



RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ DĚTÍ A MLADISTVÝCH

PŘÍČINY / NÁSLEDKY / PREVENCE



DĚTSTVÍ BEZ ÚRAZŮ

Vytvořme pro děti bezpečné prostředí.
Naučme děti, jak se chovat, aby k úrazu nedošlo.

Tato publikace je vydávána jako součást projektu "Vzdělávání pedagogů v oblasti prevence úrazů dětí" financovaného Evropským sociálním fondem, státním rozpočtem České republiky a rozpočtem Hlavního města Prahy.

Publikace obsahuje obecné informace k problematice rizikového chování dětí a mladistvých a některé další podrobnosti k jeho jednotlivým oblastem. Všechny materiály je možné dále používat jak pro další vzdělávání pedagogů v této oblasti, tak i jako náