opracowanie ma na celu prezentację wyników badań sondażowych przeprowadzonych w szkołach na terenie Miasta Suwałki. Poniższa diagnoza opisuje zarówno rodzaj, jak i skalę występowania określonych problemów społecznych oraz wskazuje na znaczące kwestie społeczne i potrzeby szkolnych placówek. Pozwala to na ukierunkowanie i zaplanowanie działań mających na celu rozwiązanie występujących aktualnie problemów w lokalnych szkołach. Jako najistotniejsze kwestie w obszarze profilaktyki społecznej, które powinny zostać poddane szczegółowym badaniom i analizom w oparciu o rekomendacje ORE⁸, uznane zostały między innymi:

- Zaangażowanie w zachowania ryzykowne:
 - Używanie substancji psychoaktywnych (tytoń, alkohol, leki, przetwory konopne, napoje energetyzujące);
 - Agresja i przemoc;
 - Problematyczne używanie Internetu;
 - Uzależnienia behawioralne;
- Klimat szkolny;
- Czynniki chroniące:
 - Rodzinne czynniki chroniące (w tym zaufanie do rodziców);
 - Postrzeganie wsparcia i jakości relacji w klasie/szkole;
 - Czynniki chroniące związane z postawami nauczycieli;
- Czynniki chroniące związane z postawą uczniów wobec szkoły i nauczycieli (w tym postawa wobec szkoły i obowiązków szkolnych, aspiracje edukacyjne);
- Czynniki ryzyka:
 - Rodzinne czynniki ryzyka;
 - Czynniki ryzyka związane ze szkołą i wynikami w nauce szkolnej;
 - Czynniki ryzyka związane z rówieśnikami;
 - Indywidualne czynniki ryzyka.

⁷ Na podstawie *Projektu Słupskiej Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych na lata 2019 – 2025+ ze szczególnym uwzględnieniem obszaru rewitalizacji – POLITYKA SPOŁECZNA SŁUPSK 2025+.*

⁸ Podstawy teoretyczne i narzędzia do badania zapotrzebowania na działania wychowawcze i profilaktyczne w szkołach, www.ore.edu.pl.

2. Charakterystyka społeczności lokalnej w Mieście Suwałki⁹

2.1 Struktura demograficzna



Miasto Suwałki to miasto na prawach powiatu leżące w północno-wschodniej Polsce. Jest siedzibą gminy miejskiej Suwałki. Jest drugim co do wielkości miastem województwa podlaskiego i centralnym punktem Suwalszczyzny. Miasto leży nad rzeką Czarną Hańczą, w pobliżu granic z Litwą, Rosją (Obwodem Kaliningradzkim) i Białorusią. Miasto stanowi doskonałą bazę wypadową do wszystkich najpiękniejszych zakątków Suwalszczyzny i wschodnich Mazur ze względu na bezpośrednie sąsiedztwo Wigierskiego Parku Narodowego i Suwalskiego Parku Krajobrazowego.



Położenie Miasta Suwałki

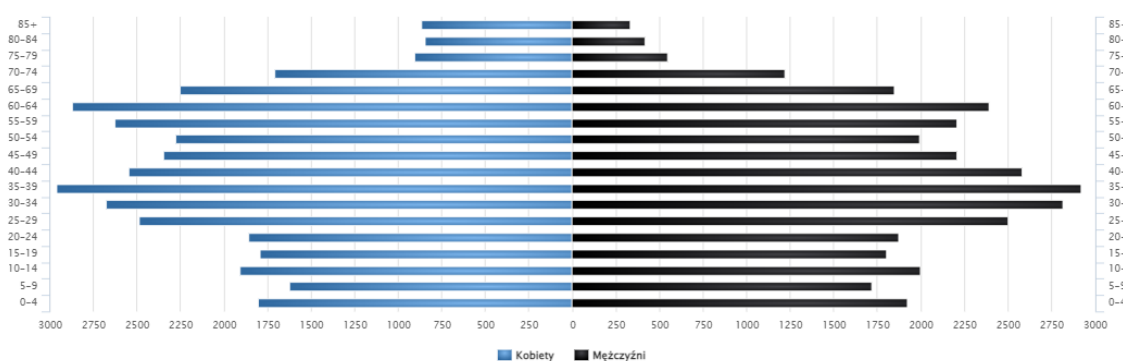
Suwałki są niewielkim miastem z liczbą mieszkańców wynoszącą 69 206, z czego 52,2% stanowią kobiety, a 47,8% mężczyźni. W latach 2002-2021 liczba mieszkańców wzrosła o 0,8%. Natomiast Gminę Suwałki zamieszkuje 7 849 mieszkańców, czyli 21,8% ludności powiatu. Gmina stanowi 20,2% powierzchni powiatu.

⁹ Źródło danych: GUS oraz www.polskawliczbach.pl, dostęp: 01.06.2022 r.



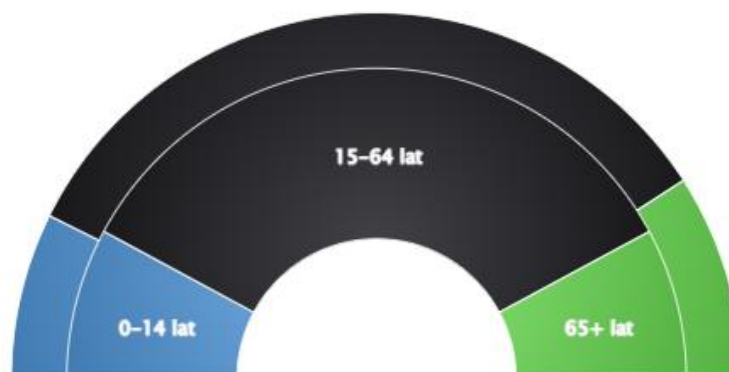
Populacja Miasta Suwałki w latach 1995-2021

Średni wiek mieszkańców Miasta wynosi 40,8 lat i jest nieznacznie mniejszy od średniego wieku mieszkańców województwa podlaskiego oraz porównywalny do średniego wieku mieszkańców całej Polski. Prognozowana liczba mieszkańców Suwałk w 2050 roku wynosi 58 339, z czego 30 659 to kobiety, a 27 680 mężczyźni. Suwałki mają ujemny przyrost naturalny wynoszący - 42. Odpowiada to przyrostowi naturalnemu - 0,60 na 1000 mieszkańców Suwałk.



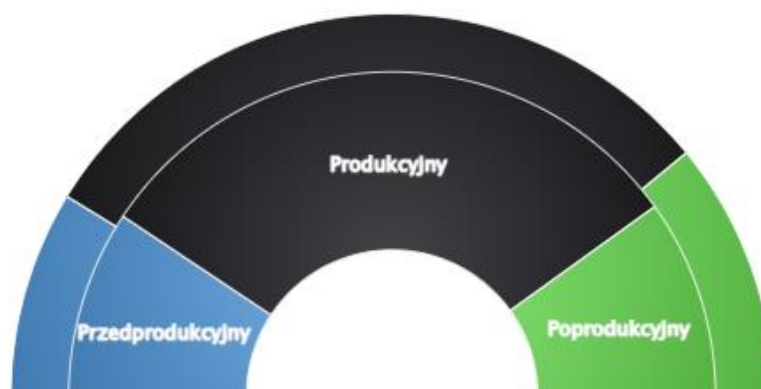
Wiek mieszkańców w Mieście Suwałki

Mieszkańcy Suwałk zawarli w 2020 roku 259 małżeństw, co odpowiada 3,7 małżeństwom na 1000 mieszkańców. Jest to wartość porównywalna do wartości dla województwa podlaskiego oraz wartość porównywalna do wartości dla Polski. W tym samym okresie odnotowano 2,1 rozwodów przypadających na 1000 mieszkańców. Jest to znacznie więcej od wartości dla województwa podlaskiego oraz znacznie więcej od wartości dla kraju. 29,9% mieszkańców Suwałk jest stanu wolnego, 53,6% żyje w małżeństwie, 6,1% mieszkańców jest po rozwodzie, a 8,0% to wdowy/wdowcy.

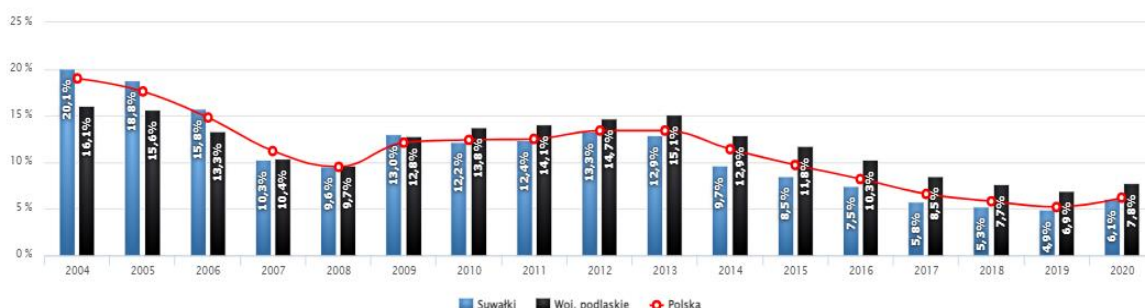
*Biologiczne grupy wieku*

2.2 Warunki życia mieszkańców

W 2020 roku zarejestrowano 587 zameldowań w ruchu wewnętrznym oraz 645 wymeldowań, w wyniku czego saldo migracji wewnętrznych wynosi dla Suwałk - 58. W tym samym roku 27 osób zameldowało się z zagranicy oraz zarejestrowano 10 wymeldowań za granicę - daje to saldo migracji zagranicznych wynoszące 17. 61,5% mieszkańców Suwałk jest w wieku produkcyjnym, 18,7% w wieku przedprodukcyjnym, a 19,8% mieszkańców jest w wieku poprodukcyjnym.

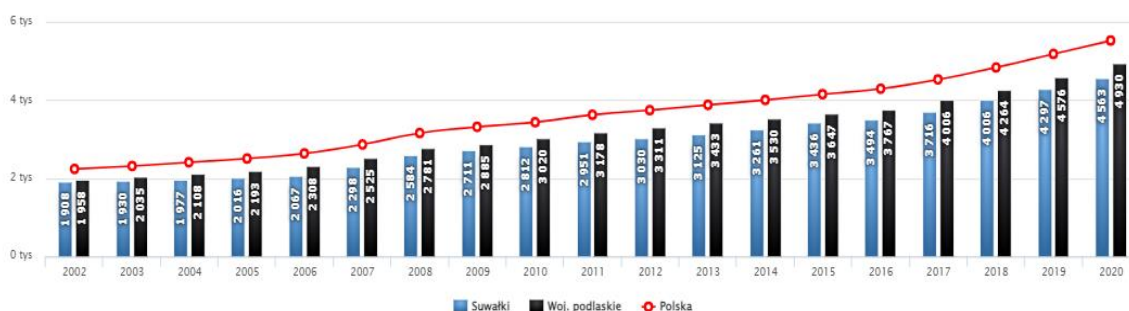
*Produkcyjne grupy wieku*

Bezrobocie rejestrowane w Suwałkach wynosiło w 2020 roku 6,1% (6,8% wśród kobiet i 5,5% wśród mężczyzn). Jest to znacznie mniej od stopy bezrobocia rejestrowanego dla województwa podlaskiego oraz wartość porównywalna do stopy bezrobocia rejestrowanego dla całej Polski. W Suwałkach na 1000 mieszkańców pracuje 287 osób.¹⁰ Jest to znacznie więcej od wartości dla województwa podlaskiego oraz znacznie więcej od wartości dla Polski. 50,8% wszystkich pracujących ogółem stanowią kobiety, a 49,2% mężczyźni.



Szacunkowa stopa bezrobocia rejestrowana w Mieście Suwałki w latach 2004-2020

W 2020 roku przeciętne miesięczne wynagrodzenie brutto w Suwałkach wynosiło 4 562,69 PLN, co odpowiada 82,60% przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia brutto w Polsce. Wśród aktywnych zawodowo mieszkańców Suwałk 1 093 osób wyjeżdża do pracy do innych miast, a 1 386 pracujących przyjeżdża do pracy spoza gminy - tak więc saldo przyjazdów i wyjazdów do pracy wynosi 293.

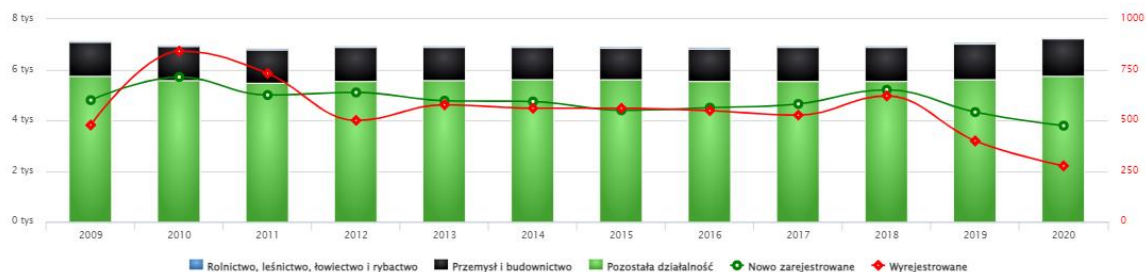


Przeciętne miesięczne wynagrodzenie w Mieście Suwałki w latach 2002-2020

5,0% aktywnych zawodowo mieszkańców Suwałk pracuje w sektorze rolniczym (rolnictwo, leśnictwo, łowiectwo i rybactwo), 35,1% w przemyśle i budownictwie, a 20,8% w sektorze usługowym (handel, naprawa pojazdów, transport, zakwaterowanie

¹⁰ Stopa bezrobocia zdefiniowana jako stosunek liczby zarejestrowanych bezrobotnych do liczby ludności aktywnej ekonomicznie (zasobu siły roboczej danej populacji).

i gastronomia, informacja i komunikacja) oraz 3,3% pracuje w sektorze finansowym (działalność finansowa i ubezpieczeniowa, obsługa rynku nieruchomości).



Podmioty gospodarki narodowej wpisane do rejestru REGON w latach 2009-2020

2.3 Infrastruktura społeczna

Na terenie Miasta Suwałki funkcjonują następujące publiczne instytucje edukacyjne i ośrodki kultury:

➤ Placówki oświatowe:

○ Przedszkola:

- Przedszkole nr 1 w Suwałkach,
- Przedszkole nr 2 w Suwałkach,
- Przedszkole nr 3 im. Ojca Świętego Jana Pawła II w Suwałkach,
- Przedszkole nr 4 z Oddziałem Integracyjnym w Suwałkach,
- Przedszkole nr 5 z Oddziałem Integracyjnym w Suwałkach,
- Przedszkole nr 6 w Suwałkach,
- Przedszkole nr 7 w Suwałkach,
- Przedszkole nr 8 z Oddziałami Integracyjnymi w Suwałkach,
- Przedszkole nr 10 im. Marii Konopnickiej w Suwałkach,

○ Szkoły podstawowe:

- Szkoła Podstawowa nr 2 z Oddziałami Dwujęzycznymi im. A. Piłsudskiej w Suwałkach,

- Szkoła Podstawowa nr 4 im. ks. K. A. Hamerszmity w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 5 im. A. Wierusz-Kowalskiego w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 6 im. A. Kujałowicz w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 7 im. św. Jana Pawła II w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi im. Olimpijczyków Polskich w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 9 im. W. Puchalskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 2 w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 11 z Oddziałami Integracyjnymi im. gen. bryg. pil. W. Urbanowicza w Suwałkach,
- Szkoły ponadpodstawowe:
 - I Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. M. Konopnickiej w Suwałkach,
 - II Liceum Ogólnokształcące im. gen. Z. Podhorskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 2 w Suwałkach,
 - III Liceum Ogólnokształcące im. A. Lityńskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 1 w Suwałkach,
 - Zespół Szkół nr 4 w Suwałkach,
 - Zespół Szkół Technicznych w Suwałkach,
 - Zespół Szkół nr 6 im. K. Brzostowskiego w Suwałkach,
- Placówki oświatowe:
 - Specjalny Ośrodek Szkolno - Wychowawczy nr 1 w Suwałkach,
 - Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Suwałkach,
 - Suwalski Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Suwałkach,
- Ośrodki kultury:
 - Suwalski Ośrodek Kultury,
 - Muzeum Okręgowe,
 - Biblioteka Publiczna im. Marii Konopnickiej w Suwałkach.

Na terenie Miasta Suwałki funkcjonują następujące instytucje i podmioty realizujące zadania z zakresu udzielania pomocy społecznej mieszkańcom, prowadzeniu działań profilaktycznych, rozwiązywania problemów alkoholowych, przeciwdziałaniu narkomanii:

- Urząd Miejski w Suwałkach,
- Rada Miejska w Suwałkach,
- Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach w tym:
 - Dział Pomocy Kryzysowej, w tym całodobowy hostel dla 13 osób doświadczających przemocy w rodzinie,
 - poradnictwo prawne i psychologiczne z zakresu przeciwdziałania przemocy,
 - grupy wsparcia dla osób doświadczających przemocy,
 - Środowiskowy Dom Samopomocy,
- Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Suwałkach,
- Komenda Miejska Policji w Suwałkach,
- Straż Miejska w Suwałkach,
- Sądy, kuratorzy sądowi,
- Prokuratura Rejonowa w Suwałkach,
- Specjalistyczny Psychiatryczny Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Suwałkach, w tym:
 - Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkohol, w Suwałkach,
 - Oddział Leczenia Uzależnień i Zaburzeń Emocjonalnych, w Suwałkach,
 - Poradnia Leczenia Uzależnień od Substancji Psychoaktywnych, w Suwałkach,
 - Oddział Dzienny Terapii Uzależnienia od Alkohol w Suwałkach,
 - Dom Pomocy Społecznej „Kalina”, w Suwałkach,
 - Dzienny Dom Pobytu „Kalinka”, w Suwałkach,
 - Placówka Opiekuńczo - Wychowawcza w Suwałkach „Dom nr 1” i „Dom nr 2”, w Suwałkach,
 - Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Suwałkach,

- Centrum Interwencji Kryzysowej przy Parafii p.w. Najświętszego Serca Pana Jezusa w Suwałkach,
- Suwalskie Stowarzyszenie „Wybór” z siedzibą w Suwałkach,
- Centrum Aktywności Społecznej „Pryzmat” w Suwałkach,
- Fundacja „Ego” w Suwałkach,
- Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Suwałkach,
- Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Oddział Okręgowy w Suwałkach,
- Suwalskie Stowarzyszenie Klub Abstynentów „Filar” w Suwałkach,
- Ośrodek Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży,
- Jednostki oświatowe i opiekuńczo - wychowawcze w Mieście Suwałki,
- Świetlice środowiskowe prowadzone przez:
 - Parafię Rzymskokatolicką św. Aleksandra w Suwałkach,
 - Zgromadzenie Sióstr Świętej Teresy od Dzieciątka Jezus z siedzibą w Suwałkach,
 - Społeczną Organizację Przyjaciół Dzieci „Przystań” z siedzibą w Suwałkach,
 - ORATORIUM św. Jana Bosko w Suwałkach,
 - Fundację „Ego”,
- Wspólnoty samopomocowe: Al-Anon, AA, DDA/DDD, grupa anonimowych narkomanów,
- Lokalne i regionalne mass media.

2.4 Działania o charakterze profilaktycznym i prospołecznym na terenie Suwałk

Miasto Suwałki prowadzi wiele działań o charakterze profilaktycznym i prospołecznym na rzecz mieszkańców. W ostatnich latach prowadzone były na terenie Suwałk następujące programy i projekty:

- Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki na lata 2016 - 2025,
- Miejski Program Wspierania Rodziny i Rozwoju Pieczy Zastępczej w Mieście Suwałki na lata 2022-2024,
- Miejski Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar Przemocy w Rodzinie na lata 2022-2026,
- Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Suwałkach na lata 2022-2024,
- Aktywny Samorząd 2022,
- Program Poprawy Życia Osób Niepełnosprawnych,
- Pomoc Państwa w Zakresie Dożywiania,
- Program Integracji Społecznej i Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych,
- Wieloletni Rządowy Program „Posiłek w szkole i w domu” na lata 2019-2023,
- Program Operacyjny Pomoc Żywnościowa 2014-2020,
- Program Osłonowy w zakresie ograniczania skutków niedożywienia w Mieście Suwałki na lata 2019-2023,
- Program „Usługi Opiekuńcze dla osób niepełnosprawnych”,
- Program „Pomoc osobom niepełnosprawnym poszkodowanym w wyniku żywiołu lub sytuacji kryzysowych”,
- Program „Asystent osobisty osoby niepełnosprawnej”,
- Program Kompleksowego Wsparcia Dla Rodzin „Za Życiem”,
- Usługa door to door w Mieście Suwałki,
- Bądź silny bez przemocy,
- Program „Korpus Wsparcia Seniorów” na rok 2022.

2.4.1 Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki na lata 2016–2025

Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych stanowi podstawę do realizacji dostosowanych do potrzeb lokalnej społeczności wzorców interwencji, które mają przyczynić się do poprawy warunków życia mieszkańców Suwałk, w szczególności tych, którzy są zagrożeni marginalizacją i wykluczeniem społecznym. Dokument zawiera diagnozę sytuacji społecznej z 2015 roku oraz prognozę zmian problemów społecznych w perspektywie do 2025 roku.

Realizacja Strategii to systemowa i ciągła praca wielu instytucji, między innymi:

- Urzędu Miejskiego w Suwałkach,
- Powiatowego Urzędu Pracy w Suwałkach,
- Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Suwałkach,
- Domu Pomocy Społecznej „Kalina” w Suwałkach,
- Placówek Opiekuńczo – Wychowawczych w Suwałkach,
- Komendy Miejskiej Policji w Suwałkach,
- Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Suwałkach,
- placówek i jednostek kultury, oświaty, sportu, zdrowia,
- organizacji pozarządowych.

Elementami wykonawczymi do Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki są również programy, projekty i przedsięwzięcia realizowane w tym okresie przez Miasto i jednostki organizacyjne samorządu, na przykład Miejski Program Wspierania Rodziny i Rozwoju Pieczy Zastępczej, Program Integracji Społecznej i Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych, Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar Przemocy w Rodzinie, a także uchwalony Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Suwałkach na lata 2022-2024.

Wskazane zostały do realizacji następujące cele strategiczne:

1. Aktywizacja społeczna i zawodowa osób bezrobotnych.
2. Budowa systemu działań wspomagających funkcjonowanie osób niepełnosprawnych, starszych i ich rodzin.
3. Opieka nad dzieckiem i rodziną, w tym rodziną dysfunkcyjną.
4. Zapobieganie ubóstwu i marginalizacji osób zagrożonych wykluczeniem społecznym.
5. Promocja i profilaktyka zdrowia lokalnej społeczności.
6. Wzmacnianie potencjału kadr pomocy społecznej.

Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki do roku 2025 przewiduje w ramach monitoringu i ewaluacji przedstawienie realizacji zadań w roku 2021 i 2026 według stanu na rok 2020 i 2025.

2.4.2 Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Suwałkach na lata 2022-2024

Ustawa o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi stanowi, iż prowadzenie działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych oraz integracją osób uzależnionych od alkoholu należy do zadań własnych gmin. Ich realizacja prowadzona była do 2021 r. w Mieście Suwałki w postaci Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Suwałkach uchwalanego corocznie przez Radę Miejską. Natomiast w 2022 roku uchwalono wieloletni Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Suwałkach na lata 2022-2024.

Wieloletni Program zawiera diagnozę obszarów problemowych, w tym uzależnień, określa cel oraz precyzuje zadania związane:

- ze zwiększeniem dostępności pomocy terapeutycznej i rehabilitacyjnej dla osób uzależnionych od alkoholu i narkotyków,
- z udzielaniem rodzinom, w których występują problemy choroby alkoholowej, narkomanii lub przemocy w rodzinie - pomocy psychospołecznej i prawnej,
- z prowadzeniem profilaktycznej działalności informacyjnej i edukacyjnej oraz szkoleniowej w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych, przeciwdziałania narkomanii oraz uzależnieniom behawioralnym i przemocy w rodzinie,
- z profilaktyką uzależnień,
- z przeciwdziałaniem przemocy,
- ze zmniejszeniem rozmiarów naruszeń prawa na rynku napojów alkoholowych,
- ze wspomaganiem działalności instytucji, stowarzyszeń i osób fizycznych, służącej rozwiązywaniu problemów uzależnień oraz przemocy w rodzinie.

Program został oparty wedle założeń zawartych w aktualnych przepisach prawa tj.

1. Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (tj. Dz. U. z 2021 r. poz. 1119, z późn. zm.),
2. Ustawa z dnia 29 lipca 2005 roku o przeciwdziałaniu narkomanii (tj. Dz.U. 2020 r. poz. 2050, z późn. zm.),
3. Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (tj. Dz. U. z 2021 r. poz. 1249),

4. Ustawa z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym (tj. Dz. U. z 2022 r. poz. 1608, z późn. zm.),
5. Ustawa z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej (tj. Dz. U. z 2022 r. poz. 447, z późn. zm.),
6. Ustawa z dnia 6 marca 2018 r. - Prawo przedsiębiorców (tj. Dz. U. z 2021 r. poz. 162, z późn. zm.).

Dodatkowo do opracowania Programu posłużyły również:

- Diagnoza Zagrożeń Społecznych na Terenie Szkół Podstawowych i Średnich w Suwałkach z 2019 r. przeprowadzona przez Centrum Działań Profilaktycznych w Wieliczce,
- „Rekomendacje do realizowania i finansowania gminnych programów profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych na 2022 r.”, wydane przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych,
- sprawozdanie z działalności Komendanta Miejskiego Policji w Suwałkach o stanie bezpieczeństwa i porządku publicznego za 2020 r.,
- Narodowy Program Zdrowia na lata 2021-2025,
- sprawozdanie z przeprowadzonych badań społecznych w punktach sprzedaży i podawania napojów alkoholowych na terenie Miasta Suwałki w 2021 r.

Głównym celem wieloletniego Programu jest zmniejszenie rozmiarów aktualnie występujących problemów związanych z nadużywaniem alkoholu i substancji psychoaktywnych, zapobieganie ich powstawaniu oraz upowszechnianie wiedzy w zakresie szkód związanych z uzależnieniami jak również zapewnienie dostępu do oferty profilaktycznej sprzyjającej ograniczaniu czynników ryzyka mających wpływ na powstawanie i występowanie problemów wynikających z uzależnień. Wieloletni Program kompleksowo reguluje zagadnienia dotyczące problemów społecznych w Mieście Suwałki. Wskazuje planowane, długofalowe, wielostronne i skoordynowane działania z tego zakresu oraz podmioty odpowiedzialne za ich realizację. Istotnym partnerem Miasta w realizacji zadań Programu są organizacje pozarządowe, spółdzielnie socjalne, kościoły i związki wyznaniowe oraz placówki oświatowe i jednostki kultury. System profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych opisany w Miejskim Programie Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Suwałkach na lata 2022-2024 oparty jest na trzech wzajemnie komplementarnych programach działań realizowanych na różnych poziomach administracji: gminnym, wojewódzkim i w Narodowym Programie Zdrowia.

2.4.3 Miejski Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar Przemocy w Rodzinie w Suwałkach na lata 2022 - 2026

Miejski Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie oraz Ochrony Ofiar Przemocy w Rodzinie w Suwałkach na lata 2022-2026 dotyczy zapobieganiu przemocy, głównie w następujących założeniach:

- poprawy bezpieczeństwa życia codziennego,
- poprawy relacji w rodzinach,
- zwiększenia ujawniania przypadków przemocy w rodzinie,
- poprawy jakości działań interwencyjnych, profilaktycznych i terapeutycznych,
- rozwijania i utrzymania infrastruktury pomocowej,
- prowadzenia diagnozy na temat zjawiska przemocy w rodzinie.

Zadaniem programu jest zmiana postaw prezentowanych wobec kwestii przemocy w rodzinie, zarówno w świadomości osób doświadczających przemocy, stosujących przemoc oraz poprawa jakości prowadzonych działań powołanych do niesienia pomocy służb.

Główny cel dotyczy ograniczania zjawiska przemocy w rodzinie oraz zwiększania skuteczności udzielanej pomocy dla osób uwięzionych w przemoc na terenie Miasta Suwałki do 2026 roku. Natomiast cele szczegółowe Programu dotyczą:

- Zwiększenia dostępności i skuteczności ochrony oraz wsparcia osób dotkniętych przemocą.
- Zwiększenia skuteczności oddziaływań wobec sprawców.
- Profilaktyki i edukacji społeczności lokalnej.
- Podniesienia jakości i dostępności świadczonych usług poprzez zwiększenie kompetencji przedstawicieli Lokalnego Systemu Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie.

Podstawy prawne regulujące działania na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie na terenie Miasta Suwałki to:

- Ustawa z dnia 29 lipca 2005r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie,
- Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi,
- Ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej,
- Ustawa z dnia 25 lutego 1964 r. Kodeks rodzinny i opiekuńczy,

- Ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie,
- Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. Kodeks karny,
- Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. Kodeks postępowania karnego,
- Ustawa z dnia 6 kwietnia 1990 r. o Policji,
- Krajowy Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie,
- Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie w Województwie Podlaskim na lata 2016-2021,
- Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki na lata 2016-2025.

2.4.4 Miejski Program Wspierania Rodziny i Rozwoju Pieczy Zastępczej w Mieście Suwałki na lata 2022-2024

Podstawą opracowania Miejskiego Programu Wspierania Rodziny i Rozwoju Pieczy Zastępczej w Mieście Suwałki na lata 2022 – 2024 są założenia ustawy z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej. Realizatorem Programu i organizatorem pieczy zastępczej od 1 stycznia 2012 r. jest Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Suwałkach.

Celem programu jest realizacja zadań zmierzających do:

- wspomagania rodziny naturalnej w realizacji zadań opiekuńczo-wychowawczych,
- profilaktyka,
- tworzenia stabilnego i trwałego środowiska wychowawczego,
- rozwoju rodzinnej pieczy zastępczej,
- zabezpieczenia usług świadczonych przez instytucjonalną pieczę zastępczą na terenie Miasta Suwałki,
- podejmowania działań na rzecz usamodzielnienia wychowanków opuszczających pieczę zastępczą.

Realizowane działania polegają na:

- zapewnianiu rodzinom przeżywającym trudności wsparcia i pomocy asystenta rodziny,
- prowadzeniu placówek wsparcia dziennego,
- zapewnianiu dostępu do poradnictwa specjalistycznego,
- umożliwianiu udziału w szkoleniach wzmacniających kompetencje i umiejętności wychowawcze,

- realizacji programów profilaktycznych,
- utrzymywaniu stałego kontaktu z rodzinami zastępczymi, pozwalającego na systematyczną diagnozę ich potrzeb,
- rozwoju zawodowych rodzin zastępczych,
- integracji ze środowiskiem oraz wsparciu finansowym i rzeczowym pełnoletnich wychowanków opuszczających pieczę zastępczą,
- zapewnianiu adekwatnej do potrzeb liczby miejsc w mieszkaniach chronionych,
- udziale w szkoleniach wzmacniających kompetencje osób sprawujących pieczę oraz umożliwiających nabycie wiedzy i umiejętności rozwiązywania występujących trudności,
- współpracy lokalnych instytucji i organizacji realizujących zadania na rzecz rodzin z dziećmi.

Punktem wyjścia do opracowywania kompleksowej i funkcjonalnej formuły Programu na kolejne trzy lata stanowi diagnoza sytuacji suwalskich rodzin z dziećmi oparta na systemie pomocy społecznej, wsparciu rodziny i funkcjonującym systemie pieczy zastępczej.

3. Metodologia diagnozy w zakresie lokalnych problemów społecznych wśród uczniów suwalskich szkół

3.1 Metody i narzędzia badawcze

Diagnoza została opracowana na podstawie badań ilościowych PAPI i CAWI, przy pomocy kwestionariuszy elektronicznych, pozyskanych od nauczycieli, uczniów i ich rodziców ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych z terenu Miasta Suwałki. Na podstawie przyjętych teorii diagnozowania zostało utworzonych 6 ankiet własnych o charakterze samoopisowym. Następujące narzędzia zawierały:

- ankieta ogólna dla uczniów ze szkół podstawowych zawierała 62 pytania: 55 zamkniętych i 7 otwartych,
- ankieta ogólna dla uczniów ze szkół ponadpodstawowych zawierała 63 pytania: 56 zamkniętych i 7 otwartych,
- ankieta z obszaru zagrożeń behawioralnych dla uczniów ze szkół podstawowych zawierała 45 pytań: 44 zamkniętych i 1 otwarte,

- ankieta z obszaru zagrożeń behawioralnych dla uczniów ze szkół ponadpodstawowych zawierała 46 pytań: 45 zamkniętych i 1 otwarte,
- ankieta dla rodziców zawierała 29 pytań: 20 zamkniętych i 9 otwartych,
- ankieta dla kadry pedagogicznej zawierała 28 pytań: 20 zamkniętych i 8 otwartych.

Podstawowym celem badań sondażowych była analiza określonych problemów społecznych występujących na terenie lokalnych szkół w Mieście Suwałki, dlatego kwestionariusze zawierały następujące bloki tematyczne:

- zjawisko uzależnień (zarówno nałogów od substancji psychoaktywnych, jak i behawioralnych),
- poglądy dotyczące spożywania alkoholu i palenia papierosów,
- zjawisko cyberprzemocy i „mowy nienawiści” m.in. „hejtu” w sieci,
- przemoc i agresja w szkole (w tym przemoc werbalna, tzw. ośmieszanie),
- wykorzystanie seksualne,
- przemoc domowa,
- zbyt wczesna inicjacja alkoholowa, upijanie się i uzależnienie od alkoholu,
- nikotynizm i korzystanie z e-papierosów,
- kontakt z narkotykami (kwestia dostępności, obecność handlarzy),
- korzystanie z dopalaczy,
- korzystanie z napojów energetycznych,
- niebezpieczne korzystanie z lekarstw, uzależnienie od leków,
- hazard, udział w zakładach bukmacherskich,
- kontakt z pornografią,
- inne potencjalne zagrożenia w opinii respondentów,
- zapotrzebowanie na prowadzenie działań profilaktycznych w szkole i na terenie Miasta.

Ustalenia z badań pogłębiono następnie o analizę danych zastanych, porównanie wyników badań z poprzednią diagnozą szkolną z 2019 r. oraz analizę strategiczną wyników badań zawierającą mocne i słabe strony oraz szanse i zagrożenia dla lokalnej społeczności (analiza SWOT).

3.1.1 Trudności diagnostyczne i przyjęte rozwiązania metodologiczne

W przypadku substancji psychoaktywnych pomiar częstotliwości ich przyjmowania (odsetek inicjacji alkoholowej/ narkotykowej/ nikotynowej) sam w sobie wiele mówi na temat ryzyka uzależnienia w późniejszym wieku, gdyż wczesna inicjacja alkoholowa oraz narkotykowa jest dobrym wskaźnikiem zagrożenia uzależnieniem.^{11,12} Działania profilaktyczne nastawione są głównie na opóźnienie inicjacji lub całkowite zaniechanie używania danego środka.¹³ Daje to możliwość stosunkowo łatwej do przeprowadzenia diagnozy ryzyka metodą kwestionariuszową. Samo spożywanie alkoholu lub przyjmowanie narkotyków w młodej grupie wiekowej będzie stanowiło ryzykowne zachowanie (pod kątem szkód fizycznych, społecznych lub prawnych, jak i potencjalnie prowadzące do powstania uzależnienia), któremu należy przeciwdziałać. Dodatkowo łatwo mierzalnym czynnikiem ryzyka są także błędne przekonania normatywne, które są jednym z czynników prowadzących do inicjacji alkoholowej.¹⁴ Dla przykładu nastolatek, który jest przed inicjacją alkoholową - im wyżej szacuje rozpowszechnienie picia alkoholu wśród rówieśników (uważa, że ponad 80% jego kolegów/ koleżanek już pije), tym sam jest bardziej skłonny zacząć.¹⁵ W przypadku uzależnień behawioralnych mamy do czynienia z dwoma poważnymi trudnościami. Pierwszą z nich jest mniej precyzyjna weryfikacja potencjału uzależnienia od danej czynności w badanej grupie wyłącznie na podstawie częstotliwości danej aktywności. Samo zbadanie rozpowszechnienia danego zachowania jest niewystarczające do określenia zagrożenia (dla przykładu każdy uczeń korzysta z Internetu, chociażby w celu odbycia zajęć zdalnych w okresie pandemii i tym samym nie może być to czynnik wskazujący na ryzyko). W związku z tym należy zastosować narzędzia diagnostyczne weryfikujące obecność specyficznych symptomów, które wskazują na ryzyko uzależnienia. Druga trudność przejawia się we właściwym

¹¹ King, K. M., Laurie, C. (2007). A Prospective Study of the Effects of Age of Initiation of Alcohol and Drug Use on Young Adult Substance Dependence. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 68(2), 256–265. DOI:10.15288/jsad.2007.68.256.

¹² Grant, B. F., Stinson, F. S. Harford, T. C. (2001). Age at onset of alcohol use and DSM-IV alcohol abuse and dependence: A 12-year follow-up. *Journal of Substance Abuse*, 13(4), 493–504. DOI:10.1016/s0899-3289(01)00096-7.

¹³ Szymańska, J. (2012) Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki, Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji.

¹⁴ Olds, R. S., Thombs, D. L., Tomasek, J. R. (2005). Relations between normative beliefs and initiation intentions toward cigarette, alcohol and marijuana. *Journal of Adolescent Health*, 37(1), 75.e7–75.e13. DOI:10.1016/j.jadohealth.2004.09.020.

¹⁵ Hansen, W. B., (1993), School-based Alcohol Prevention Programs. „Alcohol Health and Research World”, t. 17, nr 1., za: Szymańska, J. (2012). Op. cit.

dobrze pytań kwestionariuszowych oraz skali odpowiedzi, która umożliwi wyłonienie odsetka badanych zagrożonych uzależnieniem. Biorąc pod uwagę charakter „przesiewowy” niniejszego badania, a nie stricte kliniczny należy ostrożnie podchodzić do interpretacji uzyskanych wyników, oceniając zarówno rozpowszechnienie danej aktywności (granie w gry, używanie Internetu), jak i obecność symptomów świadczących o potencjalnym problemie.

W konstruowaniu pytań badawczych posłużono się zarówno dostępnymi kwestionariuszami do badań przesiewowych, testami diagnostycznymi oraz ogólnymi charakterystykami uzależnień behawioralnych, na które składa się kilka następujących objawów¹⁶:

- zaabsorbowanie (dane zachowanie jest dominujące nad innymi);
- modyfikacja nastroju (w wyniku aktywności, np. redukcja napięcia);
- tolerancja (w celu uzyskania podobnej gratyfikacji konieczne jest zwiększenie częstotliwości danej aktywności);
- symptomy odstawienne (reakcje na brak możliwości wykonywania danej czynności, głównie psychiczne);
- konflikt (na trzech wymiarach: między osobą a jej otoczeniem, jej aktywnościami oraz konflikt wewnętrzny, intrapsychiczny);
- występowanie nawrotów (powracanie do aktywności po abstynencji).

W konstruowaniu pytań niniejszej diagnozy posłużono się dostępnymi narzędziami do badań przesiewowych (przykładem jest polska adaptacja kwestionariusza BBGS¹⁷ do wyłonienia jednostek wykazujących patologiczne zachowania związane z hazardem lub kwestionariusz IAT), a także przeglądem literatury w zakresie charakterystyki uzależnień behawioralnych.¹⁸ Pytania dotyczące inicjacji związanej z daną substancją psychoaktywną odnoszą się najczęściej do użytkowania danej substancji w ogóle w życiu, natomiast pytania odnoszące się do aktualnego problemu rozpowszechnienia spożycia danej substancji obejmują okres ostatnich 30 miesięcy.¹⁹ W przypadku uzależnień behawioralnych (gdzie fakt samego użytkowania jest oczywisty, tak jak np. używanie komputera lub urządzenia elektronicznego) bardziej diagnostycznym okresem pojawiania

¹⁶ Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197. DOI:10.1080/14659890500114359.

¹⁷ Niewiadomska, I., Augustynowicz, W., Palacz-Chrisidis, A., Wiechetek, M., Bartczuk, R. P., Chwaszcz, J. (2014). *Bateria metod służących do oceny ryzyka zaburzeń związanych z hazardem*. Lublin: Instytut Psychoprofilaktyki i Psychoterapii, Stowarzyszenie NATANAELUM.

¹⁸ Jelonkiewicz I., Lew-Starowicz M., Sliczuk, A., Habrat B. (2016). Op. cit.

¹⁹ Dla przykładu można przytoczyć raporty: ESPAD 2019 (Sierosławski, J. (2019). Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2019 r. Europejski program badań ankietowych w szkołach ESPAD) lub HBSC 2018 (Mazur, J., Małkowska - Szkutnik, A. (red.). (2018). *Zdrowie uczniów w 2018 roku na tle nowego modelu badań HBSC*. Warszawa: Instytut Matki i Dziecka).

się trudności w danym zachowaniu jest ostatnie 12 miesięcy od czasu badania i właśnie dlatego większość pytań przyjęło taką formę. Pytanie o pojawienie się danych symptomów w ciągu ostatnich 12 miesięcy daje możliwość porównania poszczególnych problemów oraz współwystępowania uzależnień behawioralnych, co jest kluczową informacją dla planowania stosownych działań profilaktycznych.

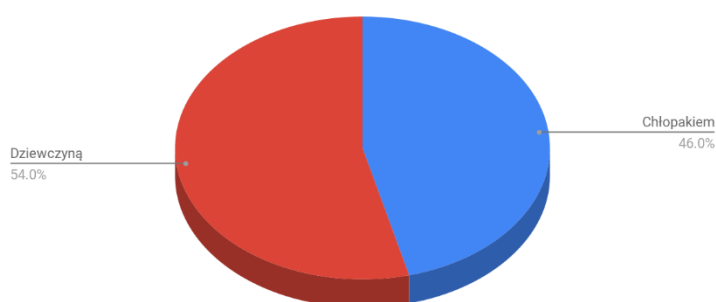
3.2 Charakterystyka badanej grupy

3.2.1 Uczniowie szkół podstawowych

Ankiety ogólne wypełniło 630 uczniów ze szkół podstawowych, natomiast ankiety z obszaru zagrożeń behawioralnych wypełniło 224 uczniów ze szkół podstawowych.

Spośród badanych uczniów ze szkół podstawowych 54% stanowią dziewczynki, a 46% chłopcy.

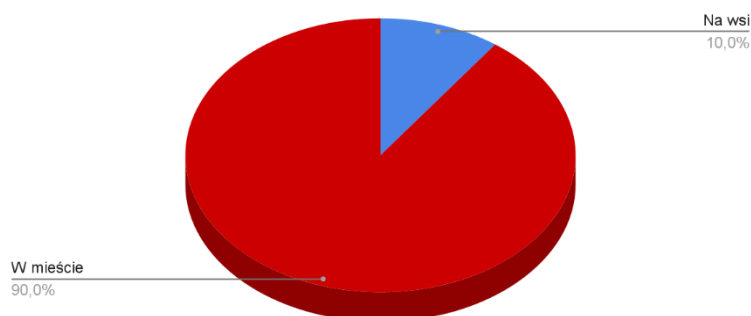
Jestem...



Płeć badanych uczniów

90% młodzieży mieszka w mieście, natomiast 10% na terenach wiejskich.

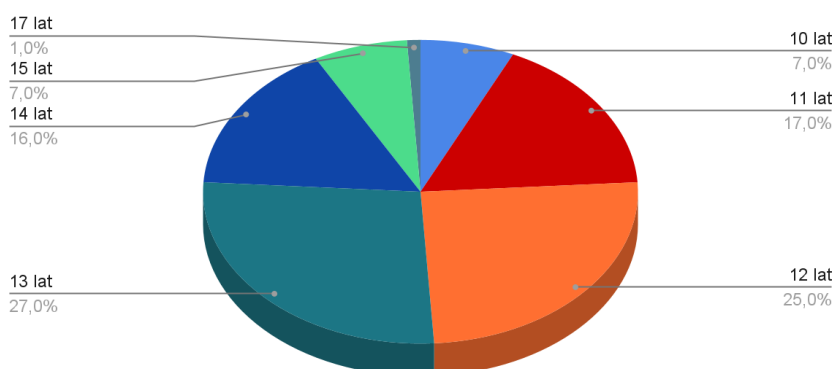
Mieszkam



Miejsce zamieszkania dzieci

Najwięcej ankiet wypełniły osoby w wieku 13 lat (27%) oraz 12 lat (25%). W następnej kolejności uczniowie mający 11 lat (17%), 14 lat (16%), 15 lat (7%) i 10 lat (7%) oraz 17 lat (1%).

Wiek



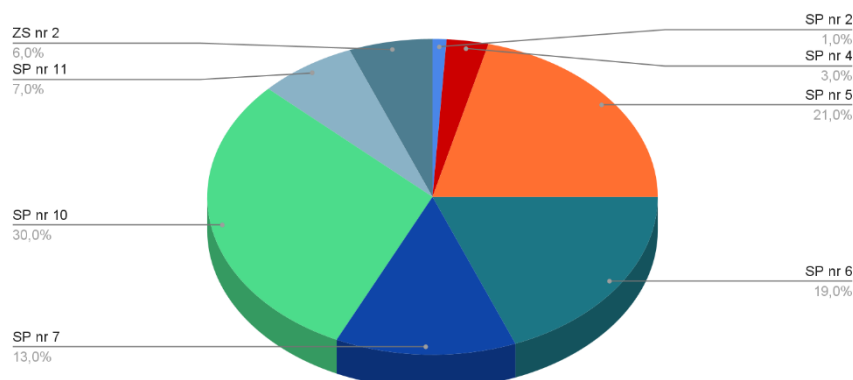
Wiek badanej grupy dzieci

Wszystkie szkoły podstawowe wzięły udział w badaniu to, czyli:

- Szkoła Podstawowa nr 2 z Oddziałami Dwujęzycznymi im. A. Piłsudskiej w Suwałkach - 1%;
- Szkoła Podstawowa nr 4 im. ks. K. A. Hamerszmity w Suwałkach - 3%;
- Szkoła Podstawowa nr 5 im. A. Wierusz - Kowalskiego w Suwałkach - 21%;
- Szkoła Podstawowa nr 6 im. A. Kujałowicz w Suwałkach - 19%;
- Szkoła Podstawowa nr 7 im. św. Jana Pawła II w Suwałkach - 13%;

- Szkoła Podstawowa nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi im. Olimpijczyków Polskich w Suwałkach – 30%;
- Szkoła Podstawowa nr 11 z Oddziałami Integracyjnymi im. gen. bryg. pil. W. Urbanowicza w Suwałkach - 7%;
- Szkoła Podstawowa nr 9 im. W. Puchalskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 2 w Suwałkach - 6%.

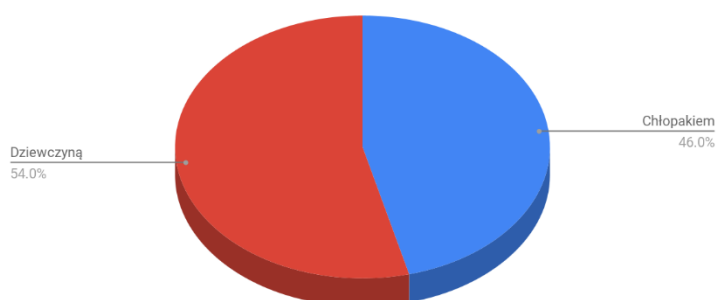
Szkoła do której uczęszczam:



Podział respondentów na szkołę do których uczęszczają

Dodatkowo przesłano do wszystkich szkół ankiety dotyczące zagrożeń behawioralnych. Spośród badanych uczniów ze szkół podstawowych, które wypełniły dane behawioralne 54% stanowią dziewczynki, a 46% chłopcy.

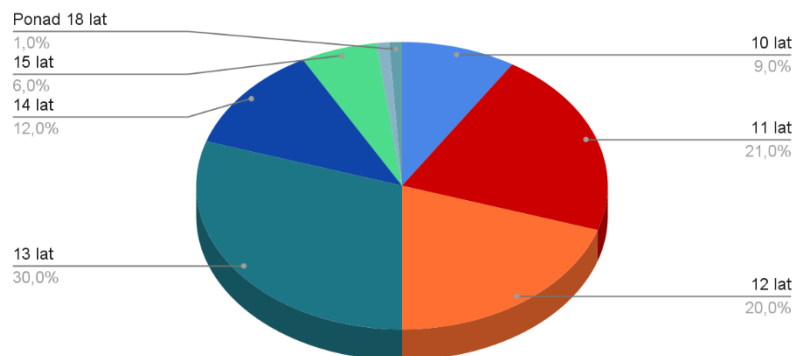
Jestem...



Płeć badanych uczniów

Najwięcej ankiet behawioralnych wypełniły osoby w wieku 13 lat (30%), 11 lat (21%) oraz 12 lat (20%). W następnej kolejności uczniowie mający 14 lat (12%), 10 lat (9%), 15 lat (6%) oraz ponad 18 lat (1%).

Wiek

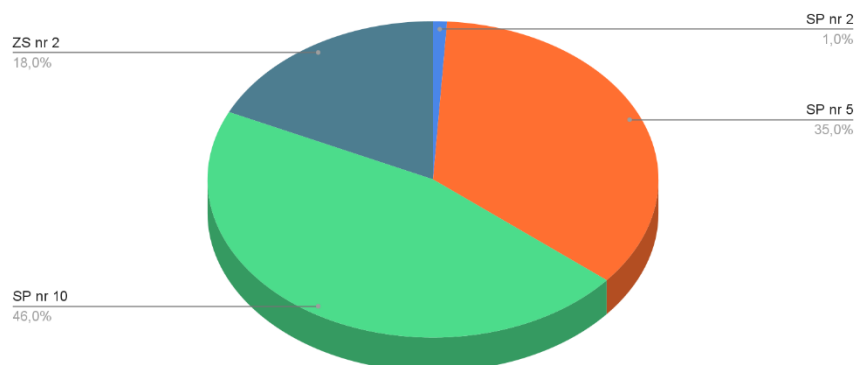


Wiek badanej grupy dzieci

Kwestionariusze badawcze dotyczące zagrożeń behawioralnych zostały przesłane do wszystkich szkół podstawowych na terenie Suwałk. Szkoły, które wzięły udział w badaniu to:

- Szkoła Podstawowa nr 2 z Oddziałami Dwujęzycznymi im. A. Piłsudskiej w Suwałkach - 1%;
- Szkoła Podstawowa nr 5 im. A. Wierusz - Kowalskiego w Suwałkach - 35%;
- Szkoła Podstawowa nr 9 im. W. Puchalskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 2 w Suwałkach - 18%;
- Szkoła Podstawowa nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi im. Olimpijczyków Polskich w Suwałkach – 46%.

Szkoła do której uczęszczam:



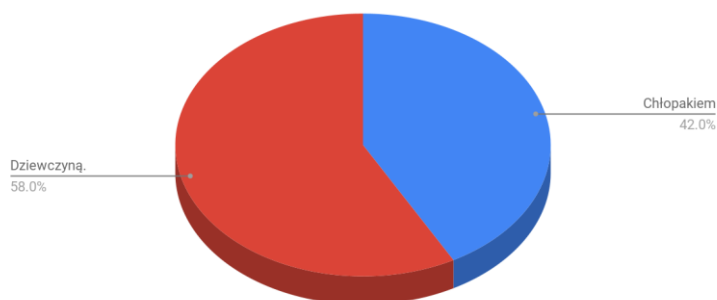
Podział respondentów na szkołę do której uczęszczają

3.2.2 Uczniowie szkół ponadpodstawowych

Ankiety ogólne wypełniło 445 uczniów ze szkół ponadpodstawowych, natomiast ankiety z obszaru zagrożeń behawioralnych wypełniło 46 uczniów ze szkół ponadpodstawowych.

Spośród badanych uczniów ze szkół ponadpodstawowych 58% stanowią dziewczynki, a 42% chłopcy.

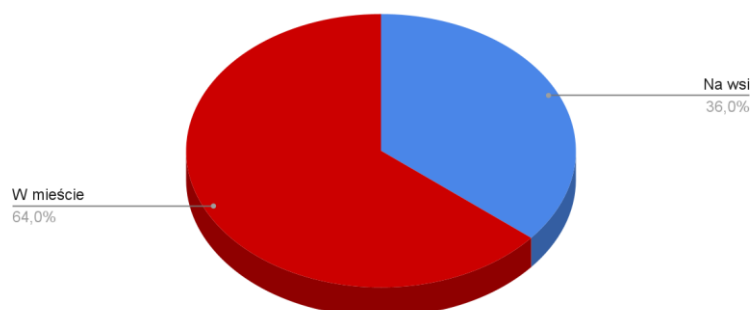
Jestem...



Płeć badanych uczniów

64% młodzieży mieszka w mieście, natomiast 36% na terenach wiejskich.

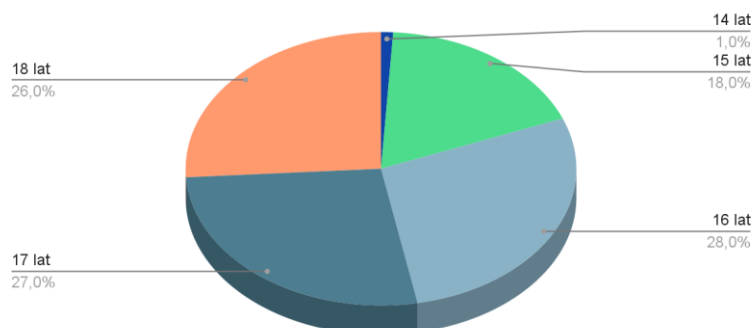
Mieszkam



Miejsce zamieszkania dzieci

Najwięcej ankiet wypełniły osoby w wieku 16 lat (28%), 17 lat (27%) oraz 18 lat (26%). W następnej kolejności uczniowie mający 15 lat (18%) oraz 14 lat (1%).

Wiek



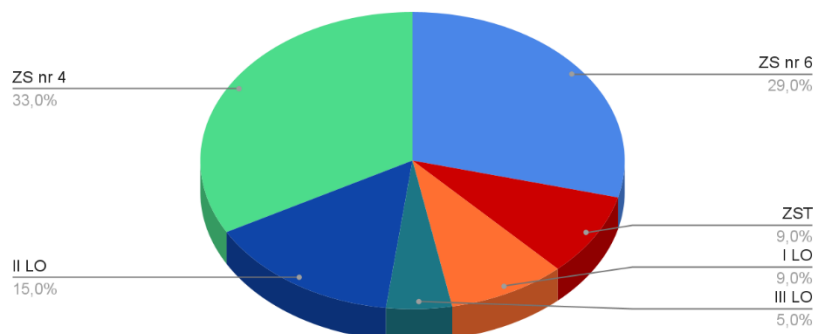
Wiek badanej grupy dzieci

Kwestionariusze badawcze zostały przesłane do wszystkich szkół ponadpodstawowych na terenie Suwałk. Szkoły, które wzięły udział w badaniu to:

- I Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. M. Konopnickiej w Suwałkach - 9%;
- III Liceum Ogólnokształcące im. A. Lityńskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 1 w Suwałkach - 5%;

- II Liceum Ogólnokształcące im. gen. Z. Podhorskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 2 w Suwałkach - 15%;
- Zespół Szkół nr 4 w Suwałkach - 33%;
- Zespół Szkół Technicznych w Suwałkach - 9%;
- Zespół Szkół nr 6 im. K. Brzostowskiego w Suwałkach - 29%.

Szkoła do której uczęszczam:

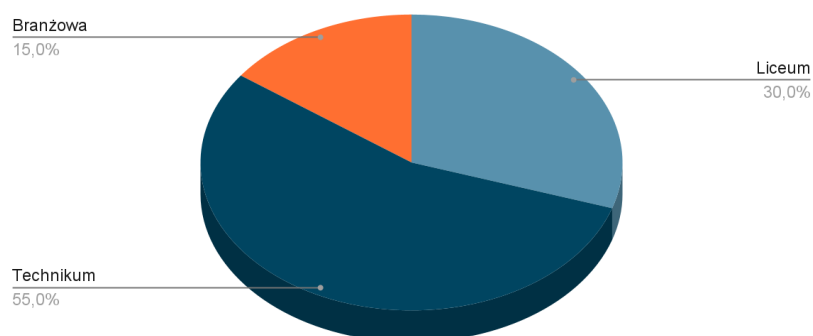


Podział respondentów na szkołę do których uczęszczają

Poproszono osoby biorące udział w badaniu ogólnym o określenie do jakiego rodzaju szkoły uczęszczają:

- liceum - 30%,
- technikum - 55%,
- branżowa - 15%.

Chodzę do szkoły:

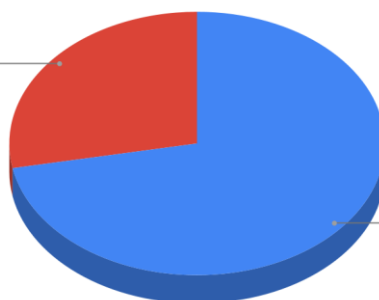


Podział respondentów na typ szkoły do której uczęszczają

Dodatkowo do wszystkich szkół ponadpodstawowych zostały przesłane kwestionariusze dotyczące zagrożeń behawioralnych. Spośród uczniów ze szkół ponadpodstawowych, które wypełniły ankiety behawioralne 28% stanowią dziewczynki, a 72% chłopcy.

Jestem...

Dziewczyną
28,0%



Chłopakiem
72,0%

Płeć badanych uczniów

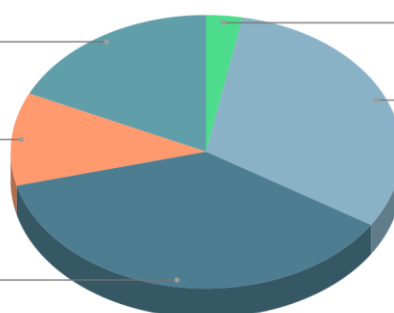
Najwięcej ankiet behawioralnych wypełniły osoby w wieku 17 lat (37%), 16 lat (31%) oraz ponad 18 lat (18%). W następnej kolejności uczniowie mający 18 lat (11%) oraz 15 lat (3%).

Wiek

Ponad 18 lat
18,0%

18 lat
11,0%

17 lat
37,0%



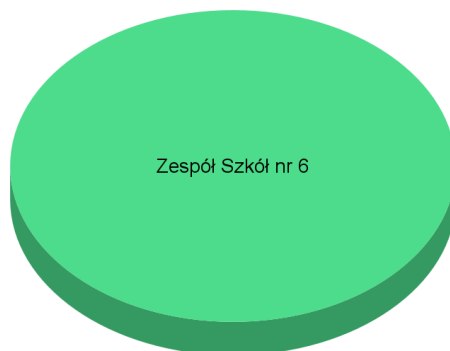
15 lat
3,0%

16 lat
31,0%

Wiek badanej grupy młodzieży

Kwestionariusze badawcze zostały przesłane do wszystkich szkół ponadpodstawowych na terenie Suwałk. Szkoła, która wzięła udział w badaniu dotyczącym zagrożeń behawioralnych to Zespół Szkół nr 6 im. K. Brzostowskiego w Suwałkach.

Szkoła do której uczęszczam:

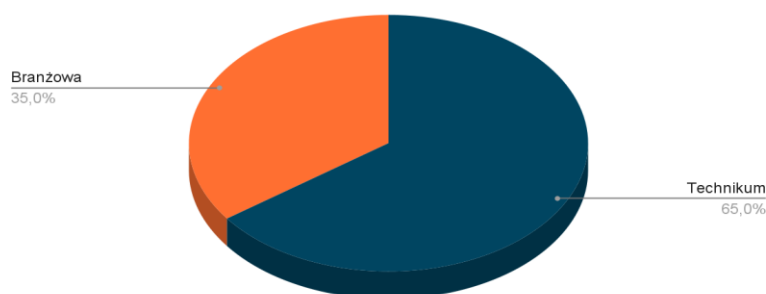


Podział respondentów na szkołę do których uczęszczają

Poproszono osoby biorące udział w badaniu dotyczącym zagrożeń behawioralnych o określenie do jakiego rodzaju szkoły uczęszczają:

- liceum - 0%,
- technikum - 65%,
- branżowa - 35%.

Chodzę do szkoły:

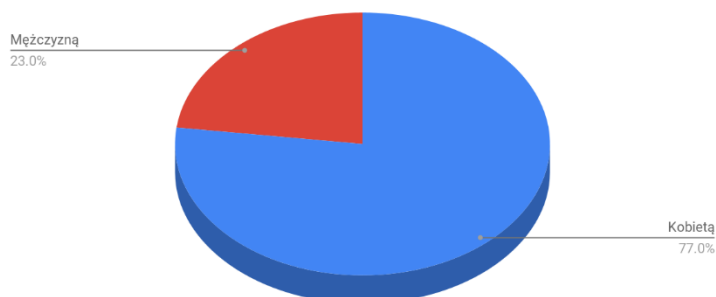


Podział respondentów na typ szkoły do której uczęszczają

3.2.3 Kadra pedagogiczna

Ankiety wypełniło 221 nauczycieli pracujących w suwalskich szkołach, zarówno podstawowych, jak i ponadpodstawowych. Spośród badanych osób z grona pedagogicznego 23% stanowią mężczyźni, a 77% kobiety.

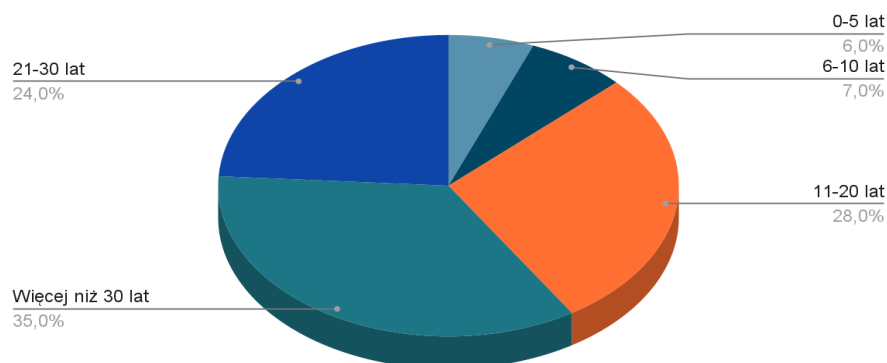
Jestem...



Płeć respondentów

Respondenci zostali poproszeni o zaznaczenie stażu pracy. Najwięcej osób zaznaczyło doświadczenie zawodowe w przedziale powyżej 30 lat (35%), następnie 11 - 20 lat (28%), 21-30 lat (24%), 6-10 lat (7%) i do 5 lat (6%).

Staż pracy

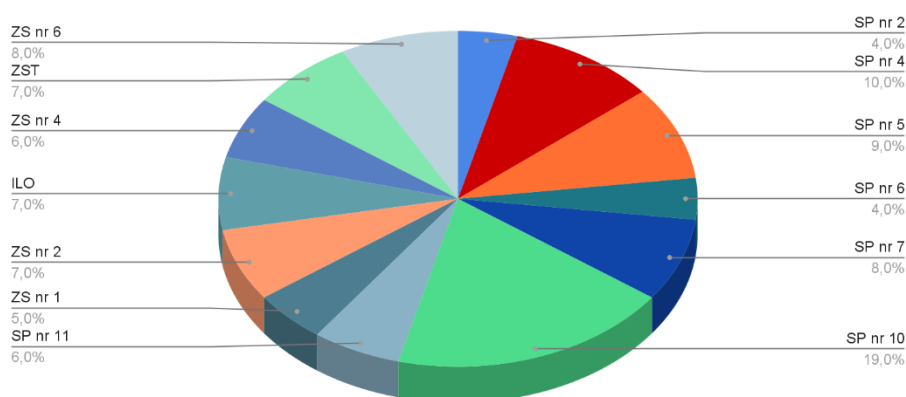


Staż pracy respondentów

Ankiety wysłano do wszystkich suwalskich szkół. Wypełniły je osoby z następujących szkół:

- Szkoła Podstawowa nr 2 z Oddziałami Dwujęzycznymi im. A. Piłsudskiej w Suwałkach - 4%;
- Szkoła Podstawowa nr 4 im. ks. K. A. Hamerszmity w Suwałkach - 10%;
- Szkoła Podstawowa nr 5 im. A. Wierusz - Kowalskiego w Suwałkach - 9%;
- Szkoła Podstawowa nr 6 im. A. Kujałowicz w Suwałkach - 4%;
- Szkoła Podstawowa nr 7 im. św. Jana Pawła II w Suwałkach - 8%;
- Szkoła Podstawowa nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi im. Olimpijczyków Polskich w Suwałkach – 19%;
- Szkoła Podstawowa nr 11 z Oddziałami Integracyjnymi im. gen. bryg. pil. W. Urbanowicza w Suwałkach - 6%;
- I Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. M. Konopnickiej w Suwałkach- 7%;
- III Liceum Ogólnokształcące im. A. Lityńskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 1 w Suwałkach - 5%;
- II Liceum Ogólnokształcące im. gen. Z. Podhorskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 2 w Suwałkach - 7%;
- Zespół Szkół nr 4 w Suwałkach - 6%;
- Zespół Szkół Technicznych w Suwałkach - 7%;
- Zespół Szkół nr 6 im. K. Brzostowskiego w Suwałkach - 8%.

Szkoła do której uczęszczam:

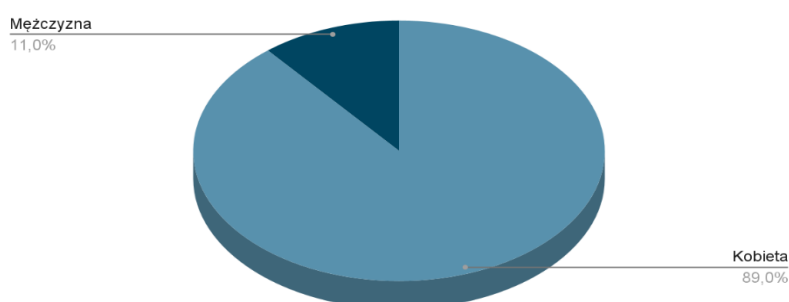


Szkoły do których uczęszczają dzieci respondentów

3.2.4 Rodzice uczniów lokalnych szkół

Uczestnikami badania sondażowego byli rodzice uczniów uczęszczających do lokalnych szkół w Mieście Suwałki. Anonimowe ankiety wypełniło 332 osoby spośród, których 89% stanowiły kobiety, a 11% mężczyźni.

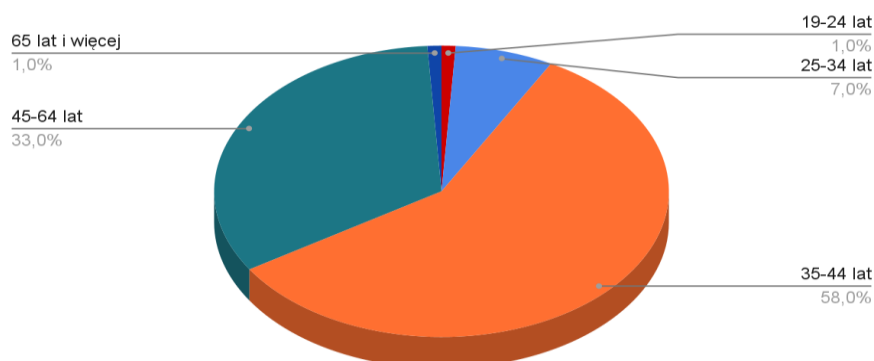
Płeć



Podział respondentów ze względu na płeć

Respondenci zostali poproszeni o zaznaczenie swojego wieku. Najwięcej rodziców było w przedziale wiekowym 35-44 lat (58%) oraz 45-64 lat (33%). W następnej kolejności znalazły się osoby w wieku 25-34 lat (7%) oraz 19-24 lat i ponad 65 lat (po 1% dla każdej grupy).

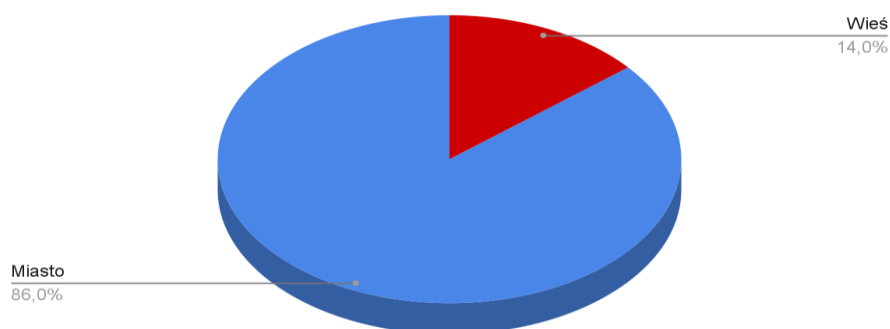
Wiek



Podział respondentów ze względu na wiek

W następnej części ankietowani zostali zapytani o to, czy mieszkają na wsi czy w mieście. Najwięcej osób zamieszkuje w mieście (86%), natomiast na wsi mieszka 14 % rodziców.

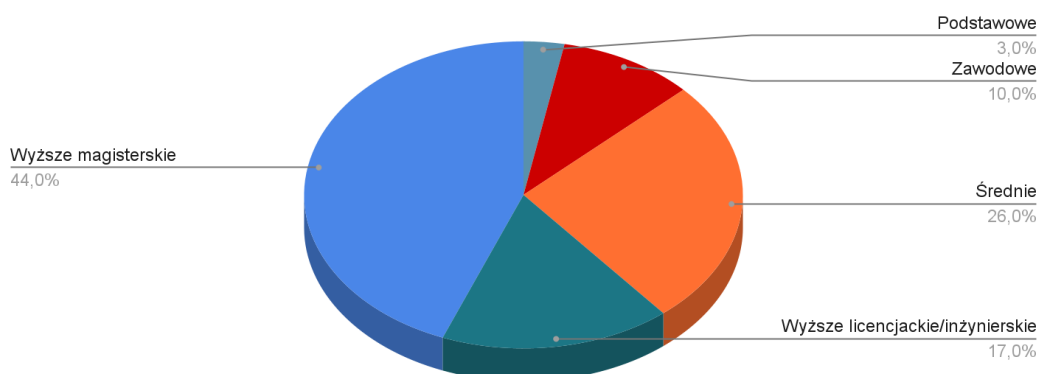
Miejsce zamieszkania



Podział respondentów ze względu na miejsce zamieszkania

Badani zostali poproszeni o określenie swojego wykształcenia. W przeważającej części były to osoby z wykształceniem wyższym magisterskim (44%), następnie osoby ze średnim (26%), z wyższym w stopniu licencjackim lub inżynierskim (17%) oraz zawodowym (10%) i podstawowym (3%).

Wykształcenie

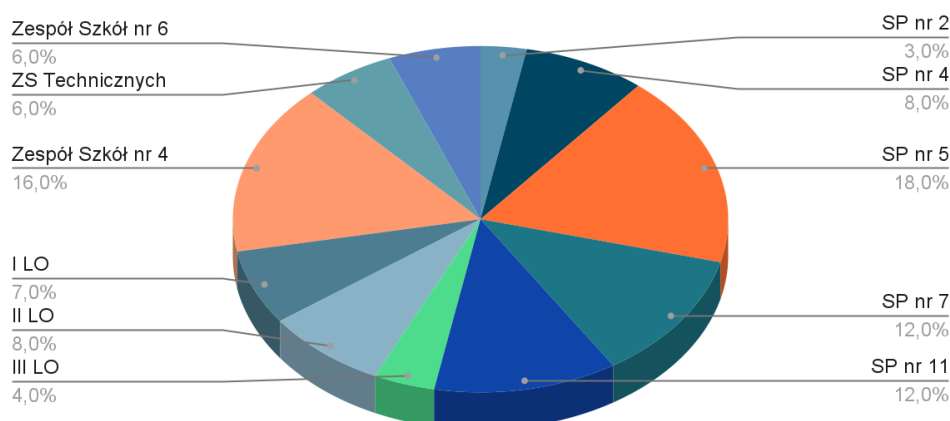


Podział respondentów ze względu na wykształcenie

Następnie poproszono respondentów o wskazanie do której szkoły z terenu Miasta Suwałki uczęszcza ich dziecko. Przebadano rodziców uczniów następujących szkół:

- Szkoła Podstawowa nr 2 z Oddziałami Dwujęzycznymi im. A. Piłsudskiej w Suwałkach - 3%;
- Szkoła Podstawowa nr 4 im. ks. K. A. Hamerszmity w Suwałkach - 8%;
- Szkoła Podstawowa nr 5 im. A. Wierusz - Kowalskiego w Suwałkach - 18%;
- Szkoła Podstawowa nr 7 im. św. Jana Pawła II w Suwałkach - 12%;
- Szkoła Podstawowa nr 11 z Oddziałami Integracyjnymi im. gen. bryg. pil. W. Urbanowicza w Suwałkach - 12%;
- I Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. M. Konopnickiej w Suwałkach - 7%;
- III Liceum Ogólnokształcące im. A. Lityńskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 1 w Suwałkach - 4%;
- II Liceum Ogólnokształcące im. gen. Z. Podhorskiego w Suwałkach w Zespole Szkół nr 2 w Suwałkach - 8%;
- Zespół Szkół nr 4 w Suwałkach - 16%;
- Zespół Szkół Technicznych w Suwałkach - 6%;
- Zespół Szkół nr 6 im. K. Brzostowskiego w Suwałkach - 6%.

Szkoła, której dotyczą odpowiedzi w ankiecie, to...?



Szkoły do których uczęszczają dzieci respondentów

3.3 Procedury badawcze i przebieg badań

Koncepcja badania uwzględniła zapewnienie trafności i rzetelności planowanych działań, z czym wiązał się przede wszystkim sposób realizacji badania i proces zbierania danych. Głównym celem badania było poznanie opinii oraz postaw względem wybranych

problemów społecznych, co pozwoliło na dokonanie diagnozy określonych zjawisk w środowisku szkolnym na terenie Miasta. Badanie społeczne zostało przeprowadzone zgodnie z ogólnie obowiązującymi standardami badawczymi w kraju, opisanymi m.in. w Międzynarodowym Kodeksie Praktyki Badań Rynkowych i Społecznych (ICC/ESOMAR).

W procedurze badania położono bardzo duży nacisk na zapewnienie respondentom maksimum poczucia bezpieczeństwa oraz pełnej anonimowości. W sondażu szkolnym zespół badawczy zadbał o adekwatne i szczegółowe poinstruowanie dyrektorów placówek o jego celach i zasadach realizacji. Wszyscy uczestnicy badania otrzymali przed rozpoczęciem badania zapewnienie o pełnej anonimowości i poufności badań na poziomie zarówno pojedynczych osób, jak i klas. Dodatkowo poinformowano o ochronie danych osobowych przed wykorzystaniem do innych celów niż niniejszy projekt badawczy.

4. Występowanie problemów społecznych w suwalskich szkołach

4.1 Przemoc

4.1.1 Przemoc domowa

Rodzina jest podstawową jednostką społeczną i więzy łączące jej członków powinny być trwałe, opierać się na poczuciu bezpieczeństwa i zaufaniu. Właściwie relacje rodzinne oparte na wzajemnym szacunku wspomagają dzieci i młodzież do właściwego rozwoju i wysokiej jakości życia w dorosłości.

Przemoc domowa to działania lub rażące zaniedbania dokonywane przez jednego z członków rodziny przeciwko pozostałym, który wykorzystuje istniejącą lub stworzoną przez okoliczności przewagę sił lub władzy i powodujące u nich szkody lub cierpienie, godzące w ich prawa lub dobra osobiste, a w szczególności w ich życie lub zdrowie (fizyczne czy psychiczne).²⁰

Sprawcami przemocy domowej wobec dzieci bywają zarówno mężczyźni i kobiety, najczęściej rodzice lub opiekunowie, ale także inni członkowie rodziny (np. dziadkowie,

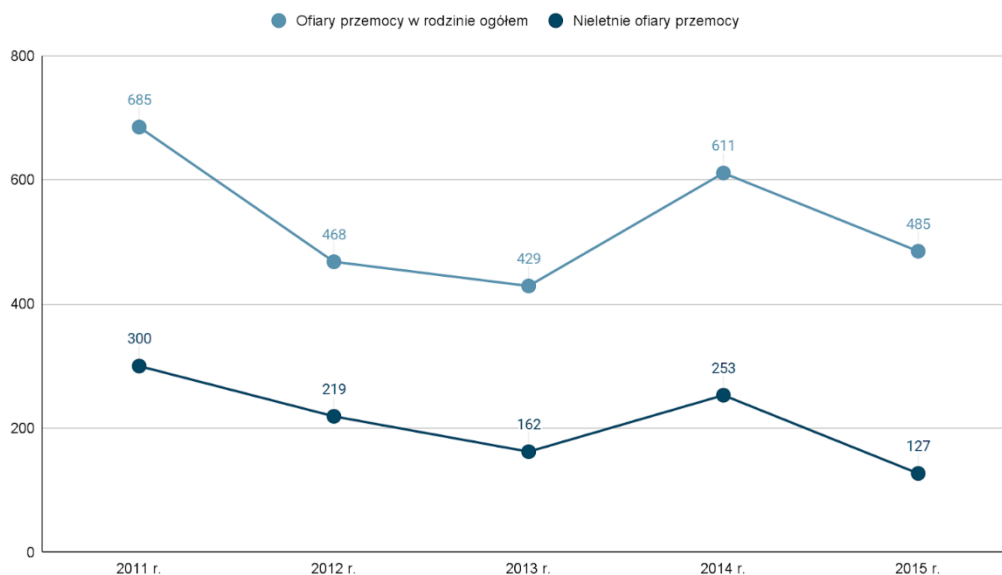
²⁰ J. Mellibruda, *Psychologiczne aspekty przemocy domowej*,

starsze rodzeństwo). Natomiast niektóre badania wskazują, że kobiety stosujące przemoc częściej niż mężczyźni kierują ją wobec dzieci.²¹

Badania przeprowadzone w 2014 r. na zlecenie Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej ujawniły, że 24,7% dorosłych Polaków doświadczyła w ciągu swojego życia przynajmniej jednej formy przemocy w rodzinie. Podkreślić należy, że 65% ofiar przemocy to kobiety, a 25% to nieletni. Sprawcami przemocy w rodzinie w 92,8% są mężczyźni.²²

Według danych ze Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki na lata 2016-2025 obserwuje się raczej utrzymujący się trend w ilości osób dotkniętych przemocą w rodzinie. W 2014 roku zaobserwowano nieznaczny wzrost, który w roku następnym obniżył się do poziomu podobnego we wcześniejszych dwóch latach.²³

Osoby dotknięte przemocą domową w poprzednich latach w Suwałkach



Statystyki Komendy Miejskiej Policji w Suwałkach dotyczące ofiar przemocy domowej

Natomiast według statystyk Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Suwałkach w latach 2015-2020 r. liczba prowadzonych procedur NK utrzymuje się na podobnym poziomie,

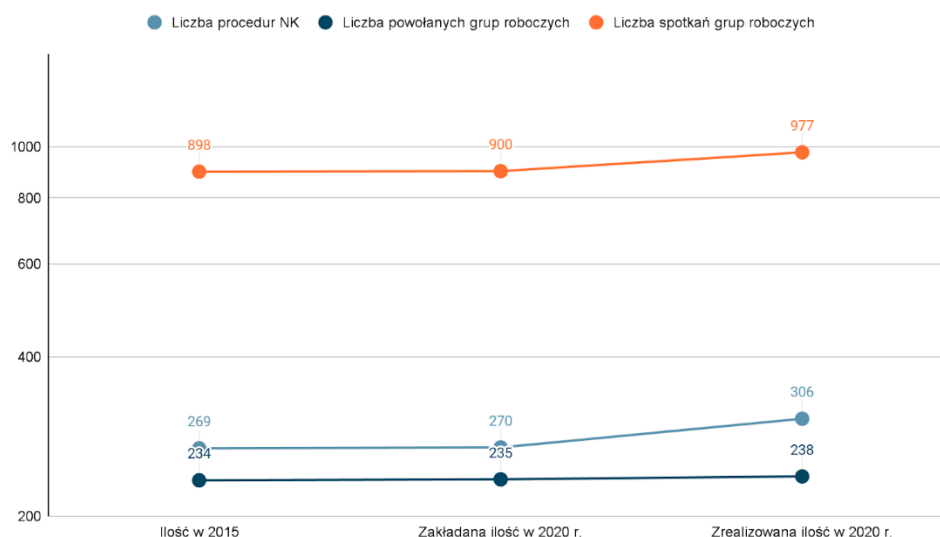
²¹ M. Makara-Studzińska, A. Grzywa, R. Turek, *Kobiety oblicza stosowania przemocy*, Lublin, 2005

²² *Diagnoza i porównanie skali zjawiska przemocy w rodzinie oraz ocena efektywności działań podejmowanych na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie*, badania przeprowadzone przez WYG PSDB dla Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej, 2014

²³ *Strategia Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki na lata 2016-2025*

z nieznacznym wzrostem w 2020 r. Liczba powołanych w związku z tym grup roboczych utrzymuje się na tym samym poziomie, aczkolwiek liczba odbytych spotkań grup roboczych podniosła się w porównaniu do 2015 r., co może wskazywać na zintensyfikowanie działań grup roboczych.²⁴

Działania związane z prowadzeniem procedur NK w Suwałkach



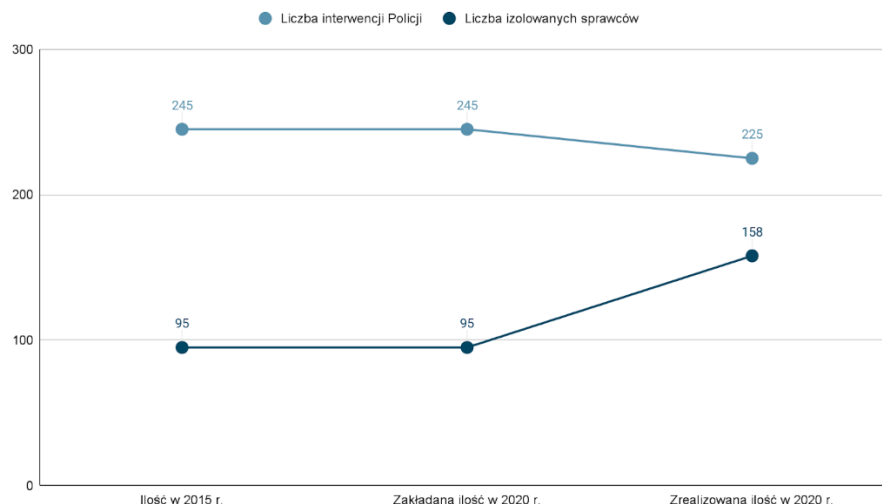
Statystyki MOPR w Suwałkach dotyczące procedury NK

Liczba interwencji Policji związanych z przemocą domową nieznacznie spadła w 2020 r. w porównaniu do 2015 r., co może być związane z sytuacją epidemiczną w kraju i ogólnymi utrudnieniami na początku pandemii Covid-19.²⁵

²⁴ Raport z realizacji Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki do roku 2025

²⁵ Tamże.

Liczba interwencji Policji i izolowanych sprawców przemocy w rodzinie

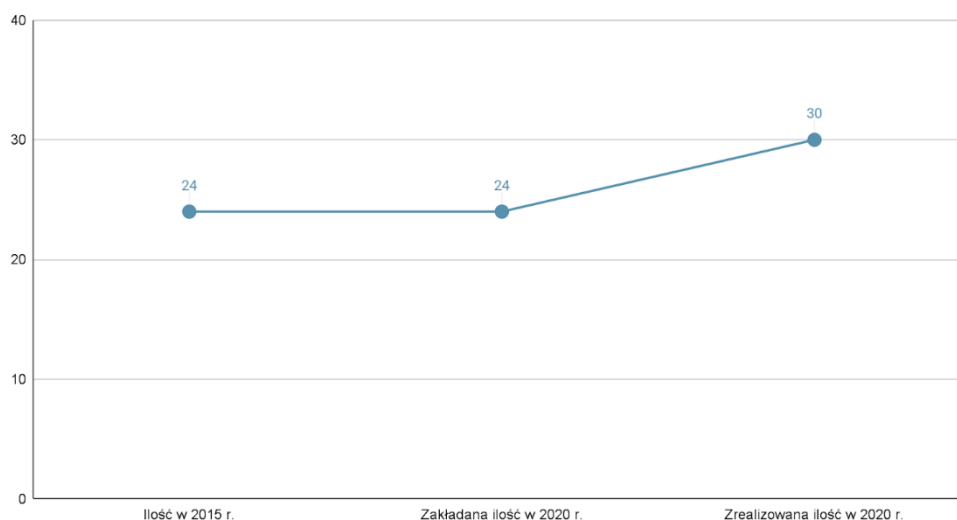


Statystyki Komendy Miejskiej Policji w Suwałkach dotyczące liczby interwencji i izolowanych sprawców

W roku sprawozdawczym 2015 r. poprzedzającym uchwalenie Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki na lata 2016 - 2025 według statystyk MOPR w Suwałkach 24 osoby stosujące przemoc w rodzinie było objętych programami korekcyjno - edukacyjnymi. Ta liczba nieznacznie podniosła się w 2020 r. do 30 osób. Jest to niewielka ilość sprawców zmotywowanych do udziału w programach korekcyjno - edukacyjnych, w porównaniu do 158 osób izolowanych przez Policję w związku ze stosowaniem przemocy.²⁶

²⁶ Tamże.

Liczba sprawców przemocy objętych programami korekcyjno - edukacyjnymi

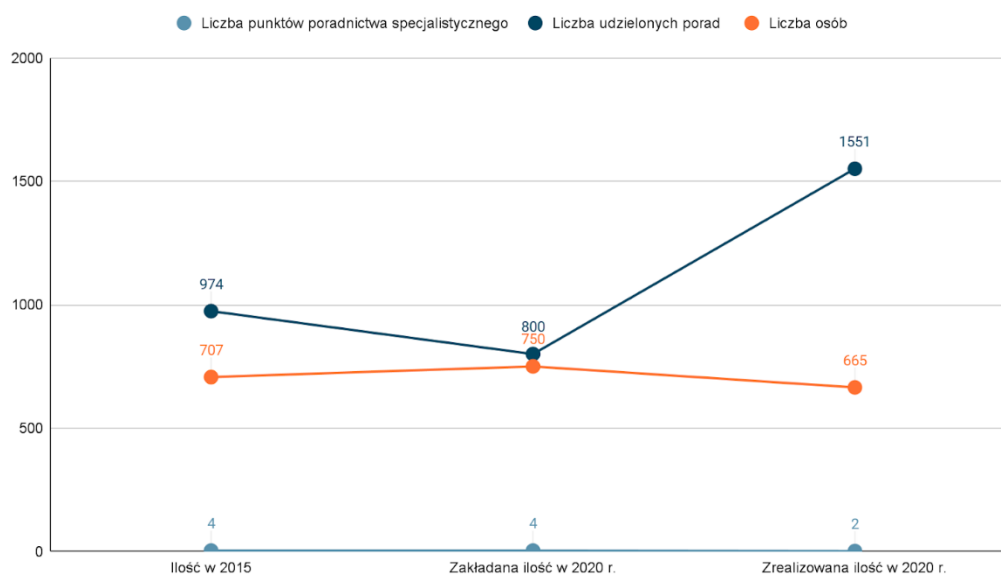


Statystyki MOPR w Suwałkach dotyczące liczby sprawców przemocy objętych programami korekcyjno-edukacyjnymi

Natomiast w przypadku osób dotkniętych przemocą domową ilość osób korzystających z poradnictwa specjalistycznego jest o wiele większa niż osób stosujących przemoc. Widoczny jest też ogromny wzrost w liczbie udzielonych porad w 2020 r., pomimo zmniejszenia liczby placówek z terenu Suwałk udzielających specjalistycznej pomocy z 4 na 2.²⁷ Może być to związane ze zmianą formy udzielania porad w czasie pandemii z bezpośredniej na telefoniczną i/lub ze zwiększonym doświadczaniem przemocy domowej w sytuacji izolacji społecznej.

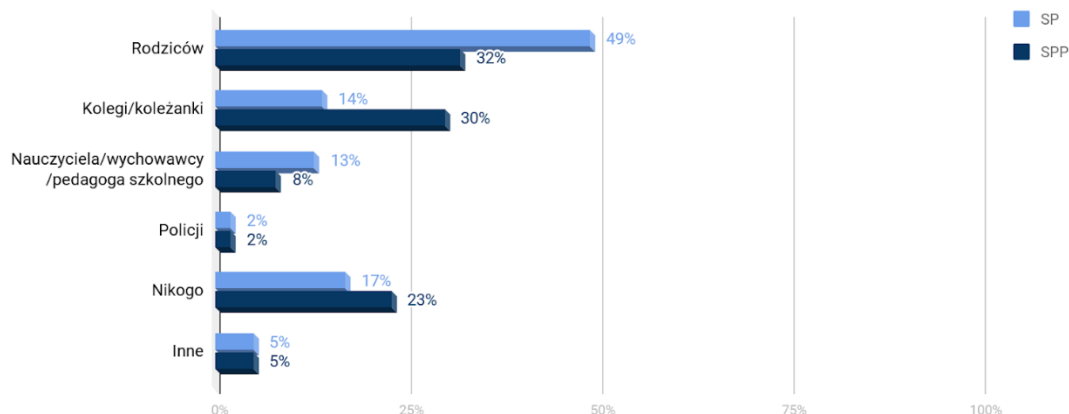
²⁷ Tamże.

Poradnictwo specjalistyczne dla osób dotkniętych przemocą

*Statystyki MOPR w Suwałkach dotyczące poradnictwa specjalistycznego dla osób dotkniętych przemocą domową*

Zapytano zatem uczniów suwalskich szkół do jakich osób zwróciliby się w przypadku osobistego doświadczenia przemocy ze strony innych osób. Większość badanej młodzieży zwróciłaby się o pomoc do rodziców – takiej odpowiedzi udzieliło aż 49% uczniów SP i 32% uczniów SPP. Świadczy to o względnie dużym zaufaniu i o dobrych relacjach uczniów z rodzicami. Duży odsetek starszej młodzieży wskazało również rówieśników (30% uczniów SPP). Należy podkreślić niewielki odsetek osób, które powiadomiłoby Policję i kadrę pedagogiczną, co wskazuje na niewielkie zaufanie do instytucji Policji i szkoły w przypadku poszukiwania pomocy w związku z doświadczaniem przemocy domowej. Duży odsetek uczniów nie powiadomiłoby nikogo ze swojego otoczenia i próbowałoby radzić sobie samemu z doświadczaniem przemocy (17% SP i 23% SPP). Wśród odpowiedzi „inne” znalazły się odpowiedzi dotyczące dalszej rodziny, rodzeństwa, dziadków, pedagoga szkolnego, innych pracowników szkoły, Boga. Wskazuje to na zapotrzebowanie na działania profilaktyczne wśród uczniów dotyczących podniesienia zaufania społecznego do organów pomocy społecznej i istotności poszukiwania pomocy w przypadku doświadczania przemocy domowej.

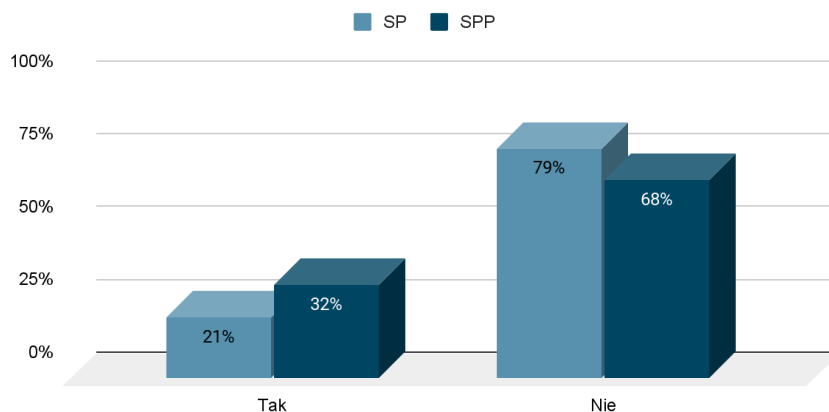
Do kogo byś się zwrócił/a, gdybyś doświadczył/a przemocy?



Poszukiwanie pomocy w syt. doświadczania przemocy

W kolejnym pytaniu zapytano respondentów o doświadczanie przemocy psychicznej w swoim domu. Większość dzieci nie odczuła, aby w ich domach stosowano wobec nich przemoc psychiczną, aczkolwiek aż 32% uczniów SPP i 21% uczniów SP deklaruje różne formy znęcania psychicznego np. wyśmiewania lub poniżania.

Czy doświadczyłeś/aś kiedykolwiek w swoim domu przemocy psychicznej (wyśmiewanie, poniżanie, itp.)?

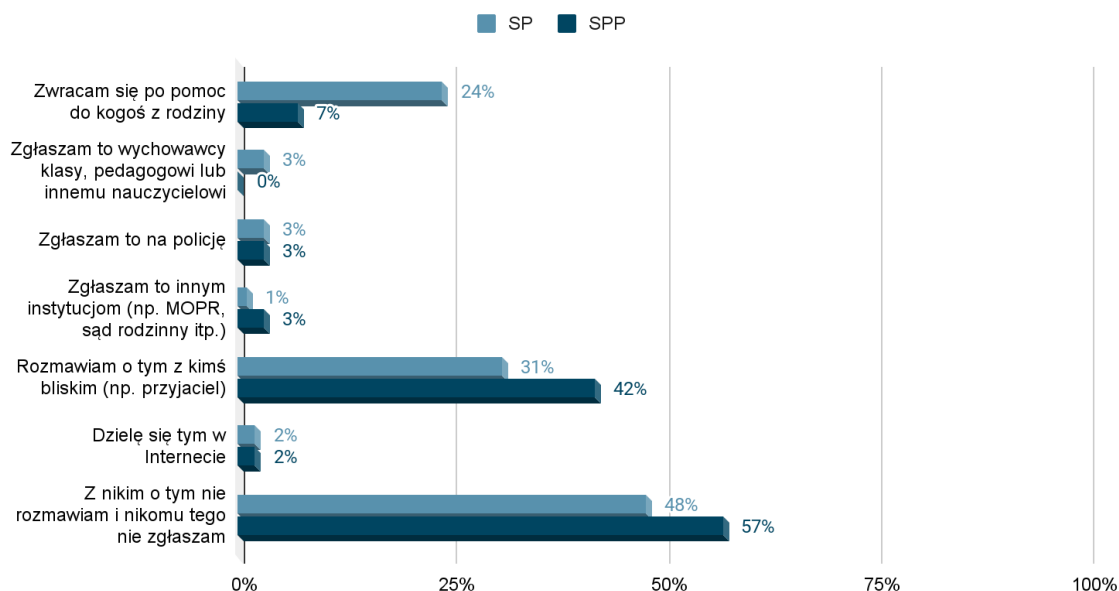


Doświadczenie przemocy psychicznej

Zapytano osoby, które zadeklarowały w poprzednim pytaniu doświadczanie w swoim domu przemocy psychicznej czy poszukują pomocy w związku z doświadczaną przemocą (pytanie wielokrotnego wyboru). Większość uczniów nie mówi o tym fakcie nikomu i nie poszukuje pomocy (48% SP i 57% SPP) lub dzieli się z bliską osobą, np. z przyjacielem (31% SP i 42% SPP). 24% uczniów SP zwraca się o pomoc do kogoś z rodziny. Należy podkreślić, iż dość niski odsetek uczniów poszukuje pomocy w szkole, u organów

ścigania lub w instytucjach pomocy społecznej, które mają za zadanie chronić oraz pomagać nieletnim.

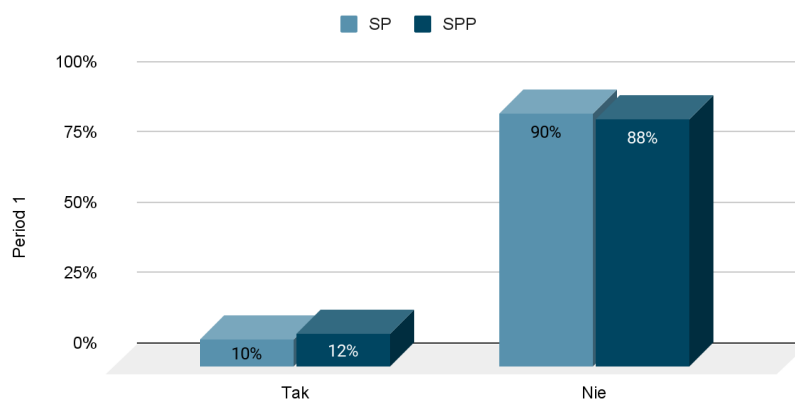
Co robisz w sytuacjach, gdy doświadczasz przemocy psychicznej w domu?



Poszukiwanie pomocy w związku doświadczaniem przemocy psychicznej

Zapytano również uczniów ze szkół w Mieście Suwałki czy kiedykolwiek doświadczyli przemocy fizycznej w swoim domu. Zdecydowana większość badanych stwierdziła, iż nigdy nie doświadczyła przemocy fizycznej w domu. Tylko 10% SP i 12% SPP była ofiarą przemocy fizycznej w domu. Można zatem powiedzieć, że fizyczna przemoc domowa występuje w znikomym stopniu (co również jest ważne, ponieważ każde jednorazowe doświadczenie przemocy jest osobistym cierpieniem dziecka). Należy wziąć pod uwagę margines błędu w tym pytaniu ponieważ, doświadczanie przemocy fizycznej jest sytuacją traumatyczną i często wiąże się z mechanizmami obronnymi w psychice, dlatego często dzieci jej nie zgłaszają i nie poszukują pomocy. Należy też zauważyć, że częściej w domach uczniów występuje przemoc psychiczna niż fizyczna.

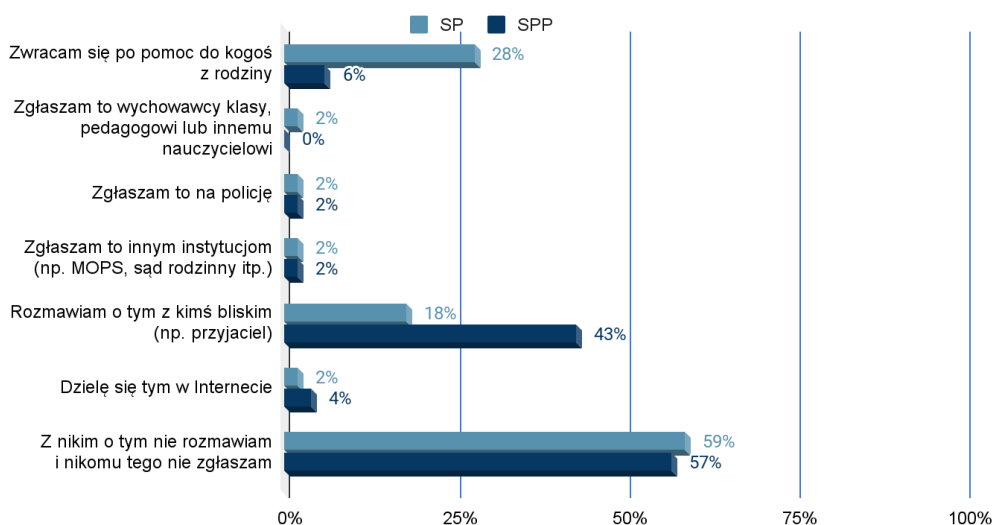
Czy doświadczyłeś/aś kiedykolwiek w swoim domu przemocy fizycznej, w wyniku której miałeś ślady na ciele?



Doświadczenie przemocy fizycznej

Analogicznie do wyników dotyczących przemocy psychicznej największa ilość osób nie zgłasza nikomu faktu doświadczania przemocy fizycznej. 43% SPP i 18% SP rozmawia o tym z bliską osobą i 28% SP prosi o pomoc kogoś z rodziny.

Co robisz w sytuacjach, gdy doświadczasz przemocy fizycznej w domu?

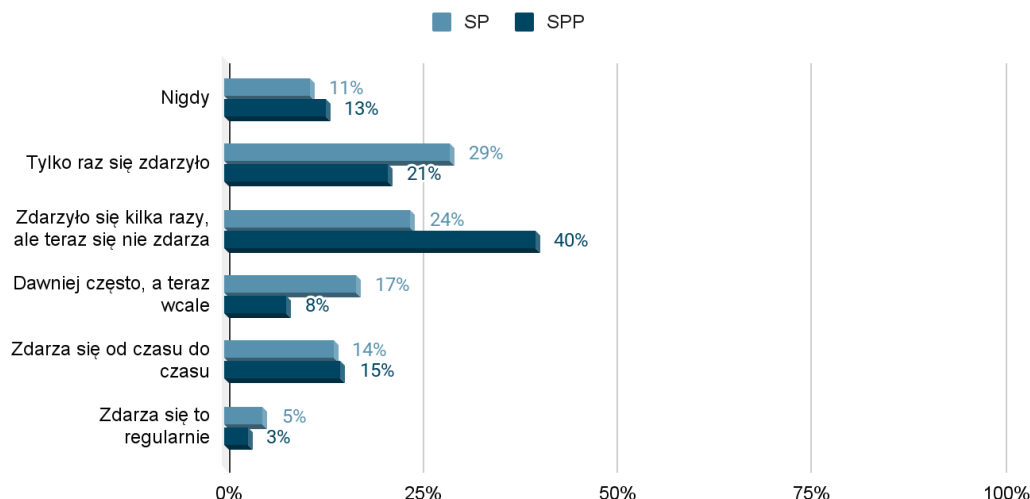


Reakcja na doświadczanie przemocy fizycznej w domu

Poproszono respondentów doświadczających przemocy domowej (w sumie 22% uczniów) o wymienienie częstotliwości doświadczania przemocy fizycznej w domu. Uczniowie najczęściej zgłaszają kilkakrotną przemoc w przeszłości, ale aktualnie już nie (40% SPP i 24% SP), jednorazowo (21% SPP i 29% SP), dawniej często,

ale aktualnie już wcale (17% SP) oraz (nadal się to zdarza od czasu do czasu (15% SPP i 14% SP).

Jak często zdarzają się sytuacje, w których masz ślady powstałe na skutek przemocy fizycznej w domu?



Częstotliwość doświadczania przemocy fizycznej w domu

4.1.2 Przemoc szkolna i cyberprzemoc

Szkoła jest instytucją o charakterze społecznym, w której codziennie spotykają się grupy osób w celu podejmowania określonych czynności edukacyjnych. Grupy te działają wedle z góry określonej, formalnej hierarchii: dyrekcja -> kadra pedagogiczno - wychowawcza -> uczniowie. W grupach klasowych i międzyklasowych, na tzw. „korytarzach”, naturalnie kształcą się grupy nieformalne podlegające własnej hierarchii. W grupach społecznych zarówno formalnych, jak i nieformalnych osoby działają wedle pewnych, wewnętrznych zasad oraz tworzą się różnego rodzaju relacje międzyludzkie. Ze względu na charakter hierarchiczny relacji szkolnych wśród dzieci i młodzieży często wytwarzają się pewne klasyfikacje osób, np.: „kto jest najpopularniejszy, na czyjej opinii uczniom najbardziej zależy, komu nie należy wchodzić w drogę”. W takim środowisku uczniowie, którzy znajdują się „na dole hierarchii” często spotykają się z zachowaniami agresywnymi, które mogą prowadzić do przemocy rówieśniczej. Istotną rolę w strukturach szkolnych odgrywa kadra pedagogiczna, której rolą oprócz nauczania jest również wychowywanie i ochrona dzieci przed destrukcyjnymi zachowaniami, które mogą przeradzać się w przemoc rówieśniczą.

Pionierem badań nad przemocą rówieśniczą jest szwedzki psycholog – Dan Olweus, który w latach 70. XX wieku poświęcił się badaniom konfliktów rówieśniczych prowadzących do zaistnienia różnych form dręczenia, mobbingu, czy też znęcania się (bullying). Dodatkowo aktualnie do rodzajów przemocy rówieśniczej można zaliczyć agresję elektroniczną tzw. cyberbullying, który cechuje się długotrwałym nękaniem z wykorzystaniem nowoczesnych technologii.²⁸ Definicja Olweusa zakłada powtarzanie się aktów przemocy fizycznej lub psychicznej, a także sytuacji, w której ofiara nie ma możliwości obrony (wyłączył z definicji sytuacje zabawowe). Nierównowaga sił jest w tym przypadku również bardzo ważna – sprawca ma z reguły silniejszą pozycję. Zakłada się też intencjonalność zachowania sprawcy.²⁹

Należy podkreślić, że choć słowa „agresja” i „przemoc” są niekiedy w języku potocznym używane zamiennie, to opisują one dwa różne typy zachowań. Agresja jest to świadome, zamierzone działanie, mające na celu wyrządzenie komuś szeroko rozumianej szkody. Natomiast przemoc to zachowanie, w którym strona agresywna wykorzystuje swoją przewagę nad ofiarą i może mieć charakter liczebny, fizyczny, psychiczny i formalny (w relacji władzy np. ośmieszanie ucznia przez nauczyciela na forum klasy).³⁰

W tym opracowaniu zajęto się próbą oszacowania przemocy rówieśniczej w suwalskich szkołach w kontekście czynników ryzyka, czyli zachowań agresywnych, które mogą przeradzać się w długotrwałą i intencjonalną przemoc. Jednakże przemoc jest zjawiskiem dotyczącym indywidualne jednostki, których dotyczą specyficzne sytuacje i środowiska, dlatego istotnym elementem obserwowania tej kwestii społecznej są osoby z bliskiego otoczenia ucznia. Należy więc każdy przypadek podejrzenia przemocy rozpatrywać indywidualnie w celu pomocy osobom dotkniętym tymże zjawiskiem, zarówno ofierze, jak i sprawcy (w formie korekcyjno-edukacyjnej).

W badaniu Instytutu Socjologii UW z 2011 r. oszacowano skalę problemu dręczenia szkolnego w Polsce: jego ofiarami padło 9% polskich uczniów, przy czym podobnie jak w przypadku przemocy jako takiej mamy do czynienia z dużym zróżnicowaniem między poziomami szkolnymi i płcią. Odsetek ofiar dręczenia był wyższy wśród chłopców (10%) niż wśród dziewcząt (7%) i zmniejszał się z wiekiem, to jest wśród uczniów IV do VI klasy szkoły podstawowej wynosił 12%, wśród gimnazjalistów – 10%, a wśród uczniów szkół ponadgimnazjalnych – 5%.³¹

²⁸ Agata Komendant-Brodowska, *Agresja i przemoc szkolna - raport o stanie badań*, Warszawa 2014.

²⁹ Aleksandra Tłuściak-Deliowska, *Mity a rzeczywistość - dręczenie rówieśnicze - cz. II*, w: *Remedium*, nr 5(299)/2018, s.9, ISSN 1230-7769.

³⁰ Agata Komendant-Brodowska, *Agresja i przemoc szkolna - raport o stanie badań*, Warszawa 2014.

³¹ Tamże.

Badanie HBSC z 2011 roku zwraca uwagę na to, że choć w wielu krajach obserwowane jest w ostatnich latach nieznaczne zmniejszenie skali dręczenia, to w niektórych krajach natężenie problemu pozostaje stale na wysokim poziomie. Stabilny poziom natężenia dręczenia szkolnego w Polsce jest obserwowany od pierwszej tury badania, w której polska młodzież wzięła udział, a więc od 1993 roku. Z analizy trendów dla wszystkich państw biorących udział w projekcie HBSC na przestrzeni lat 1993/1994 aż do 2005/2006 wynika, że w tym okresie w Polsce nie nastąpiła żadna zmiana w tym zakresie, a tymczasem na przykład skala problemu w Czechach i w Danii spadła o połowę. Dane wskazują na to, że poziom wiktyimizacji w Polsce pozostawał w pierwszym dziesięcioleciu XXI wieku na niezmiennym poziomie, przy czym w przypadku dziewcząt Polska wciąż wyróżnia się na korzyść na tle innych krajów, a w przypadku chłopców poziom wiktyimizacji zbliżony jest do przeciętnej w badanych krajach.³²

Licea ogólnokształcące są zdecydowanie bezpieczniejszym miejscem niż technika, licea profilowane i szkoły zawodowe, które wyróżniają się spośród innych typów szkół zdecydowanie na niekorzyść, jeśli chodzi o skalę agresji i przemocy.³³

Zaczynając od podstawowych cech szkoły, które w potocznej opinii wiążą się z wysokim natężeniem problemu, skala przemocy, jest podobna na wsi i w miastach, w małych i dużych szkołach.³⁴

Agresja i przemoc szkolna to zjawiska, które rozgrywają się często nie tyle w samej relacji między ofiarą i napastnikiem, ale w pewnym kontekście społecznym. Duże znaczenie dla natężenia problemu dręczenia ma natomiast szeroko pojęty klimat szkoły. Zarówno badania prowadzone zagranicą, jak też w Polsce potwierdzają, że istnieje związek między atmosferą w szkole, a skalą agresji i przemocy w niej występującą.³⁵

Nauczyciele powinni zwrócić szczególną uwagę na relacje, jakie panują między uczniami w klasach oraz przyglądać się ich zachowaniu na przerwach. Dzieci prześladowane bardzo często wstydzą się tego, że są obiektem kpin i nie proszą nikogo o pomoc w rozwiązaniu tego problemu. Tłumią w sobie emocje i starają się same poradzić sobie z zaistniałą sytuacją. Tacy uczniowie często odczuwają strach przed pójściem do szkoły i czują się w niej niekomfortowo. Ich zachowanie w szkole różni się od zachowania innych uczniów, dlatego nauczyciele powinni otoczyć takie dzieci szczególną troską i uwagą, aby pomóc im załagodzić sytuację. Dodatkowo należy też

³² Tamże.

³³ Tamże.

³⁴ Tamże.

³⁵ Tamże.

rozmawiać z dziećmi i młodzieżą szkolną, by uczulić ich na odmiennność innych ludzi i nauczyć bycia tolerancyjnym.

Agresja szkolna może przybierać różne formy, agresorzy mogą mieć różne motywacje do działania, wybierać różne formy działania, atakować innych w sposób sprowokowany lub niesprowokowany i wszystkie tego rodzaju rozróżnienia mogą mieć duże znaczenie zarówno z punktu widzenia analizy skali problemu, ale też z praktycznego powodu - różne typy agresji mogą wymagać różnych działań profilaktycznych.

Można rozróżnić różne typologie agresji szkolnej. Charakter agresji można rozróżnić na (Kirwil, 2004):

- reaktywną - wysokie natężenie gniewu, automatyczne zachowanie impulsywne (agresja sprowokowana, nacechowana dużym natężeniem emocjonalnym);
- proaktywną - uszkodzenie ofiary i korzyści osobiste są celem napastnika, agresor bierze pod uwagę konsekwencje swojego zachowania (agresja planowana, niesprowokowana).

Formy działania można rozróżnić na (Olweus, 2007):

- bezpośrednią, czyli otwarty atak na ofiarę,
- pośrednią, czyli działania prowadzące do wyobcowania danej osoby, wykluczenia jej z grupy (np. plotka, prowokacja, fałszywe oskarżenia, manipulacja itp.).

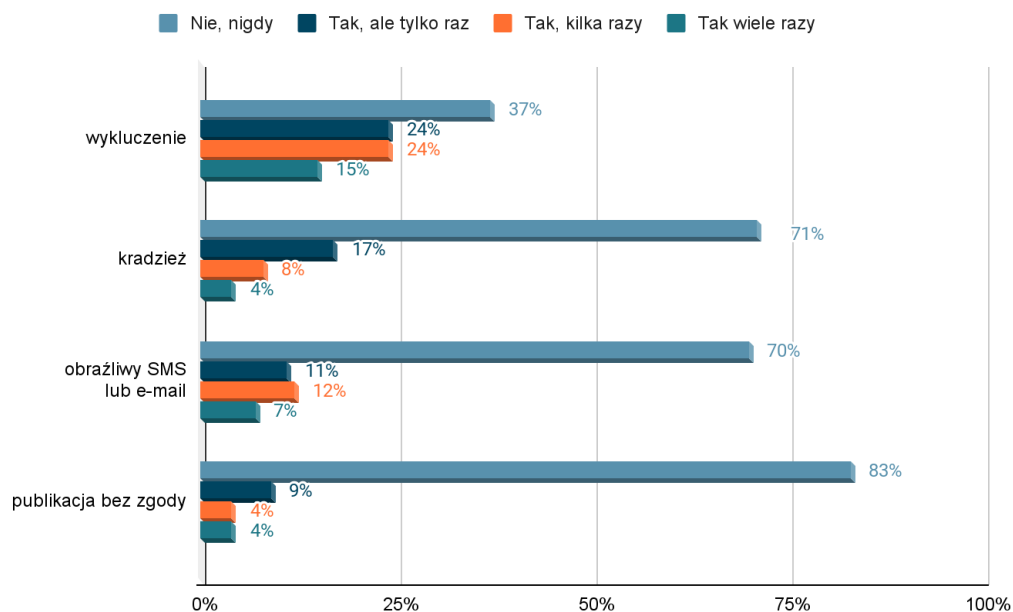
Typ agresji można rozróżnić na (Czapiński, 2019 i Komendant-Brodowska, 2011):

- werbalną - bez fizycznego kontaktu, w bezpośredniej obecności ofiary, np. wyzywanie, przezywanie, wyśmiewanie;
- relacyjną - bez fizycznego kontaktu, celowe działania prowadzące do obniżenia statusu ofiary w grupie, wykluczenia osoby z grupy, np. obmawianie, wykluczanie;
- przymuszanie - zmuszanie (przy użyciu gróźb, siły, manipulacji) atakowanej osoby do zrobienia czegoś, na co nie ma ochoty;
- materialną - przemoc związana z przedmiotami lub pieniędzmi, np. kradzież, zmuszanie ofiary do kupowania czegoś agresorowi, niszczenie przedmiotów należących do ofiary;
- fizyczną - fizyczny kontakt agresora i ofiary, np. potrącenie, przewrócenie, pobicie;

- groźno-fizyczną - groźna przemoc fizyczna, np. silne pobicie (jego skutki wymagają interwencji medycznej), przemoc z użyciem narzędzi, broni, groźenie bronią;
- cyberprzemoc - przemoc z użyciem nowych technologii, np. złośliwy SMS, e-mail, wpis w serwisie społecznościowym, umieszczanie w Internecie zdjęć lub filmów ośmieszających ofiarę;
- seksualną - agresja dotycząca sfery seksualnej, np. podglądanie, próby podejmowania zachowań seksualnych wobec ofiary bez jej zgody.³⁶

Zapytano respondentów o ich osobiste doświadczenia z przemocą w szkole, w różnych możliwych formach. Wyniki wskazują na to, że w szkołach na terenie Miasta Suwałki dochodzi do aktów przemocy. W szkole zdarzają się najczęściej (odpowiedzi „kilka razy” lub „wiele razy”): wykluczenie (39% SP i 29% SPP), uderzenie lub pobicie (24% SP), otrzymanie obraźliwego SMSa lub e-maila (19% SP) oraz zmuszanie do niechcianych czynności seksualnych (18% SP). Można zaobserwować, że najwięcej jednorazowych sytuacji agresywnych deklarowały dzieci ze szkół podstawowych.

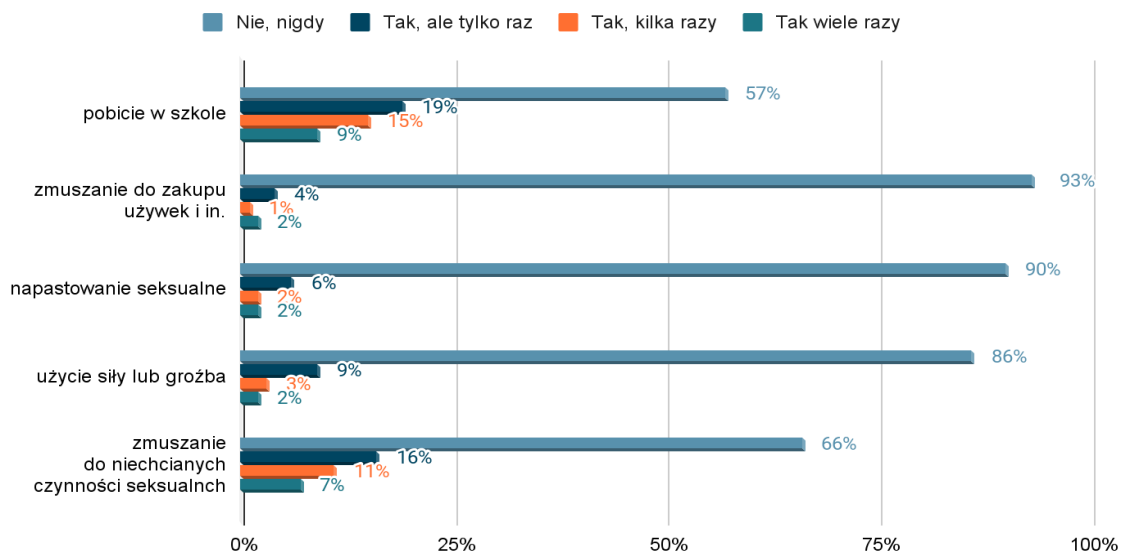
Czy Tobie osobiście zdarzyło się w ciągu ostatniego roku, że:



Formy przemocy w szkole podstawowej cz.1

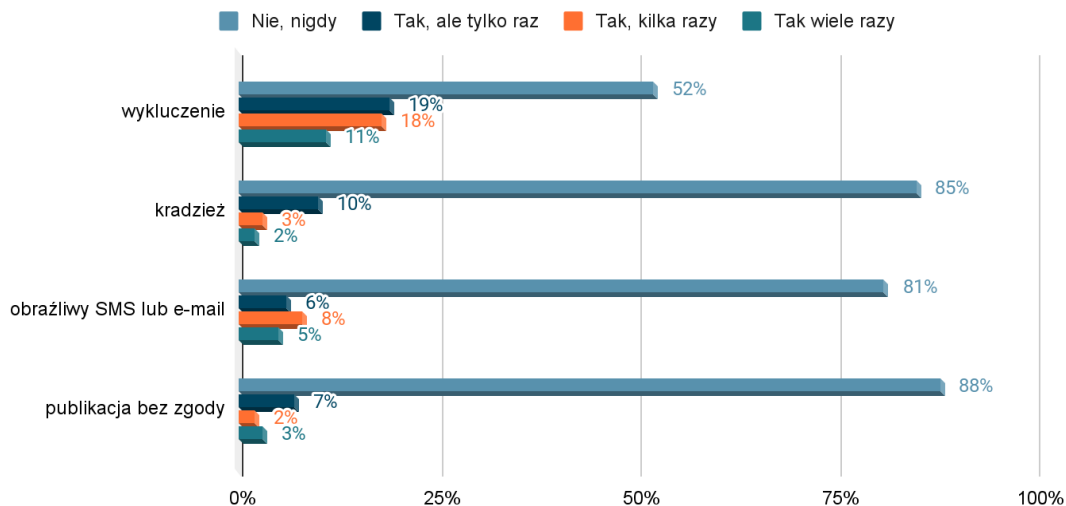
³⁶ Agata Komendant-Brodowska, *Agresja i przemoc szkolna - raport o stanie badań*, Warszawa 2014.

Czy Tobie osobiście zdarzyło się w ciągu ostatniego roku, że:



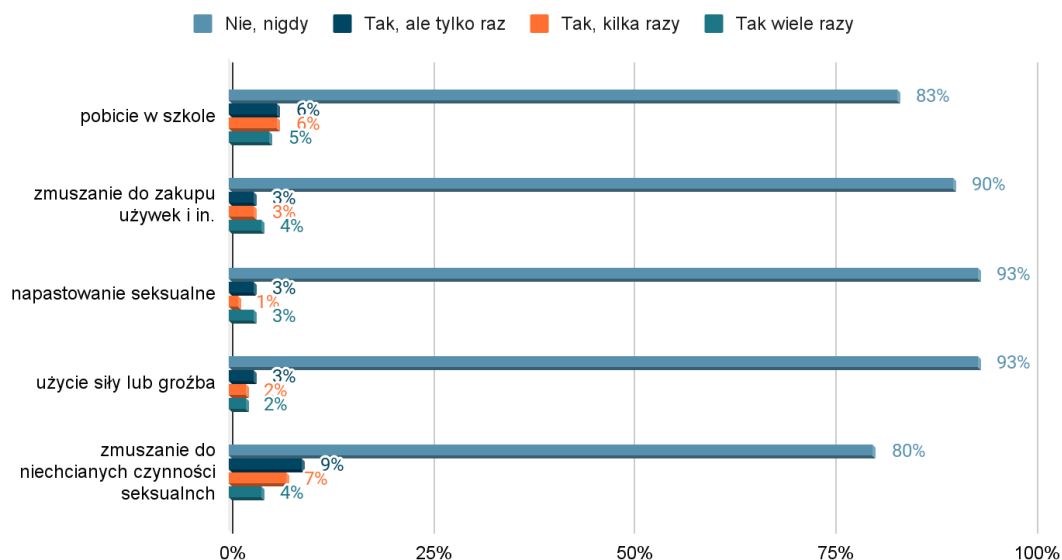
Formy przemocy w szkole podstawowej cz.2

Czy Tobie osobiście zdarzyło się w ciągu ostatniego roku, że:



Formy przemocy w szkole ponadpodstawowej cz.1

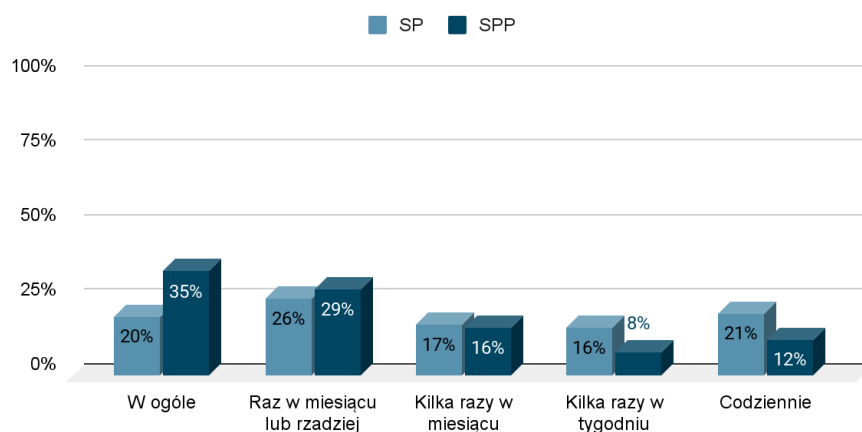
Czy Tobie osobiście zdarzyło się w ciągu ostatniego roku, że:



Formy przemocy w szkole ponadpodstawowej cz.2

Istotnym zagadnieniem jest również, to czy dzieci i młodzież szkolna jest lub była kiedykolwiek świadkiem przemocy/cyberprzemocy w swojej szkole, nawet jeśli ta przemoc nie była skierowana personalnie do samego ucznia. Zapytano respondentów o ich doświadczenia z przemocą w szkole.

Jak często obserwujesz przemoc/cyberprzemoc w swojej szkole?



Bycie świadkiem przemocy/cyberprzemocy w szkole

55% respondentów nigdy nie było świadkiem przemocy szkole, natomiast 26% uczniów SP i 29% uczniów SPP deklaruje obserwację przemocy szkolnej raz w miesiącu lub rzadziej. Należy podkreślić, że aż 21% uczniów SP zauważa codziennie przemoc w swojej szkole.

Dopytano uczniów wobec kogo najczęściej stosowana jest przemoc w ich szkole. W grupie uczniów SP najczęściej padły następujące odpowiedzi:

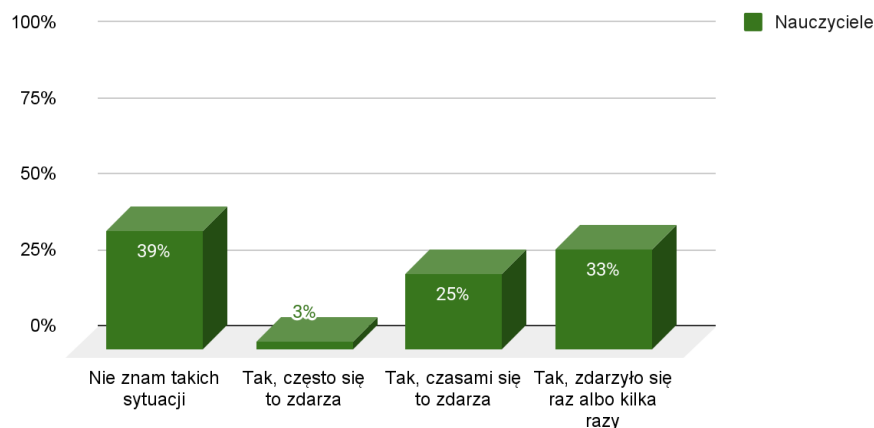
- zarówno wobec młodszych, jak i starszych rówieśników,
- wobec osób słabszych,
- wobec osób z różnego rodzaju problemami psychicznymi i emocjonalnymi,
- przez osoby w okresie dojrzewania, które nie potrafią kontrolować swoich emocji,
- zarówno wobec dziewczyn, jak i chłopaków,
- wobec osób wyróżniających się na tle grupy,
- wobec osób lepiej uczących się.

W grupie SPP najczęściej padły następujące odpowiedzi:

- wobec osób o alternatywnych poglądach,
- przemoc stosowana pomiędzy szkołą podstawową a licealistami, z obu stron,
- wobec słabszych i nieśmiałych osób,
- wobec pierwszoklasistów,
- nauczycieli.

Zapytano nauczycieli z suwalskich szkół o występowanie w ich placówce sytuacji agresywnych zachowań uczniów w stosunku do nauczycieli. 39% respondentów nie było świadkiem takich sytuacji. Natomiast aż 25% odpowiedziało, że czasami zdarzają się przypadki agresywnych zachowań wobec kadry pedagogicznej, z czego 3% wskazało, że często i 33% - jednorazowo lub kilkakrotnie.

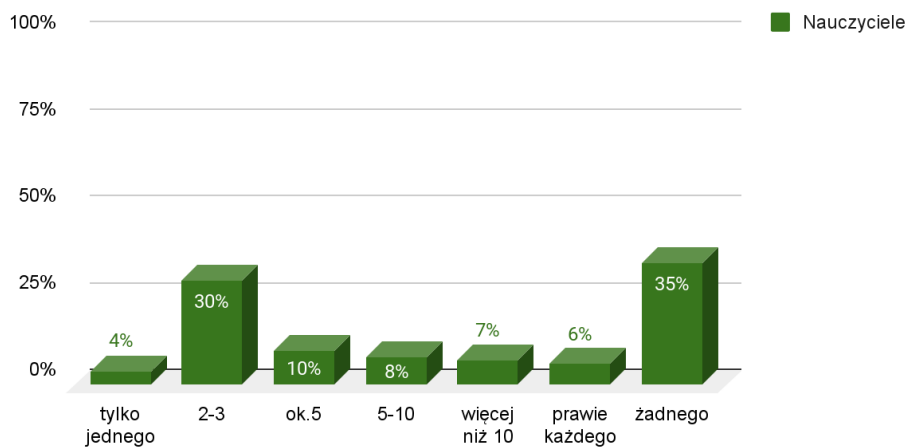
Czy znane Ci są w Twojej szkole przypadki agresywnego zachowania uczniów w stosunku do nauczycieli?



Agresywne zachowanie uczniów wobec kadry pedagogicznej

W kolejnym pytaniu doprecyzowano jakiej liczby osób dotyczy problem agresji ze strony uczniów. Aż 30% badanych wskazało na 2 lub 3 nauczycieli, 10% ok. 5, 8% od 5 do 10, 7% więcej niż 10 oraz 6% prawie każdego nauczyciela. Wydaje się, że agresja uczniów w stosunku do kadry pedagogicznej to dosyć istotny problem w suwalskich szkołach.

Ilu nauczycieli z Pani/Pana szkoły dotyczy problem agresji ze strony uczniów?



Ilość nauczycieli dotkniętych problem agresji ze strony uczniów

4.2 Używanie substancji psychoaktywnych

4.2.1 Alkohol

Kolejnym blokiem tematycznym w kwestionariuszu ankietowym były pytania związane z używaniem alkoholu. Według badań ESPAD z 2019 roku napoje alkoholowe są najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną wśród młodzieży szkolnej, podobnie jak ma to miejsce w dorosłej części społeczeństwa. Natomiast problem alkoholowy wykazuje trend pozytywny w porównaniu do wyników z wcześniejszych lat. Rozpowszechnienie picia wykazuje trend spadkowy. W ostatnich latach podobnie jest z formami picia ekscesywnego. Spadają także frakcje badanych deklarujących łatwy dostęp do napojów alkoholowych, zmniejsza się ekspozycja na propozycje alkoholu oraz zakup napojów alkoholowych. Badani w coraz większych odsetkach oceniają picie alkoholu jako zachowanie ryzykowne. Powoli przeformułują swoje entuzjastyczne oczekiwania wobec alkoholu. Mimo tendencji spadkowej wskaźników picia alkoholu przez gimnazjalistów,³⁷ rozpowszechnieniu picia w tej grupie daleko jeszcze do spełnienia postulatów abstynencyjnego paradygmatu profilaktyki adresowanej do niepełnoletnich. Biorąc pod uwagę coraz bardziej liberalne podejście rodziców do picia alkoholu przez ich pociechy można obawiać się o trwałość pozytywnego trendu w rozpowszechnieniu picia przez młodzież.³⁸

Respondentom zadano kilka pytań sprawdzających ich świadomość i wiedzę o problemie alkoholowym. Wiedza ta jest niezbędna do przeprowadzania dalszych działań profilaktycznych w szkołach.

Uczniowie i nauczyciele oceniali prawdziwość zdania „Alkohol w piwie jest inny i mniej groźny niż w wódce”. Oczywiście alkohol jest tą samą substancją, bez znaczenia, w jakim napoju się znajduje. Różnice polegają jedynie na jego stężeniu w poszczególnych napojach. Opinie stwierdzające, że alkohol znajdujący się w wódce jest bardziej groźny od tego zawartego w piwie lub winie, wskazują na brak świadomości istniejących zagrożeń wynikających ze spożywania jakiegokolwiek formy napojów procentowych.

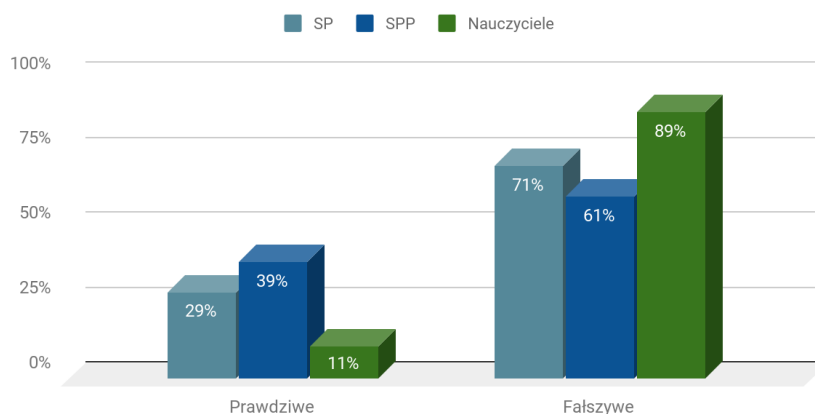
Uzyskane odpowiedzi wskazują na świadomość szkodliwości alkoholu u większej części dzieci SP oraz u kadry pedagogicznej. Jednak 29% SP i aż 39% SPP nie zdaje sobie sprawy, że alkohol, bez różnicy na procent jego zawartości, jest tą samą substancją, wywołującą takie same skutki. Wyniki są tożsame z badaniami ogólnopolskimi,

³⁷ Aktualnie dotyczy to grupy uczniów klas 7-8 szkoły podstawowej.

³⁸ Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2019 r. ESPAD.

mianowicie odsetek osób uznających powyższe zdanie za prawdziwe wzrasta wraz z wiekiem. Wydaje się to być świadectwem racjonalizacji decyzji przez osoby chętnie sięgające po niskoprocentowe napoje „wyskokowe”, także w sytuacjach, gdy jest to niewskazane.

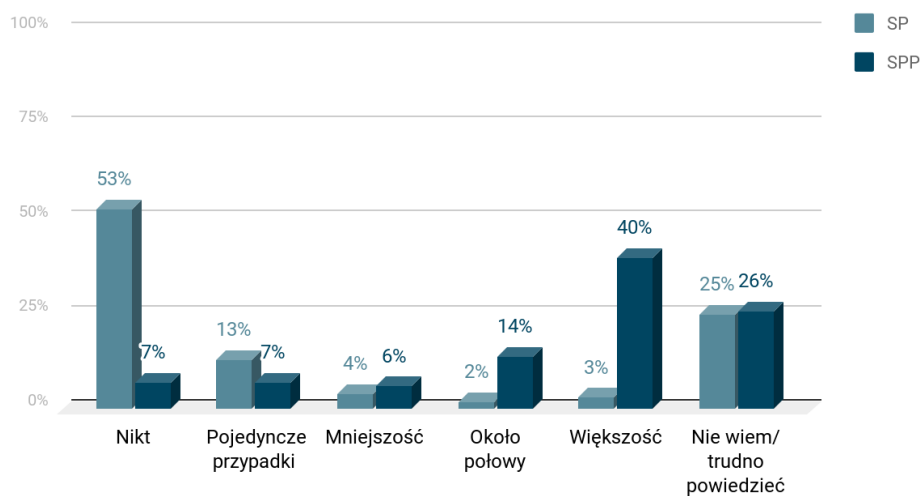
Czy, Twoim zdaniem, stwierdzenie: „alkohol w piwie jest inny i mniej groźny niż w wódce” jest...?



Opinia dotycząca zawartości alkoholu w piwie i innych trunkach

W celu rozpoznania kierunku trendu spożywania alkoholu wśród młodzieży z suwalskich szkół zapytano o ilość rówieśników respondentów, którzy piją alkohol. Wśród młodzieży uczącej się w szkołach podstawowych 22% zna kogoś ze swoich rówieśników, kto pije już alkohol. Natomiast wśród uczniów ze szkół ponadpodstawowych aż 67% badanych deklaruje używanie napojów alkoholowych przez ich rówieśników, z czego 40% wskazuje na większość swoich kolegów i koleżanek! Świadczy to o kontakcie dość dużej grupy młodzieży z napojami alkoholowymi. Spożywanie alkoholu wśród tak młodych osób z pewnością wymaga podjęcia odpowiednich działań profilaktycznych.

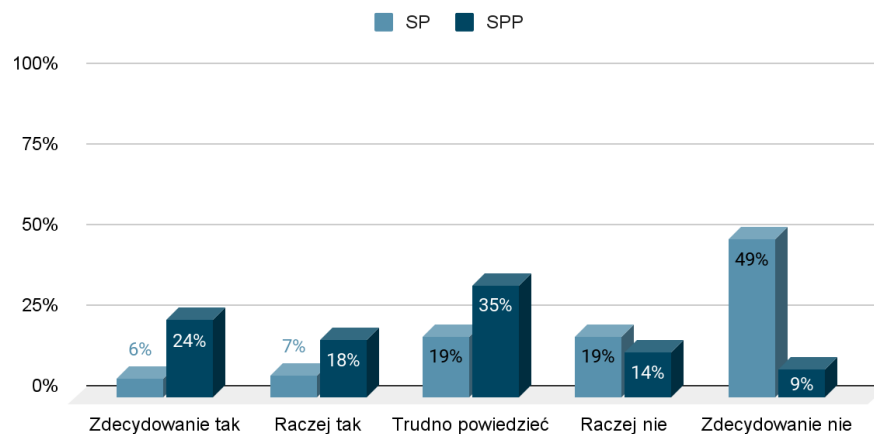
Ilu Twoich kolegów/koleżanek pije alkohol?



Alkohol wśród znajomych badanych dzieci

W celu potwierdzenia wyników wcześniejszego pytania poproszono badanych uczniów, aby określili czy picie alkoholu jest modne wśród ich rówieśników. 68% SP określiła, iż nie jest to modne zjawisko, natomiast aż 42% uczniów SPP wskazało, że picie alkoholu jest modne wśród ich znajomych.

Czy Twoim zdaniem picie alkoholu wśród Twoich rówieśników jest modne?



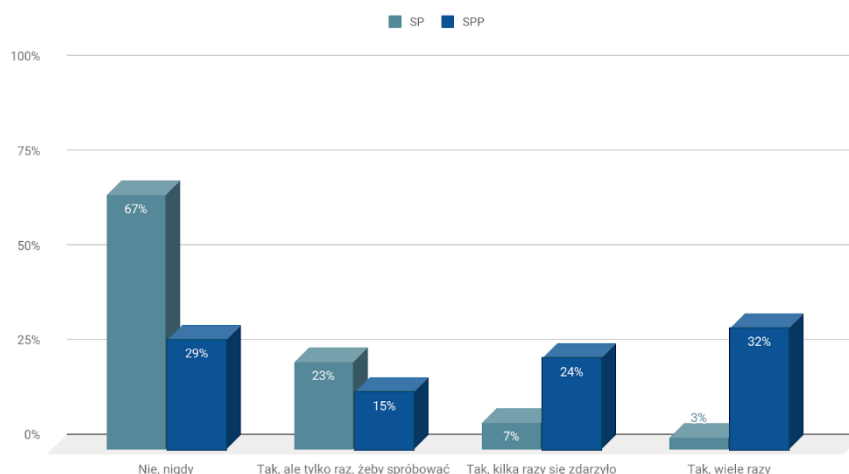
Opinia dotycząca mody na picie alkoholu

Kolejne pytanie dotyczyło osobistych kontaktów młodzieży z alkoholem. Aż 56% badanych uczniów SPP przyznało się do kilkukrotnego lub wielokrotnego picia alkoholu

w przeszłości. Natomiast 33% uczniów SP jest już po pierwszej inicjacji alkoholowej, z czego 10% próbowało napojów wysokokowych więcej niż raz.

Z powyższych danych wynika, że wskazane jest, aby podjąć działania, zapobiegające zbyt wczesnej inicjacji alkoholowej młodych mieszkańców Miasta Suwałki.

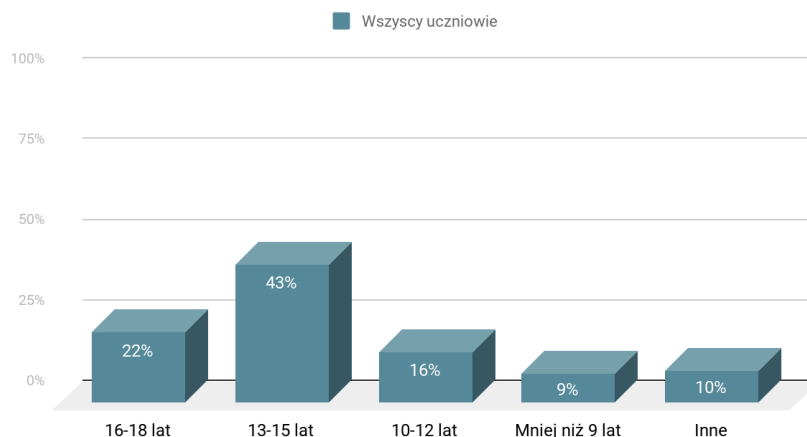
Czy kiedykolwiek piłeś alkohol?



Osobiste doświadczenia z alkoholem u dzieci

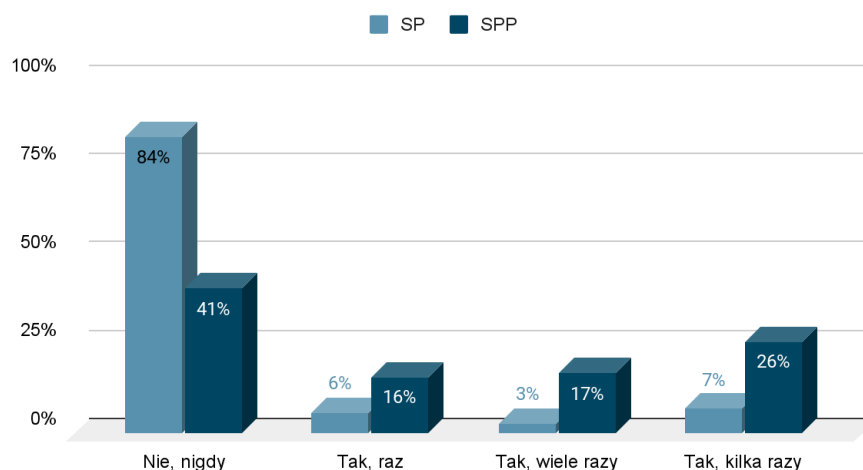
Na kolejne pytania o sposób używania alkoholu odpowiadali tylko ci uczniowie, którzy przyznali, że zdarzyło im się już pić alkohol (33% SP i 71% SPP). Zapytaliśmy bowiem dzieci i młodzież o wiek inicjacji alkoholowej. Wczesny wiek inicjacji alkoholowej jest poważnym czynnikiem ryzyka dla problemów natury zarówno zdrowotnej, jak i rozwojowej młodych ludzi. Okazuje się, że w grupie uczniów, którzy kiedykolwiek próbowali alkoholu z pierwszą próbą picia miały do czynienia mając 13-15 lat (43%), a w następnej kolejności 16-18 lat (22%) i 10-12 lat (16%). Mając mniej niż 9 lat alkoholu spróbowało 9% odpowiadających. 10% respondentów nie pamięta kiedy pierwszy raz spróbowali alkoholu lub podało wiek niezgodny z prawdą np. „56”.

W jakim wieku po raz pierwszy spróbowałeś/aś alkoholu?

*Inicjacja alkoholowa dzieci i młodzieży*

Zapytano również, czy uczniom zdarzyło się być w stanie upojenia alkoholowego. Znaczna większość uczniów SP (84%) nigdy się nie upiła, natomiast aż 59% uczniów SPP piło alkohol do stanu upojenia alkoholowego. Wyniki wskazują, że dosyć mała grupa uczniów SP jest już po pierwszej inicjacji alkoholowej, aczkolwiek nie do stanu znacznego upojenia się. Natomiast w starszej grupie wiekowej większa liczba osób piła już alkohol do stanu upojenia.

Czy kiedykolwiek się upiłeś/aś?

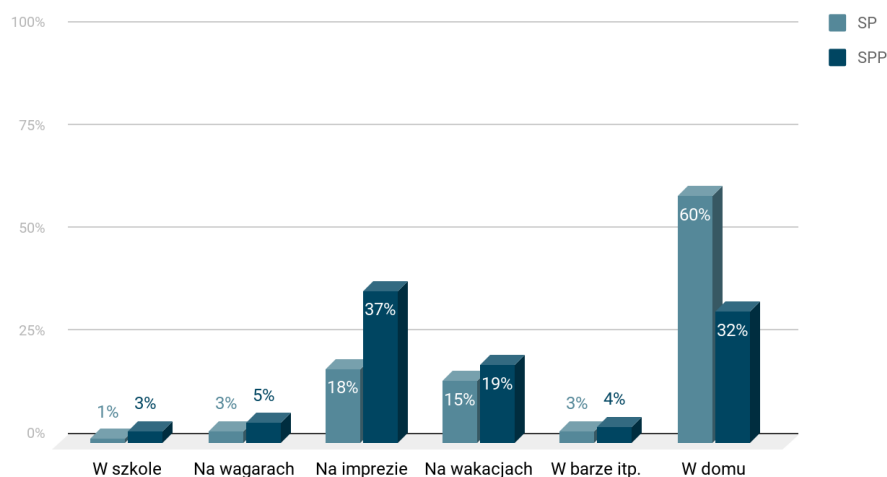
*Znaczne upojenie alkoholowe u dzieci*

Następne pytanie dotyczyło miejsca, w którym po raz pierwszy uczniowie spróbowali alkoholu. Przeważająca część uczniów SP spróbowała alkoholu w domu (60%), natomiast w przypadku uczniów SPP było to na imprezie (37%) i również w domu (32%),

a następnie podczas wakacji (19 SPP%). Można przypuszczać, że pierwsze picie alkoholu wiąże się z czasem, kiedy kontrola rodziców jest mała, bądź wręcz przeciwnie – pod ich nadzorem. Warto pracować nad uświadamianiem rodziców o zagrożeniach związanych z uczeniem dzieci nawyku sięgania po alkohol.

Wnioski płynące z badań ESPAD prowadzonych we Wrocławiu w 2019 pokazują, że ważnym czynnikiem chroniącym młodzież przed piciem napojów alkoholowych są prawidłowe postawy rodzicielskie, a w szczególności brak przyzwolenia na picie napojów alkoholowych, przynajmniej do czasu osiągnięcia pełnoletności. Około połowy starszych klas szkół podstawowych nie spotyka się ze strony swoich rodziców z jednoznacznym zakazem picia alkoholu.³⁹

W jakiej sytuacji pierwszy raz spróbowałeś/aś alkoholu?

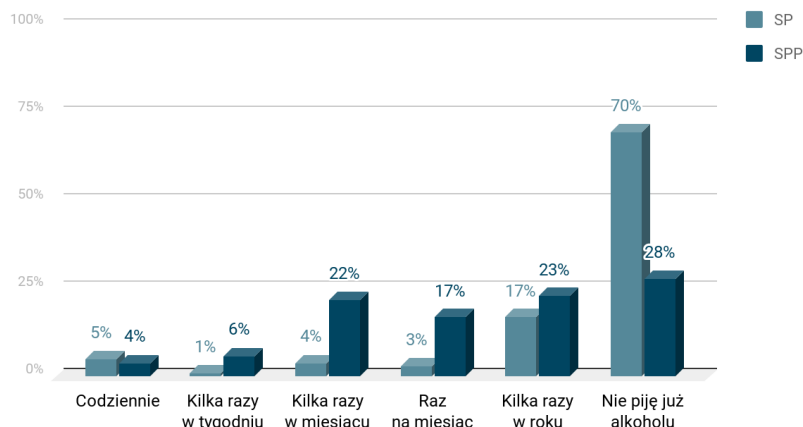


Pierwszy kontakt dzieci z alkoholem

Kolejne pytanie dotyczyło częstotliwości picia alkoholu wśród dzieci, które zadeklarowały picie alkoholu w przeszłości. Większość dzieci SP nie pije już alkoholu, natomiast duża część uczniów SPP nadal spożywa alkoholu kilka razy w roku (23%), kilka razy w miesiącu (22%) lub raz na miesiąc (17%).

³⁹ *Tamże.*

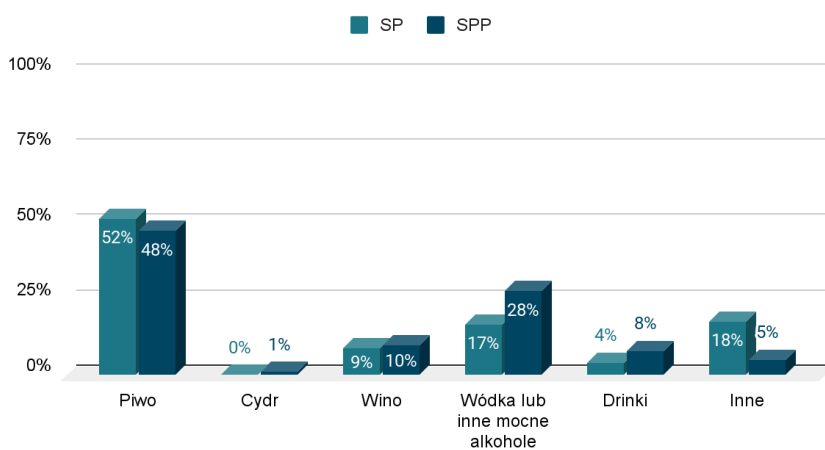
Jak często pijesz alkohol?



Częstotliwość picia alkoholu przez dzieci

W kolejnym pytaniu doprecyzowano po jakiego rodzaju alkoholu uczniowie sięgają najczęściej. W większości jest to piwo (52% SP i 48% SPP), następnie wódka lub inne mocne alkohole (17% SP i 28% SPP) oraz wino (9% SP i 10% SPP). Pośród odpowiedzi inne znalazły się odpowiedzi tj. „piwo bezalkoholowe”, „szampan”, „likier”, „bimber”, „spirytus”, „denaturat”.

Jaki alkohol pijesz lub piłeś/aś najczęściej?



Rodzaj alkoholu pity przez dzieci i młodzież

4.2.2 Nikotyna

Palenie tytoniu jest uznane jako czynnik zwiększający ryzyko rozwoju wielu chorób, które zaliczane są do najczęstszych przyczyn zgonów. Zarówno w Polsce, jak i w innych krajach, wspólnym wysiłkiem Światowej Organizacji Zdrowia, instytucji rządowych oraz organizacji pozarządowych, podejmowanych jest wiele działań w celu przeciwdziałania epidemii palenia tytoniu. Wśród nich ważną rolę odgrywa monitorowanie używania tytoniu przez ludzi w różnym wieku oraz badanie ich wiedzy, przekonań oraz opinii na tematy związane z paleniem tytoniu.⁴⁰

Palenie tytoniu jest zachowaniem mniej powszechnym niż picie alkoholu. W badaniach ankietowych ESPAD z 2011 r. średnio 54% uczniów w krajach uczestniczących w projekcie zadeklarowało, że przynajmniej raz w życiu paliło papierosy, a 28% oświadczyło, że paliło papierosy w ciągu ostatnich 30 dni.⁴¹ W Polsce chociaż raz w życiu paliło 49,9% gimnazjalistów i 65,5% uczniów ze starszej grupy. W czasie ostatnich 30 dni przed badaniem paliło 23% uczniów z grupy młodszej i 35,5% ze starszej. Palenie tytoniu jest obecnie podobnie rozpowszechnione wśród dziewcząt, jak wśród chłopców.⁴²

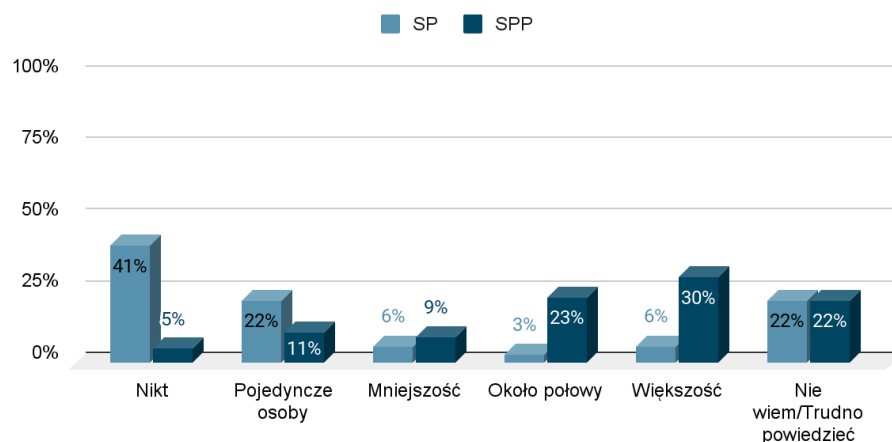
Zadaliśmy suwalskim uczniom kilka pytań odnośnie okoliczności związanych z paleniem papierosów. Najpierw zapytano o przybliżoną liczbę rówieśników, która pali wyroby nikotynowe, w tym e-papierosy. W przypadku uczniów SP 41% wskazało, że nikt nie pali papierosów a w następnej kolejności 22% są to pojedyncze osoby. 22% SP nie potrafiło odnieść się do tego pytania. Natomiast 30% uczniów SPP wskazało, że większość ich kolegów i koleżanek pali papierosy, 23% zaznaczyło odpowiedź „około połowy” i podobnie jak w grupie młodszych uczniów 22% nie wie ilu ich rówieśników korzysta z wyrobów nikotynowych.

⁴⁰ Wyniki badań HBSC 2010, Raport techniczny.

⁴¹ Raport ESPAD z 2011 r. *Używanie substancji przez uczniów w 36 europejskich krajach*.

⁴² J. Sierosławski, *Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2019r.*, Warszawa, 2020.

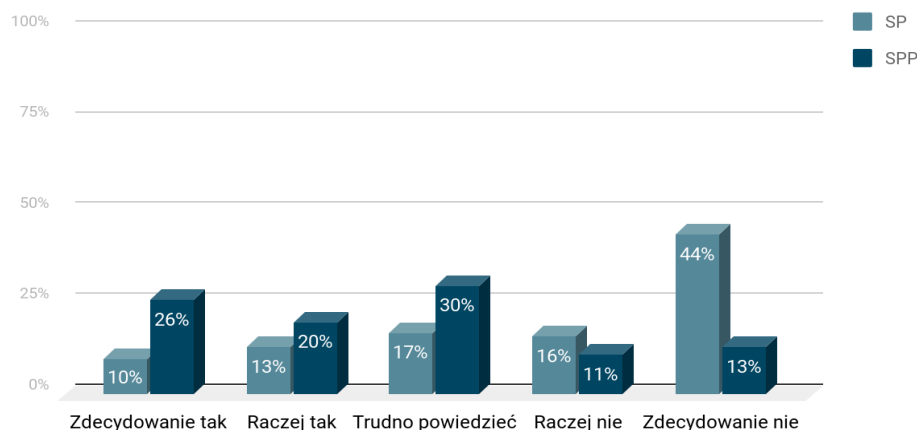
Ile Twoich kolegów/koleżanek z klasy pali papierosy/e-papierosy?



Liczba rówieśników palących wyroby nikotynowe

Następnie poproszono uczniów o podzielenie się opinią czy palenie papierosów tradycyjnych lub elektronicznych jest wciąż trendem wśród ich rówieśników. W sumie 46% uczniów SPP i 23% uczniów SP potwierdza, że palenie wciąż jest modne i pozostaje wartością cenioną, która może służyć za element zdobywania popularności w środowisku. Duża część uczniów SP (60%) uważa, że palenie nie jest modne wśród ich rówieśników.

Czy, Twoim zdaniem, palenie papierosów wśród Twoich rówieśników jest modne?

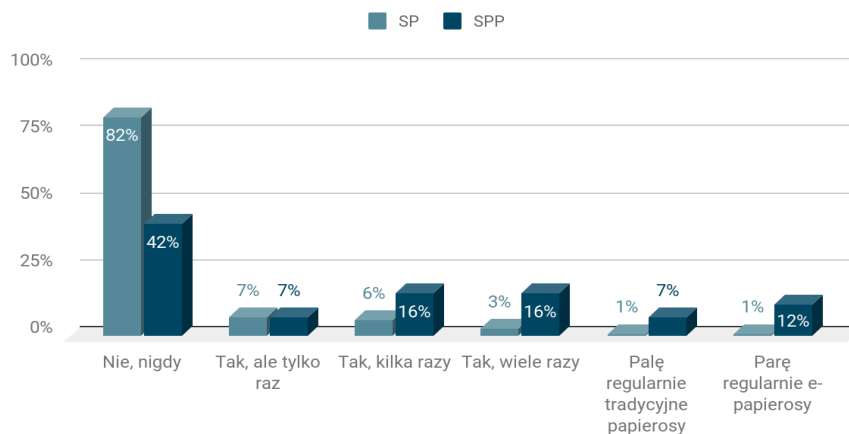


Moda na palenie wśród dzieci i młodzieży

Kolejnym pytaniem było czy ankietowani uczniowie kiedykolwiek sięgnęli po wyroby tytoniowe. Zdecydowana większość uczniów SP (82%) nie spróbowała do tej pory

papierosów. Natomiast 58% uczniów SPP jest już po inicjacji nikotynowej, z czego 19% pali regularnie.

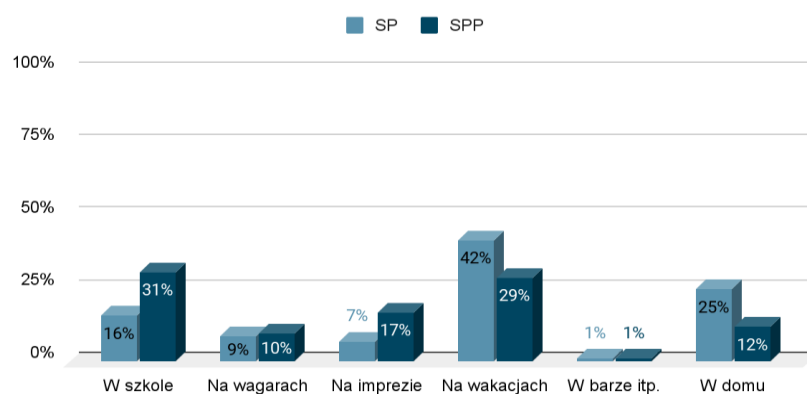
Czy kiedykolwiek paliłeś/aś papierosy (w tym także e-papierosy)?



Palenie wyrobów nikotynowych

Kolejne pytanie dotyczyło sytuacji i/lub miejsca pierwszej inicjacji nikotynowej wśród uczniów. Większość uczniów SP deklarowała spróbowanie nikotyny na wakacjach (42% SP), w domu (25%) oraz w szkole (16%). W przypadku uczniów SPP najwięcej osób spróbowowało papierosów w szkole (31%), na wakacjach (29%) oraz na imprezie (17%).

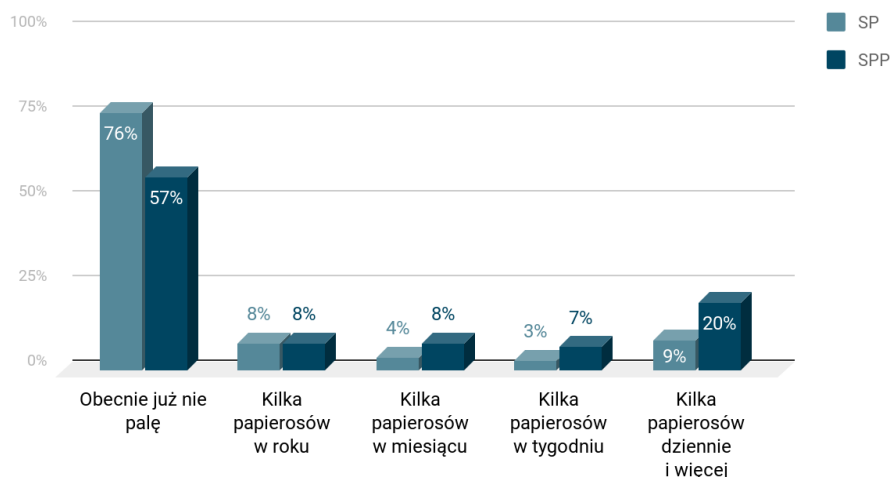
W jakiej sytuacji po raz pierwszy miałeś/aś kontakt z papierosami?



Miejsce inicjacji nikotynowej u dzieci i młodzieży

W kolejnym pytaniu poproszono respondentów, którzy zadeklarowali palenie wyrobów nikotynowych o zaznaczenie jak długo używają papierosów. Większość badanych uczniów obecnie już nie pali papierosów (76% SP i 57% SPP), natomiast 20% uczniów SPP przyznaje, że pali kilka papierosów dziennie lub więcej.

Jak często palisz papierosy?



Okres palenia papierosów u dzieci i młodzieży

4.2.3 Narkotyki i dopalacze

Wyniki badania ESPAD z 2019 r. wskazują na znacznie niższy poziom rozpowszechnienia używania substancji nielegalnych, niż legalnych, zwłaszcza alkoholu i tytoniu. Większość badanych nigdy po substancje nielegalne nie sięgała. Wśród tych, którzy mają za sobą takie doświadczenia większość stanowią osoby, które co najwyżej eksperymentowały z marihuaną lub haszyszem. Chociaż raz w ciągu całego życia używało tych substancji 21,4% młodszych uczniów i 37% starszych uczniów. Na drugim miejscu pod względem rozpowszechnienia używania substancji nielegalnych wśród uczniów gimnazjów była amfetamina (4,2%), a wśród uczniów szkół wyższego poziomu – ecstasy (5,1%). Aktualne, okazjonalne używania substancji nielegalnych, czego wskaźnikiem jest używanie w czasie ostatnich 12 miesięcy, także stawia marihuanę lub haszysz - przetwory konopii na pierwszym miejscu pod względem rozpowszechnienia. W klasach trzecich gimnazjów używało tych środków ponad 16,7% uczniów, w klasach drugich szkół ponadgimnazjalnych – 29,6%. Zarówno eksperymentowanie z substancjami nielegalnymi, jak ich okazjonalne używanie było bardziej rozpowszechnione wśród chłopców niż wśród dziewcząt.⁴³

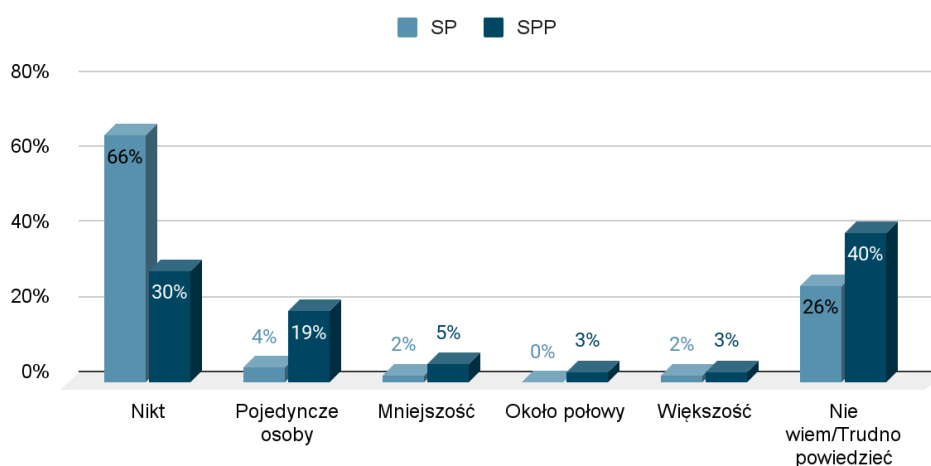
Rozpowszechnienie używania nowych substancji psychoaktywnych, czyli tzw. „dopalaczy” jest niższe niż przetworów konopii. Wśród gimnazjalistów 5,2%, a wśród starszych uczniów 5,3% używało kiedykolwiek tych substancji. Używanie nowych

⁴³ Tamże.

substancji psychoaktywnych jest bardziej rozpowszechnione wśród chłopców niż wśród dziewcząt.⁴⁴

Zapytano uczniów suwalskich szkół ilu ich rówieśników miało kontakt już z narkotykami lub nowymi substancjami psychoaktywnymi jakimi są dopalacze. 66% uczniów SP i 30% uczniów SPP wskazało, że nikt. 19% uczniów SPP uważa, że tylko pojedyncze osoby miały kontakt z narkotykami. Natomiast 26% SP i 40% SPP nie potrafiła odnieść się do tego pytania.

Ile Twoich kolegów/koleżanek z klasy miało kontakt z narkotykami?

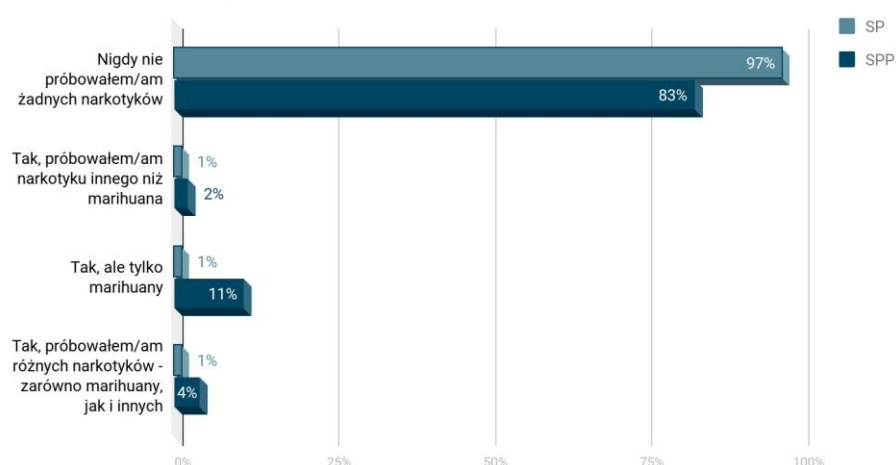


Narkotyki wśród rówieśników

⁴⁴ Tamże.

Kolejne pytanie dotyczyło osobistego kontaktu młodzieży z narkotykami. Potwierdzono mały kontakt uczniów z tymi środkami – 97% SP i 83% SPP nigdy nie zażyło narkotyku lub dopalaczy. 11% uczniów SPP wskazało, że próbowało substancji psychoaktywnej, ale była to tylko i wyłącznie marihuana. Ze względu na nikły procent uczniów, którzy używali narkotyków pominięto w analizie kolejne pytania dotyczące form spożywania substancji.

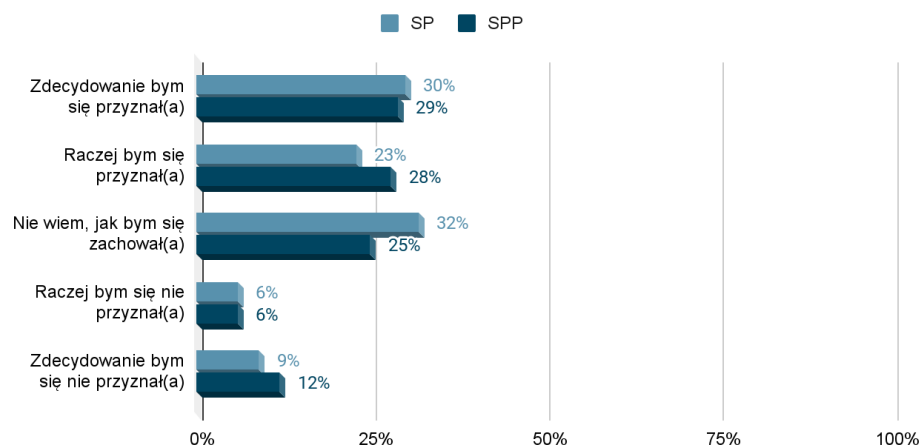
Czy próbowałeś/aś kiedykolwiek substancji uznawanej za narkotyki (w tym również marihuany i dopalaczy)?



Zażywanie narkotyków przez dzieci i młodzież

Pytania o nielegalne substancje psychoaktywne są dosyć wrażliwe i mogą być obarczone błędem, w związku z tym dodano pytanie kontrolne i zapytano respondentów czy jeśli kiedykolwiek zażyliby substancję uznawaną za narkotyk to czy przyznaliby się w tej ankiecie. Większość badanych odpowiedziałaby zgodnie z prawdą, ale znaczna część uczniów nie wie jakby się zachowała, co może potwierdzać brak kontaktu z tymi substancjami wśród sporej liczby uczniów.

Jeżeli zażył(a)byś kiedykolwiek substancję uzawaną za narkotyk (np. marihuanę), to przyznał(a)byś się do tego w tej ankiecie?



Skala kłamstwa – narkotyki

4.2.4 Energetyki

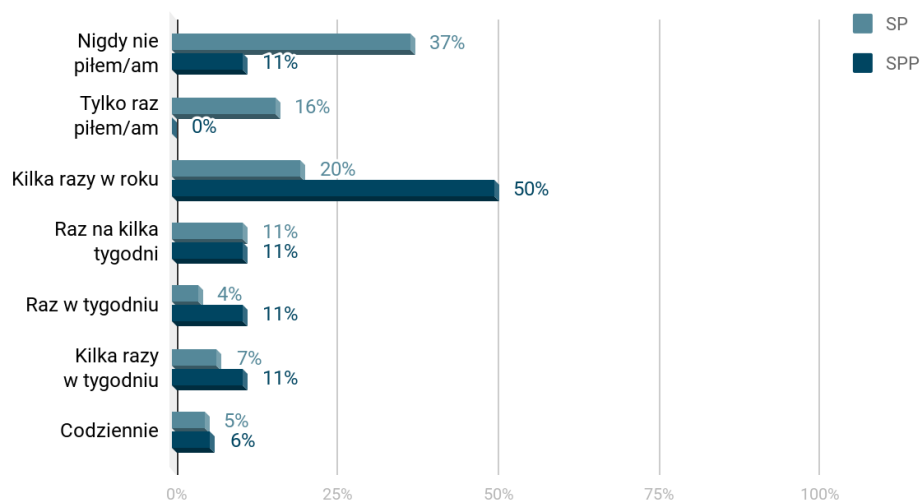
Inne istniejące zagrożenie, to picie napoi energetyzujących, które zawierają groźne dla dzieci i młodzieży ilości kofeiny. Ze względu na wysokie stężenie substancji pobudzających (tj. kofeina czy tauryna), energetyki są często przyjmowane w celu poprawy koncentracji i zwiększenia wydolności organizmu. Jednakże, nie powinny być spożywane przez dzieci, ponieważ mogą powodować długotrwałe konsekwencje zagrażające zdrowiu, a nawet życiu. Udokumentowano negatywny wpływ energetyków na układ sercowo-naczyniowy, ze względu na znaczne podnoszenie ciśnienia tętniczego krwi. Dodatkowo regularne spożywanie większych dawek wpływa stymulująco na rozwijający się u dzieci układ nerwowy, przez co mogą pojawiać się objawy rozdrażnienia, niepokoju, napady lękowe, bezsenność czy zaburzenia koordynacji ruchowej⁴⁵. Należy pamiętać, że spożywanie napojów energetycznych jest czynnością behawioralną związaną z innymi czynnikami ryzyka, tj. stres, nadmierne obciążenie obowiązkami czy podatność na uzależnienia od substancji psychoaktywnych.

⁴⁵ Źródło: <https://www.gov.pl/web/psse-siemiatyczne/czym-sa-napoje-energetyczne-jak-dzialaja-na-organizm-dzieci-i-mlodziezy>.

<https://www.profilaktykawmalopolsce.pl/centrum-wiedzy-dzieci/973-czy-napoje-energetyczne-sa-szkodliwe-dla-zdrowia>; dostęp z dn.20.02.2022.

W kolejnym pytaniu poproszono badanych o określenie jaka jest popularność tych napojów na terenie Miasta Suwałki. Z odpowiedzi wynika, że napoje energetyczne są dosyć popularne wśród uczniów, z czego większą popularność mają wśród starszych uczniów – 89% uczniów SPP oraz 63% uczniów SP wskazało, że kiedykolwiek pili energetyki.

Jak często pijesz energetyki (np. Red Bull, Tiger, Black,Burn)?



Popularność energetyków wśród dzieci i młodzieży

4.2.5 Leki

Z badania ESPAD w 2019 r. wynikało, iż w porównaniu do korzystania z narkotyków wśród młodzieży jeszcze rzadziej zdarza się przyjmowanie leków uspokajających lub nasennych bez przepisu lekarza. Takie doświadczenia, chociaż raz w życiu, stały się udziałem 15,1% uczniów z młodszej kohorty i 18,3% ze starszej kohorty. Sięganie po te leki jest bardziej rozpowszechnione wśród dziewcząt niż wśród chłopców.⁴⁶

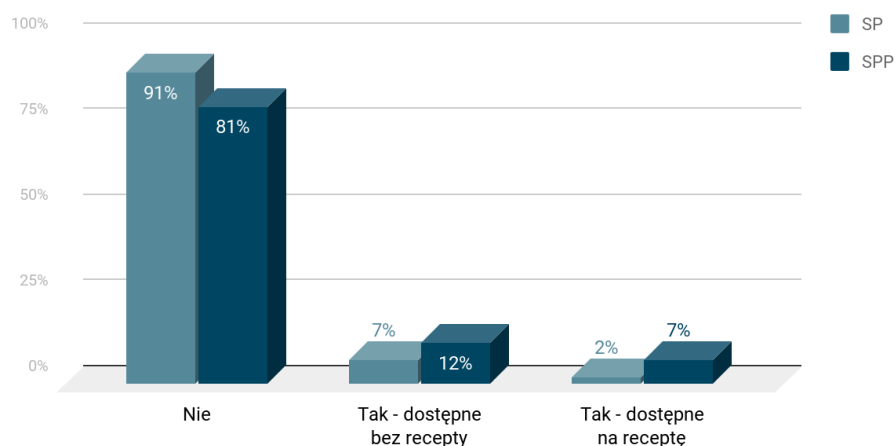
Jednakże w badaniach międzynarodowych ESPAD z 2011 roku wynikało, że przynajmniej jednokrotne użycie leków uspokajających bez przepisu lekarza najczęściej deklarowano na Litwie, w Monako i w Polsce (ok. 14% badanych uczniów).⁴⁷

⁴⁶ Tamże.

⁴⁷ Raport ESPAD z 2011 r. Używanie substancji przez uczniów w 36 europejskich krajach.

Sprawdzono również sposób używania leków u dzieci i młodzieży z suwalskich szkół. Przebadani uczniowie nie wykazują problemu z nadużywaniem lekarstw. Tylko 7% SPP i 2% SP stosuje leki uspokajające i nasenne dostępne na receptę, bez przepisu lekarza. Oznacza to, że dzieci i młodzież pozyskały leki, które dostępne są na receptę z innego źródła niż z przepisu lekarza np. zabrały rodzicom lub dostały od znajomych. Natomiast 12% SPP i 7% SP korzysta z bezpiecznych, ziołowych leków dostępnych bez recepty.

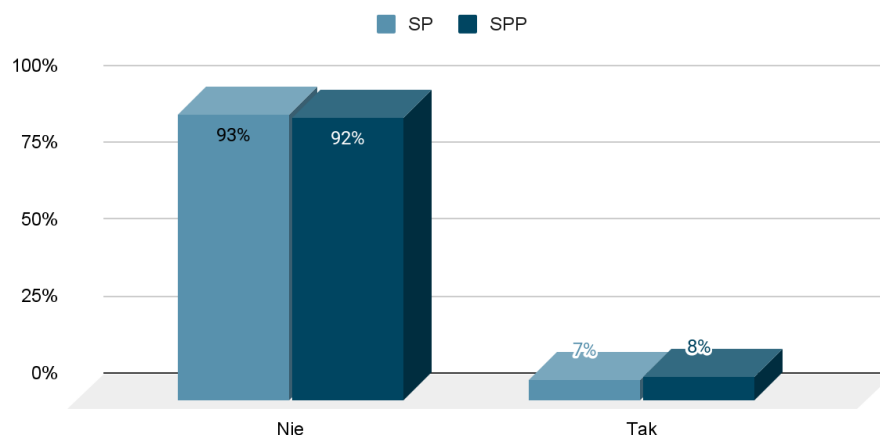
Czy kiedykolwiek w życiu zażywałeś leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza?



Zażywanie leków uspokajających i nasennych przez dzieci i młodzież

Dodatkowo zapytano uczniów czy kiedykolwiek zażywali leki przeciwbólowe w celu odurzenia się. Przeważająca większość uczniów zarówno ze szkół podstawowych, jak i ponadpodstawowych zaprzeczyła, iż korzystała kiedykolwiek z leków na ból w innym celu.

Czy kiedykolwiek w życiu zażywałeś leki przeciwbólowe w celu odurzenia się?



Zażywanie leków przeciwbólowych w celu odurzenia się przez dzieci i młodzież

4.3 Zagrożenia behawioralne

4.3.1 Hazard

Sektor gier i zakładów wzajemnych w Polsce, obejmuje takie formy działalności jak: loterie pieniężne, gry liczbowe, zakłady wzajemne, salony gry bingo, kasyna, salony gry na automatach, punkty gry na automatach o niskich wygranych. Gry hazardowe uprawiać można w Internecie oraz poprzez uczestnictwo w loteriach SMS.

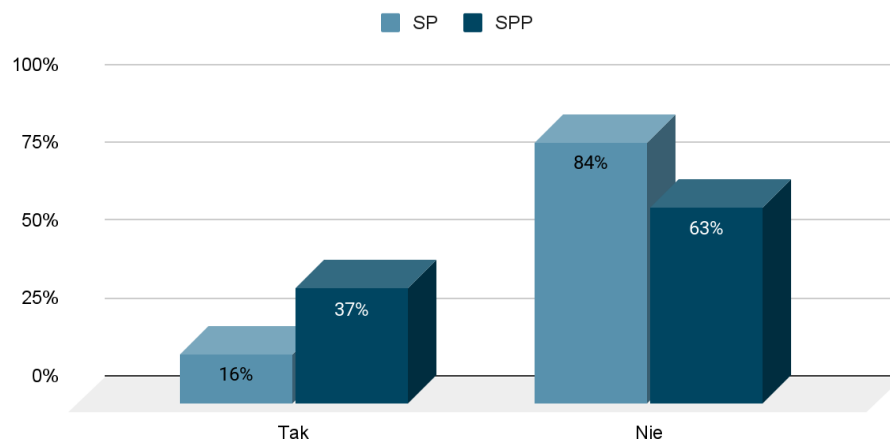
Okolo jedna piąta uczniów grała, chociaż raz w życiu, w gry hazardowe, tj. takie gdzie stawia się pieniądze i można je wygrać. W czasie ostatnich 30 dni takie zachowanie zadeklarowało 5,5% uczniów trzecich klas gimnazjów i 7,9% uczniów drugich klas szkół ponadgimnazjalnych. Można szacować, że ok. 1% młodzieży może być zagrożonych hazardem problemowym.⁴⁸

W kolejnej części sondażu zadano respondentom pytania dotyczące ich doświadczeń z hazardem, w celu oszacowania zagrożeń społecznych w danej populacji. W pierwszym pytaniu poproszono o określenie czy badani w ciągu ostatnich 12 miesięcy grali w jakiejkolwiek gry na pieniądze. 16% SP oraz 37% SPP miało takie doświadczenie. Przeważająca część osób ze szkół podstawowych oświadczyła, iż nie grała w tego typu

⁴⁸ J. Sierosławski, *Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2019r.*, Warszawa, 2020.

gry w ciągu ostatniego roku, natomiast w grupie starszych uczniów zauważalne są już pierwsze doświadczenia hazardowe.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy grałeś/aś w jakieś gry na pieniądze?



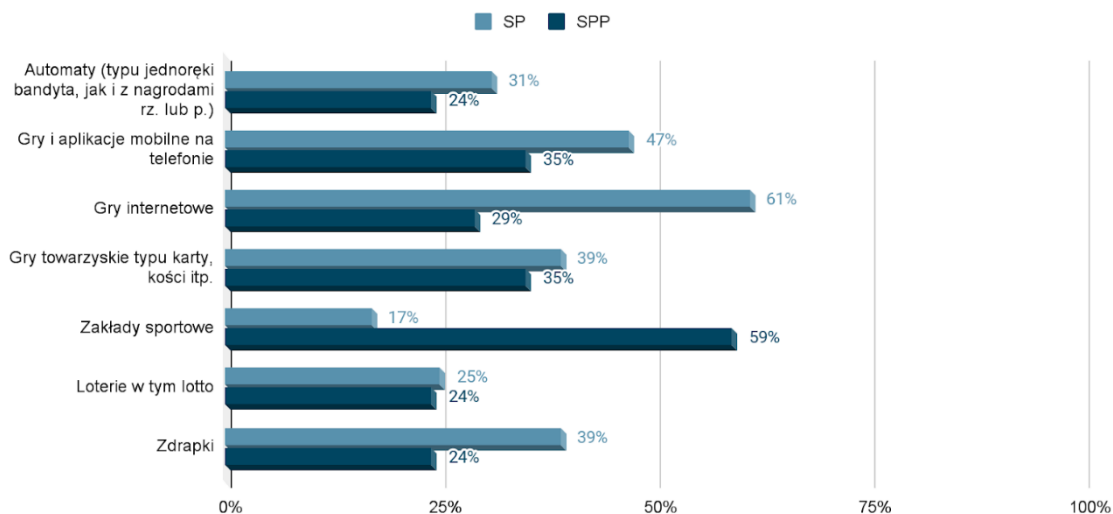
Granie w gry na pieniądze w ostatnim roku

Następnie poproszono badanych, którzy zadeklarowali granie w gry na pieniądze w ciągu ostatniego roku (16% SP i 37% SPP) o doprecyzowanie form tych zachowań. Najpierw zapytano o typy gier, w których uczestniczyli respondenci (pytanie wielokrotnego wyboru).

Większość uczniów SP, bo aż 61% grała w gry internetowe. Następnie 47% osób grało w gry i aplikacje mobilne na telefonie, po 39% w zdraпки oraz w gry towarzyskie typu karty, kości. Jako kolejne wskazano (31%) gry na automatach typu „jednoręki bandyta”, jak i z nagrodami rzeczowymi lub pieniężnymi i loterie typu lotto (25%). Najmniej osób brało udział w zakładach sportowych (17%).

W przypadku grupy uczniów SPP największa liczba osób grała w zakłady sportowe – 59%. W następnej kolejności, podobnie jak w grupie SP po 35% osób grało w gry i aplikacje mobilne na telefonie oraz w gry towarzyskie typu karty, kości. Następnie grano w gry internetowe (29%) oraz po 24% grano w zdraпки, w gry na automatach typu „jednoręki bandyta”, jak i z nagrodami rzeczowymi lub pieniężnymi oraz w loteriach typu lotto.

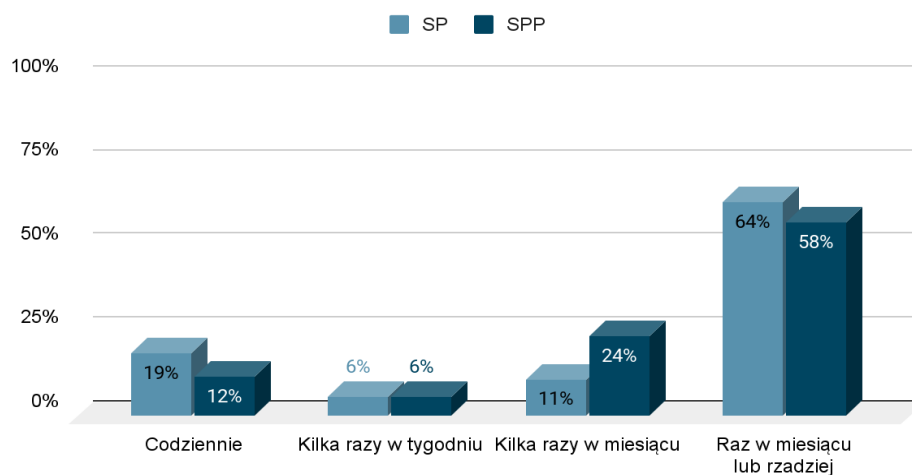
Jakie to były gry?



Typy gier na pieniądze

W kolejnym pytaniu poproszono osoby grające w gry na pieniądze o doprecyzowanie częstotliwości grania. Zdecydowana większość osób zadeklarowała granie raz w miesiącu lub rzadziej – 64% SP i 58% SPP. W następnej kolejności uczniowie SPP wskazali kilka razy w miesiącu – 24% i codziennie (12%), a uczniowie SP codziennie (19%) i kilka razy w miesiącu – 11%.

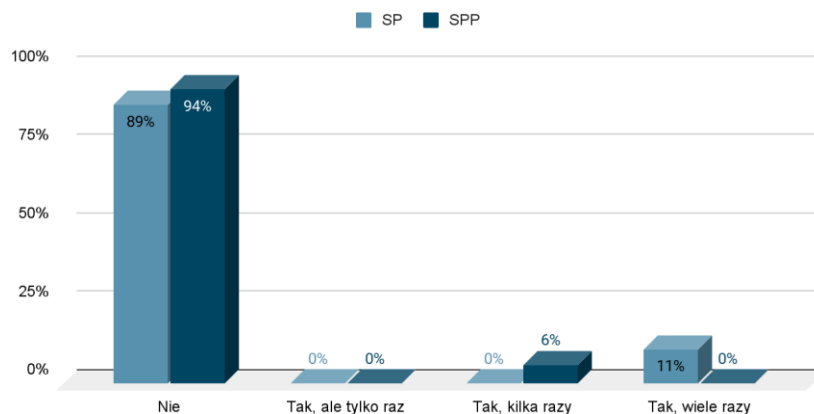
Jak często grasz w gry na pieniądze?



Częstotliwość grania w gry na pieniądze

Następnie dopytano czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy osoby grające w gry na pieniądze próbowały ukryć ten fakt przed rodziną lub przyjaciółmi. Zdecydowana większość odpowiedziała, że nie ukrywała faktu grania przed swoimi bliskimi – 89% SP i 94% SPP.

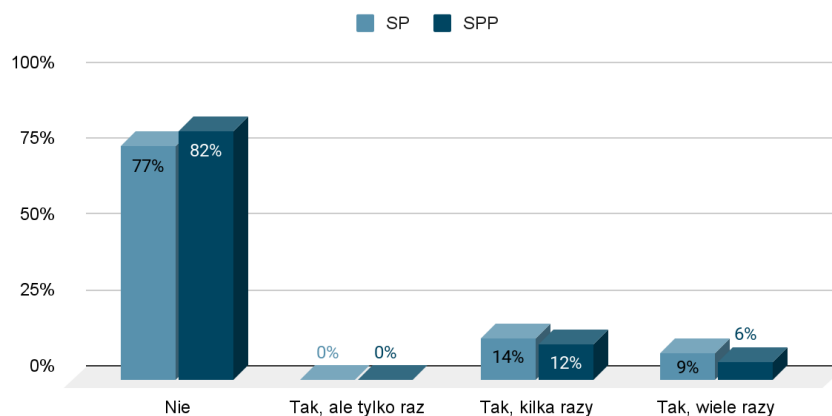
Czy w trakcie ostatnich 12 miesięcy próbowałeś/aś ukrywać przed rodziną lub przyjaciółmi fakt, że grasz w gry na pieniądze?



Ukrywanie faktu grania w gry w ostatnim roku

Kolejne pytanie skierowane do osób grających w gry hazardowe dotyczyło kwestii braku pieniędzy na granie w tego typu gry. 77% SP i 82% SPP nie brakowało pieniędzy oraz nie zastanawiali się nad sposobem ich zdobycia w celu grania w gry, natomiast 14% SP i 12% SPP – kilkakrotnie oraz 9% SP i 6% SPP – wielokrotnie.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzało się, że brakowało Ci pieniędzy na takie gry i zastanawiałeś/aś się, jak je zdobyć?

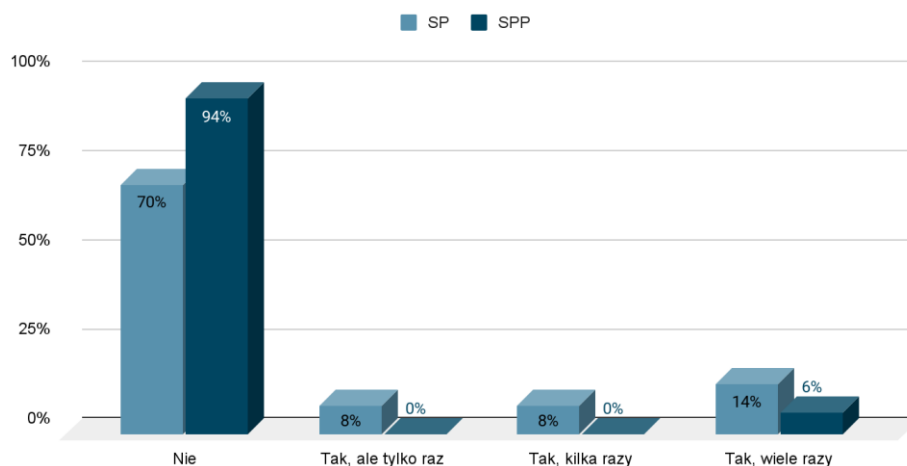


Brak pieniędzy na granie w gry w ostatnim roku

W ostatnim pytaniu poproszono o przypomnienie sobie czy osoby, które grały w gry na pieniądze czuły się w ostatnim roku bezsilne, poirytowane lub niespokojne,

gdy próbowały ograniczyć lub rzucić granie w tego typu gry. W grupie SPP większość wskazało, że nie miało takich odczuć (94%), natomiast w grupie SP 30% miało, w tym 14% - wielokrotnie oraz po 8% kilkakrotnie lub tylko 1 raz.

Czy w trakcie ostatniego roku czułeś się bezsilny/a, poirytowany/a lub niespokojny/a, gdy próbowałeś/aś rzucić lub ograniczyć gry na pieniądze?



Odczucia wobec rzucenia gier w ostatnim roku

4.3.2 Korzystanie z Internetu i kontakt z pornografią

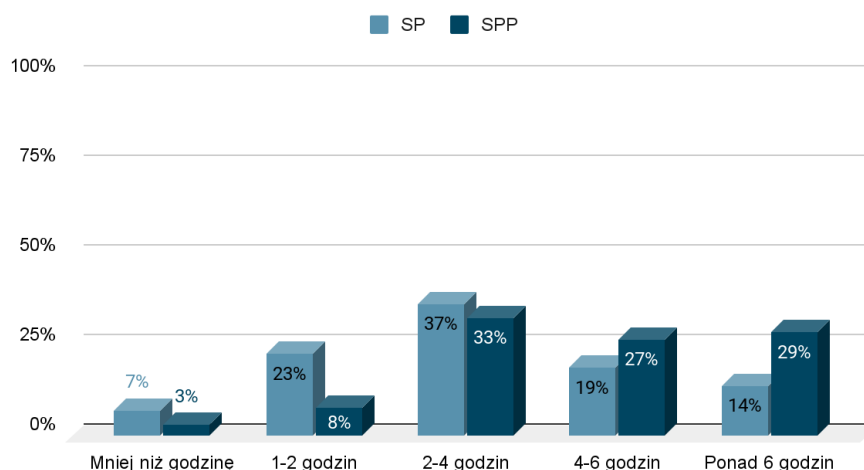
Według wyników badania „Nastolatki 3.0” obserwowany jest stały wzrost liczby godzin przeznaczanych przez młodzież na korzystanie z Internetu. Obecnie nastolatki spędzają w sieci średnio 4 godziny i 50 minut dziennie (2014 r. – 3 godziny 40 minut, 2018 r. – 4 godziny 12 minut). W dni wolne od zajęć szkolnych czas ten wydłuża się średnio do 6 godzin i 10 minut. Co szósty nastolatek w dni wolne (16,9%) intensywnie korzysta z Internetu w godzinach nocnych (po godzinie 22:00). Rodzice nie doszacowują czasu, jaki ich nastoletnie dzieci spędzają w Internecie, oraz nie kontrolują korzystania z sieci w godzinach nocnych. W opinii rodziców ich dzieci korzystają z sieci średnio 3 godziny i 38 minut. Jedynie 1,8% rodziców wskazuje, że ich dzieci korzystają z Internetu w czasie przeznaczonym na sen (po 22:00).⁴⁹

W kolejnej serii pytań sondażowych w suwalskich szkołach poszukiwano odpowiedzi dotyczących patologicznego korzystania z Internetu wśród badanej społeczności.

⁴⁹ Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom, *Wskazówki dla samorządów gminnych dotyczące realizacji zadań z zakresu uzależnień behawioralnych, stanowiących element gminnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych i przeciwdziałania narkomanii.*

W pierwszym pytaniu poproszono o wskazanie ilości godzin spędzanych w przestrzeni wirtualnej. Najwięcej osób zadeklarowało codzienne spędzanie czasu w Internecie w wymiarze 2-4 godzin (37% SP i 33% SPP). W następnej kolejności uczniowie SP spędzają 1-2 godziny (23%) i 4-6 godzin (19%). Natomiast uczniowie SPP ponad 6 godzin (29%) oraz 4-6 godzin (27%).

Ile godzin dziennie spędzasz na korzystaniu z Internetu?

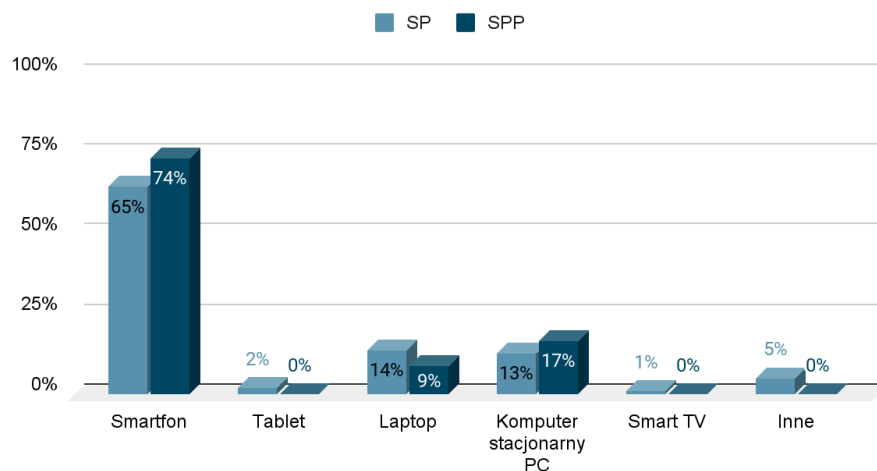


Ilość godzin dziennie spędzanych w Internecie

Następnie poproszono respondentów o wskazanie rodzaju urządzeń elektronicznych służących im do korzystania z Internetu. Zdecydowana większość korzysta do tego celu ze smartfona (65% SP i 74% SPP). W następnej kolejności uczniowie SP korzystają z laptopa (14%) i z komputera stacjonarnego (13%), a uczniowie SPP na odwrót – z komputera stacjonarnego (17%) oraz z laptopa (9%). Najmniejsza ilość osób korzysta z tabletu (2% SP) i smart TV (1% SP). Pośród odpowiedzi „Inne” uczniowie SP wskazali różne rodzaje konsoli do gier.

Korzystanie z Internetu przez smartfon wskazuje na zagrożenie stałego „podłączenia do sieci”, szczególnie, że ustawienia w smartfonach często wysyłają powiadomienia z przestrzeni wirtualnej, które mają zwrócić uwagę użytkownika i podprogowo „namówić” go do powrotu do korzystania z Internetu. Tego typu działania mogą zaburzać procesy poznawcze, w szczególności podtrzymywanie uwagi i kontrolę u użytkownika.

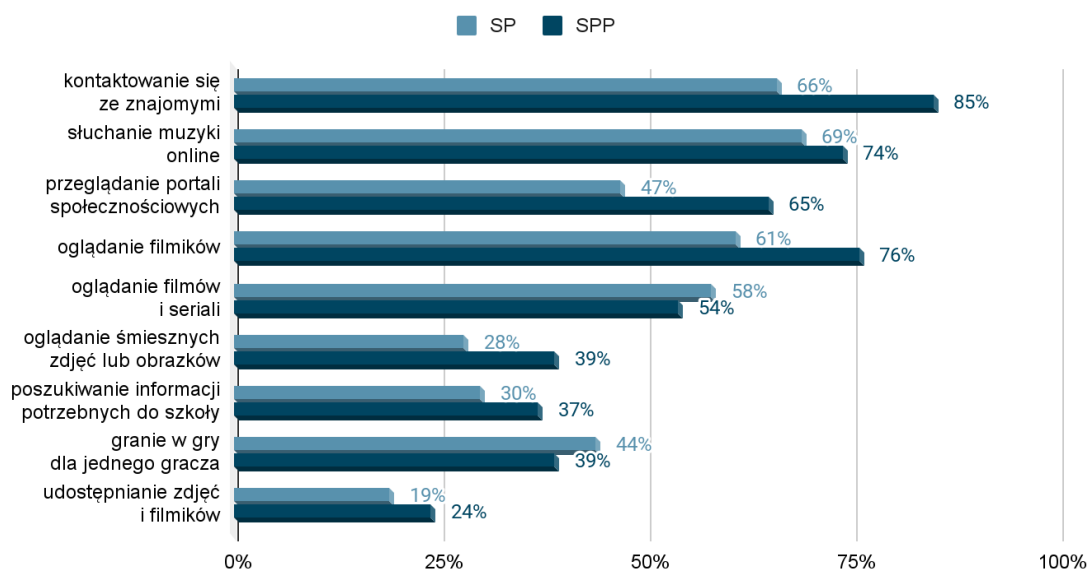
Z jakiego urządzenia korzystasz najczęściej w tym celu?



Rodzaje urządzeń do korzystania z Internetu

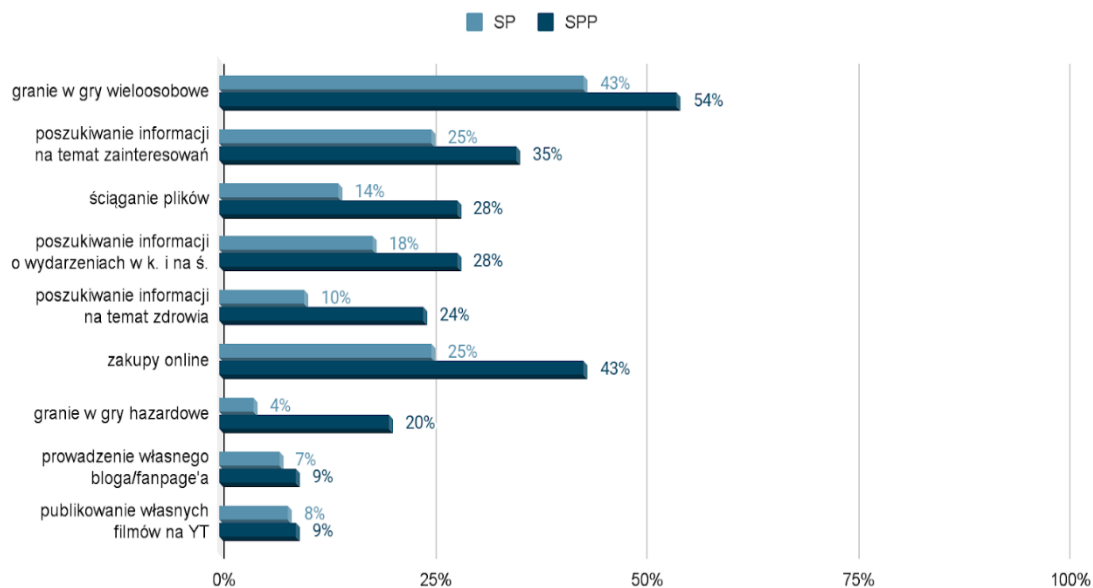
W kolejnym pytaniu poproszono respondentów o wskazanie najczęstszych aktywności, które podejmują w przestrzeni wirtualnej. Zdecydowana większość używa Internetu do kontaktowania się ze znajomymi (66% SP i 85% SPP) i do słuchania muzyki online (69% SP i 74% SPP). W następnej kolejności badani używają Internetu do oglądania krótkich filmików (61% SP i 76% SPP) oraz oglądania filmów i seriali (58% SP i 54% SPP), przeglądania portali społecznościowych (47% SP i 65% SPP). W następnej kolejności uczniowie grają w gry wieloosobowe (43% SP i 54% SPP), jednoosobowe (44% SP i 39% SPP), robią zakupy online (25% SP i 43% SPP) oraz poszukują informacji na temat swoich zainteresowań (25% SP i 35% SPP).

Jakie aktywności podejmujesz najczęściej w Internecie?



Aktywności podejmowane w Internecie cz.1

Jakie aktywności podejmujesz najczęściej w Internecie?

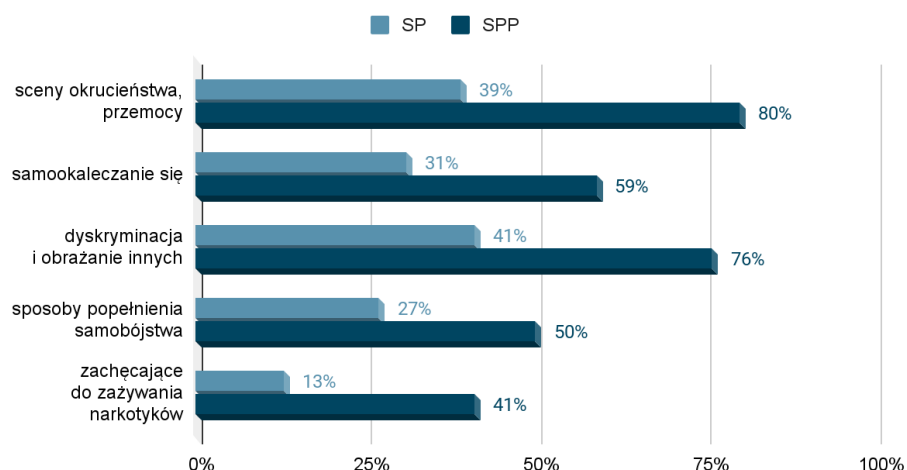


Aktywności podejmowane w Internecie cz.2

W następnej kolejności poproszono o określenie czy badani kiedykolwiek mieli kontakt z niebezpiecznymi treściami w Internecie. Duża część uczniów, głównie SPP spotyka się

z takimi treściami w przestrzeni wirtualnej. Mianowicie 39% SP i 80% SPP spotkało się ze scenami okrucieństwa i przemocy, 41% SP i 76% SPP z dyskryminacją i obrażaniem innych osób ze względu na ich cechy, 31% SP i 59% SPP z samookaleczaniem, 27% SP i 50% SPP spotkało się ze sposobami popełnienia samobójstwa oraz 13% SP i 41% SPP z zachęcaniem do zażywania narkotyków.

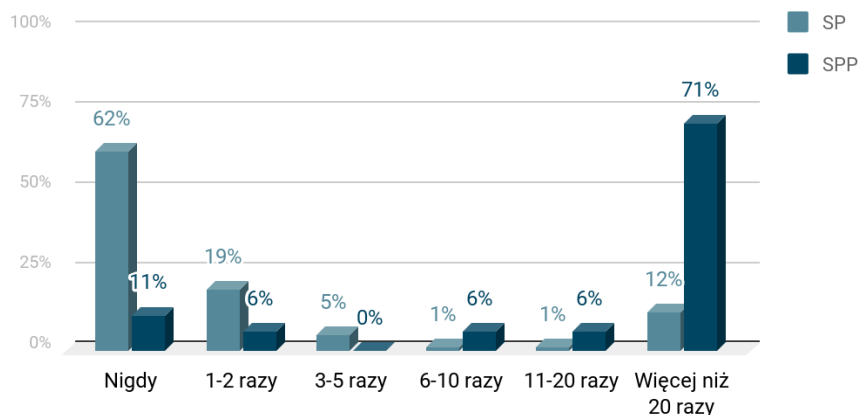
Czy miałeś kontakt z następującymi treściami w Internecie:



Niebezpieczne treści w Internecie

Kolejne pytanie dotyczyło kontaktu z treściami pornograficznymi w Internecie. Wyniki w obu grupach uczniów są dosyć rozbieżne, widoczne jest, że grupa starszych uczniów SPP częściej korzysta z takich treści niż uczniowie SP. Aż 71% SPP widziało pornografię ponad 20 razy lub więcej, natomiast 62% uczniów SP deklaruje, że nigdy nie miała styczności z takimi treściami w Internecie. Należy podkreślić, że kontakt z pornografią to silnie uzależniające doświadczenia, które używane bez należytego kontekstu, mogą prowadzić do zaburzeń w sferze emocjonalności, seksualności oraz ogólnego radzenia sobie z problemami w dorosłym życiu.

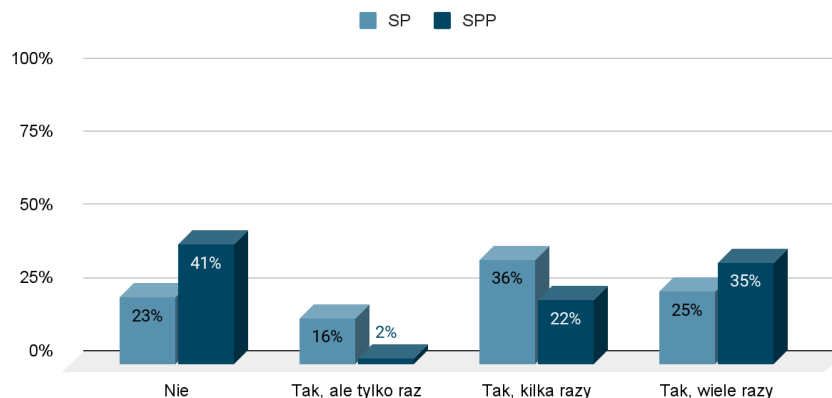
Czy kiedykolwiek widziałeś/aś w Internecie treści pornograficzne?



Pornografia w Internecie

Następnie zapytano respondentów czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzało się im spędzać więcej czasu w przestrzeni Internetu niż planowali. Widoczne jest, że większości przebadanych uczniów zdarzyło się przekraczać ustalony czas korzystania z sieci. Kilukrotnie przekroczyło planowany czas 36% SP i 22% SPP oraz wielokrotnie 25% SP i 35% SPP.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło się, że spędzałeś/aś na korzystaniu z Internetu więcej czasu niż planowałeś/aś?

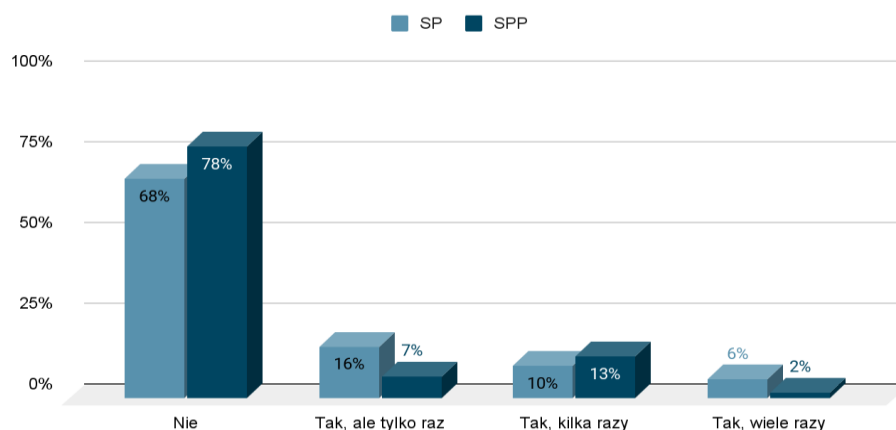


Spędzanie czasu w Internecie a plany, w ostatnim roku

Zapytano również badanych czy w przeciągu ostatniego roku zdarzało im się odczuwać niepokój i stres w wyniku braku możliwości skorzystania z Internetu. 68% SP i 78% SPP nie miało takich odczuć w ciągu ostatnich 12 miesięcy. Jednakże 10% SP i 13% SPP

kilkukrotnie odczuwało niepokój z powodu braku dostępu do sieci, a 6% SP i 2% SPP – wielokrotnie.

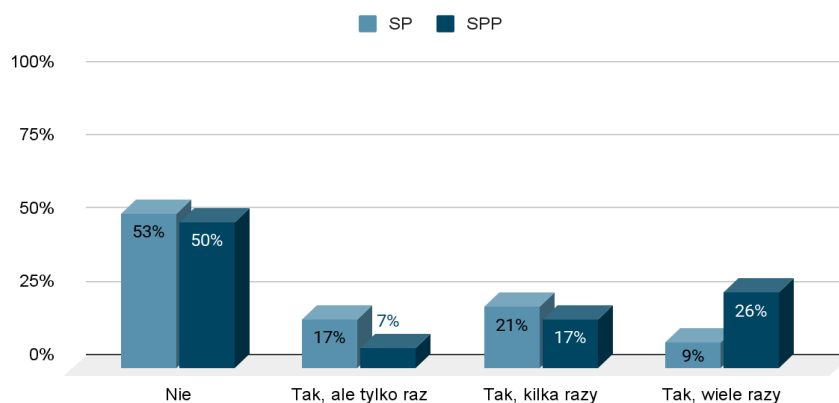
Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzało Ci się czuć niepokój i stres w wyniku braku możliwości skorzystania z Internetu?



Stres w wyniku braku korzystania z Internetu w ostatnim roku

Następnie zapytano respondentów czy w ciągu ostatniego roku zdarzyło im się zaniedbać naukę lub inne aktywności na rzecz korzystania z Internetu. Dużej części badanych uczniów zdarzyło się zaniedbywać swoje obowiązki na rzecz aktywności wirtualnych: 21% SP i 17% SPP zdarzyło się to kilkukrotnie oraz 9% SP i 26% SPP – wielokrotnie.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się zaniedbać naukę lub inne aktywności na rzecz korzystania z Internetu?

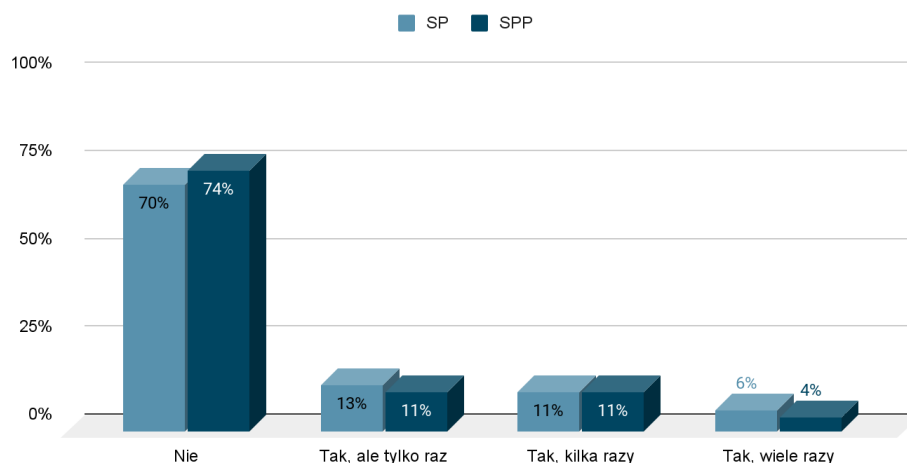


Zaniedbywanie nauki z powodu Internetu w ostatnim roku

Następnie zapytano badanych czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło im się odczuwać swoisty lęk z powodu możliwości ominięcia jakichś wydarzeń, które miały miejsce w przestrzeni Internetu. Większość (70% SP i 74% SPP) nie miała takich

doświadczeń w ostatnim roku, natomiast 13% SP i 11% SPP - tylko raz, po 11% SP i SPP - kilkakrotnie, a 6% SP i 4% SPP - wielokrotnie.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się mieć poczucie lęku przed tym, że ominie Cię coś ważnego co ma miejsce w sieci?



Poczucie lęku z powodu ominięcia wydarzenia w Internecie w ostatnim roku

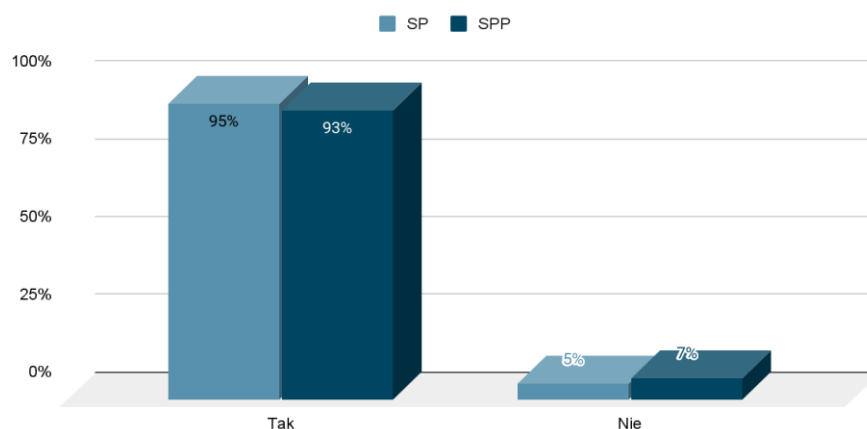
4.3.3 Granie w gry

Według badań ESPAD z 2019 r. uczniowie z młodszej grupy (tj. 15-16 lat): 21,7% badanych jest zdania, że ich rodzice uważają, że poświęcają na tę aktywność za dużo czasu, 17,1% badanych twierdzi, że spędza za dużo czasu na graniu w gry, a 9% badanych ma zły humor, jeśli nie ma dostępu do tych gier. W starszej grupie (17-18 lat) analogiczne odsetki są niższe, 14% uczniów uważa, że spędza za dużo czasu na graniu, takiego zdania jest 16,5% ich rodziców, a 6% ma zły humor, gdy nie może grać.⁵⁰

W kolejnych kilku pytaniach w badaniu wśród uczniów suwalskich szkół zawarto treści dotyczące gier na urządzeniach elektronicznych. Najpierw zapytano czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy badani grali w gry na urządzeniach tj. komputer, konsola, smartfon, tablet itp. Zdecydowana większość uczniów w obu grupach grała w gry – 95% SP i 93% SPP.

⁵⁰ Tamże,

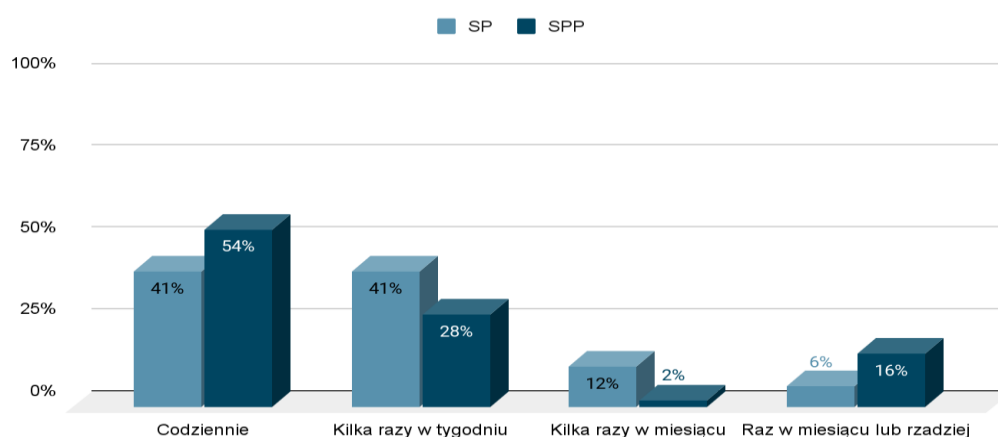
Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy grałeś/aś w gry na urządzeniach elektronicznych (komputer, konsola, smartfon, tablet itp.)?



Granie w gry w ostatnim roku

Poproszono osoby, które zadeklarowały granie w gry o zaznaczenie częstotliwości takich aktywności. Najwięcej SP gra codziennie i kilka razy w tygodniu (po 41%). W następnej kolejności kilka razy w miesiącu (12%) i raz w miesiącu lub rzadziej (6%). Najwięcej SPP gra codziennie (54%), następnie kilka razy w tygodniu (28%), raz w miesiącu lub rzadziej (16%) oraz kilka razy w miesiącu (2%). Wyniki wskazują na bardzo wysoką częstotliwość grania w gry u dzieci i młodzieży.

Jak często grasz w gry na urządzeniach elektronicznych (komputer, konsola, smartfon, tablet itp.)?

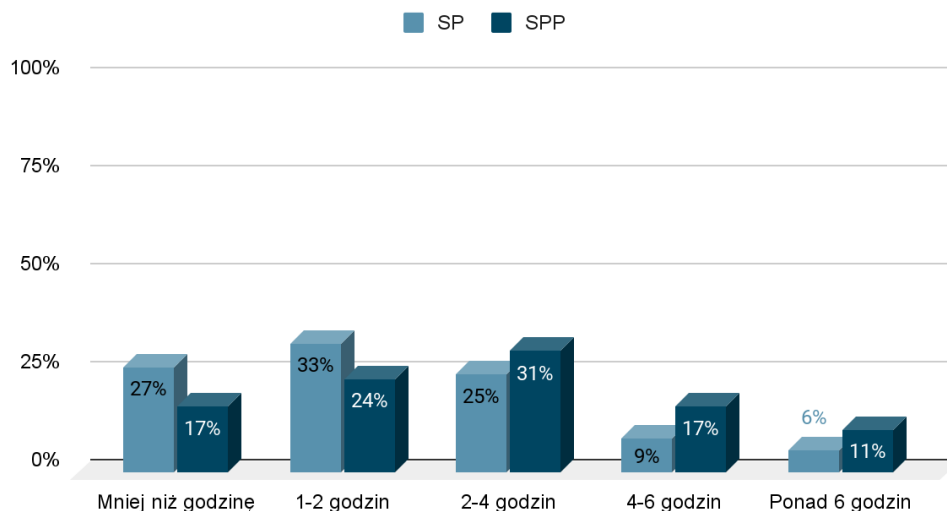


Częstotliwość grania w gry

Następnie zapytano graczy ile godzin w ciągu dnia poświęcają na granie w gry. W grupie uczniów SP najwięcej osób spędza 1-2 godzin dziennie (33%), następnie mniej niż

godzinę (27%) oraz 2-4 godzin (25%). W grupie uczniów SPP czas spędzany na graniu wydłuża się: 2-4 godzin spędza 31% badanych, 1-2 h - 24% i po 17% mniej niż godzinę oraz 4-6 godzin. Ponad 6 godzin spędza dziennie 6% SP i 11% SPP.

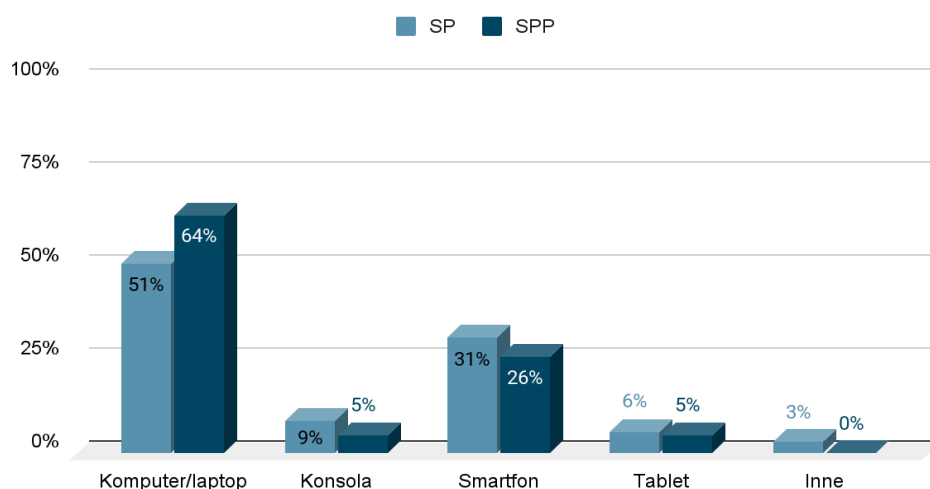
Ile godzin w ciągu dnia poświęcasz na granie w takie gry?



Czas w ciągu dnia spędzany na graniu w gry

W kolejnym pytaniu poproszono o doprecyzowanie z jakich urządzeń korzystają gracze. Głównie jest to komputer lub laptop (51% SP i 64% SPP), a następnie smartfon (31% SP i 26% SPP).

Na jakim urządzeniu najczęściej grasz?

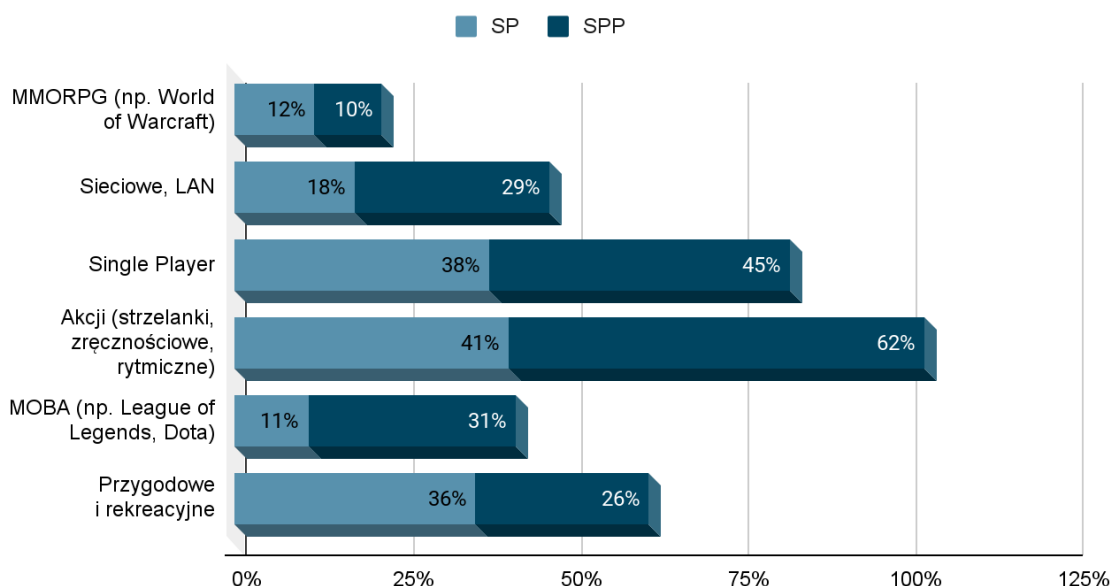


Urządzenia używane do grania w gry

Następnie poproszono graczy o wskazanie w jakiego rodzaju gry grają (pytanie wielokrotnego wyboru). Najwięcej osób w grupie SP wskazało na gry akcji tj. strzelanki, zręcznościowe i rytmiczne (41%), następnie single player, czyli gry dla jednego gracza (38%), przygodowe i rekreacyjne (36%), a potem symulacje (35%) oraz sportowe i wyścigowe (31%).

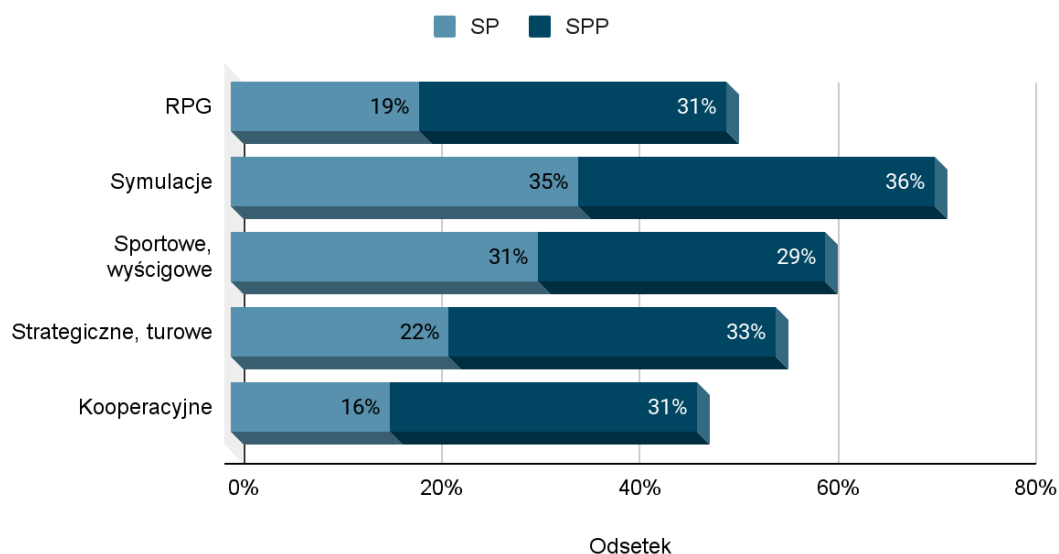
Najwięcej osób w grupie SPP wskazało na gry akcji tj. strzelanki, zręcznościowe i rytmiczne (62%) oraz single player, czyli gry dla jednego gracza (45%). W następnej kolejności na symulacje (36%), strategiczne (33%), gry MOBA (Multiplayer Online Battle Arena), RPG i kooperacyjne – po 31 %, gry sieciowe, LAN oraz sportowe/wyścigowe - po 29% oraz na końcu przygodowe i rekreacyjne (26%).

W jakiego rodzaju gry najczęściej się angażujesz?



Rodzaje gier cz.1

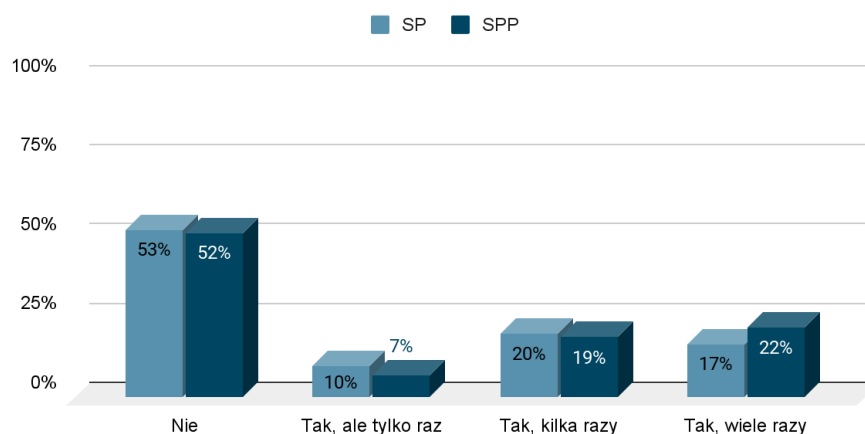
W jakiego rodzaju gry najczęściej się angażujesz?



Rodzaje gier cz.2

Poproszono badanych graczy czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło im się rozpocząć grę w wyniku złego nastroju. 53% SP i 52% SPP odpowiedziało, że nie, natomiast 20% SP i 19% SPP - tak, kilka razy, 10% SP i 7% SPP - tylko raz oraz 17% SP i 22% SPP - wielokrotnie.

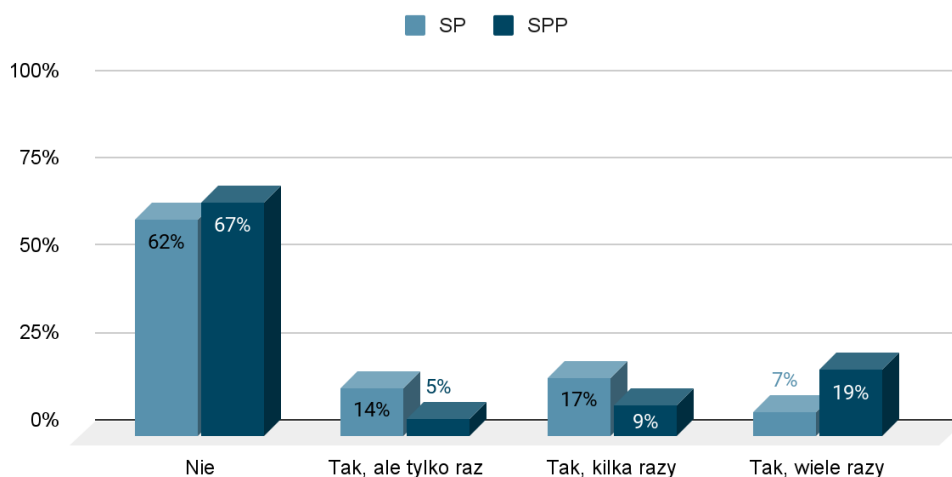
Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się rozpocząć grę w wyniku złego nastroju?



Granie w gry w wyniku złego nastroju w ostatnim roku

W następnej kolejności zapytano graczy czy przez ostatni rok w związku z graniem w gry zdarzyło im się zaniedbywać naukę lub inne aktywności. Dosyć niewielka grupa uczniów zadeklarowała poważne zaniedbywanie obowiązków w związku z graniem w gry: 17% SP i 9% SPP – kilkakrotnie, 7% SP i 19% SPP - wielokrotnie.

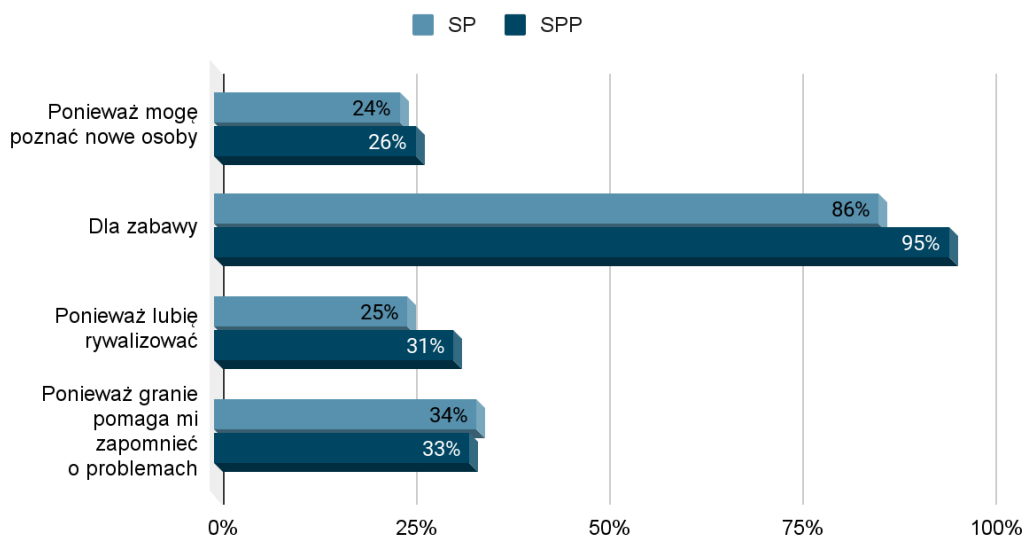
Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się zaniedbywać naukę i inne aktywności przez granie w gry?



Zaniedbywanie obowiązków z powodu grania w gry w ostatnim roku

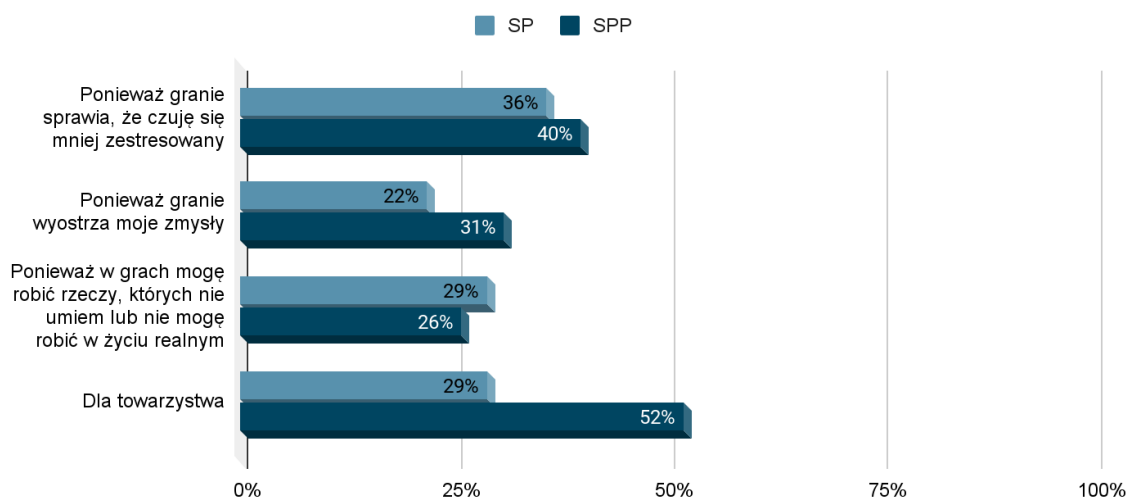
Następnie poproszono o wskazanie powodów grania w gry (pytanie wielokrotnego wyboru). Zdecydowana większość wskazała, że korzysta z gier dla zabawy – 86% SP i 95% SPP. Następnie 52% SPP odpowiedziało, że dla towarzystwa oraz 40% SPP dla odstresowania. Na podobnych poziomach zostały wskazane odpowiedzi: chęć rywalizacji (25% SP i 31% SPP), poznania nowych osób (24% SP i 26% SPP), pomoc w zapomnieniu o problemach dnia codziennego (34% SP i 35% SPP), odstresowanie (36% SP), chęć robienia rzeczy, których nie mogą w rzeczywistości (29% SP i 26% SPP), dla towarzystwa (29% SP) oraz wyostrezenie zmysłów (22% SP i 31% SPP).

Z jakich powodów najczęściej grasz?



Powody grania w gry cz.1

Z jakich powodów najczęściej grasz?



Powody grania w gry cz.2

4.3.4 Zakupoholizm

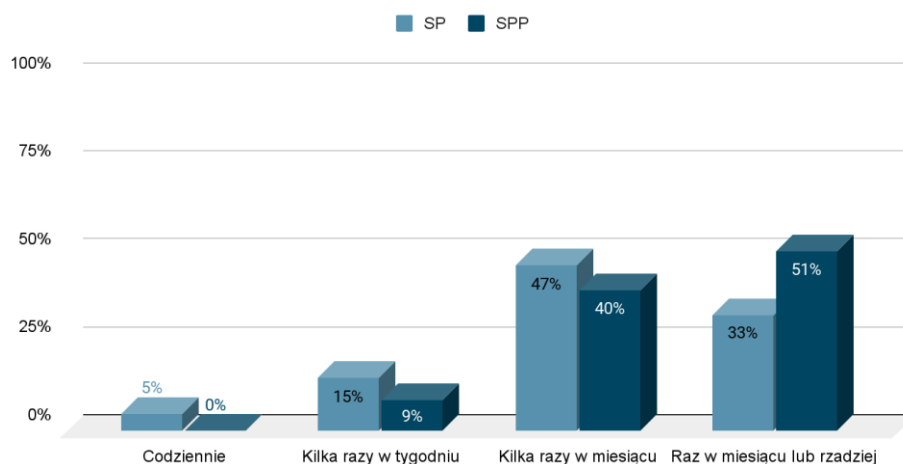
Poziom zagrożenia kompulsywnymi zakupami dla populacji w wieku ponad 15 lat notuje się na podobnym poziomie, co w latach ubiegłych.

Według oszacowań Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom zagrożenia kompulsywnymi zakupami na przestrzeni ostatnich lat, dla populacji w wieku ponad 15 lat notuje się na podobnym poziomie. Symptomy kompulsywnego kupowania w 2019 roku wykazywało 3,7% populacji Polaków w wieku powyżej 15 roku życia, co w liczbach bezwzględnych można oszacować na ponad milion osób. W stosunku do roku 2015 notuje się nieznaczny spadek liczby osób zagrożonych. Zjawisko kompulsywnego kupowania różnicuje przede wszystkim wiek – dotyczy ono w głównej mierze ludzi młodych. Najliczniejszą grupę stanowią osoby w wieku 25-34 lata, choć w stosunku do poprzedniego pomiaru zjawisko kompulsywnego kupowania wyraźnie nasiliło się wśród ludzi bardzo młodych (15-17 lat). Podobnie jak we wcześniejszych badaniach, na kompulsywne zakupy bardziej narażone są kobiety niż mężczyźni. W grupie zagrożonych mężczyzn najwięcej jest chłopców w wieku od 15 do 17 lat, zaś w grupie kobiet – osób od 25 do 34 lat. Wyniki badania wskazują także na współwystępowanie uzależnień behawioralnych – osoby przejawiające symptomy uzależnienia od zakupów częściej niż niezagrożeni wykazują także objawy innych problemów behawioralnych. Więcej niż jedna piąta z tej grupy, to osoby mające jednocześnie problem z uzależnieniem od pracy; więcej niż co siódmy jest zagrożony uzależnieniem od Internetu.⁵¹

W kolejnej części sondażu dla suwalskich szkół poproszono respondentów o ustosunkowanie się do pytań z obszaru nałogowego kupowania rzeczy. Najpierw zapytano jak często badani kupują sobie nowe przedmioty. Najwięcej uczniów SP i SPP kupuje kilka razy w miesiącu (47% SP i 40% SPP) oraz raz w miesiącu lub rzadziej (33% SP i 51% SPP). W następnej kolejności uczniowie kupują kilka razy w tygodniu (15% SP i 9% SPP) oraz 5% SP robi zakupy codziennie, co może być jednym z symptomów zakupoholizmu.

⁵¹ Tamże.

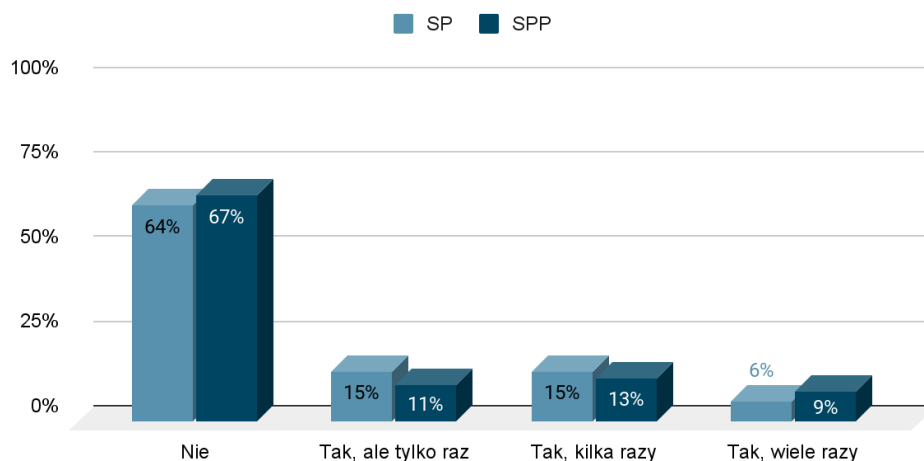
Jak często kupujesz sobie nowe rzeczy (np. ubrania, zabawki, gry, gadżety)?



Częstotliwość kupowania nowych rzeczy

Następnie zapytano czy badani robili zakupy w wyniku złego nastroju w ciągu ostatniego roku. 64% SP i 67% SPP nie kupowało ze względu na swój negatywny nastrój, natomiast 15% SP i 13% SPP - kilkakrotnie, a 6% SP i 9% SPP - wielokrotnie.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się kupić sobie coś nowego w wyniku złego humoru?

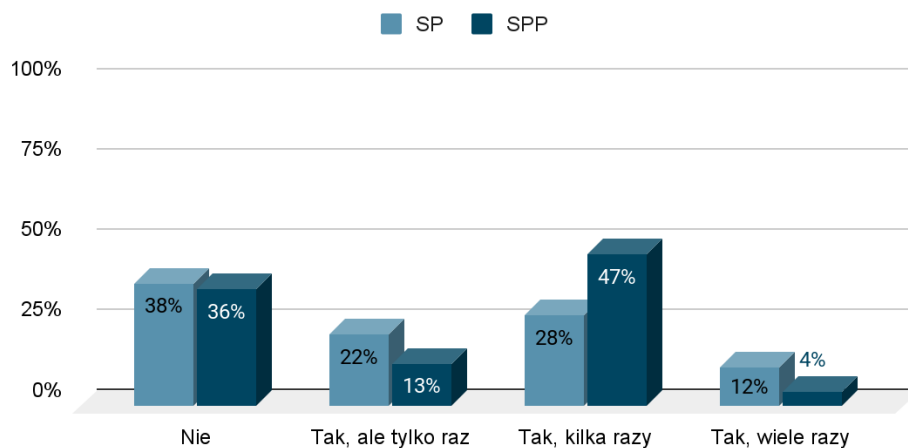


Zakupy w wyniku złego nastroju w ostatnim roku

Następnie zapytano badanych czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło im się coś kupić, co później uznali za niepotrzebne. 38% SP i 36% SPP nie zdarzyła się taka

sytuacja. Natomiast 28% SP i 47% SPP zaznaczyło, że kilkakrotnie, a 12% SP i 4% SPP odpowiedziało, że wiele razy zdarzyły im się takie sytuacje.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło się kupić coś,
a później uznać, że ta rzecz nie była Ci potrzebna?

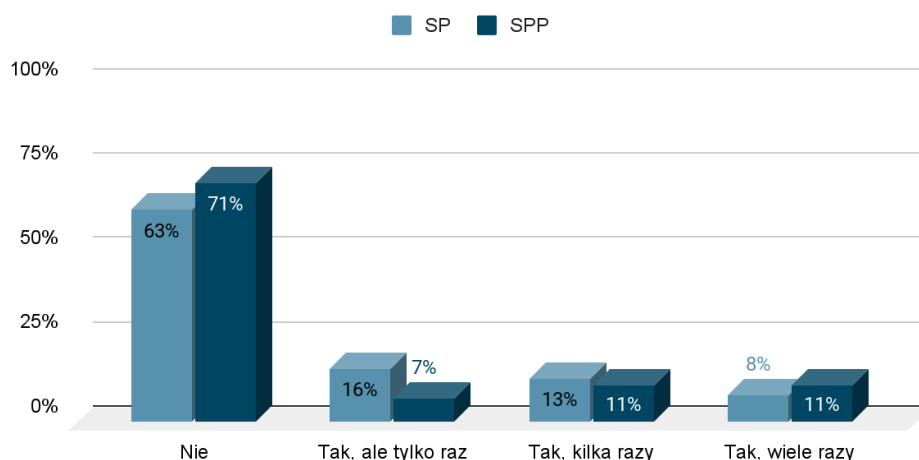


Kupowanie niepotrzebnych rzeczy w ostatnim roku

Następnie zapytano badanych czy przez ostatnie 12 miesięcy zdarzyło im się chować nowo zakupioną rzecz przed bliskimi. 63% SP i 71% SPP odpowiedziało, że nie. Natomiast 13% SP i 11% SPP - kilka razy oraz 8% SP i 11% SPP - wielokrotnie.

Wyniki ze wszystkich pytań wskazują, że pewna grupa dzieci i młodzieży może być zagrożona kompulsywnym kupowaniem rzeczy, co w przyszłości może przeradzać się w poważne uzależnienie behawioralne.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się ukryć zakupioną rzecz, tak żeby ktoś bliski jej nie zauważył?



Chowanie zakupów przed bliskimi w ostatnim roku

4.3.5 Uzależnienie od ćwiczeń fizycznych

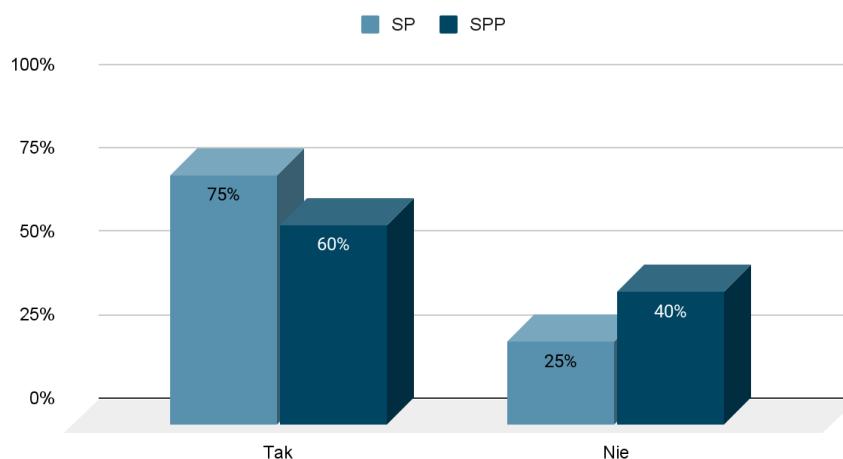
Pomimo że codzienne ćwiczenia kojarzą się ze zdrowiem, badacze uznają je za zjawisko patologiczne, gdy występują objawy tj: neuroadaptacja – objawy odstawienia (takie jak nerwowość, rozdrażnienie, lęk, itp.) i tolerancji (tj. potrzeba coraz częstszego lub coraz dłuższego uprawiania ćwiczeń); oraz negatywne konsekwencje (np. kontynuowanie ćwiczeń pomimo kontuzji). Termin ten odnosi się do zaburzonej percepcji własnego ciała, która może, ale nie musi leżeć u podłoża nadmiernego angażowania się w uprawianie ćwiczeń fizycznych.

Ze względu na brak formalnych kryteriów, jak i narzędzi diagnostycznych, oszacowanie częstości występowania uzależnienia od ćwiczeń nie jest łatwe. Według różnych badaczy zjawisko to może dotyczyć od 2% do 20 %, a nawet 30% osób regularnie ćwiczących. Szacuje się, że w całej populacji symptomy uzależnienia od ćwiczeń może przejawiać średnio 5% osób, przy czym nieco częściej zjawisko to występuje wśród studentów kierunków sportowych – ok. 7%.⁵² Analogicznie może to dotyczyć również uczniów ukierunkowanych na uprawianie sportów.

⁵² M. Rowicka, *Uzależnienia behawioralne. Profilaktyka i terapia*, Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii. Warszawa, 2015.

W kolejnej części sondażu w suwalskich szkołach poproszono respondentów o ustosunkowanie się do pytań dotyczących nadmiernych ćwiczeń fizycznych. Na początku zapytano badanych czy regularnie uprawiają sport lub ćwiczą. 75% SP i 60% SPP odpowiedziało, że tak, natomiast 25% SP i 40% SPP wskazało, że nie.

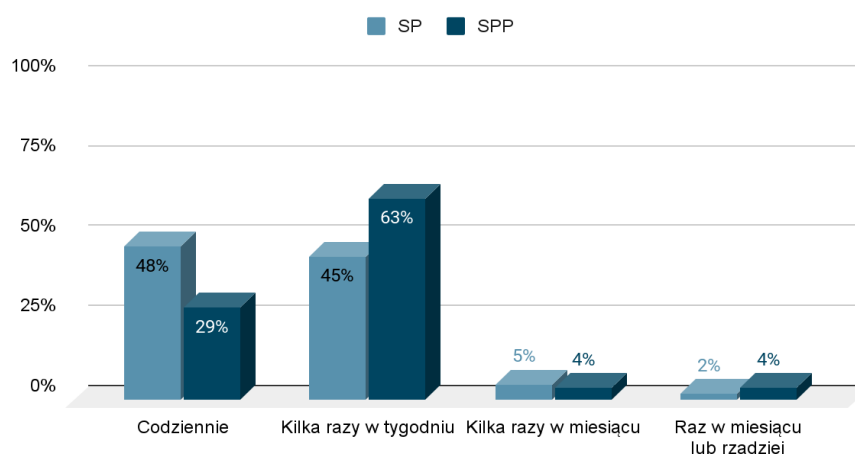
Czy uprawiasz sport lub regularnie ćwiczysz?



Regularne ćwiczenia fizyczne

W następnej kolejności zapytano osoby, które regularnie ćwiczą jak często uprawiają sport. Największa grupa osób wskazała (45% SP i 63% SPP), że kilka razy w tygodniu oraz 48% SP i 29% SPP – codziennie. Powyższe wyniki wskazują, że dzieci i młodzież z suwalskich szkół regularnie i dosyć często uprawiają sport, co jest dobrym wskaźnikiem zdrowia zarówno psychicznego, jak i fizycznego.

Jak często uprawiasz sport lub wykonujesz ćwiczenia fizyczne?

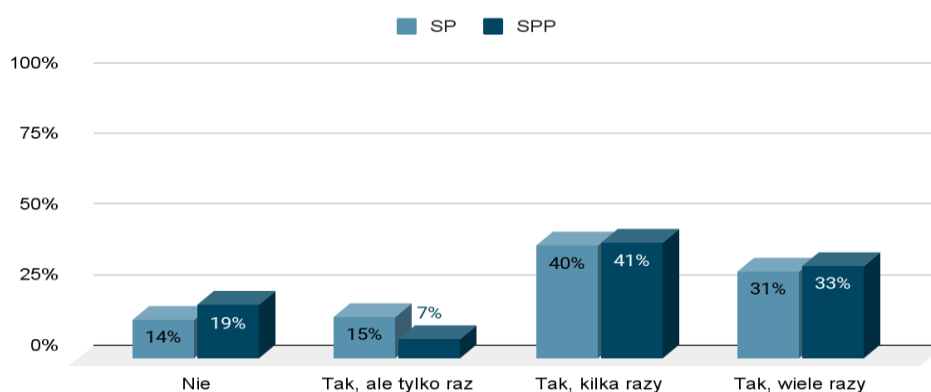


Częstotliwość wykonywanych ćwiczeń fizycznych

W kolejnych pytaniach zapytano o symptomy nadmiernego koncentrowania się na ćwiczeniach fizycznych, które jest współczesnym zagrożeniem behawioralnym.

Zapytano zatem regularnie ćwiczących fizycznie czy zdarzyło im się ćwiczyć kilka razy w ciągu jednego dnia. 40% SP i 41% SPP odpowiedziało, że kilkakrotnie, 31% SP i 33% SPP - wielokrotnie, 14% SP i 19% SPP - nie, a 15% SP i 7% SPP tylko raz. Jednakże należy zauważyć, iż dzieci i młodzież mogą mieć zajęcia ruchowe w trakcie szkoły, jak i po zajęciach lekcyjnych.

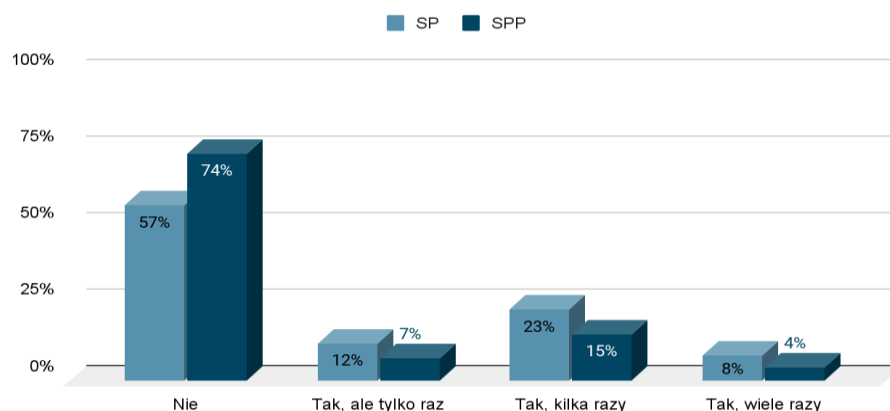
Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się ćwiczyć kilka razy w ciągu dnia?



Ćwiczenia fizyczne wykonywane kilka razy dziennie w ostatnim roku

W kolejnym pytaniu zapytano czy w ciągu ostatniego roku badanym zdarzyło się zaniedbać swoje obowiązki w wyniku poświęcania czasu na ćwiczenia sportowe. 57% SP i 74% SPP wskazało, że nie, 23% SP i 15% SPP zrobiło to kilkakrotnie, dla 12% i 7% była to jednorazowa sytuacja, a dla 8% SP i SPP zdarzało się to wielokrotnie.

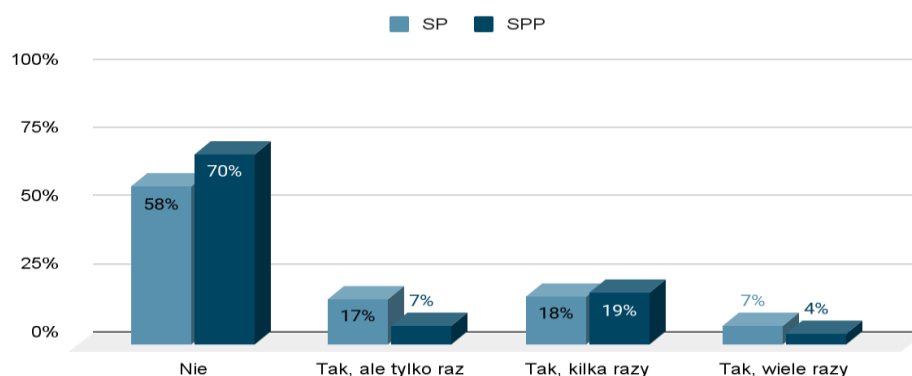
Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się zaniedbać naukę lub obowiązki w wyniku poświęcania czasu na ćwiczenia sportowe?



Zaniedbywanie obowiązków z powodu ćwiczeń fizycznych w ostatnim roku

Następnie zapytano badanych czy w ciągu ostatniego roku czuli wyrzuty sumienia, kiedy nie zdarzyło im się ćwiczyć. 58% SP i 70% SPP osób odpowiedziało, że nie, 18% SP i 19% SPP, że kilka razy się zdarzyło, 17% SP i 7% SPP- jeden raz oraz 7% SP i 4% SPP, że wiele razy.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się czuć wyrzuty sumienia kiedy nie ćwiczyłeś/aś?

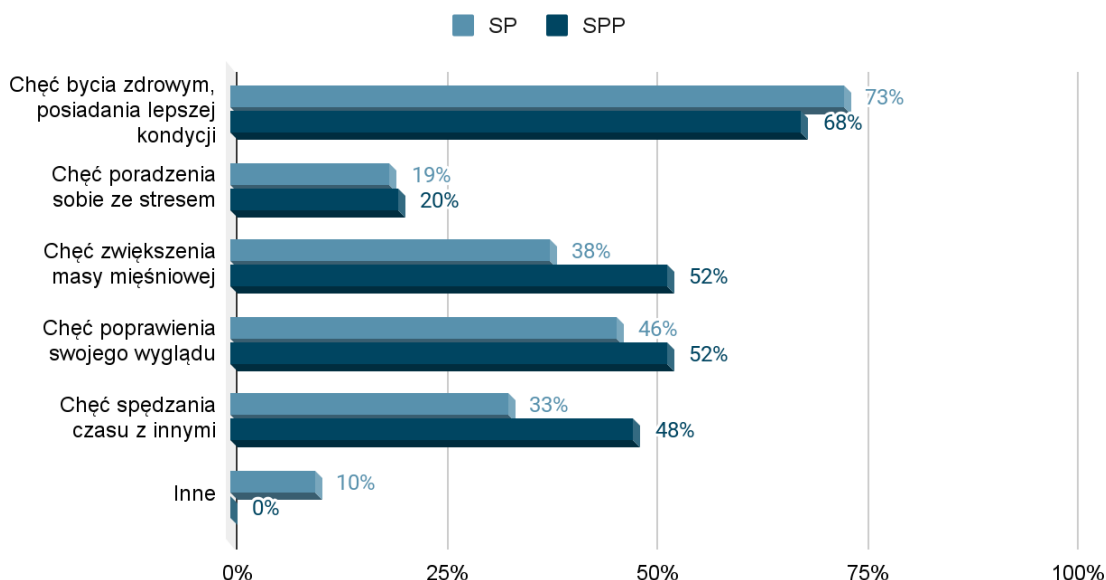


Poczucie winy z powodu niewykonywania ćwiczeń fizycznych w ostatnim roku

W kolejnym pytaniu poproszono o wskazanie głównych motywów skłaniających do ćwiczeń fizycznych. 73% SP i 68% SPP wskazało na chęć bycia zdrowym i polepszania swojej kondycji. Następnie 46% SP i 52% SPP wskazało na chęć poprawienia swojego wyglądu oraz 38% SP i 52% SPP na chęć zwiększenia swojej masy mięśniowej oraz 33% SP i 48% SPP na chęć spędzania czasu z innymi. 10% uczniów SP wskazało jako „Inne”: chęć rywalizacji, bycie rozciągniętym, regulację napięcia

oraz zewnętrzną motywację np. obowiązek brania udziału w lekcjach wychowania fizycznego.

Co głównie motywuje Cię do ćwiczeń?



Powody wykonywania ćwiczeń fizycznych

4.3.6 Ortoreksja – nadmierna koncentracja na zdrowym odżywianiu

W klasyfikacji DSM ortoreksję można opisać za pomocą następujących charakterystyk:

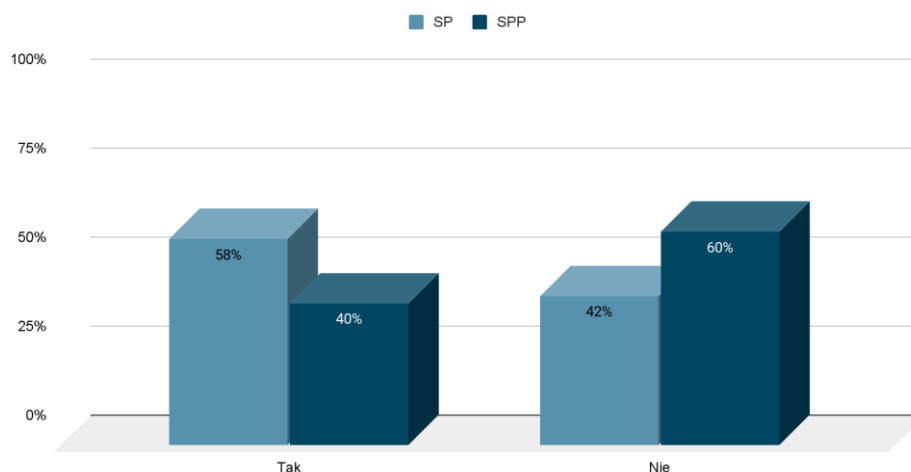
- wzrastające zaabsorbowanie – poświęcanie coraz więcej czasu na poszukiwanie informacji na temat zdrowych i niezdrowych produktów, substancji, dodatków, jak i sposobów przygotowania posiłków: samodzielne gotowanie, sadzenie własnych warzyw itp.,
- wzrastająca tolerancja – zapotrzebowanie na zintensyfikowane lub dłuższe wykonywanie danego zachowania w celu uzyskania podobnego poziomu gratyfikacji – z czasem prowadzi do pełnego podporządkowania codziennego funkcjonowania w kupowaniu i przyrządzaniu posiłków,
- modyfikacja nastroju jako strategia radzenia sobie ze stresem czy problemami,

- wystąpienie symptomów odstawiennych (głównie psychologicznych) – każde odstępstwo od rygorystycznych zasad odżywiania się jest związane z poczuciem winy czy lękiem i prowadzi do zaostrzenia diety,
- konflikt – wraz ze wzrastającym zaabsorbowaniem zdrowym jedzeniem i restrykcyjną dietą ortorektyk coraz częściej przeżywa negatywne emocje (w tym lęk): relacje z rodziną i przyjaciółmi zanikają, praca czy szkoła schodzą na dalszy plan (gdyż przeszkadzają).

Badania potwierdzają związek ortoreksji z zaburzeniami o charakterze obsesyjno-kompulsyjnym. U osób cierpiących z powodu ortoreksji badacze zidentyfikowali zarówno wysokie nasilenie cech obsesyjno-kompulsyjnych, jak i zaburzony wzorzec odżywiania się, co sugeruje podobieństwo pomiędzy ortoreksją i anoreksją (Donini i in., 2004).⁵³

W kolejnej części sondażu w suwalskich szkołach zadano pytania z obszaru patologicznej koncentracji na spożywaniu zdrowego jedzenia, która głównie objawia się poprzez nadmierne liczenie kalorii w spożywanych posiłkach. Pierwsze pytanie dotyczyło takiej koncentracji w ciągu ostatniego roku. 58% SP wskazało, że zwracało uwagę na wartość kaloryczną spożywanych produktów. Natomiast w grupie uczniów SPP wskazało na ten problem 40% badanych.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się zwrócić uwagę na wartość kaloryczną spożywanych produktów żywnościowych lub ich wartości odżywcze?

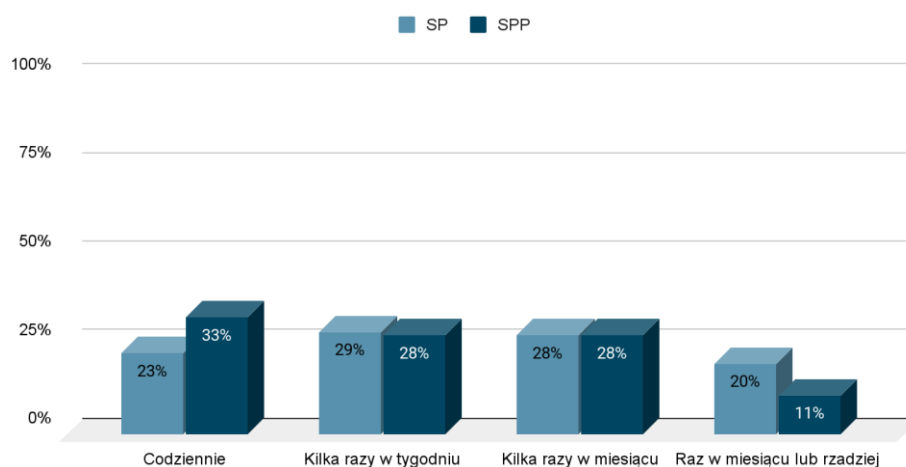


Zwracanie uwagi na wartość kaloryczną w ostatnim roku

⁵³ M. Rowicka, *Ortoreksja, kiedy zdrowe odżywianie jest niezdrowe*, <https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/zaburzenia-odzywiania/ortoreksja-%E2%88%92-kiedy-zdrowe-odzywianie-jest-niezdrowe/>, dostęp. 20.06.2022 r.

Następnie poproszono o wskazanie częstotliwości zwracania uwagi na wartości kaloryczne produktów wśród osób, które zadeklarowały uwagę w tej kwestii. W grupie uczniów SP 23% osób odpowiedziało, że jest to ich codzienna rutyna, 28% - zdarza się to kilka razy w miesiącu, 29% - kilka razy w tygodniu i 20% - raz w miesiącu lub rzadziej. W grupie uczniów SPP 33% osób odpowiedziało, że jest to ich codzienna rutyna, po 28% - zdarza się to kilka razy w miesiącu oraz kilka razy w tygodniu i 11% - raz w miesiącu lub rzadziej.

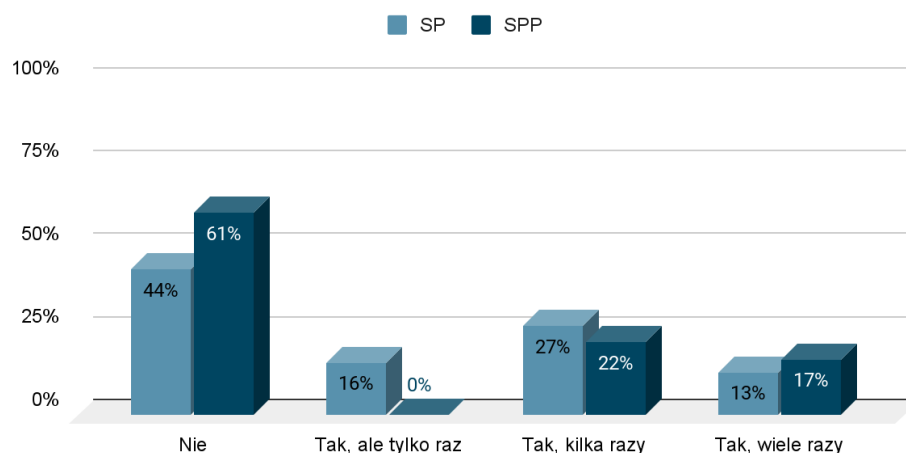
Jak często zwracasz uwagę na wartość kaloryczną spożywanych produktów żywnościowych oraz ich walory odżywcze?



Częstotliwość zwracania uwagi na wartość kaloryczną

W następnej kolejności zapytano badanych czy w ciągu ostatniego roku zdarzyło się im dokładnie planować spożywany posiłek pod kątem wartości odżywczej. 44% SP i 61% SPP wskazało, że nie. Natomiast 27% SP i 22% SPP – kilkakrotnie oraz 13% SP i 17% SPP – wielokrotnie. Najmniej osób wskazało, że zdarzyło im się to tylko jeden raz – 16% SP.

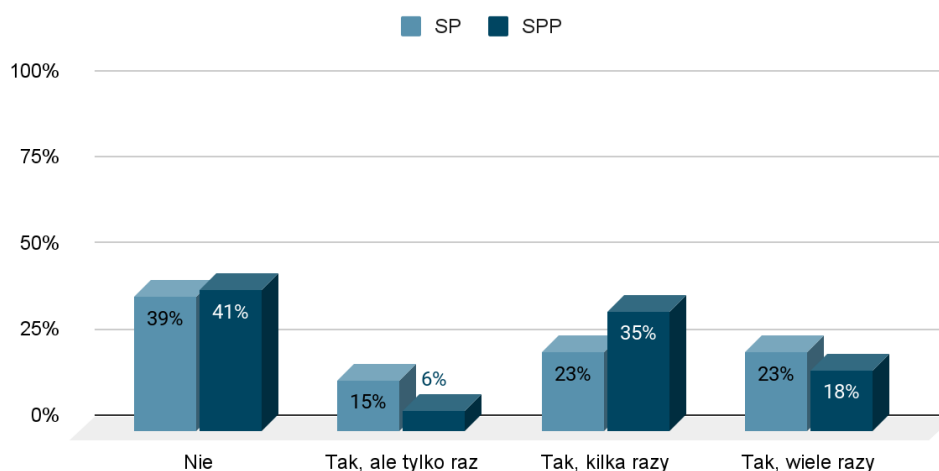
Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się dokładnie planować spożywany posiłek pod kątem wartości odżywczej?



Planowanie posiłków pod względem wartości odżywczej w ostatnim roku

Następnie zapytano badanych czy w ciągu ostatniego roku czuli wyrzuty sumienia w wyniku złamania swoich zasad odżywiania się. 39% SP i 41% SPP osób odpowiedziało, że nie, natomiast 23% SP i 35% SPP - tak, kilkakrotnie, 23% SP i 18% SPP - tak, wielokrotnie oraz 15% SP i 6% SPP - tak, ale był to pojedynczy incydent.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się czuć wyrzuty sumienia w wyniku złamania swoich zasad odżywiania się?



Poczucie winy z powodu złamania zasad odżywiania w ostatnim roku

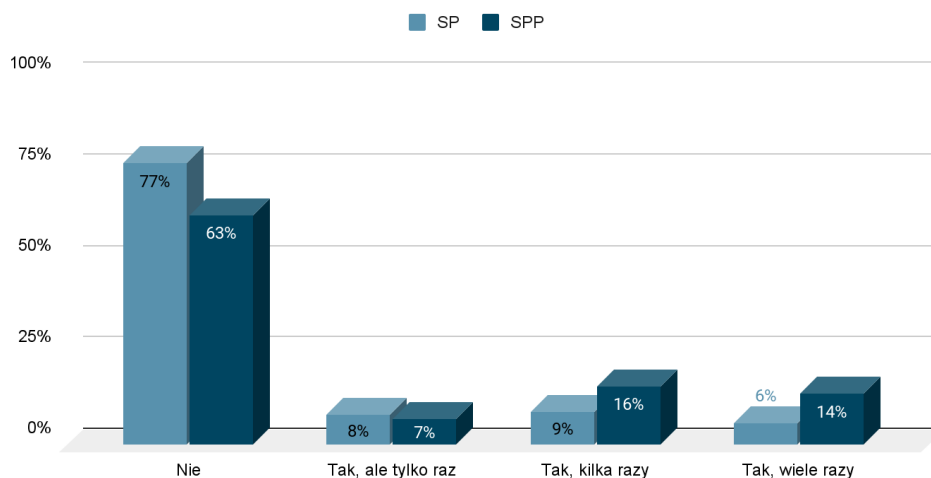
4.3.7 Tanoreksja – uzależnienie od opalania się

Tanoreksja wiąże się z obsesyjną myślą o bladym kolorycie swojej skóry. Osoby nią dotknięte wciąż chcą się mocniej opalić, nie dają się przekonać o szkodliwości opalania, nie pomagają też zapewnienia o wystarczającym stopniu opalenia ich skóry. Phillips wraz ze współpracownikami (2006) skłania się ku hipotezie, która traktuje tanoreksję jako formę dysmorficznego zaburzenia (ze szczególną fiksacją na punkcie kolorytu skóry). Natomiast Feldman wraz z współpracownikami (2004) wiąże ją również z zaburzeniami afektywnymi dwubiegunowymi. Jednakże zaburzenia dysmorficzne nie tłumaczą charakterystyk uzależnienia (m.in. tolerancji i symptomów odstawiennych) (Feldman i in., 2004), czy bardzo wysokiej korelacji pomiędzy częstym opalaniem się i subkliniczną lub kliniczną formą dwubiegunowej choroby afektywnej (Neinstein i Shapiro, 1996). Kolejne badania wskazują, że około 70% osób często opalających się spełnia kryteria diagnostyczne uzależnienia od opalania (na podstawie zmodyfikowanego kwestionariusza CAGE, czy zmodyfikowanych kryteriów diagnostycznych uzależnień od substancji wg. DSM-IV), (Warthan, Uchida i Wagner, 2005).⁵⁴

W kolejnej części sondażu w suwalskich szkołach zadano pytania z obszaru patologicznego opalania się. Najpierw zapytano czy w ciągu ostatniego roku respondenci zauważyli, że ich skóra ma nieatrakcyjny kolor (jest zbyt blada). 77% SP i 63% SPP wskazało, że nie zwracało uwagi na odcień swojej skóry. Natomiast 9% SP i 16% SPP wskazało na kilkukrotne myśli dotyczące tej kwestii, 6% SP i 14% SPP - wielokrotnie, a 8% SP i 7% SPP - tylko raz zwróciło na to swoją uwagę.

⁵⁴ M. Rowicka, *Uzależnienia behawioralne, Terapia i profilaktyka*, Warszawa 2015.

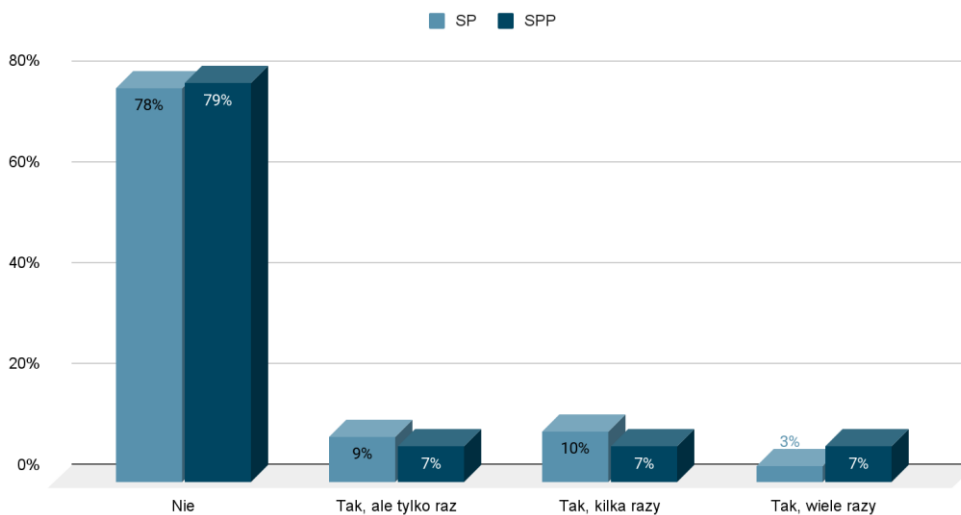
Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy miałeś/aś myśl, że Twoja skóra ma nieatrakcyjny kolor (jest zbyt blada)?



Zwracanie uwagi na ton skóry w ostatnim roku

Następnie zapytano czy badani opalali się (w solarium lub na świeżym powietrzu) w wyniku złego nastroju w ciągu ostatniego roku. Zdecydowana większość osób nie opalała się ze względu na swój negatywny nastrój – 78% SP i 79% SPP.

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się zorganizować sobie możliwość opalania się (w solarium, na świeżym powietrzu) w wyniku stresu/złego samopoczucia?



Opalanie się w ostatnim roku

5. Profilaktyka uzależnień

5.1 Podstawowe informacje na temat profilaktyki uzależnień

5.1.1 Wiodące strategie profilaktyczne

Skuteczne strategie profilaktyczne są kluczowym elementem profesjonalnej profilaktyki zachowań problemowych dzieci i młodzieży, a więc także profilaktyki uzależnień. Aktualna wiedza empiryczna wskazuje, które z nich są skuteczne, a które potrafią przynieść odwrotny skutek. Strategie oparte na dostarczaniu informacji i wzbudzaniu strachu przed konsekwencjami używania środków psychoaktywnych uznawane są za działania o niskiej skuteczności w zakresie zapobiegania zachowaniom ryzykownym. Mimo dowodów na niską efektywność tego rodzaju działań profilaktycznych w wielu szkołach w Polsce nadal głównymi aktywnościami prewencyjnymi są pogadanki dotyczące alkoholu i narkotyków, w przekonaniu, iż sama wiedza o skutkach działania substancji psychoaktywnych pomoże zmienić postawy uczniów wobec ich używania.

Tymczasem podejścia, które wydają się być najbardziej skuteczne w ograniczaniu zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży oparte są na rozwijaniu zdolności adaptacyjnych młodych ludzi i wyposażaniu ich w umiejętności potrzebne do samodzielnego radzenia sobie z trudnościami bez używania substancji psychoaktywnych oraz wspieraniu ich rozwoju przez kompetentnych dorosłych – rodziców, nauczycieli, wychowawców.⁵⁵

Strategie profilaktyczne to sposoby postępowania oparte na podstawach teoretycznych, które mają na celu redukcję wpływu czynników ryzyka i/lub wzmacnianie czynników chroniących. Wiodące strategie profilaktyczne to takie, których zastosowanie w programie przynosi pożądane i udokumentowane w badaniach zmiany w zachowaniu młodych ludzi. Główne strategie profilaktyczne to:

- rozwijanie umiejętności życiowych - polega na uczeniu młodych ludzi umiejętności, które umożliwią im konstruktywne zaspokojenie ważnych celów i potrzeb wieku dojrzewania. Do takich umiejętności należą, np.: podejmowanie racjonalnych decyzji, rozwiązywanie konfliktów, samokontrola, radzenie sobie ze stresem itp.;
- edukacja normatywna - polega na kształtowaniu i wzmacnianiu norm przeciwnych używaniu substancji psychoaktywnych i stosowaniu przemocy, poprzez m.in. korygowanie błędnych przekonań na temat rozpowszechnienia danego niepożądanego zachowania wśród młodzieży;

⁵⁵ Źródło: <https://madraochrona.pl/strefa-specjalisty/strategie-profilaktyczne/>, dostęp z dn. 21.06.2022 r.

- rozwijanie umiejętności rodziców - polega na przekazywaniu rodzicom informacji na temat różnych aspektów psychospołecznego funkcjonowania ich dzieci, wzmacnianiu ich umiejętności wychowawczych oraz na zachęcaniu do aktywnego udziału w programie profilaktycznym, w którym bierze udział ich dziecko. Wszystko to zmierza do wzmacniania więzi dziecka z rodzicami;
- włączanie naturalnych mentorów - polega na zapewnieniu dziecku stałego kontaktu z osobą dorosłą spoza rodziny, która udziela wsparcia emocjonalnego, pomaga w rozwiązywaniu różnych problemów, doradza, czuwa nad rozwojem dziecka;
- budowanie więzi ze szkołą - polega na organizowaniu rówieśniczej pomocy, tworzeniu w szkole klubów, dbałości o klimat społeczny w szkole, czyli o jakość relacji między wszystkimi członkami i grupami społeczności szkolnej.⁵⁶

5.1.2 Poziomy profilaktyki

Profilaktyka jest to zapobieganie powstaniu niekorzystnego zjawiska, zanim ono wystąpi, poprzez oddziaływanie zawczasu na jego rozpoznane przyczyny lub poprzez budowanie zabezpieczeń przed tym zjawiskiem, albo poprzez wyprzedzające łagodzenie skutków zjawiska, któremu zapobiec się nie da. Współczesne rozumienie profilaktyki uwzględnia jej podział na trzy poziomy:

- profilaktykę uniwersalną,
- profilaktykę selektywną,
- profilaktykę wskazującą.

5.1.2.1 Profilaktyka uniwersalna

Profilaktyka uniwersalna to profilaktyka kierowana do populacji uniwersalnej (np. wszystkich uczniów w określonym wieku), bez względu na stopień ryzyka wystąpienia zachowań problemowych. Ma na celu przeciwdziałanie inicjacji poprzez dostarczenie odpowiedniej informacji oraz wzmacnianie czynników chroniących i redukcję czynników ryzyka.

⁵⁶ Źródło: <https://programyrekomendowane.pl/strony/artykuly/strategie>, dostęp z dn. 21.06.2022 r.

5.1.2.2 Profilaktyka selektywna

Profilaktyka selektywna to profilaktyka ukierunkowana na grupy zwiększonego ryzyka, wymagająca dobrego rozpoznania tych grup uczniów w społeczności szkolnej. Ma na celu zapobieganie, ograniczenie lub zaprzestanie podejmowania przez jednostkę zachowań ryzykownych.

5.1.2.3 Profilaktyka wskazująca

Profilaktyka wskazująca to profilaktyka kierowana do osób, u których rozpoznano objawy zaburzeń lub szczególnie zagrożonych rozwojem problemów wynikających z używania substancji psychoaktywnych.

5.1.3 Koncepcja czynników ryzyka i czynników chroniących

Istotnym zagadnieniem w aspekcie profilaktyki uzależnień jest koncepcja czynników ryzyka i czynników chroniących.

Czynniki ryzyka to cechy osobowe jednostki, warunki środowiskowe i sytuacje zewnętrzne, które mają potencjalny wpływ na pojawienie się zachowań ryzykownych. Głównie związane są z sytuacją rodzinną, szkolną, z funkcjonowaniem w grupie rówieśniczej i religijnej oraz uwarunkowaniami osobowościowymi. Celem interwencji profilaktycznych jest eliminacja lub redukcja czynników ryzyka.

Czynniki chroniące to cechy osobowe, sytuacje i warunki środowiskowe, które zwiększają odporność jednostki na działanie czynników ryzykownych. Celem działań profilaktycznych jest wzmacnianie czynników chroniących na rzecz odporności jednostki i całego środowiska lokalnego.

Podstawą działań profilaktycznych w szkołach powinny być programy profilaktyczne, które zawierają w sobie działania psychoedukacyjne podejmowane według określonych wzorców, których celem jest zapobieganie zachowaniom ryzykownym odbiorców i szkodom w ich otoczeniu.

Program rekomendowany to program profilaktyczny oparty na naukowych podstawach teoretycznych, wykorzystujący skuteczne strategie profilaktyczne, zmniejszający wpływ czynników ryzyka zachowań problemowych, wzmacniający działanie czynników chroniących przed zachowaniami problemowymi. Tego typu programy charakteryzują się odpowiednią intensywnością działań oraz czasem ich trwania. Są realizowane przez odpowiednio przygotowaną kadrę, a przede wszystkim mają potwierdzony w badaniach

ewaluacyjnych wysoki standard wdrożenia lub skuteczność oddziaływania. Krajowe programy profilaktyczne spełniające te kryteria działają w ramach systemu rekomendacji. System rekomendacji to zadanie realizowane od 2010 r. we współpracy następujących instytucji – Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom (dawniej: Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych), Ośrodka Rozwoju Edukacji oraz Instytutu Psychiatrii i Neurologii. W ramach systemu dokonywana jest ocena programów z obszarów promocji zdrowia psychicznego, profilaktyki uzależnień (profilaktyki narkomanii, profilaktyki problemów alkoholowych) oraz programów profilaktyki innych zachowań problemowych (ryzykownych) dzieci i młodzieży. W niniejszej diagnozie posługujemy się również terminem rozwiązania o potwierdzonej wiarygodności, które jest istniejącym rozwiązaniem o potwierdzonej skuteczności w rozumieniu analogicznym do kryteriów KCPU (dawniej PARPA, KBPN), ORE i IPiN dla programów profilaktyki uzależnień, a w przypadku braku takiego rozwiązania w danej dziedzinie – istniejące lub projektowane rozwiązanie oparte na wiedzy naukowej, udokumentowanych dobrych praktykach innych gmin i poparte rekomendacją uznanych specjalistów z danego obszaru wiedzy, jako rozwiązanie dobrze rokujące.⁵⁷

5.2 Profilaktyka uzależnień w suwalskich szkołach

5.2.1 Ocena dotychczasowych działań w zakresie profilaktyki

Rodzice uczniów lokalnych szkół zostali poproszeni o wyrażenie swojej opinii dotyczącej stopnia występowania poszczególnych problemów społecznych w suwalskich szkołach (pytanie wielokrotnego wyboru).

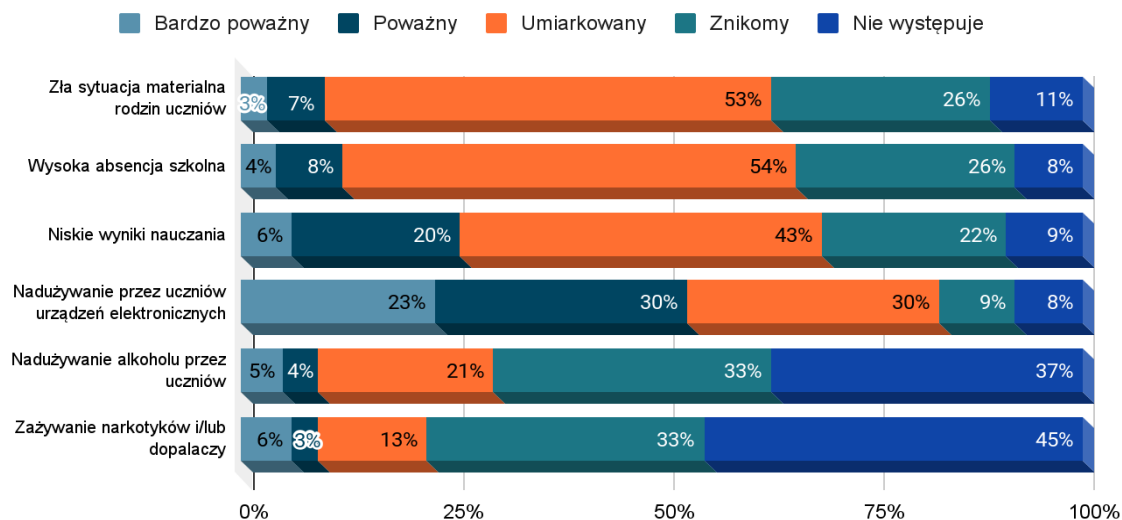
Z wykresów dot. oceny ważności problemów społecznych wyraźnie wynika, iż rodzice za największe problemy wskazują te, związane z nadużywaniem przez uczniów urządzeń elektronicznych tj. konsola, komputer, telefon komórkowy (53%), przeciążeniem obowiązkami uczniów (46%), brakiem tolerancji wśród uczniów (38%), z przemocą szkolną i cyberprzemocą (34%), z paleniem papierosów przez uczniów (30%), epidemią Covid-19 (28%) oraz niskimi wynikami nauczania (26%).

W następnej kolejności jako problemy o „umiarkowanym” występowaniu zostały wskazane: wysoka absencja szkolna (54%), zła sytuacja materialna rodzin (53%), niskie

⁵⁷ Na podstawie *Projektu Słupskiej Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych na lata 2019 – 2025+ ze szczególnym uwzględnieniem obszaru rewitalizacji – POLITYKA SPOŁECZNA SŁUPSK 2025+.*

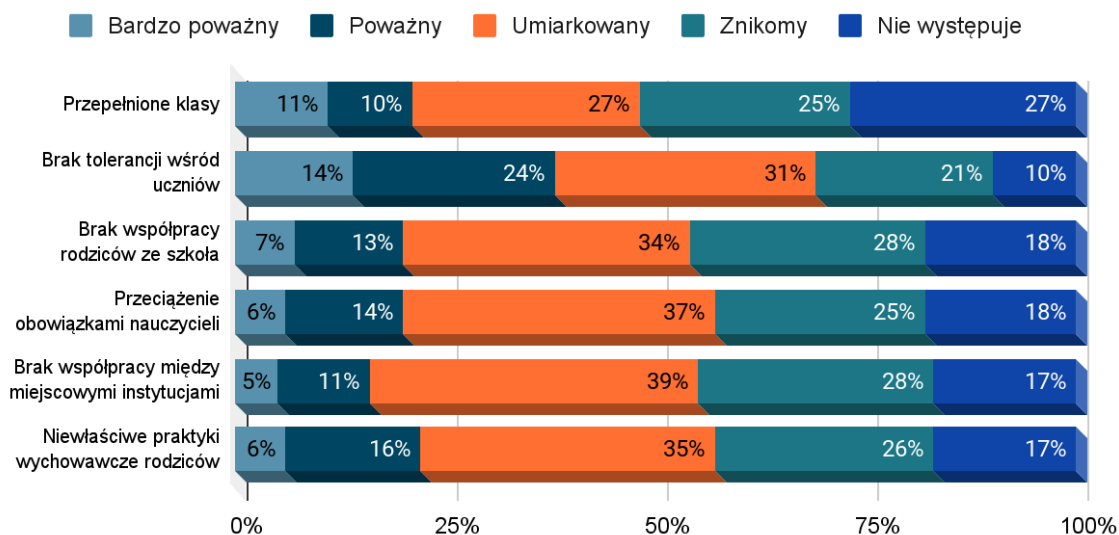
wyniki nauczania (43%), problemy rodzinne w domach uczniów (39%), brak współpracy między miejscowymi instytucjami (39%).

Proszę ocenić ważność problemów społecznych występujących na terenie Pani/Pana szkoły? cz.1



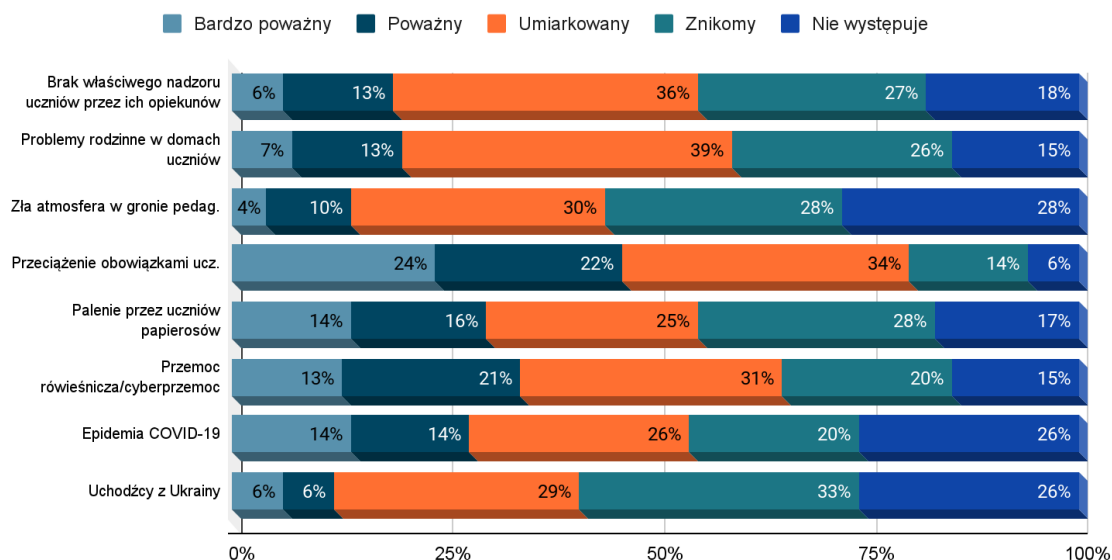
Postrzeganie wybranych problemów społecznych przez rodziców cz.1

Proszę ocenić ważność problemów społecznych występujących na terenie Pani/Pana szkoły? cz.2



Postrzeganie wybranych problemów społecznych przez rodziców cz.2

Proszę ocenić ważność problemów społecznych występujących na terenie Pani/Pana szkoły? cz.3



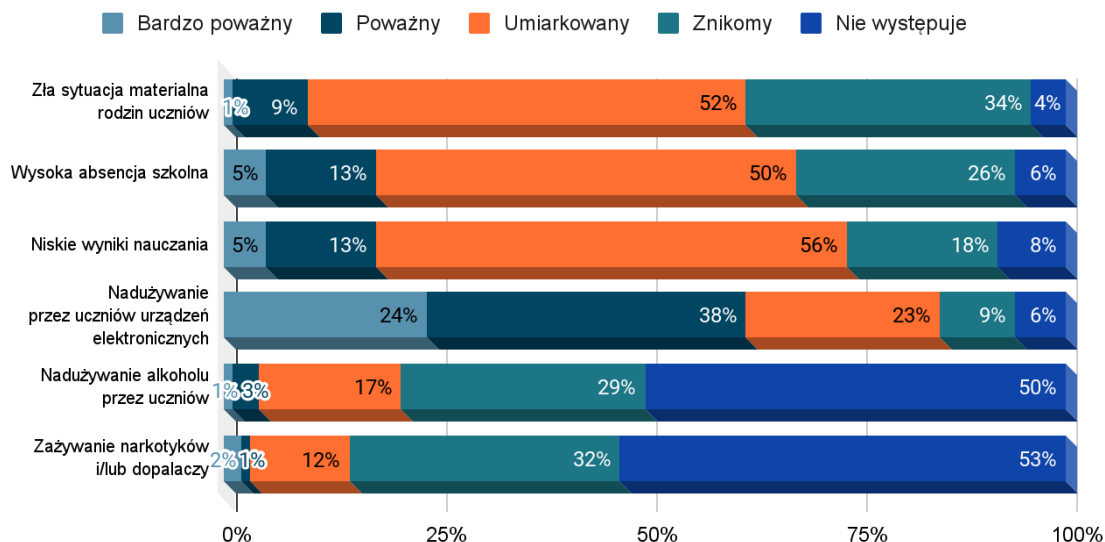
Postrzeganie wybranych problemów społecznych przez rodziców cz.3

Analogicznie poproszono nauczycieli z lokalnych szkół o wyrażenie swojej opinii dotyczącej stopnia występowania poszczególnych problemów społecznych w ich szkołach (pytanie wielokrotnego wyboru).

Z tabeli wynika, iż kadra pedagogiczna za największe problemy wskazuje te, związane z nadużywaniem przez uczniów urządzeń elektronicznych tj. konsola, komputer, telefon komórkowy (62%), przeciążeniem obowiązkami nauczycieli (48%), niewłaściwymi sposobami wychowawczymi (35%), brakiem właściwego nadzoru nad uczniami (34%), paleniem papierosów przez uczniów (29%), problemami rodzinnymi w domach uczniów (30%), przepełnionymi klasami (29%) oraz epidemią Covid-19 (23%) - zostały one ocenione jako „bardzo poważne” lub „poważne”.

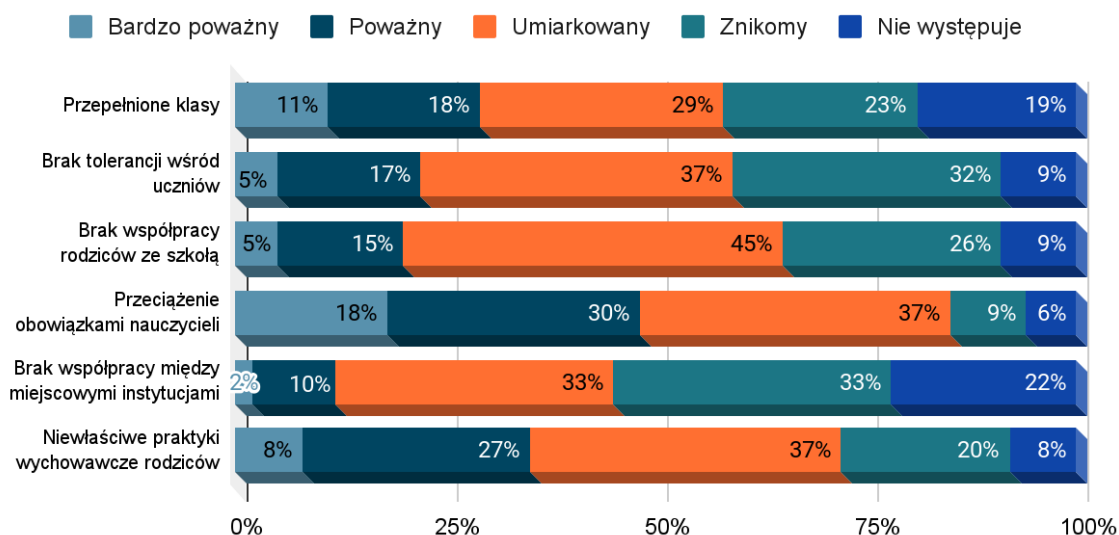
W następnej kolejności jako problemy o „umiarkowanym” występowaniu zostały wskazane: niskie wyniki nauczania (56%), zła sytuacja materialna rodzin uczniów (52%), wysoka absencja szkolna (50%), problemy rodzinne w domach uczniów (50%), przeciążenie obowiązkami uczniów (49%), brak współpracy rodziców ze szkołą (45%).

Proszę ocenić ważność problemów społecznych występujących na terenie Pani/Pana szkoły? cz.1



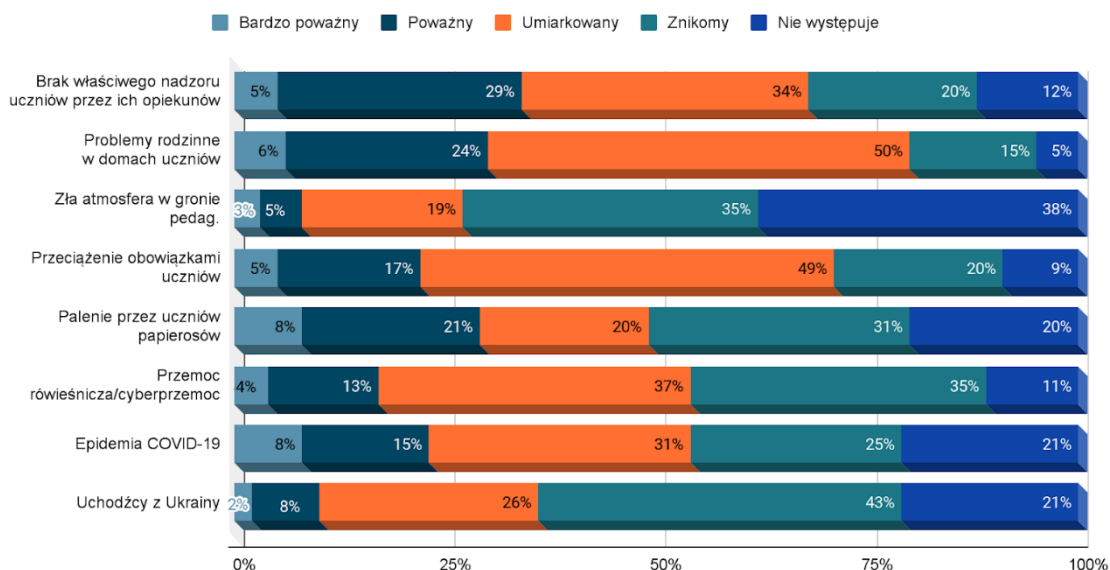
Postrzeganie wybranych problemów społecznych przez nauczycieli cz.1

Proszę ocenić ważność problemów społecznych występujących na terenie Pani/Pana szkoły? cz.2



Postrzeganie wybranych problemów społecznych przez nauczycieli cz.2

Proszę ocenić ważność problemów społecznych występujących na terenie Pani/Pana szkoły? cz.3



Postrzeganie wybranych problemów społecznych przez nauczycieli cz.3

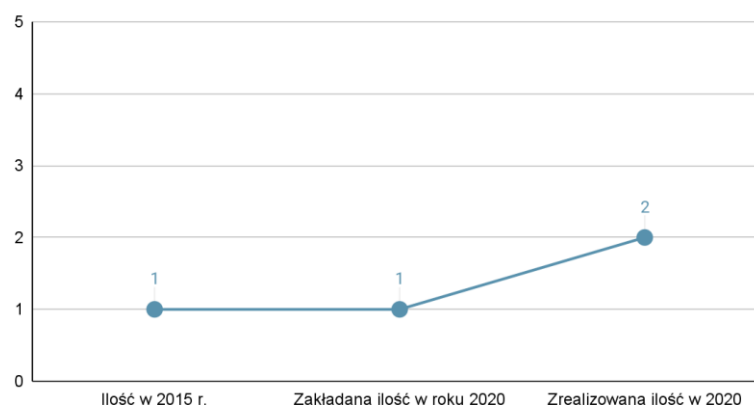
Z danych z Raportu z realizacji Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki do roku 2025 wynika, iż w porównaniu do poprzednich lat w 2020 r. wzrosła liczba z 1 do 2, przeprowadzanych kampanii informacyjno-edukacyjnych dla mieszkańców Miasta Suwałki (pomimo tej samej zakładanej liczby). W przypadku odbiorców programów profilaktycznych – ilość również wzrosła, pomimo prognozowanej, mniejszej liczby mieszkańców.⁵⁸ Natomiast w 2021 r. sfinansowano szkolenia z rekomendowanych programów profilaktycznych dla pedagogów, psychologów szkolnych i nauczycieli (252 uczestników), realizujących programy profilaktyczne w suwalskich szkołach, z następujących programów:

- „Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej” – 56 uczestników,
- „Przyjaciele Zippiego” – 28 uczestników,
- „Szkoła interwencja profilaktyczna” – 50 uczestników,
- „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców. Część 1 Relacja i Dialog” – 15 uczestników.⁵⁹

⁵⁸ Raport z realizacji Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych Miasta Suwałki do roku 2025.

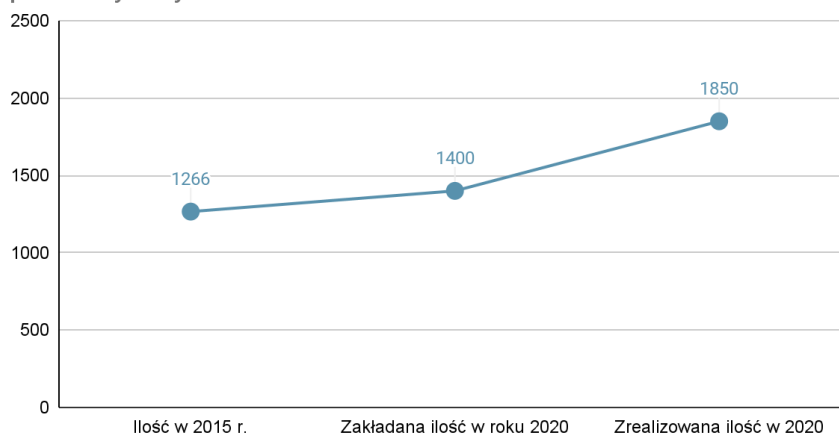
⁵⁹ Sprawozdanie z realizacji Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii w Suwałkach za 2021 rok.

Liczba przeprowadzonych kampanii informacyjno-edukacyjnych na terenie Suwałk



Liczba przeprowadzonych kampanii informacyjno-edukacyjnych przez Miasto Suwałki

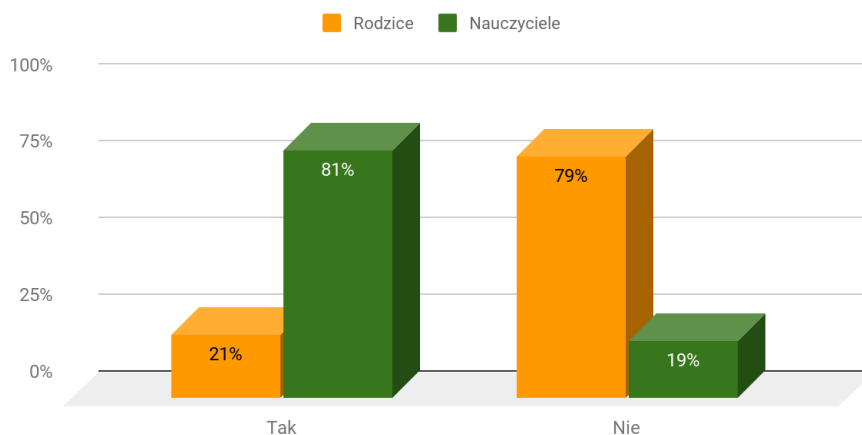
Liczba odbiorców programów profilaktycznych



Liczba odbiorców programów profilaktycznych w Mieście Suwałki

Kolejne pytania w sondażu szkolnym dotyczyły wiedzy na temat działań prowadzonych na terenie szkół w celu zapobiegania i przeciwdziałania uzależnieniom od alkoholu i narkotyków. Widoczne są duże rozbieżności w grupach rodziców i nauczycieli. Rodzice wykazują o wiele mniejszą wiedzę dotyczącą działań profilaktycznych skierowanych do ich dzieci. 21% badanych rodziców zadeklarowało znajomość oferty profilaktycznej szkoły, natomiast 79% określiło, iż nie ma wystarczającej wiedzy na ten temat. Natomiast 81% nauczycieli wskazało, że wie, jakie działania profilaktyczne są prowadzone w ich szkołach, 19% - nie wie.

Czy wie Pan/Pani jakie działania są prowadzone w szkole aby przeciwdziałać i uzależnieniom od alkoholu i narkotyków ?

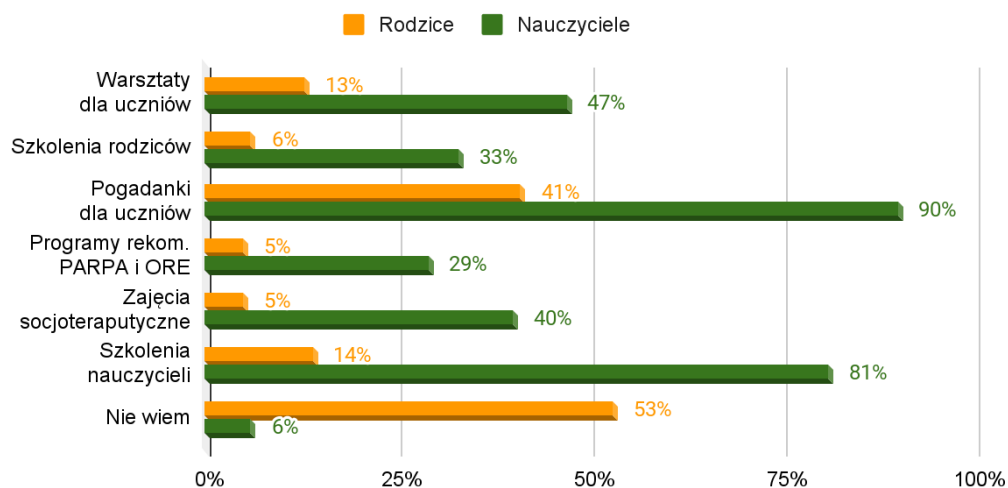


Wiedza na temat działań szkoły w zakresie prewencyjnym

W kolejnym pytaniu doprecyzowano jakie rodzaje działań profilaktycznych są prowadzone na terenie placówek oświatowych respondentów (pytanie wielokrotnego wyboru). Najwięcej rodziców (53%) wskazało, że nie potrafi wskazać żadnych form działań profilaktycznych w szkole ich dziecka, a w następnej kolejności wskazali na pogadanki dla uczniów (41%). Natomiast największa ilość nauczycieli również wskazała na pogadanki (90%) oraz szkolenia dla nauczycieli (81%) – co wydaje się być działaniem komplementarnym, ponieważ im większa wiedza kadry pedagogicznej z zakresu profilaktyki uzależnień tym bardziej skuteczne oddziaływanie dla uczniów w formie rozmów z nimi.

W następnej kolejności nauczyciele wskazali na przeprowadzanie warsztatów dla uczniów (47%) oraz zajęcia socjoterapeutyczne (40%). Jednakże istotnym zagadnieniem wydaje się nierealizowanie programów profilaktycznych rekomendowanych przez PARPA oraz ORE, które są programami o potwierdzonej naukowo skuteczności (wskazane tylko przez 29% nauczycieli i 5% rodziców).

Jakie działania profilaktyczne są prowadzone na terenie Pani/Pana szkoły?



Działania prowadzone na terenie szkoły

W kolejnym pytaniu otwartym doprecyzowano jakie dokładnie działania znają respondenci w powyższym temacie. Pojawiły się następujące odpowiedzi:

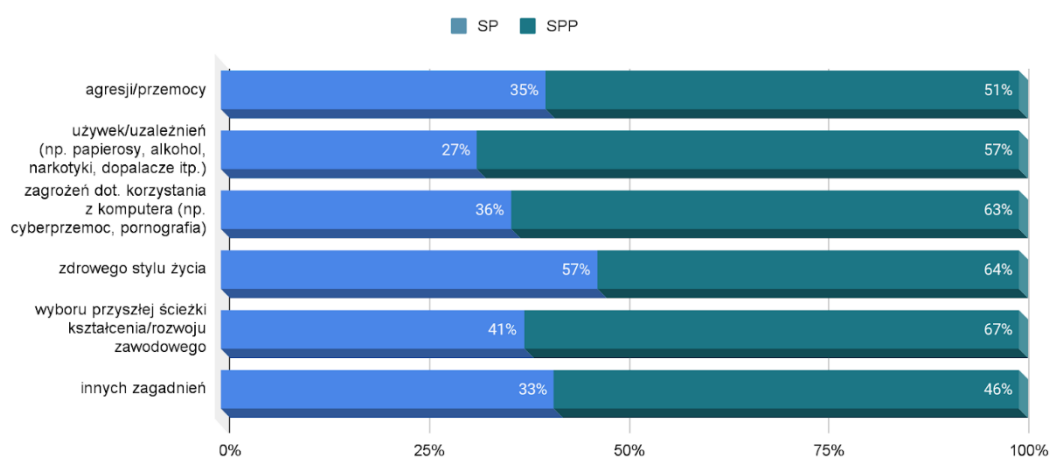
- lekcje wychowawcze,
- pogadanki,
- rozmowy z pedagogiem i psychologiem szkolnym,
- program profilaktyczno-wychowawczy,
- spotkania ze specjalistami, m.in. policją, strażą miejską,
- uświadamianie rodziców podczas zebrań,
- konsultacje i interwencje z uczniami,
- realizacja programów rekomendowanych,
- szkolenia.

W kolejnym pytaniu poproszono uczniów o zaznaczenie tematów zajęć profilaktycznych, w których brali udział w swojej szkole. W przypadku szkół podstawowych najwięcej uczniów wskazało na następujące tematy: zdrowy styl życia (57%), wybór przyszłej ścieżki kształcenia i/lub rozwoju zawodowego (41%), zagrożeń wynikających

z korzystania komputera, dotyczących np. cyberprzemocy lub pornografii (36%) oraz z zakresu agresji i/lub przemocy (35%).

W grupie uczniów szkół ponadpodstawowych respondenci wskazali najwięcej odpowiedzi z następujących tematów: wybór przyszłej ścieżki kształcenia i/lub rozwoju zawodowego (67%), zdrowego stylu życia (64%), zagrożeń wynikających z korzystania komputera, dotyczących np. cyberprzemocy lub pornografii (63%), uzależnień od substancji psychoaktywnych tj. alkohol, papierosy, narkotyki, dopalacze itp. (57%) oraz agresji i/lub przemocy (51%).

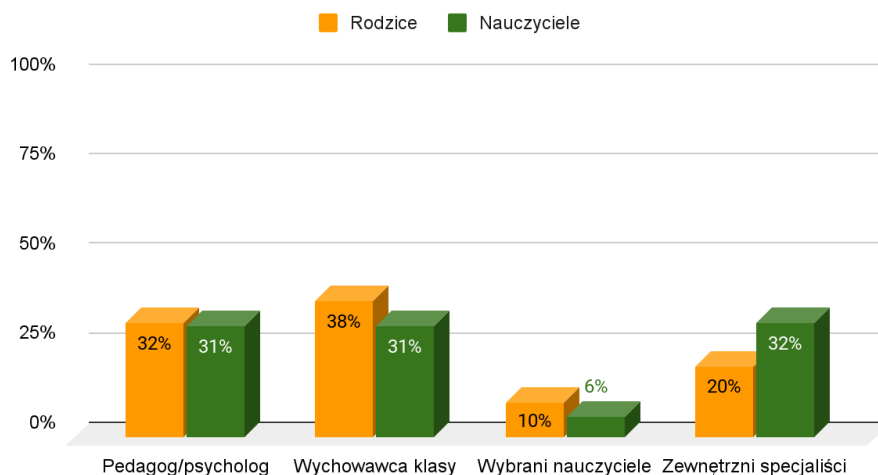
Czy brałeś/aś kiedyś udział w zajęciach profilaktycznych dotyczących:



Udział w zajęciach profilaktycznych w przeszłości

W kolejnym pytaniu doprecyzowano kto prowadzi zajęcia profilaktyczne w szkołach. Obie grupy dość równomiernie wskazały na wychowawców klasy (38% rodziców i 31% nauczycieli) oraz psychologa i/lub pedagoga szkolnego (32% rodziców i 31% nauczycieli). W następnej kolejności badani wskazali na zewnętrznych specjalistów (20% rodziców i 32% nauczycieli) oraz na wybranych nauczycieli (10% rodziców i 6% nauczycieli).

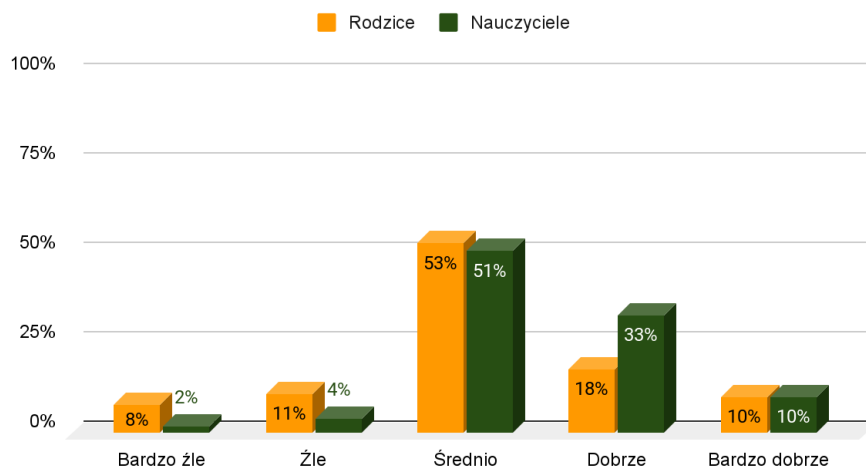
Kto najczęściej prowadzi takie działania?



Osoby prowadzące działania profilaktyczne w szkole

W kolejnym pytaniu poproszono o ocenę skuteczności prowadzonych działań profilaktycznych w szkole. W okolicach połowy, grupa respondentów uważa, że prowadzone działania uzyskują średnio satysfakcjonujące wyniki – 53% rodziców i 51% kadry pedagogicznej. Natomiast w sumie działania jako satysfakcjonujące określa 28% rodziców i 43% nauczycieli.

Jak Pan/i ocenia skuteczność tych działań?

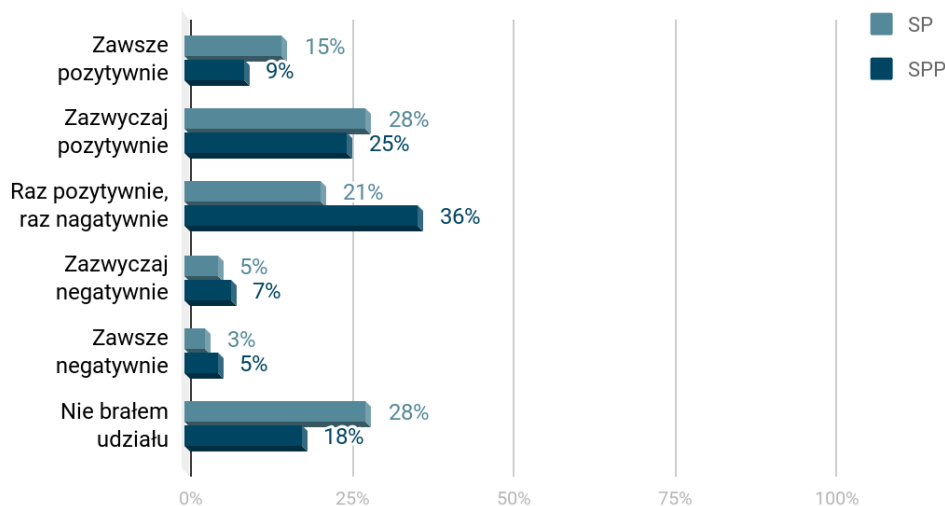


Ocena prowadzonych działań profilaktycznych

Poproszono również uczniów suwalskich szkół o ocenę przeprowadzonych w ich szkołach zajęć profilaktycznych. W sumie w pozytywny sposób zajęcia określa 43% uczniów SP oraz 34% uczniów SPP. Zmiennie, w zależności od warsztatu, ocenia 21%

SP i 36% SPP. W sposób negatywny zajęcia ocenia 8% SP i 12% SPP. 28% SP i 18% SPP nie brało udziału w zajęciach profilaktycznych.

Jak oceniasz te zajęcia?



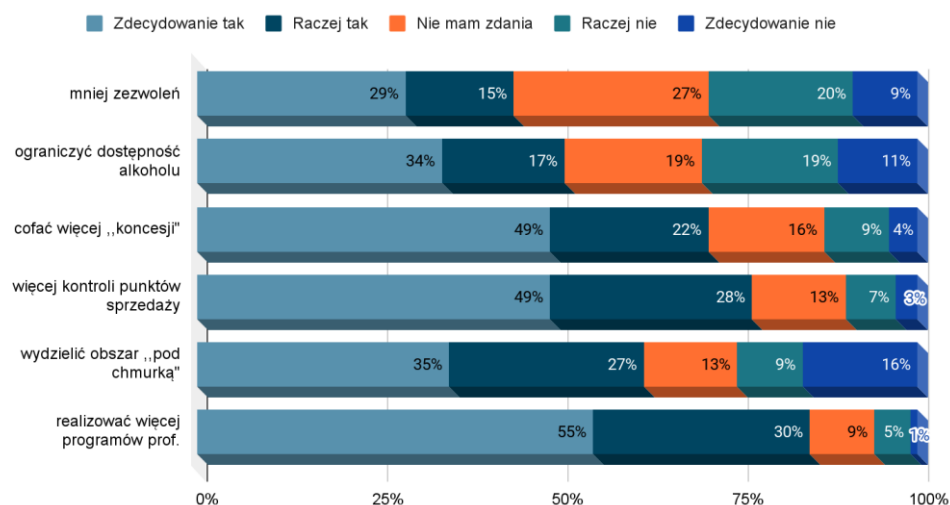
Ocena zajęć profilaktycznych realizowanych

5.2.2 Zapotrzebowanie na programy profilaktyczne

W kolejnej części zapytano rodziców o oczekiwania wobec władz lokalnych dotyczących działań w obszarze kontroli sprzedaży i zakupu alkoholu oraz działań profilaktycznych dotyczących spożywania alkoholu na terenie Miasta Suwałki.

Rodzice w zdecydowanej większości (85%) uważają, że Miasto powinno realizować więcej programów profilaktycznych dla dzieci i młodzieży. Następnie wskazali jako istotne prowadzenie większej ilości kontroli punktów sprzedaży alkoholu (77%), cofanie większej ilości „koncesji” na sprzedaż alkoholu dla osób, które łamią prawo, np. sprzedając go nieletnim (71%) oraz wydzielenie obszaru, na którym będzie można spożywać alkohol w kontrolowanych warunkach, na świeżym powietrzu (62%). Dla 51% respondentów ważne jest ograniczenie dostępności alkoholu w godzinach nocnych oraz dla 44% osób wydawanie mniejszej ilości zezwoleń na sprzedaż alkoholu.

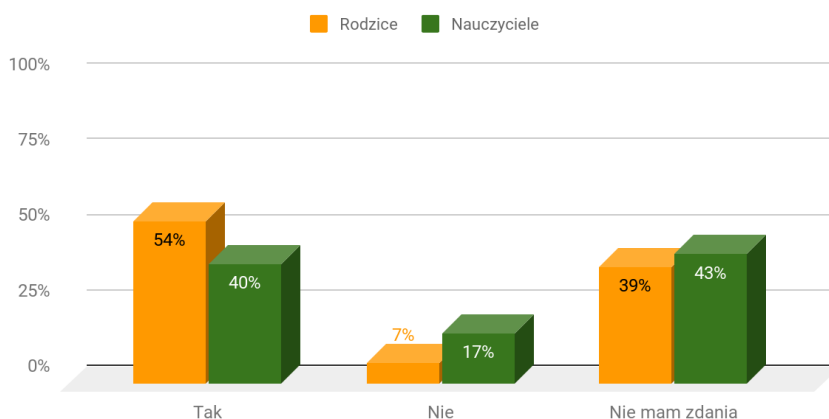
Czy uważa Pan/i, że Miasto powinno...?



Opinie rodziców dot. działalności Miasta w obszarze sprzedaży, używania i kontroli obrotu alkoholu

W kolejnym pytaniu zapytano o oczekiwania wobec władz szkoły dotyczących działań z różnych obszarów. 54% rodziców i 40% nauczycieli biorących udział w badaniu uważa, że władze szkolne powinny podejmować działania mające na celu ograniczenie spożycia alkoholu i narkotyków przez uczniów oraz problemów z tego płynących. 7% rodziców i 17% nauczycieli nie widzi takiej potrzeby, natomiast pozostałe 39% rodziców i 43% nauczycieli nie ma zdania na ten temat.

Czy oczekuje Pan/ Pani od władz szkoły działań służących ograniczaniu zachowań ryzykownych uczniów?



Oczekiwania wobec władz lokalnych dotyczących działań z różnych obszarów

Kolejne pytanie doprecyzowało poprzednie o konkretne oczekiwane działania. Rodzice i nauczyciele wskazali następujące działania:

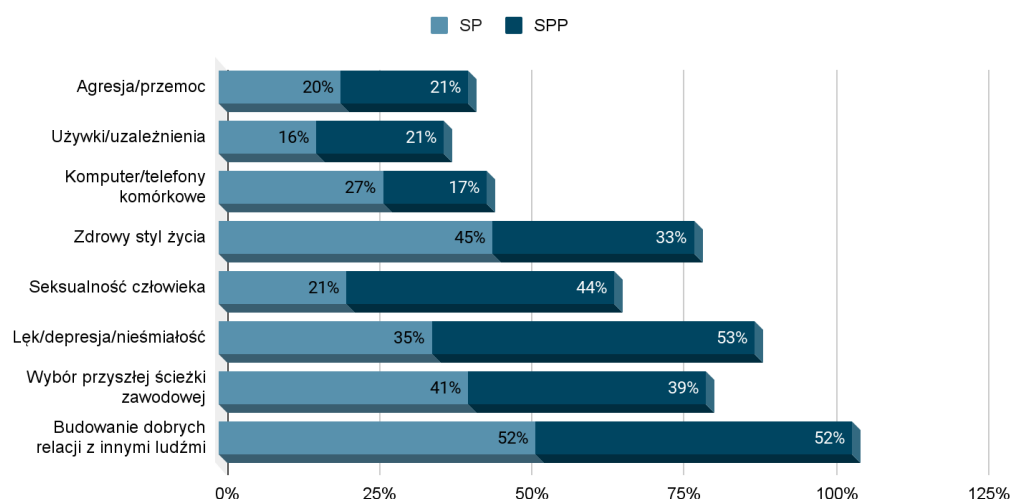
- dawanie dobrego przykładu przez nauczycieli i wychowawców, własnymi postawami i zachowaniami w stosunku do uczniów,
- zajęcia edukacyjne na godzinach wychowawczych,
- adekwatnych reakcji na przejawy agresji i nękania uczniów przez rówieśników,
- przeprowadzanie programów profilaktycznych,
- więcej warsztatów i dodatkowych zajęć dla uczniów,
- wprowadzenie edukacji obronnej,
- lepszy monitoring w szkole,
- konkursy tematyczne, np. plastyczne, filmowe, teatralne, literackie na temat uzależnień,
- spotkania z terapeutami i osobami, które były uzależnione,
- spotkania z przedstawicielami Policji, Straży Miejskiej, psychologami,
- wzmacnianie poczucia własnej wartości u uczniów,
- dodatkowe zajęcia w wolnym czasie,
- pozytywne motywowanie zamiast kar,
- nauka samoobrony,
- zakaz wychodzenia ze szkoły na przerwach,
- kształtowanie postaw i zachowań asertywnych, umiejętności radzenia ze stresem, zajęć z zakresu rozumienia emocji i ich wpływu na zachowanie,
- egzekwowanie upomnień,
- współdziałanie szkół z zewnętrznymi organizacjami,
- mediacje nauczyciel-uczeń, uczeń-uczeń, nauczyciel-rodzic, w zależności od problemu,
- lepszy kontakt z rodzicami,
- monitorowanie całej sytuacji rodziny ucznia,
- odciążenie pedagoga i psychologa od prowadzenia zespołów korekcyjnych (zatrudnienie na pełen etat osoby wyłącznie do tego typu zajęć) na rzecz zaangażowania specjalistów w prowadzenie zajęć w ramach programów profilaktycznych i rzeczywiste rozwiązywanie problemów uczniów.

Zapytano również uczniów suwalskich szkół o tematy zajęć profilaktycznych, w których najchętniej wzięliby udział w przyszłości (pytanie wielokrotnego wyboru). W grupie uczniów SP najwięcej osób wskazało następujące tematy: budowanie dobrych relacji z innymi ludźmi (52%), zdrowy styl życia (45%), wybór przyszłej ścieżki zawodowej (41%) oraz lęk/depresja/nieśmiałość (35%). Natomiast w przypadku tematyki zagrożeń behawioralnych najwięcej uczniów SP wzięłoby udział w zajęciach z zakresu ortoreksji (21%), uzależnienia od ćwiczeń fizycznych i social mediów (po 19%). 48% SP nie jest zainteresowana tematyką uzależnień behawioralnych.

W grupie uczniów SPP najczęściej osób wskazało następujące tematy: lęk/depresja/nieśmiałość (53%), budowanie dobrych relacji z innymi ludźmi (52%), seksualność człowieka (44%) oraz wybór przyszłej ścieżki zawodowej (39%). Jako najbardziej oczekiwane tematy z zakresu zagrożeń behawioralnych uczniowie SPP uznali problematyczne używanie Internetu, w tym posługiwanie się social mediami (25%) oraz uzależnienie od pornografii (25%). 55% SPP nie jest zainteresowana tematyką uzależnień behawioralnych.

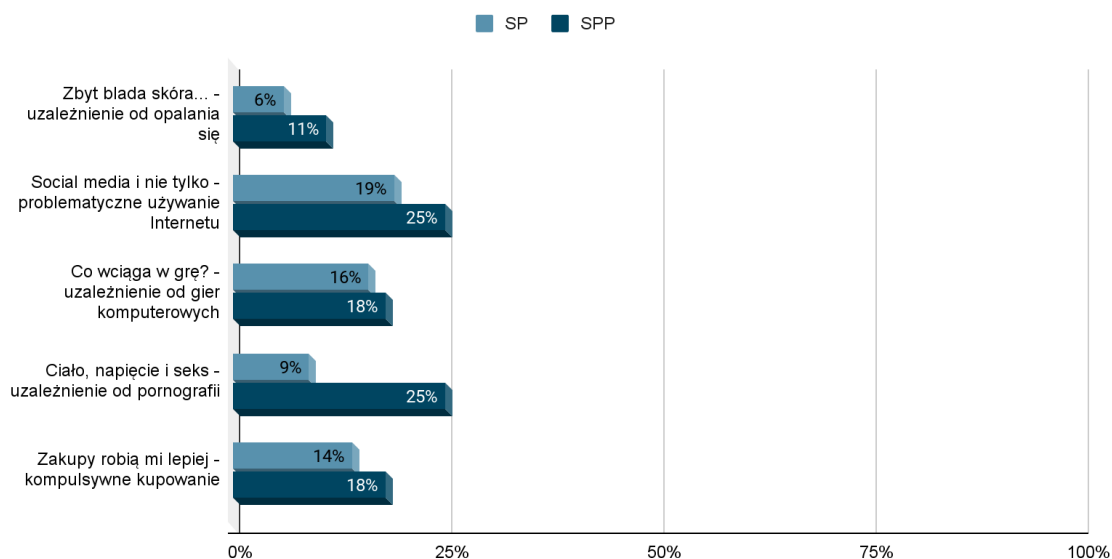
Powyższe tematy można uznać za te, które poruszają bieżące problemy, z jakimi w życiu mierzą się młodzi ludzie.

Zaznacz wszystkie tematy zajęć profilaktycznych, w których chciał(a)byś wziąć udział w przyszłości.



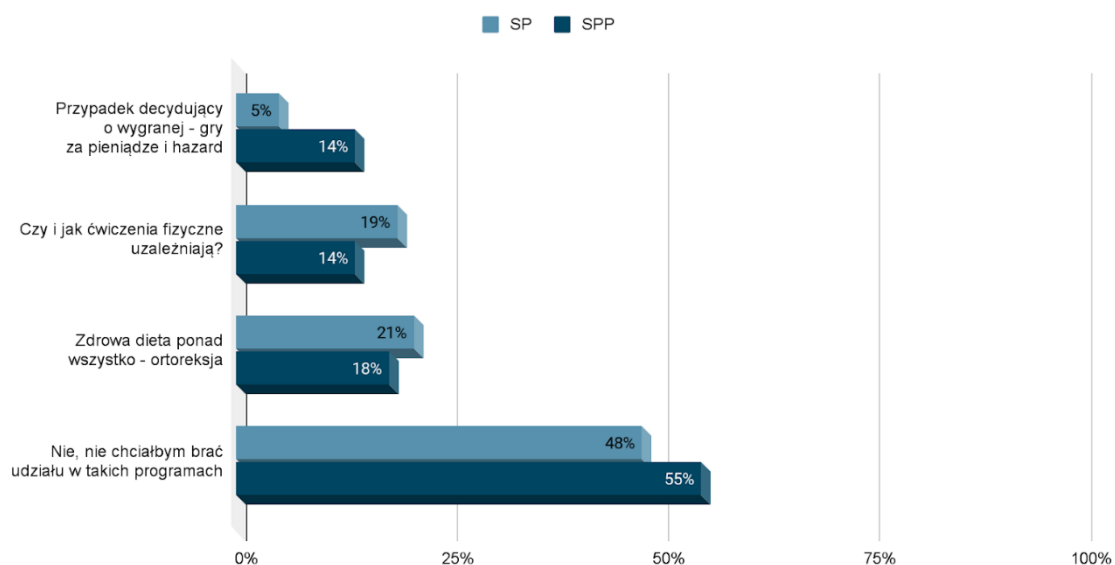
Chęć udziału w zajęciach profilaktycznych w przyszłości

Jeśli mógłbyś wziąć udział w warsztatach/ zajęciach poświęconych uzależnieniom behawioralnym, to jaki temat byłby dla Ciebie najbardziej ciekawy?



Preferencje tematyczne dotyczące przyszłych działań profilaktycznych – cz.1

Jeśli mógłbyś wziąć udział w warsztatach/ zajęciach poświęconych uzależnieniom behawioralnym, to jaki temat byłby dla Ciebie najbardziej ciekawy?

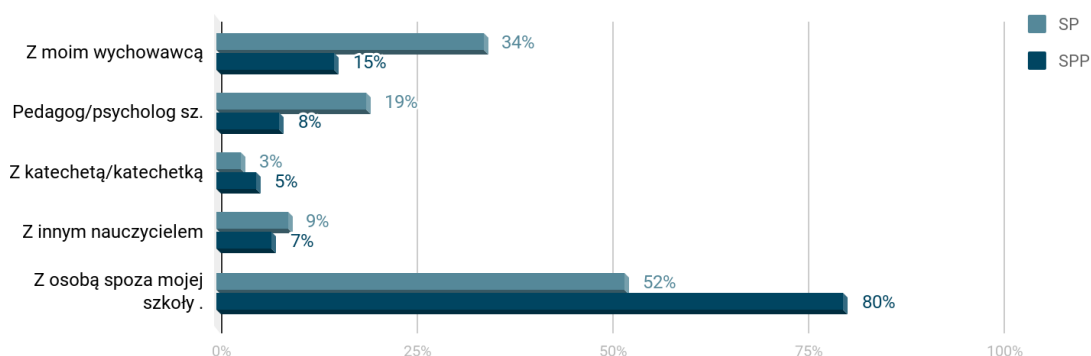


Preferencje tematyczne dotyczące przyszłych działań profilaktycznych – cz.2

Zapytano również uczniów z jakimi osobami chcieliby mieć w przyszłości zajęcia profilaktyczne (pytanie wielokrotnego wyboru). Odpowiedzi uczniów wskazują

na potrzebę prowadzenia takich zajęć głównie przez trenerów spoza środowiska tej samej szkoły (52% SP i 80% SPP). Duża część uczniów SP wskazała również wychowawcę klasy (34%) oraz pedagoga i/lub psychologa szkolnego (19%).

Z kim chciał(a)byś mieć takie zajęcia?



Preferencje wyboru prowadzącego zajęcia

W kolejnych pytaniach otwartych zapytano respondentów o zalety swoich placówek szkolnych. Uczniowie SP głównie wskazywali na:

- warunki lokalowe,
- empatyczne podejście niektórych nauczycieli,
- dostęp do sklepiku szkolnego i biblioteki,
- wycieczki szkolne,
- boisko szkolne/hala sportowa,
- pozytywną i bezpieczną atmosferę w szkole,
- dobre relacje z rówieśnikami.

Uczniowie SPP głównie wskazywali na:

- możliwość wyrażania siebie i swojego zdania,
- przyjazną atmosferę,
- otwartość i tolerancję szkoły,
- częściowo progresywną kadrę nauczycielską,
- warunki lokalowe,
- empatyczne podejście niektórych nauczycieli,
- lekcje praktyczne,
- atmosferę pomiędzy uczniami.

Rodzice głównie wskazywali na:

- nacisk kadry pedagogicznej na wszechstronny rozwój dziecka, który uwzględnia też relacje społeczne, a nie tylko wiedzę,
- wykwalifikowaną kadrę,
- wysoki poziom nauczania,
- tolerancję dla odmienności,
- przyjazną atmosferę,
- dobrą lokalizację szkoły,
- bezpieczeństwo w szkole,
- małą liczebność klas i kameralność szkoły,
- pomoc w rozwiązywaniu problemów zgłaszanych przez uczniów,
- dobry kontakt z rodzicami,
- indywidualne podejście do ucznia,
- monitoring w szkole,
- nowe boisko szkolne,
- dodatkowe zajęcia sportowe,
- dostosowanie szkoły do potrzeb uczniów niepełnosprawnych,
- warunki lokalowe.

Nauczyciele głównie wskazywali na:

- tolerancję, szacunek, otwartość na inność,
- wysokie wyniki uczniów w nauce,
- aktywność nauczycieli,
- prowadzone projekty,
- profesjonalne podejście do nauczania i wychowania,
- ciekawą ofertę zajęć dodatkowych,
- bieżące rozwiązywanie problemów uczniów,
- lokalizację szkoły,
- kameralność szkoły,
- przyjazną atmosferę w szkole,
- kompetentną i przychylną nauczycielom dyrekcję,
- doświadczoną kadrę pedagogiczną,
- atrakcyjne kierunki kształcenia,
- klasy integracyjne, przeszkolenie i przygotowanie nauczycieli do pracy z osobami o specjalnych potrzebach,
- dobre wyniki egzaminów zewnętrznych.

Z kolei na otwarte pytanie: „Co chciał(a)byś zmienić w swojej szkole?” uczniowie SP wyodrębniali najczęściej następujące potrzeby:

- więcej szacunku dla uczniów,
- więcej interesujących zajęć pozalekcyjnych,
- remont szkoły,
- niższe ceny w sklepiku szkolnym,
- reagowanie na agresję i przemoc rówieśniczą,
- dodatkowe zajęcia z zakresu psychologii,
- dłuższe przerwy,
- mniej prac domowych,
- stworzenie szafek szkolnych.

Uczniowie SPP wyodrębniali najczęściej następujące potrzeby:

- zniesienie zakazu wychodzenia ze szkoły,
- podejście nauczycieli do uczniów szkoły branżowej,
- wyciąganie konsekwencji wobec osób stosujących przemoc w szkole,
- więcej wydarzeń sportowych oraz wycieczek,
- więcej zajęć zawodowych,
- dostosowanie zajęć do osób ze specjalnymi potrzebami,
- większą ofertę zajęć pozalekcyjnych,
- skrócenie przerw do 5 minut, pozostawienie tylko jednej 20-minutowej,
- podejście do uczniów niektórych osób z kadry pedagogicznej.

Rodzice wyodrębniali najczęściej następujące potrzeby:

- zatrudnienie psychologa szkolnego, nauczyciela wspomagającego i stomatologa,
- zmiana systemu kontroli nauczania,
- wybudowanie placu zabaw dla dzieci,
- brak zadań domowych w weekendy,
- odnowienie i wyposażenie klas, korytarzy oraz sal gimnastycznych,
- zajęcia wyrównawcze,
- podejście nauczycieli do uczniów z problemami emocjonalnymi, którzy nie dopasowują się do schematu,
- uwzględnianie stanu zdrowia ucznia przy ocenianiu i poprawianiu ocen,
- wprowadzenie nowoczesnych metod nauczania,
- więcej zajęć dodatkowych, aktywujących uczniów do alternatywnego spędzania czasu,

- możliwość zostawiania książek w szkole,
- duże boisko do lekkoatletyki, gry w siatkówkę czy koszykówkę,
- bardziej empatyczne podejście do uczniów,
- więcej zajęć integracyjnych,
- edukację dotyczącą psychologii człowieka,
- „Klasy integracyjne powinny być w mniejszych szkołach a nie w dwóch z największych szkół podstawowych w Suwałkach”,
- szkolenia dla nauczycieli i ich rozwój w zakresie potrzeb dzieci na każdym etapie ich rozwoju,
- więcej zajęć zawodowych.

Nauczyciele wyodrębniali najczęściej następujące potrzeby:

- możliwość wyboru różnych rozszerzeń, nie tylko według profili klas,
- zmniejszenie liczebności klas,
- unowocześnienie pracowni przedmiotowych,
- szkolenia dla nauczycieli w zakresie radzenia sobie z przemocą rówieśniczą,
- wprowadzenie jawnego systemu motywacyjnego dla zaangażowanych nauczycieli,
- zatrudnienie psychologa szkolnego,
- poszerzenie oferty pracy w szkołach branżowych,
- możliwość prowadzenia zajęć wedle preferencji nauczycieli i uczniów,
- dostępność narzędzi pracy dla nauczycieli np, papieru ksero, długopisów, ołówków,
- zwiększenie ilości sal dydaktycznych,
- polepszenie warunków pracy i płacy,
- usprawnienie przepływu informacji pomiędzy kadrą pedagogiczną,
- zwiększenie tolerancji dla odmienności,
- unowocześnienie infrastruktury szkolnej,
- wzmocnienie pomocy psychologiczno-pedagogicznej dla uczniów,
- spotkania ze specjalistami dla uczniów i rodziców,
- funkcjonowanie edukacji włączającej,
- zmniejszenie biurokracji,
- odciążenie uczniów w ilości obowiązków.

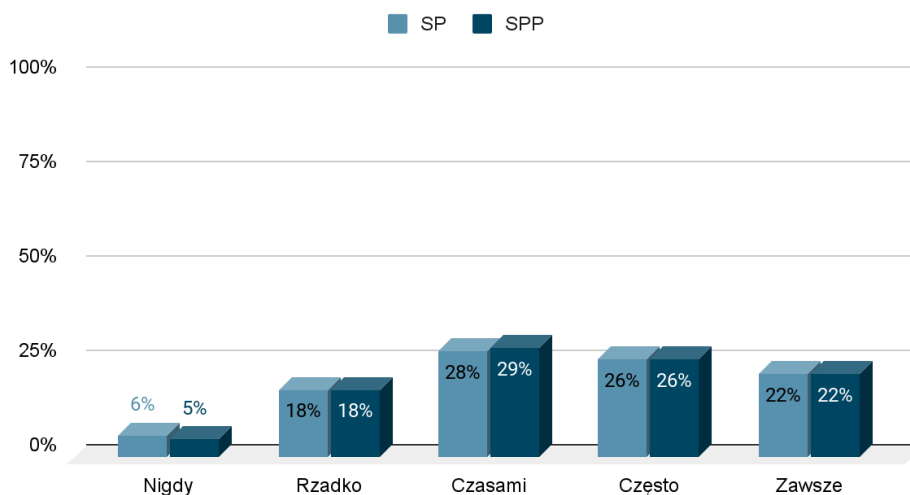
5.2.3 Czynniki chroniące i czynniki ryzyka wśród suwalskich uczniów

5.2.3.1 Stres

Poproszono uczniów suwalskich szkół o wskazanie poziomu odczuwanego stresu w szkole. Odpowiedzi są dosyć wyrównane, duża grupa uczniów odczuwa stres czasami, często lub zawsze będąc w szkole.

28% SP i 29% SPP odczuwa czasami stres w ciągu tygodnia szkolnego, po 26% SP i SPP odczuwa stres często oraz po 22% SP i SPP – zawsze. Tak duże wyniki świadczą o zapotrzebowaniu na wzmożone działania profilaktyczne ukierunkowane na radzenie sobie ze stresem.

Jak często w szkole denerwujesz się, odczuwasz stres?

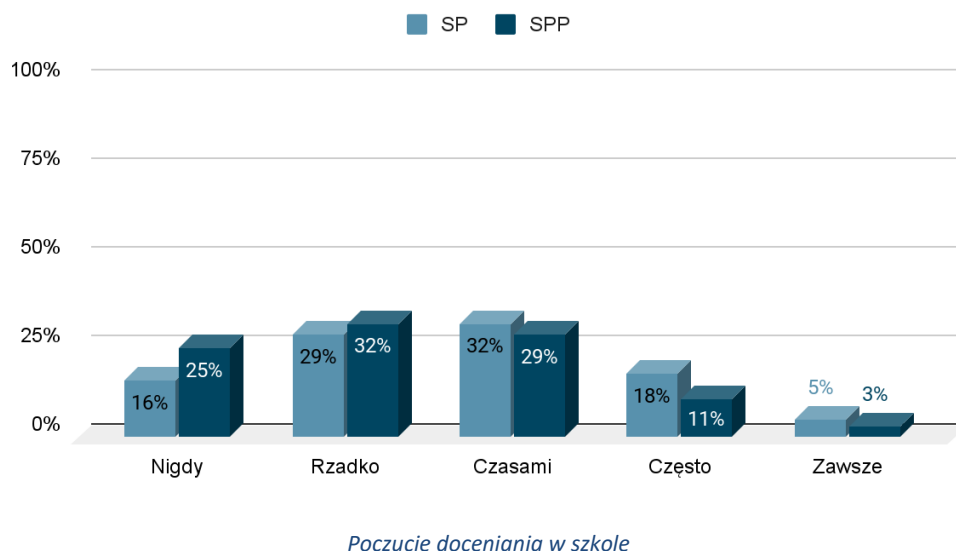


Poczucie stresu u uczniów

W następnej kolejności poproszono uczniów o określenie jak często czują się doceniani w swoich placówkach szkolnych. Docenianie jest istotnym czynnikiem chroniącym w profilaktyce uzależnień, które motywuje do konstruktywnych aktywności i sposobów radzenia sobie ze stresem. Ważne jest, aby kadra pedagogiczna i rodzice doceniali dzieci i młodzież nie tylko za osiągnięte sukcesy, ale przede wszystkim za wysiłek w kierunku osiągania celów.

Dosyć mała grupa uczniów wskazała, że czuje się doceniana często lub zawsze. Najwięcej osób odpowiedziało, że jest docenianym rzadko – 29% SP i 32% SPP oraz czasami 32% SP i 29% SPP. Aż 16% SP i 25% SPP nie czuła się nigdy doceniona w swojej szkole.

Jak często w szkole czujesz się doceniany(a), odnosisz sukcesy?



5.2.3.2 Zainteresowania

Według badania ESPAD 2019 jedną z najczęstszych form spędzania czasu wolnego wśród uczniów (w grupach 15-16 lat i 17-18 lat) jest używanie Internetu dla przyjemności. Zdecydowana większość z nich robi to prawie codziennie (89,3% gimnazjalistów i 90,3% uczniów szkół ponadgimnazjalnych). Dwie inne bardzo popularne formy spędzania czasu wolnego, to aktywne uprawianie sportu oraz chodzenie ze znajomymi do centrum handlowego. Ponadto w starszej kohorcie – wychodzenie wieczorem z przyjaciółmi. Do każdej z nich przyznaje się ponad 90% badanych w każdej z kohort, chociaż odsetki robiących to prawie codziennie są znacznie niższe. Wśród gimnazjalistów 43,2% uprawia sport prawie codziennie, a 22,1% prawie codziennie chodzi ze znajomymi do centrum handlowego. W starszej kohorcie 29,8% codziennie uprawia sport, a 18,4% codziennie chodzi ze znajomymi do centrum handlowego, bądź wychodzi wieczorem z przyjaciółmi (17,2%).⁶⁰

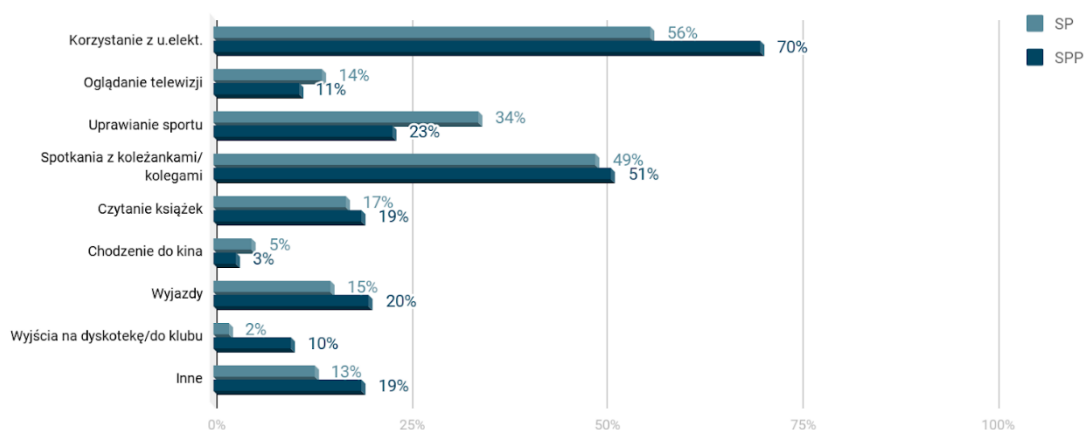
Zapytano również uczniów z suwalskich szkół o preferowane formy spędzania wolnego czasu (pytanie wielokrotnego wyboru). Analogicznie do wyników badań ESPAD 2019 zdecydowanie ulubionymi sposobami spędzania wolnego czasu są: korzystanie z komputera/smartfona/konsoli (56% SP i 70% SPP), spotkania towarzyskie (49% SP

⁶⁰ J. Sierosławski, *Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2019r.*, Warszawa, 2020.

i 51% SPP) oraz uprawianie sportu – 34% SP i 23% SPP. W następnej kolejności ankietowani wskazywali na wyjazdy poza miejsce zamieszkania (15% SP i 20% SPP), czytanie książek (17% SP i 19% SPP), oglądanie telewizji (14% SP i 11% SPP). Dodatkowo 13% uczniów SP i 19% uczniów SPP wskazało na takie aktywności jak:

- spędzanie czasu na podwórku,
- spacerowanie,
- zabawa ze zwierzętami,
- rysowanie,
- gra w gry,
- słuchanie i tworzenie muzyki,
- pomaganie w obowiązkach domowych,
- wędkowanie,
- nauka.

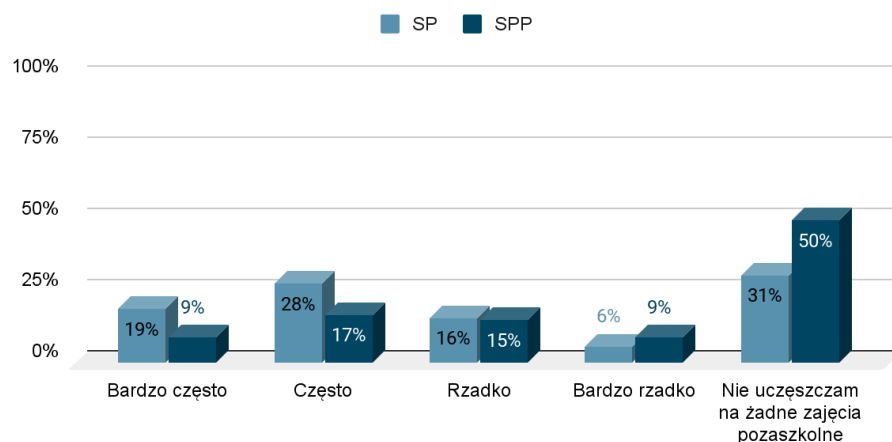
Wolny czas wypełnia mi najczęściej...



Sposoby spędzania wolnego czasu

W kolejnym pytaniu poproszono respondentów o wskazanie jak często uczęszczają na dodatkowe zajęcia poza lekcjami w szkole. 31% SP i 50% SPP nie uczęszcza na żadne zajęcia pozaszkolne, natomiast 28% SP i 17% SPP - często, a 19% SP i 9% SPP – bardzo często.

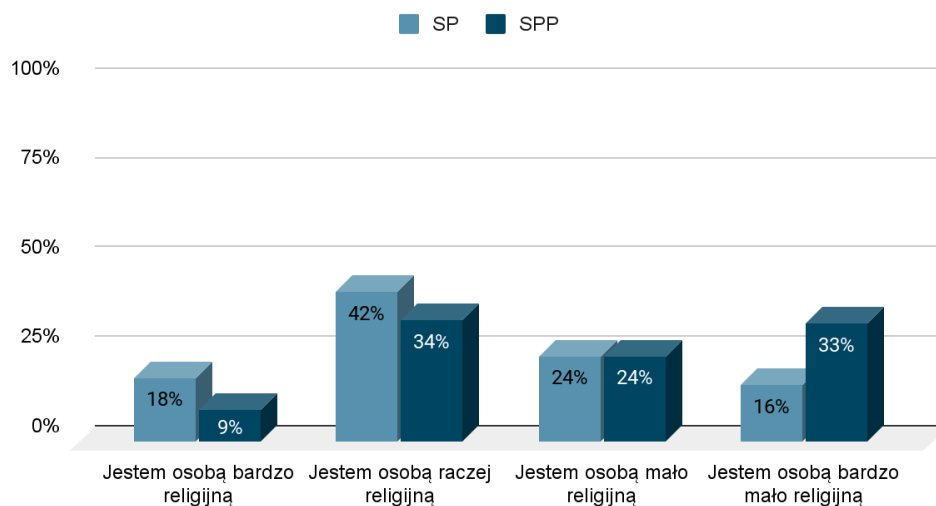
Jak często w czasie wolnym (poza szkołą) uczęszczasz na zajęcia dodatkowe (sportowe, artystyczne)?



Zajęcia dodatkowe poza szkołą

Dodatkowo jako czynnik chroniący wzięto jeszcze pod uwagę religijność uczniów suwalskich szkół. W sumie 60% SP i 43% SPP określa się jako osoby religijne, a 40% SP i 57% SPP jako niereligijne.

Jak oceniasz swoją religijność?

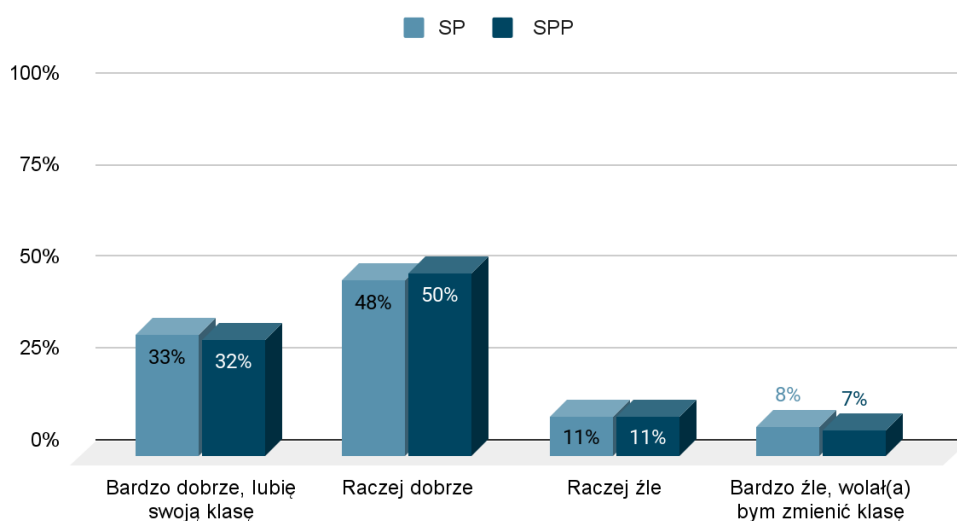


Zaangażowanie w religijność

5.2.3.3 Klimat szkoły

Ostatnie pytania w ankiecie dotyczyły bardziej otwartych kwestii dotyczących samopoczucia w szkole i w klasie. Na pytanie: *Jak się czujesz w swojej klasie?* – 81% SP i 82% SPP odpowiedziało pozytywnie. Po 11% SP i SPP czuje się źle i 8% SP i 7% SPP chciałoby zmienić swoją klasę.

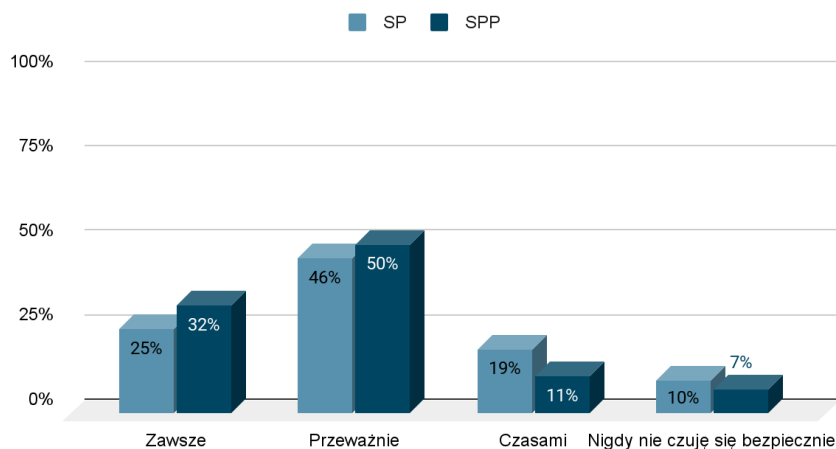
Jak czujesz się w swojej klasie?



Poczucie bezpieczeństwa w klasie

Z przeprowadzonego badania wynika, iż uczniowie czują się w szkołach raczej bezpiecznie. Zawsze bezpiecznie w szkole czuje się 25% SP i 32% SPP a uczniów czujących się przeważnie bezpiecznie jest 46% SP i 50% SPP. Brak poczucia bezpieczeństwa deklaruje łącznie 29% SP i 18% SPP, wybierając odpowiedź, że czasami nie czuje się bezpiecznie lub nigdy nie czuje się bezpiecznie.

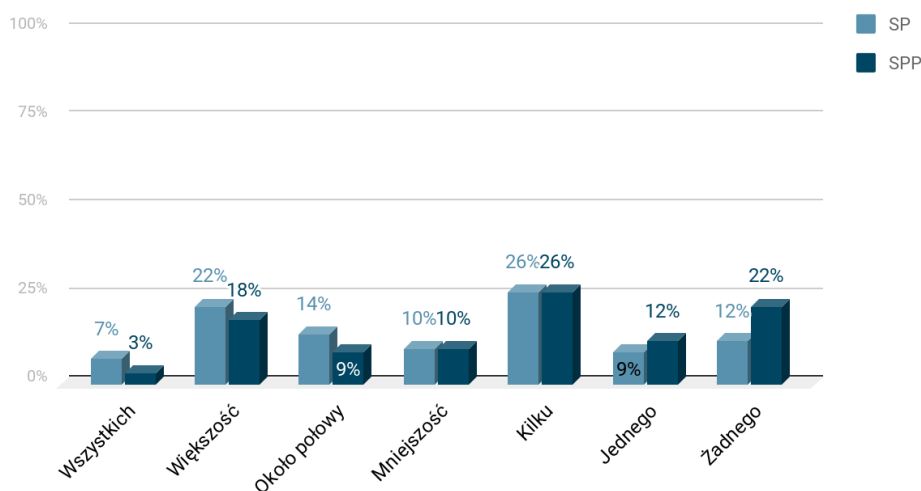
Czy czujesz się w swojej szkole bezpiecznie?



Poczucie bezpieczeństwa w szkole

W kolejnym pytaniu poproszono uczniów o określenie poziomu zaufania do nauczycieli w ich szkołach. Najczęściej padła odpowiedź o zaufaniu do kilku (po 26% SP i SPP). W następnej kolejności do większości kadry pedagogicznej (22% SP i 18% SPP) oraz żadnego nauczyciela (22% SPP). Odpowiedzi wskazują na względnie dobre relacje uczniów suwalskich szkół z ich nauczycielami.

Ilu nauczycieli z Twojej szkoły darzysz zaufaniem?

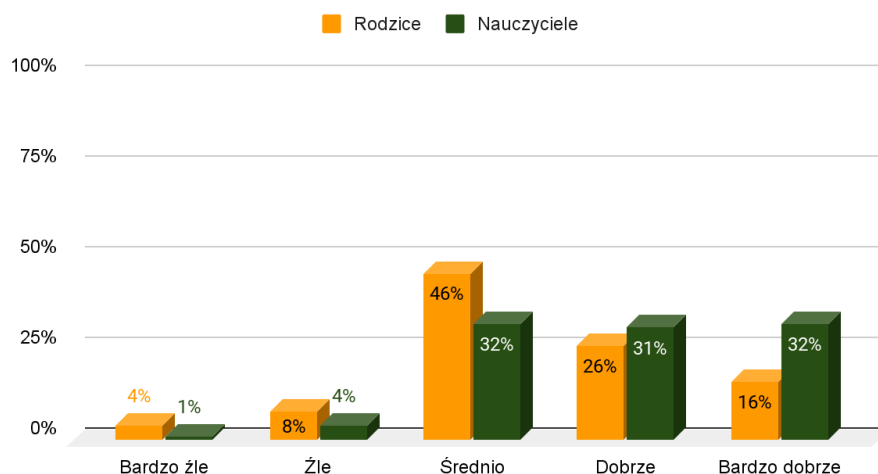


Zaufanie uczniów do nauczycieli

W kolejnym pytaniu zapytano rodziców i nauczycieli o ocenę panującej atmosfery w szkole. Większość rodziców jest średnio zadowolona z klimatu szkolnego (46%), a w następnej kolejności oceniają go dobrze (26%) lub bardzo dobrze (16%). W grupie

nauczycieli zdania są raczej równo podzielone: po 32% osób ocenia atmosferę bardzo dobrze i średnio dobrze, a 31% - dobrze.

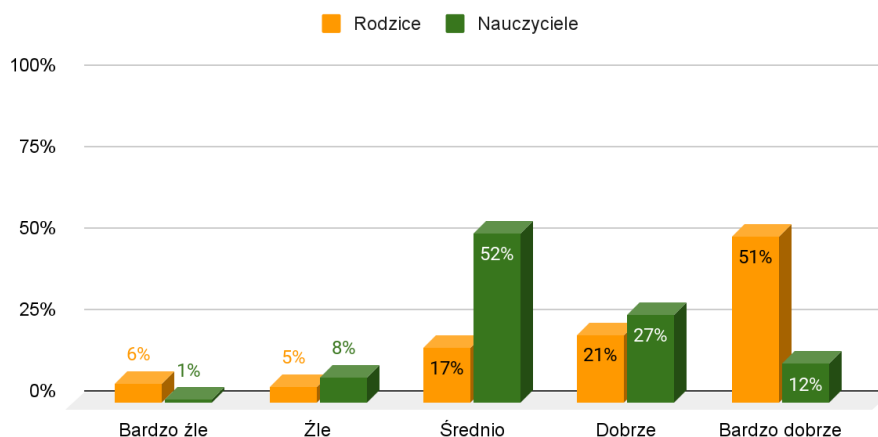
Jak Pan/i ocenia atmosferę panującą w Państwa szkole?



Ocena klimatu szkoły

Kolejne pytanie dotyczyło oceny współpracy na linii rodzic-nauczyciel. Około połowy rodziców ocenia tę relację bardzo dobrze (51%) oraz dobrze (21%) i średnio (17%). Natomiast nauczyciele oceniają współpracę z rodzicami raczej średnio (52%) lub dobrze (27%) i bardzo dobrze (12%).

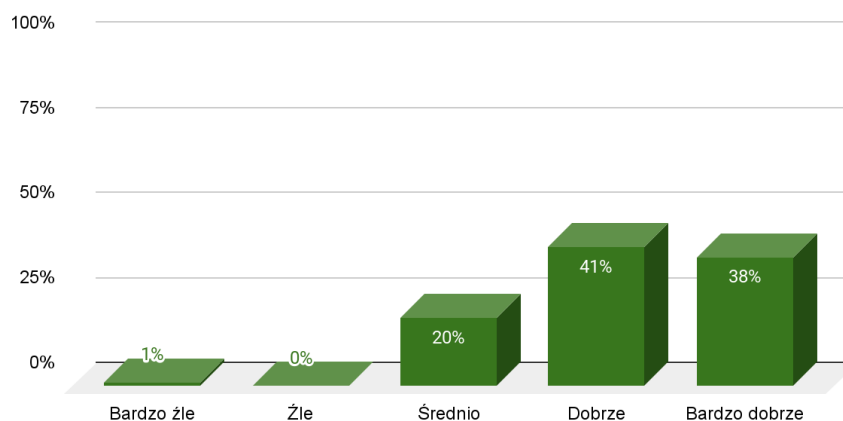
Jak Pan/i ocenia współpracę z wychowawcą klasy/rodzicami uczniów?



Ocena współpracy z wychowawcą klasy/z rodzicami

Zapytano również kadrę pedagogiczną w suwalskich szkołach o poradzenie sobie ze zdalnym nauczaniem w czasie pandemii Covid-19. Większość badanych pozytywnie ocenia nauczanie zdalne w ich szkołach: 38% - bardzo dobrze oraz 41% - dobrze. 20% ocenia tą formę nauczania na średnim poziomie oraz 1% - negatywnie.

Jak Pani/Pana zdaniem Wasza szkoła poradziła sobie ze zdalnym nauczaniem?



Ocena nauczania zdalnego – nauczyciele

Doprecyzowano w pytaniu otwartym (rodzice i nauczyciele) o wpływ pandemii oraz wojny na Ukrainie na funkcjonowanie szkoły. Odpowiedzi głównie dotyczyły negatywnego wpływu pandemii. Wojna na Ukrainie nie miała większego wpływu na funkcjonowanie szkół, jedynie wskazywano na uwrażliwienie na problemy innych osób i większą integrację społeczności lokalnej na rzecz działań charytatywnych. Najczęściej odpowiedzi z zakresu pandemii dotyczyły:

- wzmożonego lenistwa, braku motywacji do działania u uczniów,
- zmian wagi,
- pogorszenia stanu fizycznego i psychicznego zarówno u uczniów, jak i nauczycieli,
- wyizolowaniu się od rówieśników,
- bardziej lekceważącego stosunku uczniów do nauki w trakcie i po nauczaniu zdalnym,
- mniejszej samodyscypliny u uczniów,
- wzmożonego lęku i stresu,

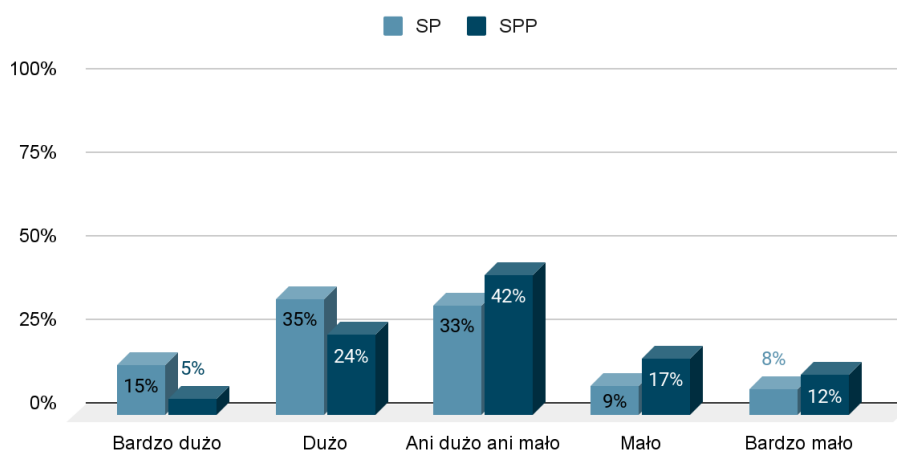
- słabszej komunikacji pomiędzy rodzicami a nauczycielami,
- wzrostu kompetencji cyfrowych u kadry pedagogicznej,
- wzrostu uzależnienia u dzieci od urządzeń elektronicznych.

5.2.3.4 Relacje z rodzicami i rówieśnikami

W badaniach ESPAD z 2019 r. wynika, iż wśród różnych instytucji odpowiedzialnych za wychowanie młodego pokolenia najważniejsza rola zdaje się przypadać rodzinie. Większość badanych była zadowolona z relacji z rodzicami i przyjaciółmi. W obu kohortach najwięcej jest zadowolonych z relacji z przyjaciółmi (79,4% w młodszej kohorcie i 83% w starszej kohorcie). Niewiele niższe są odsetki zadowolonych z relacji z matką (77% w młodszej kohorcie i 74,9% w starszej kohorcie). Zadowolonych z relacji z ojcem jest 61,8% gimnazjalistów oraz 58,9% uczniów szkół ponadgimnazjalnych. Podobny ranking wyłania się w grupie bardzo zadowolonych osób.⁶¹

Zapytano również suwalskich uczniów jak dużo czasu wolnego spędzają ze swoimi rodzicami. W sumie połowa uczniów SP oraz 29% SPP spędza bardzo dużo lub dużo czasu z rodzicami. Natomiast 33% SP i 42% SPP spędza średnią ilość czasu. W sumie 17% SP i 29% SPP spędza mało czasu z rodzicami.

Jak dużo czasu wolnego spędzasz wspólnie ze swoimi rodzicami?

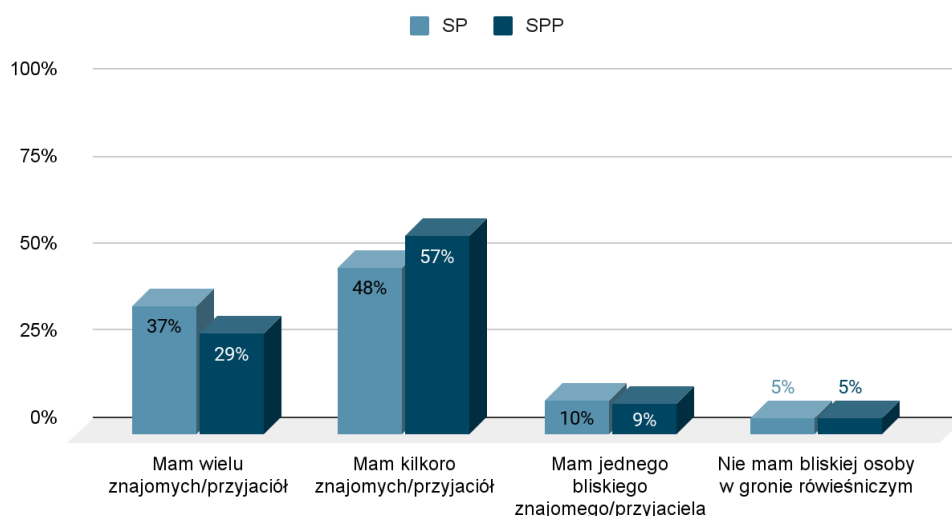


Spędzanie czasu z rodzicami

⁶¹ Tamże.

W kontekście relacji z rówieśnikami największa liczba badanych wskazała, że ma kilkoro przyjaciół: 48% SP i 57% SPP. W następnej kolejności 37% SP i 29% SPP ma wielu przyjaciół oraz 10% SP i 9% SPP ma tylko jednego przyjaciela. Osoby samotne i wykluczone ze społeczności rówieśniczej to tylko 5% SP i 5% SPP. Wyniki wskazują na silnie działający czynnik chroniący jakim jest posiadanie przyjaciół w grupach suwalskich uczniów.

Jak wyglądają Twoje kontakty z rówieśnikami?



Relacje z rówieśnikami

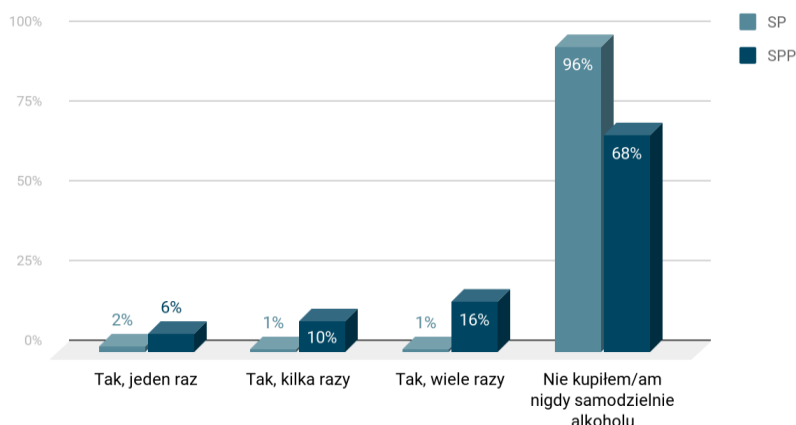
5.2.3.5 Dostępność alkoholu i narkotyków w środowisku lokalnym

Z badań ESPAD wynika, iż w kwestii używania substancji rodzina, a szczególnie rodzice, mogą mieć decydujący wpływ. Przyzwolenie ze strony rodziców lub brak zainteresowania stosunkiem dzieci do alkoholu i innych substancji może sprzyjać ich używaniu przez młodych ludzi, a odpowiednio realizowana strategia wychowawcza może zapobiec podejmowaniu i ponawianiu doświadczeń z substancjami. Doniosłość profilaktycznej roli rodziny podkreślana była przez większość dorosłych badanych w ogólnopolskich badaniach ankietowych zrealizowanych w 2002 r. z inicjatywy Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii i Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz powtórzonych w 2006 r. i 2010 r. przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii.⁶²

⁶² Tamże.

Poproszono badanych uczniów o wskazanie czy kiedykolwiek kupili alkohol samodzielnie. Wyniki otrzymane w tym pytaniu roją dobrze, ponieważ 96% SP nigdy nie kupiło alkoholu samodzielnie. Jednakże w grupie starszych uczniów widoczne są już doświadczenia z samodzielnym kupowaniem napojów alkoholowych. 32% SPP kupiła w przeszłości alkohol sama, z czego 10% kilkakrotnie i 16% wielokrotnie.

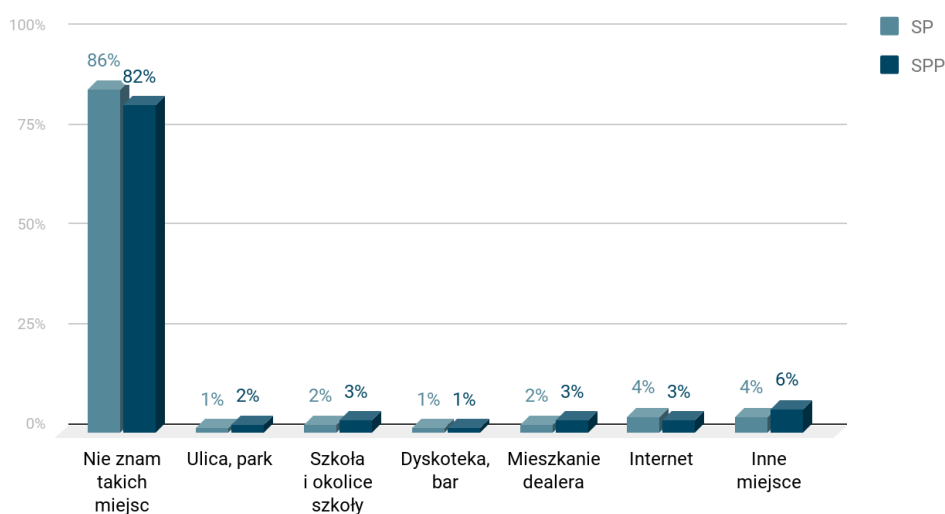
Czy kupowałeś/aś kiedyś alkohol samodzielnie? Jeśli tak, to ile razy?



Samodzielny zakup alkoholu przez dzieci i młodzież

W dalszej części diagnozy zapytaliśmy o kontakty z osobami rozprowadzającymi narkotyki na terenie Suwałk. Uzyskane wyniki pokazują, że kontakt uczniów z narkotykami jest niewielki, szczególnie w samej szkole. 86% SP i 82% SPP nie wie w jakim miejscu można nabyć nielegalne substancje psychoaktywne.

Jakie znasz miejsca gdzie można kupić narkotyki?



Dostępność narkotyków wśród dzieci

Używki takie jak alkohol i narkotyki są dostępne w legalnym obrocie handlowym, choć powinny pozostawać niedostępne dla osób nieletnich. Skoro 33% SP i 71% SPP próbowało już alkoholu i 58% SPP papierosów, z czego 19% pali regularnie, wydaje się, że dostęp do nich nie jest dla nich specjalnym utrudnieniem. Dlatego też zapytaliśmy uczniów, czy ich zdaniem łatwo jest kupić poszczególne używki.

Zgodnie z opiniami badanych dzieci ze szkoły podstawowej dosyć trudno jest zakupić używki takie jak alkohol, papierosy, leki i narkotyki. Pewna część badanych nie potrafiła się ustosunkować do tego pytania (od 32% do 40%), co może świadczyć o tym, że ta grupa uczniów nie próbowała w przeszłości ich zakupić. W przypadku narkotyków największa grupa uczniów SP wskazała, że bardzo trudno jest je zakupić (40%), za pomocą innych osób niektórzy mogą nabyć psychoaktywne substancje zabronione (18%). W sumie 10% uczniów SP wskazało, że narkotyki jest łatwo kupić na terenie Suwałk.

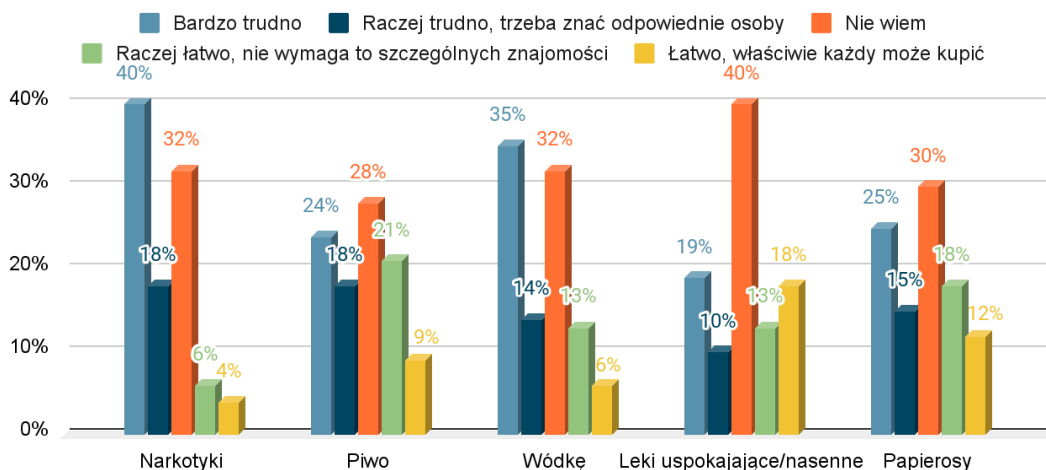
W przypadku pytania o alkohol rozdzielono go na piwo i wódkę, ze względu na fakt, iż piwo jest niekiedy uważane za napój mniej niebezpieczny niż wódka. Respondenci najczęściej wskazali dwie odpowiedzi: bardzo trudno – 24% oraz raczej łatwo - 21%. Za pomocą osób trzecich może kupić piwo 18% badanych uczniów SP, natomiast w sumie 30% uczniów SP wskazało, że piwo jest stosunkowo łatwo dostępne dla nieletnich na terenie Suwałk.

W przypadku wódki największa grupa uczniów SP wskazała, że bardzo trudno jest ją zakupić (35%), za pomocą innych osób niektórzy mogą nabyć wysokoprocentowy alkohol (14%). W sumie 19% uczniów SP wskazało, że wódkę jest łatwo kupić na terenie Suwałk.

W przypadku leków uspokajających i nasennych, które mogą być używane jako środki odurzające największa grupa uczniów wskazała, że w pewnym stopniu raczej łatwo jest je zakupić nieletnim – w sumie 31%. 19% osób wskazało, że bardzo trudno kupić leki oraz 10% raczej trudno, ale za pomocą osób trzecich można je zdobyć.

W przypadku wyrobów nikotynowych największa grupa uczniów SP wskazała, że raczej łatwo kupić (w sumie 30%). W następnej kolejności dla 25% uczniów wydaje się to bardzo trudne, a dla 15% - trudne, ale z pomocą innych osób można je zdobyć.

Według Ciebie, jak trudno jest osobie niepełnoletniej z Twojego otoczenia zakupić poniższe substancje?



Dostępność zakupu używek przez uczniów szkół podstawowych

Zgodnie z opiniami badanej młodzieży ze szkół ponadpodstawowych dosyć łatwo jest zakupić używki takie jak alkohol, papierosy, leki i narkotyki. Wydaje się, że wraz z wiekiem wzrasta zainteresowanie używkami oraz możliwości zakupu tych substancji. Pewna część badanych nie potrafiła się ustosunkować do tego pytania (w zależności od pytania od 21- 41%), co może świadczyć o tym, że ta grupa uczniów nie próbowała w przeszłości ich zakupić.

W przypadku narkotyków największa grupa uczniów SPP wskazała, że stosunkowo łatwo jest je zakupić (25%), za pomocą innych osób niektórzy mogą nabyć psychoaktywne substancje zabronione (22%). 15% uczniów SPP wskazało, że narkotyki jest bardzo trudno kupić na terenie Suwałk.

W przypadku pytania o piwo respondenci najczęściej wskazywali, że raczej łatwo jest je kupić - 65%. Za pomocą osób trzecich może kupić piwo 8% badanych uczniów SPP, natomiast 7% wskazało, że piwo jest bardzo trudne do zdobycia dla nieletnich na terenie Suwałk.

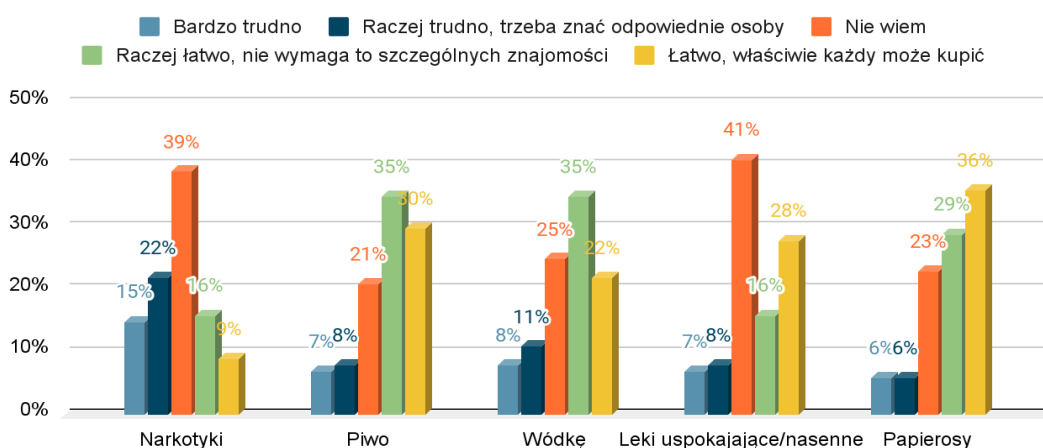
W przypadku wódki największa grupa uczniów SPP wskazała, że stosunkowo łatwo jest ją zakupić (57%), za pomocą innych osób niektórzy mogą nabyć wysokoprocentowy alkohol (11%). Tylko 8% uczniów SPP wskazało, że wódkę jest bardzo trudno kupić na terenie Suwałk.

W przypadku leków uspokajających i nasennych, które mogą być używane jako środki odurzające największa grupa uczniów SPP wskazała, że w pewnym stopniu raczej łatwo

jest je zakupić nieletnim – w sumie 44%. 7% osób wskazało, że bardzo trudno kupić leki oraz 8% raczej trudno, ale za pomocą osób trzecich można je zdobyć.

W przypadku wyrobów nikotynowych największa grupa uczniów SPP wskazała, że raczej łatwo kupić (w sumie 65%). W następnej kolejności dla 6% uczniów wydaje się to bardzo trudne oraz dla 6% - trudne, ale z pomocą innych osób można je zdobyć.

Według Ciebie, jak trudno jest osobie niepełnoletniej z Twojego otoczenia zakupić poniższe substancje?



Dostępność zakupu używek przez uczniów szkół ponadpodstawowych

6. Podsumowanie i wnioski

Na podstawie wyników sondażu badawczego przeprowadzonego w placówkach oświatowych z terenu Suwałk, wśród respondentów tj. uczniów, ich rodziców oraz kadry pedagogicznej, wyodrębniono następujące problemy i kwestie społeczne:

- Wyniki wskazują na raczej dobre relacje i dość duże zaufanie uczniów do rodziców. W przypadku osobistego doświadczania przemocy większość badanej młodzieży zwróciłaby się o pomoc do rodziców i trochę mniejsza ilość uczniów podzieliłaby się tym faktem z rówieśnikami. Wykazano niewielki odsetek osób, które powiadomiłoby Policję i kadry pedagogiczną, co wskazuje na niewielkie zaufanie do instytucji Policji i szkoły w przypadku poszukiwania pomocy w związku z doświadczaniem przemocy domowej. Duży odsetek uczniów nie powiadomiłoby nikogo ze swojego otoczenia i próbowało by radzić

sobie samemu z doświadczaniem przemocy. Zaobserwowano zapotrzebowanie wśród uczniów dotyczących podniesienia zaufania społecznego do szkoły, Policji i organów pomocy społecznej i istotności poszukiwania pomocy w przypadku doświadczania przemocy domowej.

- W aspekcie doświadczania przemocy szkolnej w różnych formach, doświadczenia najczęściej jednorazowych sytuacji agresywnych deklarowały dzieci ze szkół podstawowych. W szkołach zarówno podstawowych, jak i ponadpodstawowych najczęściej zdarzają się takie formy agresji i/lub przemocy jak: wykluczenie (39% SP i 29% SPP), natomiast w szkołach podstawowych: uderzenie lub pobicie (24% SP), otrzymanie obraźliwego SMSa lub e-maila (19% SP) oraz zmuszanie do niechcianych czynności seksualnych (18% SP).
- 55% respondentów nigdy nie było świadkiem przemocy lub cyberprzemocy w szkole, natomiast 26% uczniów SP i 29% uczniów SPP deklaruje obserwację przemocy szkolnej raz w miesiącu lub rzadziej. Należy podkreślić, że aż 21% uczniów SP zauważa codziennie przemoc w swojej szkole.
- 61% badanych nauczycieli wskazało, że zdarzają się przypadki agresywnych zachowań wobec kadry pedagogicznej. Aż 30% badanych wskazało na 2 lub 3 nauczycieli, 10% ok. 5, 8% od 5 do 10, 7% więcej niż 10 oraz 6% prawie każdego nauczyciela.
- Wyniki wskazują na dość dużą grupę rówieśników respondentów, która spożywa napoje alkoholowe. Wśród uczniów 22% SP zna kogoś ze swoich rówieśników, kto pije już alkohol. Natomiast wśród uczniów ze szkół ponadpodstawowych aż 67% badanych deklaruje używanie napojów alkoholowych przez ich rówieśników, z czego 40% wskazuje na większość swoich kolegów i koleżanek.
- Dostatecznie duży odsetek uczniów suwalskich szkół próbowało już alkoholu w swoim życiu. Aż 56% badanych uczniów SPP przyznało się do kilkakrotnego lub wielokrotnego picia alkoholu w przeszłości. Natomiast 33% uczniów SP jest już po pierwszej inicjacji alkoholowej, z czego 10% próbowało napojów wysokokowych więcej niż raz.
- W przypadku rówieśników respondentów, którzy palą wyroby nikotynowe, w tym e-papierosy, 41% uczniów SP wskazało, że nikt nie pali papierosów, a w następnej kolejności 22% są to pojedyncze osoby. Natomiast 30% uczniów SPP wskazało, że większość ich kolegów i koleżanek pali papierosy, a 23% zaznaczyło odpowiedź „około połowy”.

- Zdecydowana większość uczniów SP (82%) nie spróbowała do tej pory papierosów. Natomiast 58% uczniów SPP jest już po inicjacji nikotynowej, z czego 19% pali regularnie.
- W aspekcie picia alkoholu 68% uczniów SP określiła, iż nie jest to modne zjawisko, natomiast aż 42% uczniów SPP wskazało, że picie alkoholu jest modne wśród ich znajomych. Palenie papierosów tradycyjnych lub elektronicznych jest wciąż trendem wśród uczniów szkół ponadpodstawowych. W sumie 46% uczniów SPP i 23% uczniów SP potwierdza, że palenie wciąż jest modne i pozostaje wartością cenioną, która może służyć za element zdobywania popularności w środowisku. Duża część uczniów szkół podstawowych (60%) uważa, że palenie nie jest modne wśród ich rówieśników.
- Zapytano uczniów suwalskich szkół ilu ich rówieśników miało kontakt już z narkotykami lub nowymi substancjami psychoaktywnymi jakimi są dopalacze. 66% uczniów SP i 30% uczniów SPP wskazało, że nikt. 19% uczniów SPP uważa, że tylko pojedyncze osoby miały kontakt z narkotykami. Potwierdzono również niewielki kontakt badanych uczniów z tymi środkami – 97% SP i 83% SPP nigdy nie zażyło narkotyku lub dopalaczy. 11% uczniów SPP wskazało, że próbowało substancji psychoaktywnej, ale była to tylko i wyłącznie marihuana.
- 33% SP i 71% SPP próbowało już alkoholu i 58% SPP papierosów, z czego 19% pali regularnie. Zgodnie z opiniami badanej młodzieży ze szkół ponadpodstawowych dosyć łatwo dla osób nieletnich jest zakupić używki takie jak alkohol, papierosy, leki i narkotyki. Wydaje się, że wraz z wiekiem wzrasta zainteresowanie używkami oraz możliwości zakupu tych substancji na terenie Suwałk. Według wyników badania zakup używek dla osób nieletnich ze szkół podstawowych jest raczej utrudniony (oprócz wyrobów nikotynowych i piwa - w sumie po 30% uczniów SP wskazało, że są one stosunkowo łatwo dostępne dla nieletnich na terenie Suwałk).
- Napoje energetyczne są dosyć popularne wśród uczniów, z czego większą popularność obserwuje się wśród starszych uczniów – 89% uczniów SPP oraz 63% uczniów SP wskazało, że kiedykolwiek pili energetyki.
- Przebadani uczniowie nie wykazują problemu z nadużywaniem lekarstw. Tylko 7% SPP i 2% SP stosuje leki uspokajające i nasenne dostępne na receptę, bez przepisu lekarza. Oznacza to, że dzieci i młodzież pozyskały leki, które dostępne są na receptę z innego źródła niż z przepisu lekarza np. zabrały rodzicom

lub dostały od znajomych. Natomiast 12% SPP i 7% SP korzysta z bezpiecznych, ziołowych leków dostępnych bez recepty.

- Przeważająca część osób ze szkół podstawowych oświadczyła, iż nie grała w gry hazardowe na pieniądze w ciągu ostatniego roku, natomiast w grupie starszych uczniów zauważalne są już pierwsze doświadczenia hazardowe - 37% SPP. Większość uczniów SP, którzy grali w gry (16% SP), grała w gry internetowe – 61%. Następnie 47% osób grało w gry i aplikacje mobilne na telefonie, po 39% w zdrapki oraz w gry towarzyskie typu karty, kości. Jako kolejne wskazano (31%) gry na automatach typu „jednoręki bandyta”, jak i z nagrodami rzeczowymi lub pieniężnymi i loterie typu lotto (25%). Najmniej osób brało udział w zakładach sportowych (17%). W przypadku grupy uczniów SPP największa liczba osób grała w zakłady sportowe – 59%. W następnej kolejności, podobnie jak w grupie SP po 35% osób grało w gry i aplikacje mobilne na telefonie oraz w gry towarzyskie typu karty, kości. Następnie grano w gry internetowe (29%) oraz po 24% grano w zdrapki, w gry na automatach typu „jednoręki bandyta”, jak i z nagrodami rzeczowymi lub pieniężnymi oraz w loteriach typu lotto.
- Najwięcej przebadanych uczniów zadeklarowało codzienne spędzanie czasu w Internecie w wymiarze 2-4 godzin (37% SP i 33% SPP). W następnej kolejności uczniowie SP spędzają 1-2 godziny (23%) i 4-6 godzin (19%). Natomiast uczniowie SPP ponad 6 godzin (29%) oraz 4-6 godzin (27%). Widoczne jest, że w większości przebadanym uczniom zdarzyło się przekraczać ustalony czas korzystania z sieci. Kilkukrotnie przekroczyło planowany czas 36% SP i 22% SPP oraz wielokrotnie 25% SP i 35% SPP. Dużej części badanych uczniów zdarzyło się zaniedbywać swoje obowiązki na rzecz aktywności wirtualnych: 21% SP i 17% SPP zdarzyło się to kilkukrotnie oraz 9% SP i 26% SPP – wielokrotnie.
- Duża część uczniów, głównie SPP spotyka się z niebezpiecznymi treściami w przestrzeni wirtualnej. Mianowicie 39% SP i 80% SPP spotkało się ze scenami okrucieństwa i przemocy, 41% SP i 76% SPP z dyskryminacją i obrażaniem innych osób ze względu na ich cechy, 31% SP i 59% SPP z samookaleczaniem, 27% SP i 50% SPP spotkało się ze sposobami popełnienia samobójstwa oraz 13% SP i 41% SPP z zachęcaniem do zażywania narkotyków. W przypadku kontaktu z pornografią grupa starszych uczniów SPP częściej korzysta z takich treści niż uczniowie SP. Aż 71% SPP widziała pornografię ponad 20 razy lub więcej, natomiast 62% uczniów SP deklaruje, że nigdy nie miała styczności z takimi treściami w Internecie.

- Zaobserwowano, iż wielu uczniów wykazuje symptomy zachowań ryzykownych w aspekcie grania w gry. W ciągu ostatnich 12 miesięcy zdecydowana większość uczniów w obu grupach grała w gry na urządzeniach tj. komputer, konsola, smartfon, tablet itp. – 95% SP i 93% SPP. Najwięcej SP gra codziennie i kilka razy w tygodniu (po 41%). W następnej kolejności kilka razy w miesiącu (12%) i raz w miesiącu lub rzadziej (6%). Najwięcej SPP gra codziennie (54%), następnie kilka razy w tygodniu (28%). Wyniki wskazują na bardzo wysoką częstotliwość grania w gry u dzieci i młodzieży. W grupie uczniów SP najwięcej osób spędza 1-2 godzin dziennie (33%), następnie mniej niż godzinę (27%) oraz 2-4 godzin (25%). W grupie uczniów SPP czas spędzany na graniu wydłuża się: 2-4 godzin spędza 31% badanych, 1-2 h - 24% i po 17% mniej niż godzinę oraz 4-6 godzin. Ponad 6 godzin spędza dziennie 6% SP i 11 % SPP. W wyniku złego nastroju grało w gry 20% SP i 19% SPP - kilkakrotnie, 10% SP i 7% SPP - tylko raz oraz 17% SP i 22% SPP - wielokrotnie. Dosyć niewielka grupa uczniów zadeklarowała poważne zaniedbywanie obowiązków w związku z graniem w gry: 17% SP i 9% SPP – kilkakrotnie, 7% SP i 19% SPP - wielokrotnie.
- Pewna grupa uczniów wykazuje symptomy zakupoholizmu - 15% SP i 9% SPP kupuje kilka razy w tygodniu oraz codziennie (5%SP). 64% SP i 67% SPP nie kupowało ze względu na swój negatywny nastrój, natomiast 15% SP i 13% SPP - kilkakrotnie, a 6% SP i 9% SPP - wielokrotnie. 28% SP i 47% SPP wskazało, że w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło im się kilkakrotnie coś kupić, co później uznali za niepotrzebne, 12% SP i 4% SPP odpowiedziało, że wiele razy zdarzyły im się takie sytuacje.
- Wyniki wskazują, że dzieci i młodzież z suwalskich szkół regularnie i dosyć często uprawiają sport, co jest dobrym wskaźnikiem zdrowia zarówno psychicznego, jak i fizycznego. Jednakże pewna grupa uczniów jest zagrożona uzależnieniem od aktywności fizycznej. 75% SP i 60% SPP wskazało, że regularnie uprawia sport. Największa grupa osób wskazała (45% SP i 63% SPP), że kilka razy w tygodniu oraz 48% SP i 29% SPP – codziennie. W ostatnim roku 40% SP i 41% SPP kilkakrotnie ćwiczyło w ciągu jednego dnia oraz 31% SP i 33% SPP – wielokrotnie. 43% SP i 26% SPP zdarzyło się zaniedbywać swoje obowiązki na rzecz ćwiczeń fizycznych. 18% SP i 19% SPP kilkakrotnie zdarzyło mieć wyrzuty sumienia z powodu ominięcia aktywności fizycznej, a 7% SP i 4% SPP - wiele razy. Spora grupa uczniów wskazała również na niekonstruktywne motywy do aktywności fizycznej, tj. poprawa wyglądu, chęć schudnięcia czy nabranie masy mięśniowej.

- W obszarze patologicznej koncentracji na spożywaniu zdrowego jedzenia, która głównie objawia się poprzez nadmierne liczenie kalorii w spożywanych posiłkach - 58% SP wskazało, że zwracało uwagę na wartość kaloryczną spożywanych produktów. Natomiast w grupie uczniów SPP wskazało na ten problem 40% badanych. W grupie uczniów SP 23% osób odpowiedziało, że jest to ich codzienna rutyna, 28% - zdarza się to kilka razy w miesiącu, 29% - kilka razy w tygodniu i 20% - raz w miesiącu lub rzadziej. W grupie uczniów SPP 33% osób odpowiedziało, że jest to ich codzienna rutyna, po 28% - zdarza się kilka razy w miesiącu oraz kilka razy w tygodniu i 11% - raz w miesiącu lub rzadziej. 27% SP i 22% SPP – kilkakrotnie planowało posiłek pod względem wartości kalorycznej oraz 13% SP i 17% SPP – wielokrotnie. 23% SP i 35% SPP kilkakrotnie w ciągu ostatniego roku odczuwało wyrzuty sumienia z powodu złamania zasad odżywiania oraz 23% SP i 18% SPP – wielokrotnie.
- W obszarze patologicznego opalania się 77% SP i 63% SPP wskazało, że nie zwracało uwagi na odcień swojej skóry. Natomiast 9% SP i 16% SPP wskazało na kilkakrotne myśli dotyczące tej kwestii, 6% SP i 14% SPP - wielokrotnie, a 8% SP i 7% SPP - tylko raz zwróciło na to swoją uwagę. Dodatkowo zdecydowana większość osób nie opalała się ze względu na swój negatywny nastrój – 78% SP i 79% SPP.
- Z przeprowadzonego badania wynika, iż uczniowie czują się w suwalskich szkołach raczej bezpiecznie. Zawsze bezpiecznie w szkole czuje się 25% SP i 32% SPP a uczniów czujących się przeważnie bezpiecznie jest 46% SP i 50% SPP. Brak poczucia bezpieczeństwa deklaruje łącznie 29% SP i 18% SPP, wybierając odpowiedź, że czasami nie czuje się bezpiecznie lub nigdy nie czuje się bezpiecznie.
- Wysokie wyniki w sferze odczuwania stresu wśród uczniów wskazują na zapotrzebowanie na wzmożone działania profilaktyczne ukierunkowane na radzenie sobie ze stresem. 28% SP i 29% SPP odczuwa czasami stres w ciągu tygodnia szkolnego, po 26% SP i SPP odczuwa stres często oraz po 22% SP i SPP – zawsze.
- W aspekcie zapotrzebowania na działania profilaktyczne w Mieście Suwałki przebadani rodzice w zdecydowanej większości (85%) uważają, że Miasto powinno realizować więcej programów profilaktycznych dla dzieci i młodzieży. Następnie wskazali jako istotne prowadzenie większej ilości kontroli punktów sprzedaży alkoholu (77%), cofanie większej ilości „koncesji” na sprzedaż alkoholu dla osób, które łamią prawo, np. sprzedając go nieletnim (71%)

oraz wydzielenie obszaru, na którym będzie można spożywać alkohol w kontrolowanych warunkach, na świeżym powietrzu (62%). Dla 51% respondentów ważne jest ograniczenie dostępności alkoholu w godzinach nocnych oraz dla 44% osób wydawanie mniejszej ilości zezwoleń na sprzedaż alkoholu.

- Spora grupa badanych żywi oczekiwania wobec władz szkół dotyczących działań profilaktycznych. 54% rodziców i 40% nauczycieli biorących udział w badaniu uważa, że władze szkolne powinny podejmować działania mające na celu ograniczenie spożycia alkoholu i narkotyków przez uczniów oraz problemów z tego płynących.
- Zapytano również uczniów suwalskich szkół o tematy zajęć profilaktycznych, w których najchętniej wzięliby udział w przyszłości. W grupie uczniów SP najwięcej osób wskazało następujące tematy: budowanie dobrych relacji z innymi ludźmi (52%), zdrowy styl życia (45%), wybór przyszłej ścieżki zawodowej (41%) oraz lęk/depresja/nieśmiałość (35%). Natomiast w przypadku tematyki zagrożeń behawioralnych najwięcej uczniów SP wzięłoby udział w zajęciach z zakresu ortoreksji (21%), uzależnienia od ćwiczeń fizycznych i social mediów (po 19%). 48% SP nie jest zainteresowana tematyką uzależnień behawioralnych.

W grupie uczniów SPP najwięcej osób wskazało następujące tematy: lęk/depresja/nieśmiałość (53%), budowanie dobrych relacji z innymi ludźmi (52%), seksualność człowieka (44%) oraz wybór przyszłej ścieżki zawodowej (39%). Jako najbardziej oczekiwane tematy z zakresu zagrożeń behawioralnych uczniowie SPP uznali problematyczne używanie Internetu, w tym posługiwanie się social mediami (25%) oraz uzależnienie od pornografii (25%). 55% SPP nie jest zainteresowana tematyką uzależnień behawioralnych.

- Zapytano również uczniów z jakimi osobami chcieliby mieć w przyszłości zajęcia profilaktyczne. Odpowiedzi uczniów wskazują na potrzebę prowadzenia takich zajęć głównie przez trenerów spoza środowiska tej samej szkoły (52% SP i 80% SPP). Duża część uczniów SP wskazała również wychowawcę klasy (34%) oraz pedagoga i/lub psychologa szkolnego (19%).

6.1 Porównanie wyników uzyskanych w sondażu społecznym z wynikami uzyskanymi w Diagnozie Problemów Społecznych na Terenie Szkół Podstawowych i Średnich w Suwałkach w 2019 r.

Wyniki uzyskane podczas badania społecznego w suwalskich szkołach w 2022 roku poddano analizie porównawczej z wynikami analogicznego badania społecznego w 2019 r. które zostały opisane w Diagnozie Problemów Społecznych na Terenie Szkół Podstawowych i Średnich w Suwałkach w 2019 r.

Analiza wyników jest możliwa ze względu na podobne grupy badawcze. W 2019 r. przebadano uczniów (w sumie 1852 osób) oraz nauczycieli (290 osób) z suwalskich szkół podstawowych oraz średnich. W badaniu wzięły udział osoby z następujących szkół:

➤ podstawowych:

- Szkoła Podstawowa nr 9 im. W. Puchalskiego w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 2 z Oddziałami Dwujęzycznymi im. A. Piłsudskiej w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 4 im. ks. K. A. Hamerszmita w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 5 im. A. Wierusz - Kowalskiego w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 6 im. A. Kujałowicz w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 7 im. św. Jana Pawła II w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 10 w Suwałkach,
- Szkoła Podstawowa nr 11 z Oddziałami Integracyjnymi im. gen. bryg. pil. W. Urbanowicza w Suwałkach.

➤ średnich:

- I Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. M. Konopnickiej w Suwałkach,
- Zespół Szkół Technicznych w Suwałkach,
- Zespół Szkół nr 1 w Suwałkach,
- Zespół Szkół nr 4 w Suwałkach,
- Zespół Szkół nr 6 im. Karola Brzostowskiego w Suwałkach,
- Zespół Szkół nr 2 w Suwałkach.

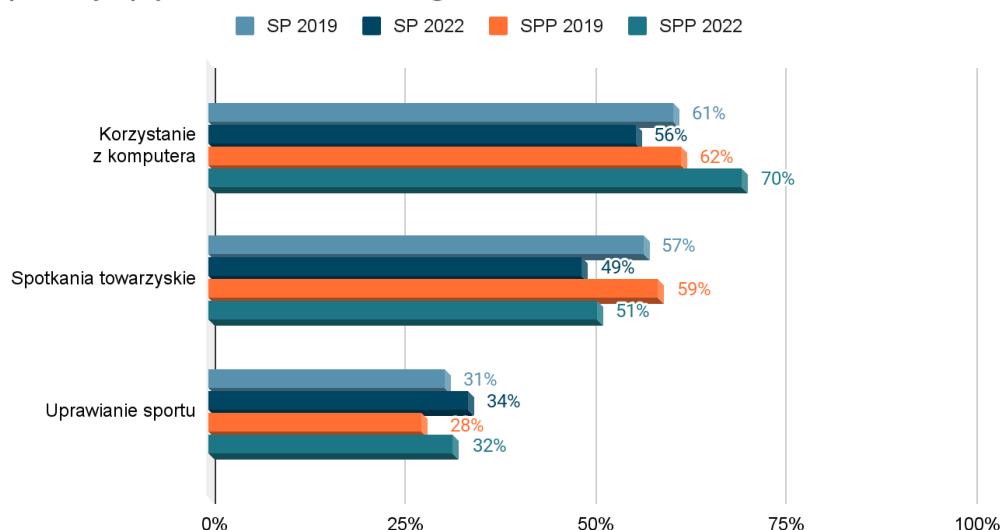
Należy podkreślić, że poprzednie badanie zostało przeprowadzone przed reformą szkolnictwa i w szkole podstawowej było tylko 6 klas. Natomiast aktualnie wiek uczniów został wydłużony i szkoła podstawowa liczy 8 klas (gimnazja zostały zlikwidowane). Należy zatem pamiętać, że 26% respondentów zaliczonych do grupy osób ze szkół

podstawowych liczy sobie więcej lat aniżeli badane osoby ze szkół podstawowych w 2019 r.

6.1.1 Formy spędzania wolnego czasu

Na początku wzięto pod uwagę czynniki chroniące jakimi są sposoby spędzania wolnego czasu przez dzieci i młodzież szkolną na przestrzeni ostatnich lat. Zaobserwowano stały trend w rodzajach spędzania czasu poza szkołą wśród uczniów. Mianowicie od 2019 r. dzieci i młodzież szkolna najczęściej spędza czas wolny na korzystaniu z komputera, spotkaniach towarzyskich oraz na uprawianiu sportu.

Sposoby spędzania czasu wolnego:



Najczęstsze sposoby spędzania wolnego czasu przez uczniów w 2019/2022 r.

6.1.2 Przemoc szkolna i cyberprzemoc

Z przeprowadzonego badania w 2022 r. wynika, iż uczniowie czują się w szkołach raczej bezpiecznie. Zawsze bezpiecznie w szkole czuje się 25% SP i 32% SPP, a uczniów czujących się przeważnie bezpiecznie jest 46% SP i 50% SPP. Brak poczucia bezpieczeństwa deklaruje łącznie 29% SP i 18% SPP, wybierając odpowiedź, że czasami nie czuje się bezpiecznie lub nigdy nie czuje się bezpiecznie.

Natomiast w 2019 r. uczniowie SP również zgłaszali, że raczej czuli się w swoich szkołach bezpiecznie. Zdecydowanie i zawsze bezpiecznie w szkole czuło się 28% badanych, zaś przeważnie bezpiecznie - 48%. Brak poczucia bezpieczeństwa deklarowało łącznie 24% ankietowanych uczniów, wybierając odpowiedź, że nie zawsze czuje się bezpiecznie (14%), zazwyczaj nie czuje się bezpiecznie (3%) lub nigdy tak się nie czuję (7%).

W grupie uczniów SPP w 2019 r. zdecydowanie i zawsze bezpiecznie w szkole czuło się 42% badanych, zaś przeważnie bezpiecznie - 43%. Brak poczucia bezpieczeństwa deklarowało łącznie 12% ankietowanych uczniów, wybierając odpowiedź, że nie zawsze czuje się bezpiecznie (7%), zazwyczaj nie czuje się bezpiecznie (1%) lub nigdy tak się nie czuje (4%).

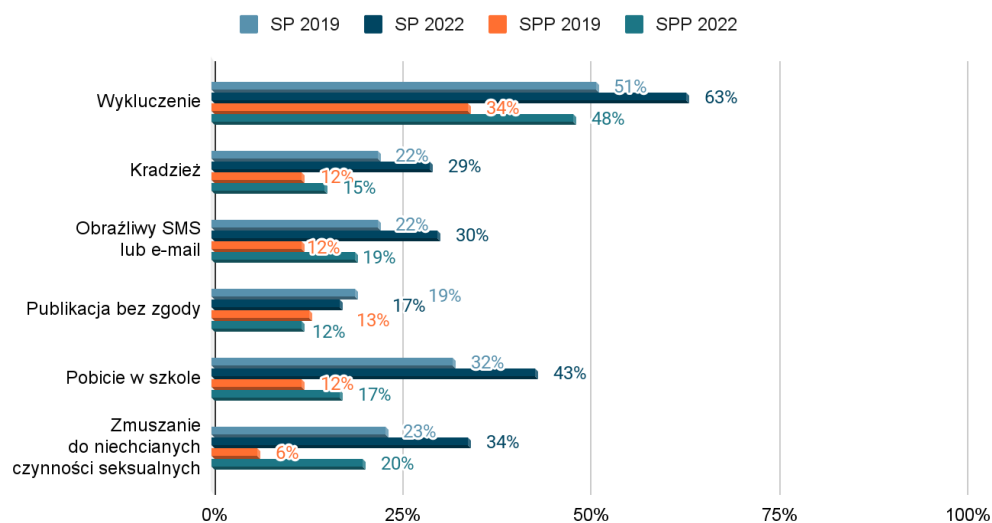
W aspekcie cyberprzemocy 60% uczniów SP i 68% uczniów SPP w 2019 r. doświadczyła takich zjawisk jak wyzywanie, straszenie czy ośmieszanie, za pomocą Internetu lub telefonu. Natomiast w 2022 r. 55% respondentów nigdy nie było świadkiem w szkole przemocy rówieśniczej oraz cyberprzemocy, natomiast 26% uczniów SP i 29% uczniów SPP deklaruje obserwację przemocy szkolnej raz w miesiącu lub rzadziej. Należy podkreślić, że aż 21% uczniów SP zauważa codziennie przemoc w swojej szkole. Wydaje się, że aktualnie przemoc szkolna w różnych formach najczęściej dotyczy w Suwałkach szkół podstawowych.

Wyniki sondaży w 2019 r. i 2022 r. wskazują, że w suwalskich szkołach dochodzi do aktów przemocy, ale w niewielkim stopniu. Najczęstsze formy przemocy doświadczane przez respondentów SP w 2019 r. to: wykluczenie (doświadczyło go ok. 51% uczniów, z czego 13% częstokroć), w mniejszym stopniu pobicie (32%) oraz obraźliwe smsy lub e-maile (22%) albo publikacja czegoś w sieci bez zgody zainteresowanej osoby (19%). Często miały też miejsce kradzieże – 22% uczniów.

Natomiast najczęstsze formy przemocy wśród uczniów SPP w 2019 r. to: wykluczenie (doświadczyło go ok. 34% uczniów, z czego 27% częstokroć), w mniejszym stopniu naruszające prywatność w sieci (13%) oraz pobicie (12%), kradzież (12%) i przymuszenia (19%).

W szkołach w 2022 r. zdarzają się najczęściej (odpowiedzi „kilka razy”, „wiele razy” oraz „tak, ale tylko raz”): wykluczenie (63% SP i 48% SPP), uderzenie lub pobicie (43% SP, 17% SPP), otrzymanie obraźliwego SMSa lub e-maila (30% SP i 19% SPP) oraz zmuszanie do niechcianych czynności seksualnych (34% SP i 20% SPP). Można zaobserwować, że najwięcej jednorazowych sytuacji agresywnych deklarowały dzieci ze szkół podstawowych.

Formy przemocy rówieśniczej:



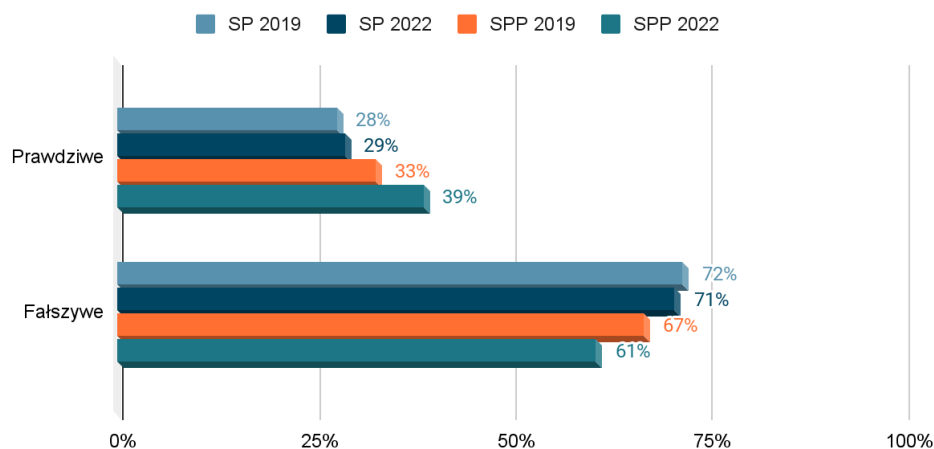
Najczęstsze formy przemocy rówieśniczej doświadczane przez uczniów w 2019/2022 r.

6.1.3 Alkohol

W następnej kolejności porównano zarówno opinie, jak i sposoby używania substancji uzależniających wśród uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych w latach 2019 i 2022. Najpierw przyjrano się opinii dotyczącej mniejszej szkodliwości alkoholu w piwie niż w alkoholu wysoko procentowym. Wyniki w poszczególnych latach, w obu typach szkół są na dosyć podobnym poziomie, aczkolwiek wyraźnie można zaobserwować iż w grupie starszych uczniów SPP większa ilość osób uważa, że alkohol w piwie jest mniej szkodliwy niż w napojach o wyższym stężeniu procentowym. Wydaje się, że ta nieprawdziwa opinia wciąż funkcjonuje w społeczności szkolnej w Suwałkach i wskazuje to na niezmieniający się trend.

Istotne zatem jest wdrożenie działań profilaktycznych w szkołach, mających na celu zmianę stereotypów dotyczących spożywania alkoholu, z wyszczególnieniem na kontynuowanie działań w szkołach o wyższym stopniu w celu utwierdzenia wiedzy u starszej młodzieży.

Czy Twoich zdaniem stwierdzenie "Alkohol w piwie jest inny i mniej groźny niż w wódce" jest...?

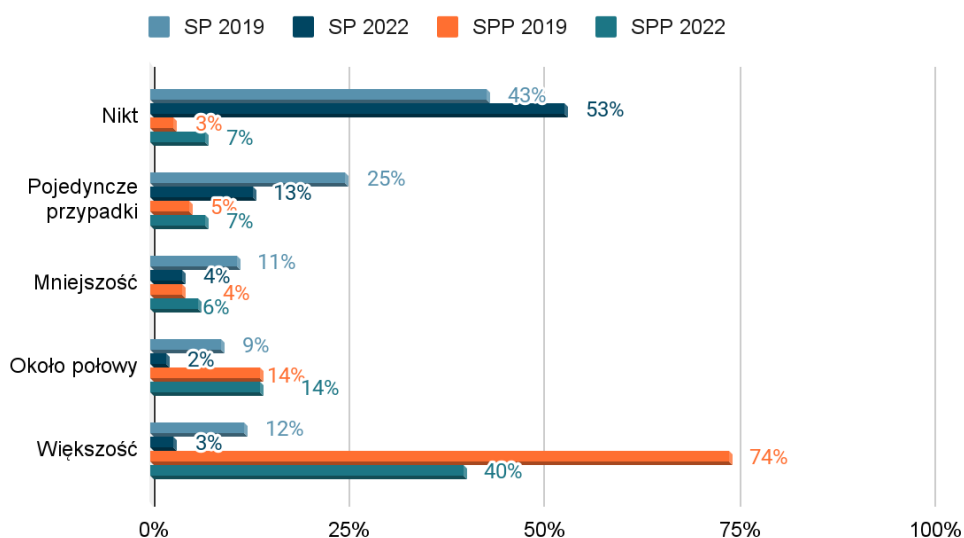


Opinia uczniów dot. Szkodliwości alkoholu w różnych napojach w 2019/2022 r.

W celu rozpoznania kierunku trendu spożywania alkoholu w poprzednich latach wśród dzieci i młodzieży z suwalskich szkół zapytano o ilość rówieśników respondentów, którzy piją alkohol. Widoczny jest spadek spożywania alkoholu u większości rówieśników młodzieży szkół ponadpodstawowych w 2022 r (74% - SPP 2019, 40% - SPP 2022). Jest to dosyć duża zmiana, aczkolwiek należy podkreślić, że 40% uczniów w 2022 to nadal duży odsetek niepełnoletnich spożywających alkohol.

Natomiast w przypadku spożywania alkoholu wśród uczniów ze szkół podstawowych można zauważyć niewielki wzrost, z czego dotyczy on większej ilości rówieśników respondentów w 2022 r., ponieważ w 2019 r. ¼ osób używających alkohol były to pojedyncze przypadki, natomiast w 2022 r. jest to tylko 13%.

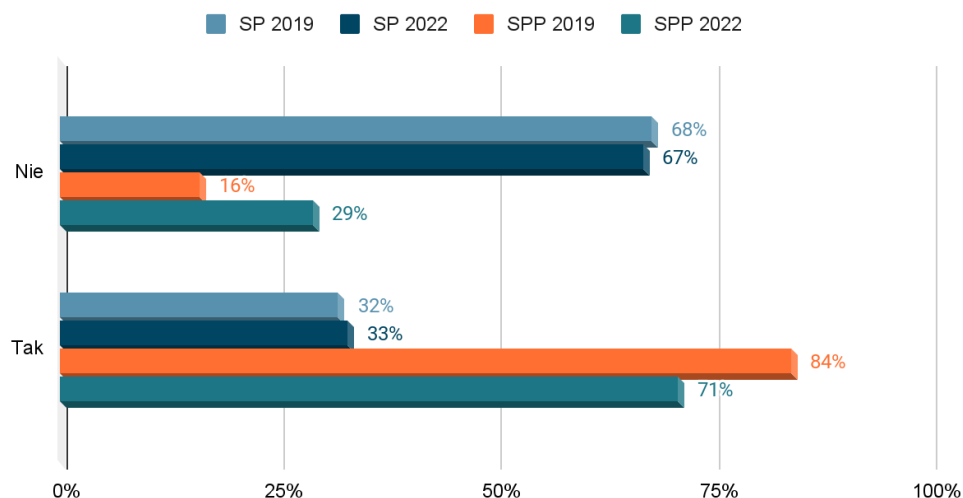
Ilu Twoich kolegów/koleżanek pije alkohol?



Spożywanie alkoholu wśród rówieśników respondentów w 2019/2022 r.

W następnej kolejności sprawdzono ile dokładnie osób przebadanych było już po inicjacji alkoholowej w przeszłości i teraz. W przypadku uczniów SP w 2019 i 2022 raczej utrzymuje się podobny trend picia alkoholu i jest on dosyć niewielki (32% - SP 2019 i 33% SP 2022). Podobny stały trend obserwuje się wśród uczniów szkół ponadpodstawowych w porównaniu z wynikami w 2019 r., aczkolwiek dotyczy on wczesnej inicjacji alkoholowej wśród starszych uczniów. Aktualnie 71% uczniów SPP zadeklarowało, że jest po inicjacji alkoholowej, natomiast w 2019 r. było to 84% uczniów. Znaczące wydaje się objęcie grupy starszych uczniów działaniami z zakresu profilaktyki selektywnej.

Czy kiedykolwiek piłeś/aś alkohol?

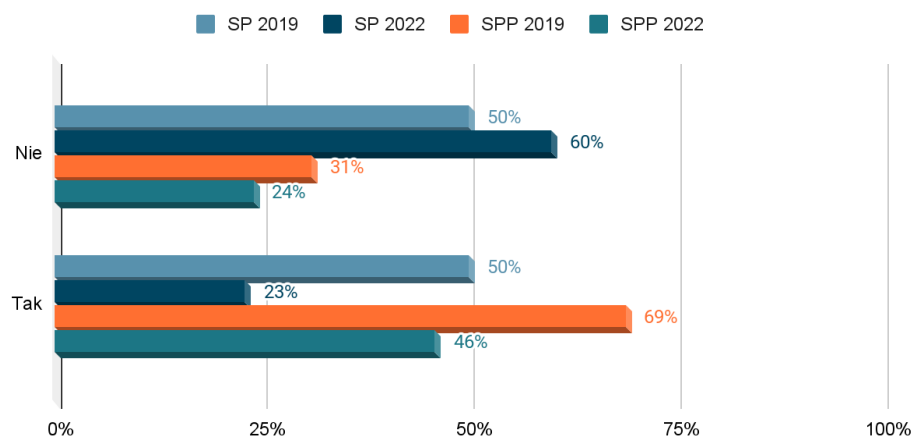


Spożywanie alkoholu wśród respondentów w 2019/2022 r.

6.1.4 Nikotyna

W następnej kolejności porównano wyniki wśród uczniów SP i SPP w 2019 i 2022 r. dotyczące mody na palenie wyrobów nikotynowych. Obserwuje się widoczny spadkowy trend zarówno wśród uczniów szkół podstawowych, jak i ponadpodstawowych. Zatem aktualnie uczniowie uważają, że palenie papierosów i e-papierosów nie jest już tak modnym zjawiskiem jak w 2019 r. Należy podkreślić, że poniższy wykres zawiera jedynie wyniki uczniów SP i SPP z 2022 r. dotyczące zsumowanych odpowiedzi „tak” i „nie”. Pominięto na poniższym wykresie odpowiedzi „trudno powiedzieć”, dlatego wyniki z 2022 r. nie sumują się do 100%.

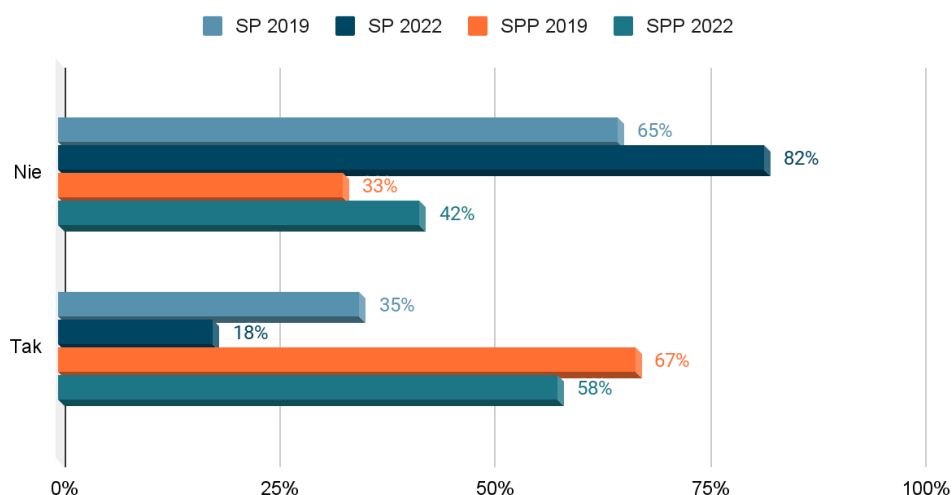
Czy Twoim zdaniem palenie papierosów wśród Twoich rówieśników jest modne?



Moda na palenie wyrobów nikotynowych wśród uczniów w 2019/2022 r.

W zakresie palenia papierosów przez respondentów w 2022 r. w porównaniu z rokiem 2019, można zaobserwować spadek ilości uczniów korzystających z wyrobów nikotynowych (zarówno ze szkół podstawowych, jak i ponadpodstawowych). Widoczny jest pozytywny kierunek zmian w aspekcie używania nikotyny przez dzieci i młodzież.

Czy kiedykolwiek paliłeś/aś papierosa?

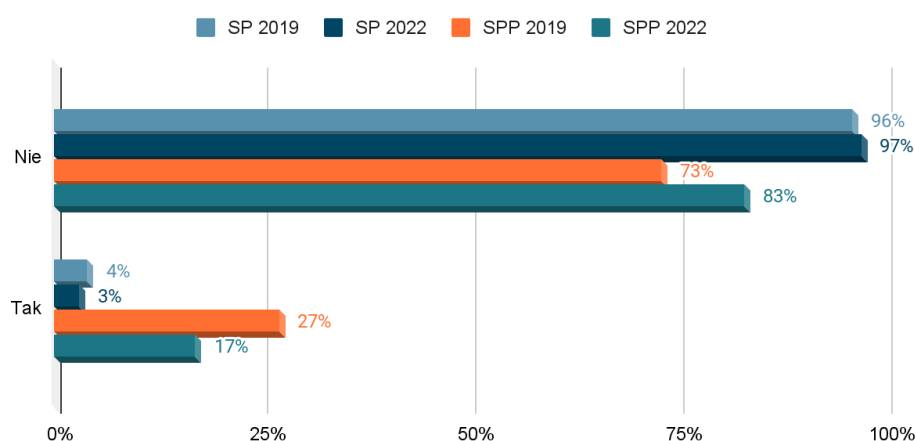


Palenie wyrobów nikotynowych wśród uczniów w 2019/2022 r.

6.1.5 Narkotyki

W aspekcie używania substancji uznawanych za narkotyki obserwuje się raczej stały trend. Niewielka ilość uczniów SP używała takich substancji w 2019 i w 2022 r. Natomiast w przypadku uczniów SPP większa ilość osób zadeklarowała próbowanie narkotyków w 2019 niż w 2022 r.

Czy próbowałeś/aś kiedykolwiek substancji uznawanej za narkotyki?



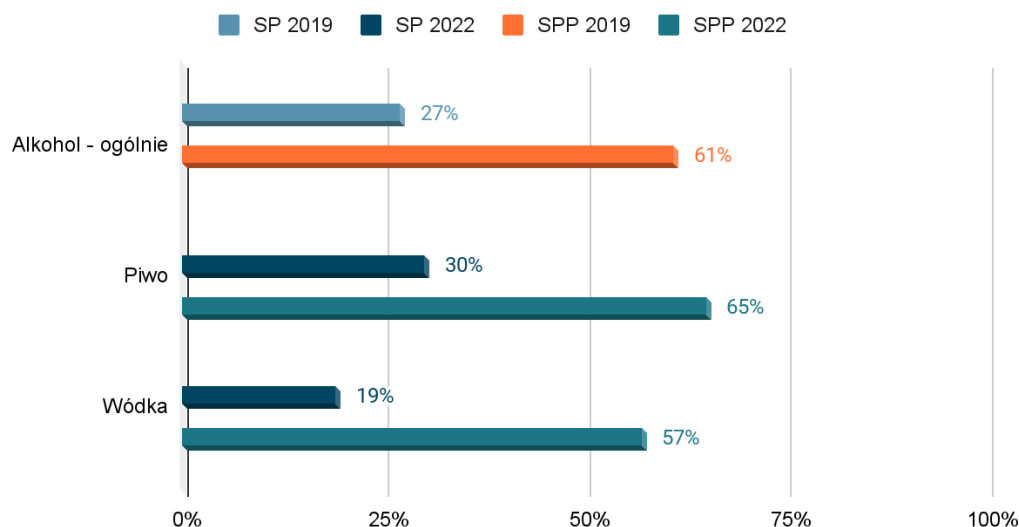
Zażywanie narkotyków wśród uczniów w 2019/2022 r.

6.1.6 Dostępność używek wśród nieletnich

Porównano wyniki dotyczące dostępności używek dla osób nieletnich na terenie Suwałk. W aktualnej diagnozie alkohol został podzielony na piwo i wódkę, ze względu na stereotypową opinię funkcjonującą w społeczeństwie polskim jako, że piwo jest mniej szkodliwe niż wódka. W 2022 r. 30% SP i 65% SPP zaznaczyło, że dostęp do piwa jest raczej ułatwiony oraz 19% SP i 57% SPP wskazało, że w pewnym stopniu wódkę łatwo zakupić nieletnim na terenie Suwałk.⁶³ W 2019 r. obserwowano dosyć podobny odsetek uczniów wskazujących na ułatwiony dostęp do alkoholu.

⁶³ Ze względu na różne itemy w kwestionariuszach w 2019r. („alkohol”) i 2022r. („piwo”, „wódka”) stworzono oddzielny wykres porównawczy dla alkoholu.

Łatwość zakupu używek w opinii uczniów:



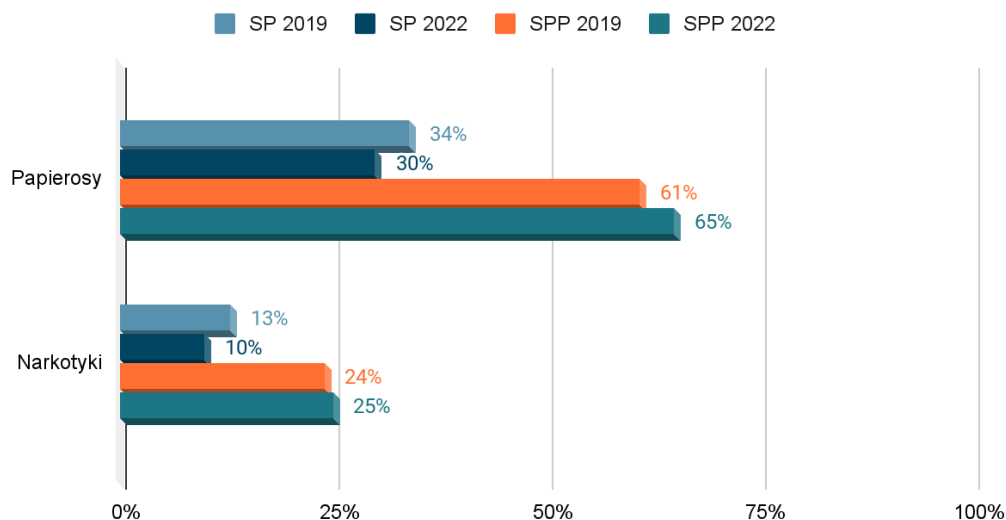
Dostępność alkoholu wśród uczniów w 2019/2022 r.

Podobne wyniki otrzymano w przypadku papierosów, nadal są one dostępne dla sporej grupy uczniów SP i znacznie większej ilości uczniów SPP. Obserwuje się zatem utrzymujący trend w dostępności do nikotyny na terenie Suwałk.

Wyniki dotyczące narkotyków również są podobne w porównaniu do 2019 r. Niewielka ilość uczniów SP deklaruje dostęp do narkotyków, natomiast prawie ¼ starszych respondentów zarówno w 2019, jak i 2022 deklaruje dostęp do nielegalnych substancji.⁶⁴

⁶⁴ Odpowiedzi (zsumowane „łatwo...” i „raczej łatwo...”), którymi posłużono się w tym porównaniu, wynikają z wykresów dotyczących opinii o dostępności używek dla nieletnich w Diagnozie z 2019 r. tj. str. 28. i 60. oraz w niniejszym dokumencie tj. str. 150 i 151.

Łatwość zakupu używek w opinii uczniów:



Dostępność papierosów i narkotyków wśród uczniów w 2019/2022 r.

6.2 Analiza SWOT

Analiza SWOT (ang. Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) jest narzędziem strategicznym, które ma na celu wyodrębnić i uporządkować uzyskaną poprzez analizę danych zastanych oraz w badaniu diagnostycznym wiedzę w oparciu o 4 kategorie:

- mocne strony,
- słabe strony,
- szanse,
- zagrożenia.

Przeanalizowane w ten sposób dane mogą posłużyć do lepszego zrozumienia kluczowych kwestii społecznych występujących w szkołach na terenie Miasta Suwałki, a w konsekwencji ukierunkowania działań prewencyjnych i profilaktycznych na istotne dla mieszkańców, uczniów, rodziców i nauczycieli obszary.

Mocne strony	Słabe strony
• Tworzenie wieloletnich, miejskich programów i strategii rozwiązywania problemów społecznych; • Regularne diagnozowanie sytuacji szkolnej na terenie Miasta; • Dobrze rozwinięta infrastruktura w zakresie liczby placówek oświatowych; • Szeroka oferta pomocowa dla osób uzależnionych na terenie Miasta; • Działalność Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczy nr 1 w Suwałkach dla dzieci o specjalnych potrzebach; • Niewielki deklarowany kontakt przebadanych mieszkańców i uczniów z substancjami odurzającymi, uznanymi za narkotyki i dopalacze; • Deklarowane przez uczniów poczucie bezpieczeństwa w ich placówkach szkolnych; • Przeszkolenie pedagogów, psychologów i nauczycieli w prowadzeniu profilaktycznych programów rekomendowanych.	• Ujemny przyrost naturalny na terenie Miasta Suwałki; • Niewielka aktywność społeczności lokalnej w podejmowaniu inicjatyw; • Utrudnione monitorowanie zmian w obszarze problemów społecznych ze względu na niedostateczną ilość czynników w prowadzonych statystykach instytucji pomocowych; • Deklarowana duża ilość czasu spędzanych na korzystaniu z Internetu, w szczególności na graniu w gry, przez dzieci i młodzież szkolną; • Pogorszenie stanu psychicznego i fizycznego u dzieci i młodzieży podczas pandemii Covid-19; • Niewielka ilość sprawców przemocy domowej, zmotywowanych do udziału w programach korekcyjno-edukacyjnych, w porównaniu do osób izolowanych przez Policję w związku ze stosowaniem przemocy.

Szanse	Zagrożenia
• Wzrost jakości usług edukacyjnych; • Wzrost liczby odbiorców programów profilaktycznych [w porównaniu z poprzednimi latami]; • Możliwość pozyskania dodatkowych środków finansowych na rozwój regionu w nowych programach krajowych i unijnych	• Potencjalna możliwość rozwoju pandemii i związanej z tym izolacji społecznej i pogłębiania się problemów w społeczności lokalnej; • Niepewność działań i form nauczania w dobie Covid-19 – możliwość powrotu do nauczania zdalnego; • Starzejące się społeczeństwo; • Migracja ludności;

na lata 2021-2027; • Dalsze upowszechnianie na terenie Miasta informacji dotyczącej problemów społecznych i możliwości otrzymania pomocy; • Dalsze promowanie zdrowego trybu życia oraz aktywnego spędzania wolnego czasu; • Deklarowane zapotrzebowanie mieszkańców na działania profilaktyczne na rzecz ograniczania problemów w szkołach; • Wzrastająca liczba organizacji pozarządowych działających na rzecz pomocy społecznej na terenie Miasta; • Kontynuowanie prowadzenia działań profilaktycznych w szkołach, w szczególności przeprowadzania rekomendowanych programów profilaktycznych; • Zwiększanie kompetencji cyfrowych społeczności lokalnej, w dobie postępującego rozwoju technologicznego; • Szkolenia służb i nauczycieli działających w zakresie ww. obszarów, mające na celu podniesienie skuteczności podejmowanych działań; • Zwiększenie świadomości społecznej w zakresie uzależnień i przemocy w rodzinie.	• Pauperyzacja społeczeństwa; • Nieefektywna polityka społeczna na poziomie krajowym; • Zwiększające się koszty spowodowane nakładaniem nowych, dodatkowych zadań na instytucje systemu wsparcia rodziny, pieczy zastępczej bez zwiększania środków na realizację tych zadań z budżetu państwa; • Szybko postępujący rozwój technologiczny w skali globalnej, niosący ze sobą nowe zagrożenia dla młodych osób oraz utrudnioną kontrolę rodzicielską; • Postępujące zagrożenie uzależnieniem od Internetu wśród uczniów suwalskich szkół; • Zagrożenie uzależnieniami behawioralnymi wśród uczniów, np. uzależnieniem od nadmiernej aktywności fizycznej czy ortoreksji.
--	---

7. Rekomendacje działań naprawczych

Zgromadzony w przebiegu badań materiał empiryczny umożliwia stworzenie kompleksowego programu działań naprawczych. Jego elementy zostały szeroko nakreślone w poszczególnych podrozdziałach niniejszego opracowania, a także w podsumowaniu. Niezależnie od tego, aby mogły zostać one skonkretyzowane – a przede wszystkim – wcielone w życie niezbędne będzie podjęcie szeroko zakrojonych i ogólnie skoordynowanych działań mających na celu transformację uwidocznionych

tutaj obszarów problemowych przez osoby oraz instytucje bezpośrednio zaangażowane w tworzenie miejskich programów profilaktyki i rozwiązywania problemów społecznych. Poniżej zaprezentowano jedynie możliwe kierunki działań w tym zakresie, które mogą stanowić inspirację do dalszej pracy na najbliższe lata w zakresie przeciwdziałania problemom społecznym.

7.1 Dostępność substancji psychoaktywnych – ograniczenie dostępności alkoholu

7.1.1 Badania typu „Tajemniczy klient” w punktach sprzedaży alkoholu

Wieloletnie doświadczenie w zakresie szkoleń sprzedawców napojów alkoholowych umożliwiło różnym organizacjom stworzenie programu „Tajemniczy klient”, który stanowi kompleksowy pakiet dedykowany gminom i miastom. Donoszą o jego skuteczności na co wskazuje prosty sposób ewaluacji, z którego wynika, że sprzedaż napojów alkoholowych osobom młodo wyglądającym ulega zmniejszeniu o ok. 30%. Rynek oferuje dostępność różnych form programu. Poniżej przedstawiamy procedurę „4 S” stosowaną przez Centrum Działań Profilaktycznych, która uwzględnia proces szkoleń i ewaluacji w celu uzyskania maksymalnej skuteczności podejmowanych działań:

1 S: Sprawdzamy (przed szkoleniem)

Celem pierwszego działania jest zapobieganie sytuacjom, w których sprzedawca podałyby alkohol osobie wyglądającej na nieletnią nie prosząc jej wcześniej o okazanie dowodu tożsamości. Realizacja następuje w dwóch etapach. W pierwszym z nich tzw. „tajemniczy klient” (przeszkolona przez specjalistę osoba, która niedawno ukończyła 18 rok życia i której wygląd oraz zachowanie budzą uzasadnione wątpliwości dotyczące jej pełnoletności) dokonuje monitorowanego zakupu alkoholu we wskazanych punktach sprzedaży. Następnie sporządzany jest raport z wyszczególnieniem punktów, gdzie doszło do kontrowersyjnej sprzedaży alkoholu.

2 S: Szkolimy (w punktach sprzedaży)

Drugim etapem działania jest realizacja szkolenia, realizowanego bezpośrednio w miejscach sprzedaży alkoholu wg ustalonego harmonogramu. Przewidziane jest ono dla sprzedawców, którzy sprzedali alkohol „tajemniczemu klientowi”. Działając w ten sposób wyodrębniamy grupę sprzedawców, która najczęściej łamie przepisy (sprzedaż napojów alkoholowych osobom niepełnoletnim lub nietrzeźwym). Dzięki wielu działaniom systemowym dostosowujemy program szkolenia w taki sposób, aby uświadomić sprzedawcom negatywne skutki. Wśród konsekwencji znajdują się: odebranie zezwolenia na sprzedaż alkoholu, grzywna, a nawet wpis do Krajowego

Rejestru Karnego i orzeczenie przez sąd zakazu sprzedaży alkoholu przez właściciela punktu. Sprzedawcy otrzymują natychmiastową informację zwrotną, ponieważ bezpośrednio po zakupie do punktu sprzedaży wchodzi nadzorujący pracę „tajemniczego klienta” trener CDP. Uświadamia on sprzedawcę, który nie sprawdził dokumentu potwierdzającego pełnoletność młodo wyglądającego klienta, że w ten właśnie sposób mógłby popełnić przestępstwo. Jednocześnie mógłby narazić siebie – bądź właściciela – na utratę zezwolenia, jeżeli „tajemniczy klient” byłby o kilka miesięcy młodszy, a trener byłby np. obserwującym całe zajście policjantem ubranym w mundur.

Nasze doświadczenie pokazuje, że już sam ten zabieg zazwyczaj robi duże wrażenie na sprzedawcach i następnym razem stają się oni o wiele bardziej wyczuleni na wiek klientów. Trener wręcza także motywujące zaproszenie na szkolenie stacjonarne.

3 S: Szkolimy (grupowo)

Następnie w terminie dogodnym dla obu stron odbywa się profesjonalne dwugodzinne szkolenie stacjonarne dotyczące odpowiedzialnej sprzedaży i podawania napojów alkoholowych. Mogą wziąć w nim udział wszyscy sprzedawcy alkoholu z terenu danej gminy/miasta. Wśród zaproszonych uczestników znajdują się również osoby, których placówki zostały wyszczególnione w raporcie. Często są to ci sami ludzie, którzy sprzedali alkohol „tajemniczemu klientowi”. Sytuacja ta staje się doskonałym pretekstem do wskazania nie tylko na szkodliwość samego procederu sprzedaży alkoholu nieletnim, ale i na istnienie realnej możliwości ustalenia jego sprawców.

Szkolenie prowadzone jest w bardzo interesujący sposób, dzięki czemu zyskujemy uwagę i zaangażowanie uczestników szkolenia do współpracy oraz zwiększamy efektywność przekazu. Właściciele punktów, którzy nie pojawiają się na szkoleniu (ani nie oddelegują na nie żadnego pracownika) dostają specjalne pisma podpisane przez wójta, burmistrza lub prezydenta gminy/miasta. Wszyscy sprzedawcy otrzymują certyfikaty ukończenia szkolenia oraz materiały szkoleniowe.

4 S: Sprawdzamy (po obu szkoleniach)

Czwarty etap to sprawdzenie skuteczności oddziaływania programu na sprzedawców. Po „zakupie kontrolowanym” otrzymujemy dane, które porównujemy z pierwszym badaniem i przedstawiamy wnioski w postaci raportu dla zamawiającego. Procedura zakupu wygląda analogicznie, jak ta opisana w punkcie 1. Kolejnym krokiem jest przekazanie informacji bezpośrednio do właścicieli punktów sprzedaży dotyczącej wyników badania w ich placówce.

Ewaluacja

Ewaluacja skuteczności programu „4S” odbywa się zgodnie z metodami używanymi w podobnych działaniach z zagranicy (przykłady z Danii oraz USA zostały podane we wprowadzeniu). W ramach ewaluacji porównujemy wyniki monitorowanego zakupu podczas pierwszego audytu i drugiego audytu: ile punktów mogło sprzedać alkohol za pierwszym zakupem i za drugim zakupem. Taki prosty sposób ewaluacji wyników jest niewątpliwie zaletą programów np. w porównaniu z ewaluacjami szkolnych programów profilaktycznych, gdzie prawdziwą skuteczność można czasem mierzyć dopiero po latach. Dodatkowym działaniem ewaluacyjnym jest kontrola jakości szkolenia sprzedawców przy pomocy ankiety audytorialnej.

Komplementarność z innymi działaniami

Zgodnie z art. 18 ust. 8 ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi „Organ zezwalający lub, na podstawie jego upoważnienia, straż gminna lub członkowie gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych dokonują kontroli przestrzegania zasad i warunków korzystania z zezwolenia”.

Doświadczenia Centrum Działań Profilaktycznych wskazują na to, że punkty sprzedaży, które wypadają najgorzej w ramach audytu mają najwyższy poziom innych nieprawidłowości, w tym finansowych czy sprzedawania alkoholu osobom nietrzeźwym. Metoda „tajemniczego klienta” może być również wykorzystywana do bardziej precyzyjnego przeprowadzania kontroli: sklepy/lokale które nie przeszły pomyślnie obu audytów powinny być kontrolowane w pierwszej kolejności. Zalecamy przeprowadzenie pełnych kontroli (nie tylko wywieszek), w tym pod kątem finansowym, w punktach, które budzą największe wątpliwości co do przestrzegania przepisów prawa. Zgodnie z naszymi doświadczeniami w ramach innego realizowanego programu przez CDP („kontrolę pod kontrolą”) dowodzą, że działanie takie może podnieść wysokość „funduszu korkowego” aż o 15%.⁶⁵ Przeprowadzenie szczegółowej kontroli punktów, które źle wypadają w badaniach „tajemniczego klienta” jest drugim sposobem na ograniczenie dostępności alkoholu dla młodzieży.

⁶⁵ Na podstawie badań własnych CDP.

7.1.2 Kontrole punktów sprzedaży alkoholu

Opłaty wnoszone przez przedsiębiorców na „fundusz korkowy” pochodzą przede wszystkim z realizacji art. 1[1] ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi⁶⁶:

„Art. 11[1].

1. W celu pozyskania dodatkowych środków na finansowanie zadań określonych w art. 4[1] ust. 1 gminy pobierają opłatę za korzystanie z zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych, o których mowa w art. 18.
2. Opłatę, o której mowa w ust. 1, wnosi się na rachunek gminy, przed wydaniem zezwolenia, w wysokości:
 - 1) 525 zł na sprzedaż napojów zawierających do 4,5% alkoholu oraz piwa,
 - 2) 525 zł na sprzedaż napojów zawierających powyżej 4,5% do 18% alkoholu (z wyjątkiem piwa),
 - 3) 2 100 zł na sprzedaż napojów zawierających powyżej 18% alkoholu.
3. Opłata, o której mowa w ust. 2, dotyczy przedsiębiorców rozpoczynających działalność gospodarczą w tym zakresie.
4. Przedsiębiorcy, prowadzący sprzedaż napojów alkoholowych w roku poprzednim, są obowiązani do złożenia, do dnia 31 stycznia, pisemnego oświadczenia o wartości sprzedaży poszczególnych rodzajów napojów alkoholowych w punkcie sprzedaży w roku poprzednim.
5. Opłatę, o której mowa w ust. 1, przedsiębiorca prowadzący sprzedaż napojów alkoholowych w punkcie sprzedaży, w którym roczna wartość sprzedaży napojów alkoholowych w roku poprzednim przekroczyła:
 - 1) 37 500 zł dla napojów alkoholowych o zawartości do 4,5% alkoholu oraz piwa – wnosi w wysokości 1,4% ogólnej wartości sprzedaży tych napojów w roku poprzednim,
 - 2) 37 500 zł dla napojów alkoholowych o zawartości od 4,5% do 18% alkoholu (z wyjątkiem piwa) – wnosi w wysokości 1,4% ogólnej wartości sprzedaży tych napojów w roku poprzednim,
 - 3) 77 000 zł dla napojów alkoholowych o zawartości powyżej 18% alkoholu – wnosi w wysokości 2,7% ogólnej wartości sprzedaży tych napojów w roku poprzednim.
6. Przedsiębiorcy, których roczna wartość sprzedaży poszczególnych rodzajów napojów alkoholowych nie przekroczyła wartości, o których mowa w ust. 5, wnoszą opłatę w wysokości określonej w ust. 2.

⁶⁶ Ustawa o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi Dz.U. 2021 poz. 1119, dane pozyskane z www.isap.sejm.gov.pl.

7. Opłata, o której mowa w ust. 1, wnoszona jest na rachunek gminy każdym roku kalendarzowym objętym zezwoleniem w trzech równych ratach w terminach do 31 stycznia, 31 maja i 30 września danego roku kalendarzowego lub jednorazowo w terminie do 31 stycznia danego roku kalendarzowego.
8. W roku nabycia zezwolenia lub utraty jego ważności, opłaty, o których mowa w ust. w 1-5, dokonuje się w wysokości proporcjonalnej do okresu ważności zezwolenia.
9. Wartość sprzedaży należy obliczać oddzielnie dla każdego rodzaju napojów alkoholowych.
10. Zezwolenia, o których mowa w art. 18, 18[1] oraz 18[4], nie podlegają opłacie skarbowej”.

Sednem takiego przepisu jest to aby władze wydawały na profilaktykę tym więcej pieniędzy im większe jest spożycie alkoholu w danej gminie/mieście. Jak twierdzą specjaliści PARPA w publikacji „Zadania i kompetencje komisji rozwiązywania problemów alkoholowych” kontrola oświadczeń opłat pochodzących z zezwoleń na sprzedaż alkoholu jest metodą na powiększenie funduszu alkoholowego. Jak stwierdzają kontrolerzy NIK w swoich raportach dotyczących opłat pochodzących z zezwoleń na sprzedaż alkoholu, kontrole ilości sprzedawanego alkoholu albo nie są przeprowadzane, albo są przeprowadzane w niewystarczający sposób: w większości na poziomie sprawdzenia samych dokumentów bez sprawdzenia tego, co się w dzieje w samym sklepie.

Wprowadzenie odpowiedniego systemu kontrolowania i nagłaśnianie odbierania koncesji sklepom niewywiązującym się z warunków, radykalnie zwiększy dochody z zezwoleń na sprzedaż alkoholu. Kontroli oświadczeń może dokonać jedynie Gminna Komisja albo Straż Miejska – nie przeprowadzono więc badań z zakresu jaki jest poziom nieprawidłowości przy opłatach za pozwolenie na sprzedaż alkoholu. Nie przeprowadzono w Mieście Suwałki badań z zakresu jaki jest poziom nieprawidłowości przy opłatach za pozwolenie na sprzedaż alkoholu, przy zakupie alkoholu przez punkty sprzedaży detalicznej (np. z jakich miejsc zakupiono alkohol) oraz dotyczących skali nielegalnie sprzedawanego alkoholu.

Kontrole też powinny działać w ciągłej łączności Komisji z osobą decyzyjną tzn. z burmistrzem lub jego zastępcą z uwagi na to, że realna groźba utraty zezwolenia pozytywnie wpływa na gotowość sprzedawców do poddania się kontroli.

Eksperci z „Centrum Działań Profilaktycznych” szkolące zarówno sprzedawców alkoholu jak i członków komisji twierdzą, że po przeszkoleniu komisji w następujących gminach nastąpił wzrost funduszu alkoholowego:

- Gniezno 70 tys. Mieszkańców po wprowadzeniu kontroli 70 tys. zł wzrostu;

- Wadowice 20 tys. Mieszkańców po wprowadzeniu kontroli 50 – 70 tys. zł wzrostu.

Po rozpoczęciu kontroli punktów i wzmocnieniu efektu przekazem medialnym (np. ogłoszeniem w mediach informacji o zamknięciu sklepu), następuje wzrost wysokości opłat (w zależności od skali nieprawidłowości przy opłatach) od 5% do 15%. Oprócz cofnięcia zezwolenia na sprzedaż w razie nieprawidłowości, Komisja jest zobowiązana do oszacowania kwoty, której nie wpłacił na fundusz alkoholowy sprzedawca. Kwotę oszacowaną należy wyegzekwować. Badania NIK dotyczące opłat za korzystanie zezwoleń na sprzedaż napojów alkoholowych pokazują, że istnieje dość duża sprzedaż alkoholu nieletnim.

7.2 Dostępność substancji psychoaktywnych – ograniczenie dostępności narkotyków

Nielegalność różnych substancji psychoaktywnych częściowo ogranicza ich podaż, ale wytwarza jednocześnie wiele innych problemów: młodzi ludzie z wyrokiem za posiadanie, zmniejszenie widoczności problemu, nasilone zwiększenie problemu przestępczości. Dlatego zwiększenie wykrywalności i ograniczanie dostępu do substancji psychoaktywnych powinno się wiązać ze zwiększeniem działań z zakresu redukcji szkód – które mogłyby zmniejszyć strach przed działaniami policji mającymi na celu wykrywanie posiadania substancji psychoaktywnych.

7.2.1 Szkolenia dla policji, sędziów i prokuratorów

Szkolenia dla policji, sędziów i prokuratorów (m. in. w zakresie stosowania paragrafów: 62a, 72 i 73 ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii) oraz rozesłanie materiałów edukacyjnych do pracowników wymiaru sprawiedliwości mających w zakresie swoich obowiązków sprawy związane z posiadaniem substancji psychoaktywnych. Szkolenie powinno – analogicznie do finansowanych z KBPN (teraz KCPU) szkoleń dla wymiaru sprawiedliwości – obejmować dwa bloki tematyczne. Obydwa bloki mają składać się z części teoretycznej oraz części warsztatowej.

1. Pierwszy blok tematyczny powinien dotyczyć zagadnień związanych z terapią uzależnień w kontekście obowiązujących przepisów prawa, roli terapeuty i oddziaływań pomocowych wobec podejrzanego/oskarżonego/podsądnego w procesie prawnokarnym.

2. Drugi blok tematyczny skupia się na zagadnieniach prawnych w zakresie omówienia specyfiki przestępstw narkotykowych oraz możliwości zastosowania alternatywnych do karania schematów postępowania przez organy procesowe – umorzenie postępowania, zebranie informacji na temat używania, zawieszenie postępowania, warunkowe umorzenie postępowania, przerwa w karze, czy warunkowe zwolnienie z odbycia reszty kary.⁶⁷

7.2.2 Fred goes net

W Polsce posiadanie jakichkolwiek nielegalnych substancji psychoaktywnych zagrożone jest karą 3 lat więzienia. Karanie za posiadanie substancji psychoaktywnej, w świetle badań i statystyk, zazwyczaj nie prowadzi do wykrycia dilerów, nie zmniejsza też znacząco podaży i popytu na nielegalne substancje psychoaktywne. Ani służby mundurowe, ani wymiar sprawiedliwości nie są często świadome istnienia alternatywnych narzędzi do poprawy sytuacji (program *Fred Goes Net* oraz art. 62a ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii), wobec czego ich nie stosują. Sankcje karne mogą być środkiem zmniejszającym popyt i podaż nielegalnych substancji, nie mogą być jednak jedynym narzędziem. Według danych Polskiej Sieci Polityki Narkotykowej, co trzy minuty polska policja zatrzymuje osobę podejrzaną o posiadanie środków odurzających, czy substancji psychotropowych⁶⁸, a ilość zatrzymań od lat pozostaje na podobnym poziomie. Osoby zatrzymane z nielegalnymi substancjami psychoaktywnymi, to w świetle badań prof. Krzysztofa Krajewskiego, w około 70% osoby posiadające drobne ilości marihuany. Działalność policji oraz wymiaru sprawiedliwości pociąga za sobą duże koszty, nie tylko dla budżetu państwa, lecz również społeczności lokalnej, w której godziny czasu pracy policji czy wymiaru sprawiedliwości przeznaczone dotychczas na działania związane ze sprawami dotyczącymi posiadania drobnych ilości substancji psychoaktywnych mogłyby być wykorzystane w innych dziedzinach. Należy odnotować też powiązanie problemu penalizacji narkotyków z już występującym wykluczeniem: osoba uboższa lub o mniejszej zaradności społecznej, która zostanie zatrzymana w związku z posiadaniem zakazanych substancji psychoaktywnych, często nie ma środków finansowych na właściwą pomoc prawną albo ma na tyle słabe powiązania społeczne, że nie umie sobie takiej pomocy zapewnić.

⁶⁷ <http://www.politykanarkotykowa.pl/dzialania-pspn/2017-szkolenia-dla-pracownikow-wymiaru-sprawiedliwosci-i-specjalistow-terapii/>, dostęp z dn. 30.06.2022 r.

⁶⁸ Nowelizacja ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii autorstwa PSPN, Polska Sieć Polityki Narkotykowej, <http://www.politykanarkotykowa.pl/prawo/novelizacja-ustawy-o-przeciwdzialaniu-narkomanii-autorstwa-pspn/>.

Realizacja programu *Fred goes net* odbywa się we współpracy z policją i wymiarem sprawiedliwości. Adresatami programu są młode osoby używające narkotyków w sposób okazjonalny, często „przyłapane” na używaniu lub posiadaniu substancji, a uprzednio niekorzystające z żadnej formy pomocy. Zazwyczaj są to osoby, które kwestii używania substancji nie postrzegają jako problemu lub mają niską świadomość w tym zakresie, bądź ich podejście do używania narkotyków lub alkoholu cechuje ambiwalencja. Zgodnie z Transteoretycznym Modelem Zmiany (Prochaska i DiClemente)⁶⁹ skuteczna interwencja jest możliwa na bardzo wczesnym etapie zmiany zachowania, w którym użytkownik nie jest jeszcze zainteresowany pomocą lub terapią. Strategia wczesnej interwencji jest ukierunkowana na udzielanie młodym ludziom wsparcia, identyfikowanie motywacji używania narkotyków oraz wzmacnianie umiejętności oceny ryzyka. Program jest prowadzony z wykorzystaniem metod dialogu motywującego Millera i Rollnicka, który stanowi formę „terapii dyrektywnej skupionej na kliencie, nastawionej na rozwiązanie kwestii często ambiwalentnej postawy wobec zmiany zachowania”.⁷⁰ Rozmowy motywujące przeprowadzane są w taki sposób, by użytkownicy narkotyków pozbywali się oporu, zgłębiali kwestię problemowego zachowania i zwiększali motywację do zmiany. Główne zasady pracy motywującej to empatyczne reagowanie, podążanie za oporem, unikanie sporów, rozwijanie sprzeczności oraz wzmacnianie poczucia sprawczości. W programie są wykorzystywane ponadto założenia teorii salutogenezy (Antonowsky), interakcji tematycznej (Cohn), psychoedukacji oraz wiedza na temat procesu grupowego (Antons, Vopel, Schaffer, Galinsky).

Program jest prowadzony we współpracy z lokalnie działającymi instytucjami i organizacjami (partnerami) – szkołą, policją, podmiotami leczniczymi. Zaleca się uzgodnienie szczegółowych zasad współpracy i zadań poszczególnych partnerów. Uzgodnienie to może mieć formę pisemnego porozumienia. Głównym zadaniem partnerów jest docieranie z informacją o programie do grupy docelowej. Wydaje się najsensowniejszym rozwiązaniem, by zajmowała się tym zadaniem policja, dzięki czemu pozyskuje się klientów do programu oraz chęć policji do wykorzystywania paragrafu 62a.⁷¹ Jeśli to rozwiązanie jest niemożliwe program powinno się prowadzić przy jak największej współpracy z policją.

⁶⁹ Prochaska, J. O. i Norcross, J. C. (2006). Systemy psychoterapeutyczne: Analiza transteoretyczna. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia Polskie Towarzystwo Psychologiczne.

⁷⁰ Miller, W. R. (2009). Wzmacnianie motywacji do zmiany w terapii nadużywania substancji. Zalecenia do Optymalizacji Terapii. Warszawa: Wydawnictwo Edukacyjne PARPAMEDIA.

⁷¹ Analogiczne rozwiązanie zostało zastosowane w *Projekcie Słupskiej Strategii Rozwiązywania Problemów Społecznych na lata 2019 – 2025+ ze szczególnym uwzględnieniem obszaru rewitalizacji – POLITYKA SPOŁECZNA SŁUPSK 2025+*.

7.3 Rekomendacje w zakresie zagrożeń behawioralnych

Według raportu Najwyższa Izba Kontroli⁷² szkoły oraz poradnie psychologiczno-pedagogiczne nie wdrożyły odpowiednich działań profilaktycznych poświęconych problematycznemu użytkowaniu Internetu przez dzieci i młodzież. Działania profilaktyczne mające na celu przeciwdziałanie uzależnieniom behawioralnym wskazują na oddziaływania niespecyficzne, zbliżone do tych podejmowanych na rzecz przeciwdziałania uzależnieniom od substancji psychoaktywnych.⁷³ Brakuje specyficznych rekomendacji formalnie różnicujących tego typu działania od podejmowanych do tej pory działań profilaktycznych. Podstawowe działania profilaktyczne, które mogą być podjęte na rzecz zapobiegania uzależnieniom behawioralnym to strategie:

1. informacyjne (przekazanie informacji na temat mechanizmu uzależnienia np. od internetu, rozpowszechnienia, konsekwencji oraz możliwości otrzymania pomocy);
2. edukacyjne (rozwój umiejętności psychospołecznych);
3. działań alternatywnych (promowanie aktywności prozdrowotnych, takich jak np. sport czy organizacje prospołeczne);
4. interwencyjne (doraźna pomoc jednostkom w sytuacji kryzysowej);
5. zmian środowiskowych (modyfikacja postaw i norm społecznych);
6. zmiany przepisów (zmiany prawne w dostępności).

W kontekście uzależnień behawioralnych najbardziej obiecujące działania mogą przynieść programy oparte na strategiach informacyjnych i edukacyjnych (dla przykładu można tu przytoczyć programy zagraniczne poświęcone problemowi hazardu, takie jak: „*Wanna Bet?*” lub „*Facing the odds: the mathematics of gambling and other risks*”, rozwijające m.in. krytyczne myślenie oraz wiedzę o prawdopodobieństwie). Również obiecujące jest promowanie zdrowych aktywności alternatywnych oraz wzmacnianie czynników chroniących. Chociaż znane są specyficzne czynniki chroniące oraz czynniki ryzyka dla podejmowania aktywności ryzykownych, w tym spożywania substancji psychoaktywnych,⁷⁴ czynniki chroniące i czynniki ryzyka w kontekście zaburzeń

⁷² Najwyższa Izba Kontroli (2016). *Informacje o wynikach kontroli Przeciwdziałanie e-uzależnieniu dzieci i młodzieży*.

⁷³ Ogińska-Bulik, N. (2010) *Uzależnienie od czynności. Mit czy rzeczywistość?* Warszawa: Difin.

⁷⁴ Ostaszewski, K., Rustecka-Krawczyk, A., Wojcik, M. (2008). *Czynniki chroniące i czynniki ryzyka związane z zachowaniami problemowymi warszawskich gimnazjalistów*. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.

behawioralnych nie zostały jeszcze dobrze poznane. Jeśli chodzi o działania oparte na zmianach środowiskowych oraz zmianach przepisów prawnych, to są one zdecydowanie ograniczone. Pozytywny stosunek do używania Internetu oraz praktycznie nieograniczona dostępność jest w dzisiejszym świecie postępu technologicznego i cyfryzacji niemożliwa do zmiany.

W kontekście nadużywania urządzeń elektronicznych zaleca się edukowanie nie tylko dzieci i młodzieży, ale działania systemowe obejmujące również rodziców i wychowawców w zakresie zarządzania higieną cyfrową, gdyż postawy dorosłych spełniają funkcję modelującą zachowania dzieci.⁷⁵ Pomocne mogą okazać się również aplikacje monitorujące oraz ograniczające aktywność w telefonie umożliwiające skupienie się na pracy i nauce bez zbędnych rozpraszaczy. Światowa Organizacja Zdrowia rekomenduje, aby czas spędzany przed komputerem lub na graniu w gry przez dzieci od 1 do 4 roku życia nie był większy niż godzina dziennie.⁷⁶

7.4 Szkolne Programy Wychowawczo-Profilaktyczne

Działania na rzecz przeciwdziałania i prewencji problemów społecznych wśród lokalnej społeczności powinny być ogólnie zaplanowane i koordynowane. Istotne jest, aby objęte nimi były już dzieci od wczesnego roku życia w systemie edukacji. Profilaktyka została włączona jako stałe zadanie szkoły i każdego zatrudnionego w niej nauczyciela, wedle Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2002 roku zmieniającego rozporządzenie w sprawie ramowych statutów publicznego przedszkola oraz publicznych szkół. Profilaktyka została wpisana do Ustawy o zmianie ustawy o systemie oświaty oraz o zmianie niektórych innych ustaw z dnia 12 maja 2022 roku (Dz. U. 2022 r. poz. 1116, z późn. zm.). Cele i treści profilaktyczne realizowane w programach nauczania określa Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 17 czerwca 2016 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. 2016 r. poz. 895, z późn. zm.). Zgodnie z rozporządzeniem „Działalność edukacyjna szkoły jest określona przez:

1) szkolny zestaw programów nauczania, który uwzględniając wymiar wychowawczy, obejmuje całą działalność szkoły z punktu widzenia dydaktycznego;

⁷⁵ Kurowicka-Roman, E. (2021). Zarządzanie higieną cyfrową dzieci i młodzieży w czasie pandemii. W: A. Decyk, B. Sitko, R. Stachyra (red.), *Wybrane problemy współczesnego świata w ujęciu interdyscyplinarnym* (s. 23-32). Łódź: ArchaeGraph Wydawnictwo Naukowe.

⁷⁶ World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. World Health Organization.

<https://apps.who.int/iris/handle/10665/311664>. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

2) program wychowawczy szkoły obejmujący wszystkie treści i działania o charakterze wychowawczym;

3) program profilaktyki dostosowany do potrzeb rozwojowych uczniów oraz potrzeb danego środowiska, obejmujący wszystkie treści i działania o charakterze profilaktycznym.”⁷⁷

Szkolne Programy Wychowawczo-Profilaktyczne wspomagają wychowanie i nauczanie w kontekście przyjętych celów wychowania i nauczania (Gaś, 2005). Szkoła realizuje w takim razie swoją misję edukacyjno-wychowawczą poprzez 3 uzupełniające się lub połączone ze sobą programy:

- Program nauczania,
- Program wychowania,
- Program profilaktyki.

W obszarze przeciwdziałania zachowaniom ryzykownym i wzmacniania czynników chroniących istotne jest tworzenie ramowego i dostosowanego do potrzeb Szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego. Powinien on zawierać opis wszystkich zaplanowanych działań zapobiegawczych. Stworzonych celowo i dostosowanych do potrzeb rozwojowych uczniów i rzeczywistych problemów występujących w społeczności szkolnej oraz aktualnych potrzeb szkoły. Program powinien być adresowany do całej społeczności szkolnej, czyli do uczniów, ich rodziców oraz kadry pedagogicznej. Działania profilaktyczne w szkołach, aby były skuteczne i przynosiły wymierne wyniki, powinny być adekwatne do rzeczywistych problemów i potrzeb danego środowiska szkolnego. Zatem wszelkie działania powinny być skierowane nie tylko do uczniów, ale również do kadry pedagogicznej oraz rodziców. Nauczycieli powinno się edukować w zakresie rozpoznawania zachowań ryzykownych oraz adekwatnego reagowania i podstaw psychologicznego rozumienia człowieka i jego potrzeb, aby mogli spełniać swój obowiązek wychowawczo-profilaktyczny wobec uczniów. Rola nauczyciela jest niezwykle istotna w budowaniu odporności u dzieci, dlatego warto inwestować w profesjonalne programy edukacyjne, rozwijające kompetencje kadry pedagogicznej. Wdrażanie programów profilaktycznych przygotowujących nauczycieli - realizatorów profilaktyki jest inwestycją w zasoby szkoły. Przeszkolenie większej grupy w tej samej szkole może uruchomić pożądane zmiany w instytucji.

⁷⁷ Szymańska J. (2012), *Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki*; Warszawa, Ośrodek Rozwoju Edukacji.

Do działań profilaktycznych powinno się włączać również rodziców, ponieważ profilaktyka zaczyna się już w domu rodzinnym i działania szkolne powinny być komplementarne do wychowania w rodzinie w celu pełnej skuteczności.

Aby Szkolny Program Wychowawczo-Profilaktyczny był adekwatny do potrzeb i problemów środowiska szkolnego niezbędna jest (najlepiej coroczna, po zakończeniu roku szkolnego) diagnoza środowiska danej szkoły. Każda szkoła ma swoje specyficzne problemy i potrzeby, które należy zidentyfikować i zdiagnozować – pozwala to bowiem określić priorytety szkolnej profilaktyki i konkretne zadania. Wielopłaszczyznowe spojrzenie na potrzeby i warunki środowiska wewnętrznego i zewnętrznego szkoły pozwala właściwie ocenić w jakich obszarach potrzebne jest wsparcie i pomoc.

Szkolny Program Wychowawczo-Profilaktyczny powinien obejmować różne zagrożenia społeczne, w szczególności te związane zarówno z jednostkową dynamiką zmian rozwojowych dzieci, jak i aktualnych zmian na poziomie krajowym czy globalnym. Przykładem takich zmian na poziomie globalnym i dostosowania do potrzeb jest trwająca pandemia Covid-19, która niejako wymusiła zmianę nauczania ze stacjonarnego na zdalny i/lub hybrydowy, a w konsekwencji przyniosła nowe problemy i zagrożenia dla dzieci i młodzieży. Kolejnym przykładem skali globalnej jest szybko postępujący rozwój technologiczny, często skorelowany z utrudnioną kontrolą rodzicielską, a niosący ze sobą nowe zagrożenia behawioralne wobec młodych osób. Na poziomie krajowym można jako przykład wymienić zmianę systemu szkolnictwa i formy szkoły gimnazjalnej na ponadpodstawową, która również przyniosła nowe wyzwania wychowawcze i systemowe.

Kolejnym ważnym elementem Szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego jest wykorzystywanie wielu strategii profilaktycznych, zamiast skupiania się wokół jednego, generalnego działania. Wśród takich strategii powinny znaleźć się działania tj.:

- edukacyjne zawarte w podstawie programowej,
- realizowane programy profilaktyczne o potwierdzonej wiarygodności dla uczniów, rodziców i nauczycieli,
- działania interwencyjne oraz szkolne procedury reagowania w sytuacjach kryzysowych,
- specjalistyczna pomoc pedagogiczno-psychologiczna również dla uczniów, rodziców i nauczycieli,
- działania informacyjne dla całej społeczności szkolnej, a nawet zawierające propozycje dla środowiska lokalnego,
- działania alternatywne i integrujące na rzecz środowiska lokalnego, np. artystyczne, społeczne czy charytatywne,
- działania readaptacyjne dla uczniów i kadry pedagogicznej w przypadku powrotu

- do nauczania stacjonarnego po dłuższym okresie formy zdalnej,
- wypracowanie spójnych zasad i przepisów szkolnych, zatwierdzonych przez nauczycieli, rodziców i uczniów.

Istotna jest również współpraca szkoły ze środowiskiem lokalnym. Szkoła jest ważną instytucją, która kreuje młodych obywateli i jest niejako inwestycją w przyszłość danej społeczności. Wielu dyrektorów i nauczycieli wymienia następujące korzyści z wprowadzenia Szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego⁷⁸:

- program obliguje szkołę do przyglądania się samej sobie – problemom, potrzebom i zasobom;
- włącza i aktywizuje rodziców;
- motywuje nauczycieli do podnoszenia kompetencji;
- obliguje szkołę do oceny efektywności własnych działań wychowawczych i zapobiegawczych;
- eliminuje działania przypadkowe o małej skuteczności;
- daje tytuł do ubiegania się o będące w dyspozycji gmin środki finansowe na doskonalenie nauczycieli i zakup wartościowych programów.

7.5 Rekomendacje w zakresie przemocy domowej

Przemoc domowa w czasach pandemii jest bardzo trudnym tematem. Dotychczasowe sposoby na radzenie sobie z tym problemem (i tak już w skali ogólnopolskiej mające niską skuteczność) stały się wobec kryzysowych warunków jeszcze bardziej nieefektywne. Poniższa lista rozwiązań to rozwiązania, które mogą generalnie wesprzeć system przeciwdziałania przemocy.

7.5.1 Procedura „Niebieskich Kart”

Istotnym działaniem wydaje się rozpowszechnianie wiedzy dotyczącej procedury „Niebieskiej Karty”, szczególnie, że przebadana grupa rodziców deklaruje dość niski poziom wiedzy w obszarze form pomocowych dostępnych na terenie Miasta. Kampania dotycząca „Niebieskiej Karty” mogłaby przekonać więcej osób do jej zakładania, zwłaszcza, że zjawisko przemocy domowej narasta, które dotyczy również dzieci i młodzież. Autorzy badania rekomendują, że warto systematycznie informować grupy docelowe (uczniów, rodziców, pracowników oświaty oraz instytucji medycznych) o istnieniu i funkcji „Niebieskiej Karty”, sposobach i konsekwencjach jej założenia. Szczególnie ważne jest szkolenie kadry pedagogicznej i pracowników szkół w zakresie rozpoznawania przesłanek o występowaniu przemocy domowej w rodzinach uczniów

⁷⁸ Tamże.

oraz reagowania na zaobserwowane objawy przemocy. To nauczyciel i wychowawca jest osobą, która ma najczęstszy kontakt z dziećmi poza rodziną, przez co jest ważnym ogniwem w procesie przeciwdziałania i reagowania na przemoc domową.

Istotna jest również kwestia monitorowania dalszych losów podopiecznych korzystających ze wsparcia MOPS w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie, ze względu na problem ponownego wszczynania procedur "Niebieskiej Karty" w rodzinach, w których procedurę zakończono. W celu zbadania tego problemu należy zwrócić uwagę na większe monitorowanie skuteczności działań w rodzinach po zakończeniu procedury „Niebieskich Kart” przez służby i przeprowadzenie badań ewaluacyjnych.

7.5.2 Indywidualne plany pomocy - „Niebieska Karta C”

Program indywidualnych planów pomocy dla rodzin z problemem przemocowym może być jedną z odpowiedzi na problem wzrastającej przemocy oraz na (ogólnopolski) niski status ekonomiczny pracowników pomocy społecznej. Co do zasady, to zespół interdyscyplinarny powinien wypracowywać kolegiąlnie co najmniej zasadniczy kształt indywidualnego postępowania w danym przypadku „Niebieskiej Karty” i indywidualnego planu pomocy, jednak ze względu na praktykę dopuszcza się sytuację, gdy zespół interdyscyplinarny upoważnia przewodniczącego zespołu do przekazania danej „Niebieskiej Karty” bezpośrednio grupie roboczej, ustalając z góry ogólne wytyczne dla IPP. Powołany zespół roboczy do indywidualnej „Niebieskiej Karty” na podstawie rekomendacji przewodniczącego i/lub zespołu może opracować Indywidualny Plan Pomocy dla danej osoby/dziecka. Ważne, aby w skład grupy roboczej wchodziły osoby z bliskiego otoczenia dziecka/ucznia, co do którego istnieje podejrzenie, że jest dotknięte przemocą w rodzinie. W skład grupy roboczej powinien wchodzić:

- Pracownik socjalny - w zakresie działań wykonuje:
 - pracę socjalną, w tym cykliczne wizyty w środowisku;
 - wskazuje na możliwość skorzystania z pomocy psychologicznej, prawnej oraz w formie poradnictwa medycznego, zawodowego i rodzinnego;
 - kieruje dziecko do placówki opiekuńczo – wychowawczej wsparcia dziennego (np. świetlicy, klubu, ogniska wychowawczego);
 - w razie potrzeby koordynuje zabezpieczenie dziecka, co do którego istnieje podejrzenie, że jest dotknięte przemocą w rodzinie;
 - powiadamia sąd rodzinny i opiekuńczy o sytuacji dziecka.
- Przedstawiciel oświaty w zakresie działań wykonuje:

- objęcie dziecka pomocą psychologiczno - pedagogiczną w przedszkolu, szkole lub innej placówce;
 - objęcie rodziców pomocą psychologiczno – pedagogiczną w formie porad, konsultacji, warsztatów i szkoleń;
 - pomaga uzyskać pomoc materialną, tj.: wypoczynek wakacyjny w okresie letnim i zimowym, dożywianie, stypendium szkolne, zasiłek szkolny;
 - informuje i kieruje na konsultację do poradni psychologiczno – pedagogicznej, w tym poradni specjalistycznej, kieruje do pomocy terapeutycznej;
 - powiadamia sąd rodzinny i opiekuńczy o sytuacji dziecka;
 - informuje rodzica/opiekuna o możliwości uzyskania pomocy oferowanej przez placówki opiekuńczo – wychowawcze wsparcia dziennego.
- Policja w zakresie działań wykonuje:
 - systematyczne wizyty sprawdzające stan bezpieczeństwa dziecka, co do którego istnieje podejrzenie, że jest dotknięte przemocą w rodzinie;
 - informuje opiekuna dziecka, co do którego istnieje podejrzenie, że jest dotknięte przemocą w rodzinie, że znęcanie się fizyczne i psychiczne jest przestępstwem, i przedstawia aspekty odpowiedzialności karnej;
 - informuje opiekuna dziecka o możliwości przeprowadzenia badania lekarskiego;
 - wszczyna postępowanie przygotowawcze;
 - występuje do prokuratora z wnioskiem o zastosowanie właściwych środków zapobiegawczych.
 - Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w zakresie działań wykonuje:
 - skierowanie do udziału w grupach wsparcia dla osób współuzależnionych, w rodzinie dziecka;
 - informuje opiekuna dziecka o możliwościach prawnych dotyczących zobowiązania poddania osoby, wobec której istnieje podejrzenie, że stosuje przemoc w rodzinie, do poddania się leczeniu odwykowemu;
 - kieruje osoby w sprawie do udziału w grupie terapeutycznej;
 - kieruje osoby w sprawie do udziału w grupie samopomocowej.
 - Ochrona zdrowia w zakresie działań wykonuje:
 - skierowanie dziecka, co do której istnieje podejrzenie, że jest dotknięte przemocą w rodzinie, do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej ze wskazaniem co do dalszych ewentualnych konsultacji medycznych;
 - skierowanie dziecka, co do której istnieje podejrzenie, że jest dotknięta przemocą w rodzinie, do lekarza w celu uzyskania zaświadczenia lekarskiego o ustaleniu przyczyn i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy w rodzinie.

Aneks

Aktualna lista programów rekomendowanych przez KCPU

Aktualnie w bazie programów rekomendowanych KCPU znajdują się 24 programy na trzech poziomach rekomendacji⁷⁹:

- Poziom I Program obiecujący

- **Poruszające Bajki o Emocjach** – adresowany do dzieci w wieku 4-5 lat, ich rodziców oraz wychowawców. Celem programu jest wzmacnianie umiejętności rozpoznawania emocji u siebie i innych, wyrażania ich w konstruktywny sposób oraz regulowania ich natężenia.
- **Przyjaciele Zippięgo** – program promocji zdrowia psychicznego dla dzieci w wieku 5–9 lat ukierunkowany na wzmacnianie umiejętności osobistych i społecznych dzieci.
- **Debata** – realizacja tego programu, który ma charakter „krótkiej interwencji profilaktycznej w grupie”, odbywa się z udziałem dwóch prowadzących i trwa w jednej klasie 3 godziny. Standardowo dąży się do organizowania spotkań we wszystkich klasach danego poziomu, optymalnie klasy V i VI, gdyż większość uczniów w tym wieku jest przed inicjacją alkoholową. Nauczyciele (zwłaszcza wychowawcy klas) są obecni na zajęciach.
- **Bezpieczniej w dorosłość** - realizowany jest w ramach profilaktyki selektywnej i profilaktyki wskazującej. Adresowany do młodzieży w wieku 14–19 lat zagrożonej narkomanią, wykluczeniem społecznym lub podejmowaniem innych zachowań ryzykownych.
- **Szkolna Interwencja Profilaktyczna** – program selektywnej profilaktyki narkomanii skierowany do uczniów, realizowany w formie krótkiej interwencji podejmowanej przez nauczyciela i/ lub pedagoga szkolnego.
- **Program Domowych Detektywów „Jaś i Małgosia na tropie”** (program został oceniony na najwyższy poziom rekomendacji w międzynarodowej bazie programów EDDRA) – szkolny program profilaktyki uniwersalnej dla uczniów

⁷⁹ Rekomendacje do realizowania i finansowania gminnych programów profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych w 2022, PARPA (teraz KCPU)

w wieku 10–12 lat oraz ich rodziców i nauczycieli, ukierunkowany na zapobieganie inicjacji alkoholowej.

- **Środowiskowa profilaktyka uzależnień** – program profilaktyki środowiskowej (selektywnej) adresowany do osób w wieku 10–18 lat. Podstawowym celem programu jest ograniczenie u dzieci i młodzieży rozwoju patologicznych postaw i zachowań aspołecznych, ze szczególnym uwzględnieniem używania środków psychoaktywnych.
- **Fred goes net** – program wczesnej interwencji adresowany do osób w wieku 15–21 lat używających narkotyków lub alkoholu w sposób okazjonalny.
- **Program profilaktyczno-wychowawczy EPSILON** – program promocji zdrowia psychicznego ukierunkowany na rozwijanie umiejętności osobistych i społecznych dzieci w wieku 7–9 lat oraz poprawę ich psychospołecznego funkcjonowania.
- **Program Wspomagania rozwoju psychospołecznego dzieci nieśmiałych** – szkolny program profilaktyki selektywnej adresowany do dzieci nieśmiałych w wieku 10–11 lat, wspomagający ich rozwój psychospołeczny, realizowany w formie 15 dwugodzinnych zajęć warsztatowych w klasie szkolnej.
- **Laboratorium Wiedzy Pozytywnej** – program zawiera trzy moduły: moduł dla gimnazjalistów – 12 sesji (każda po 2 godziny dydaktyczne), dwa moduły dla rodziców i dla nauczycieli. Laboratorium Wiedzy Pozytywnej koncentruje się na budowaniu i wzmacnianiu umiejętności życiowych.
- **Spójrz Inaczej** (dla klas IV–VI) – program zajęć wychowawczo-profilaktycznych dla klas IV–VI szkół podstawowych – zajęcia w ramach tego programu są w założeniu kontynuacją zajęć prowadzonych w klasach I–III. W IV klasie realizowanych jest 25 zajęć 45-minutowych, w V klasie – 26 zajęć, w VI klasie – 28 zajęć. Realizator przeprowadza także dwa spotkania z rodzicami.
- **Profilaktyczny Bank Dobrych Praktyk** – 8 modułów szkoleniowych dla nauczycieli (ponad 100 godzin pracy), rozłożonych na jeden rok szkolny. Głównym celem programu jest wzmocnienie w uczniach agresywnych ich odporności, zgodnie z koncepcją resilience, poprzez wyposażenie wychowawców w kompetencje, które umożliwią budowanie więzi i wsparcia pomiędzy wychowawcami a uczniami agresywnymi, a także kompetencje w zakresie stwarzania w klasie warunków sprzyjających uzyskiwaniu przez uczniów agresywnych akceptacji i wsparcia ze strony innych uczniów.

- **Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej** – adresatem są uczniowie klas III–VI szkół podstawowych. Celem programu jest rozwijanie w uczniach umiejętności radzenia sobie ze stresem i trudnościami, a także kształtowanie postaw optymizmu, empatii, wytrwałości i wiary w siebie. Przed przystąpieniem do realizacji zajęć z dziećmi nauczyciel lub wychowawca uczestniczy w 14-godzinny szkoleniu dla realizatorów. Szkolenie prowadzone metodami warsztatowymi ma na celu przygotowanie nauczycieli do realizowania zajęć z uczniami, zapoznanie z zawartością programu, metodyką i materiałami do prowadzenia zajęć. Na podstawie szkolenia, a także otrzymanych scenariuszy zajęć — nauczyciel prowadzi z uczniami 30 spotkań (każde trwające ok. 1 godziny lekcyjnej), po 3 spotkania do każdego z 10 tematów programu.
- **Zagrajmy Razem** jest polską adaptacją amerykańskiego programu Good Behavior Game (GBG). W przeciwieństwie do innych szkolnych programów profilaktycznych Gra w Dobre Zachowania nie wprowadza nowych treści do podstawy programowej i nie wymaga dodatkowych godzin lekcyjnych. Jest to raczej strategia działania nauczyciela – zarządzania przez niego zachowaniem klasy i nauką uczniów. Poprzez Grę nauczyciel kształtuje zachowania i postawy uczniów. Grę najlepiej jest wprowadzać od I klasy szkoły podstawowej, ale może być ona realizowana również w kolejnych latach nauczania wczesnoszkolnego. Szkolenie dla nauczycieli to łącznie 20 godzin oraz roczny proces pracy pod opieką superwizora.
- **Projekt Lustro** - skierowany do uczniów szkół ponadpodstawowych w wieku 15-17 lat . Celem Programu jest zmniejszenie skali występowania ryzykownych zachowań oraz problemów zdrowia psychicznego u uczniów jako skutek wspierania prawidłowego rozwoju i wzmacniania czynników chroniących.
- **Program ARS, czyli jak dbać o miłość** – program dla uczniów szkół ponadpodstawowych, ich rodziców i nauczycieli. Program jest podzielony tematycznie na trzy części (optymalnie 12 godzin):
 - część pierwsza ARS VIVENDI – sztuka życia jest poświęcona zagadnieniom konsekwencji używania substancji psychoaktywnych dla zdrowia i życia,
 - część druga ARS AMANDI – sztuka kochania jest poświęcona omówieniu konsekwencji stosowania substancji psychoaktywnych dla różnych aspektów miłości i związków intymnych kobiety i mężczyzny,

- część trzecia ARS GENERANDI – sztuka rodzenia dotyczy zagadnienia konsekwencji używania substancji psychoaktywnych dla zdrowia prokreacyjnego i zdrowia potomstwa.

- Poziom II Dobra praktyka

- **Unplugged** – program dla uczniów w wieku 12–14 lat. 12 lekcji, które koncentrują się na umiejętnościach życiowych, przekonaniach normatywnych i wiedzy o substancjach psychoaktywnych. Są one prowadzone przez nauczyciela w klasie szkolnej i obejmują jedno spotkanie w tygodniu. Dodatkowo moduł dla rodziców.
- **Szkoła dla Rodziców i Wychowawców** – program profilaktyki uniwersalnej ukierunkowany na zwiększenie kompetencji wychowawczych rodziców, a także wychowawców i nauczycieli pracujących z dziećmi i młodzieżą oraz przeciwdziałanie zachowaniom problemowym dzieci i młodzieży.
- **Program Nauki Zachowania** – proces wprowadzania tego programu do szkoły składa się z czterech etapów:
 - szkolenie realizatorów prowadzone dla całych rad pedagogicznych lub dla grup zainteresowanych nauczycieli z różnych szkół. Trwa ono 10 godzin dydaktycznych i ma formę jednodniowego warsztatu,
 - trening nastawiony na rozwój umiejętności praktycznych przeznaczony dla wybranych nauczycieli. Czas trwania treningu 25–30 godzin dydaktycznych realizowanych w dwu- -trzydniowym bloku warsztatowym,
 - konsultacje dla realizatorów w trakcie realizacji programu w szkole,
 - forum liderów – cykliczne spotkania szkoleniowe liderów programu, którzy koordynują i realizują program w szkołach.
- **Archipelag Skarbów** – program profilaktyki uniwersalnej adresowany do uczniów w wieku gimnazjalnym, ukierunkowany na ograniczenie zachowań problemowych (używanie alkoholu, narkotyków, wczesne zachowania seksualne, przemoc rówieśnicza) realizowany w formie mityngów w dużych grupach.
- **Program Wzmacniania Rodziny** (dla rodziców i młodzieży w wieku 10–14 lat) - program profilaktyki uniwersalnej/selektywnej, adresowany do rodzin, ukierunkowany na ograniczenie używania środków psychoaktywnych oraz zapobieganie innym zachowaniom problemowym młodzieży.

- **Program wspomagania rozwoju psychospołecznego dzieci nie lubianych** przez rówieśników z powodu zachowań antyspołecznych – program profilaktyki selektywnej przeznaczony dla dzieci w wieku 10–11 lat. Ma on na celu zmianę statusu społecznego dzieci nie lubianych poprzez rozwijanie ich zdolności decentracji poznawczej i samokontroli emocjonalnej oraz wzmacnianie ich poczucia własnej wartości. Program jest realizowany w formie zajęć warsztatowych dla dzieci w czasie 32 spotkań.
 - **Spójrz Inaczej** – program zajęć wychowawczo-profilaktycznych dla klas I–III szkół podstawowych. Program może być realizowany w klasach, świetlicach itp. Realizowany jest w sposób ciągły przez 3 lata: w I klasie – 22 zajęcia 45-minutowe, w II klasie – 21 zajęć, w III – 25 zajęć. Trzy koła – program daje możliwość wplatania scenariuszy w rutynową pracę nauczyciela: lekcje i kwadransy wychowawcze, lekcje niektórych przedmiotów, wycieczki, imprezy, akcje klasowe i szkolne, spotkania z rodzicami.
 - **Tutoring szkolny – program pedagogiki dialogu.** Program jest skierowany zarówno do szkół podstawowych, ponadpodstawowych, jak i ośrodków socjoterapii, młodzieżowych ośrodków wychowawczych, a oparty jest na przygotowaniu nauczycieli (na pierwszym etapie to 64 godziny szkolenia) do pracy w indywidualnym kontakcie z uczniami.
 - **Program 3 koła** – celem programu jest wzmacnianie więzi społecznych pomiędzy nauczycielami i uczniami, szkołą i rodzicami, a także rozwijanie pozytywnych relacji społecznych między uczniami. Drugim celem jest wzmacnianie zachowań prospołecznych uczniów, np. stawanie w obronie innych uczniów, udzielanie pomocy koleżeńskiej, powstrzymywanie rówieśników, którzy planują zachowania niebezpieczne. Dodatkowo program wzmacnia postawy i zachowania prozdrowotnych oraz zmniejszania zapotrzebowanie na zachowania antyzdrowotne, takie jak: picie alkoholu, palenie papierosów i inne zachowania ryzykowne dla zdrowia.
- Poziom III Program modelowy
- **Fantastyczne Możliwości** – szkolny program profilaktyki uniwersalnej ukierunkowany na opóźnianie wieku inicjacji alkoholowej u nastolatków wkraczających w okres dojrzewania.



Centrum Działań Profilaktycznych
ul. Kościuszki 39a,
32-020 Wieliczka,
www.cdp-szkolenia.pl,
biuro@cdp-szkolenia.pl,
12 251 61 04

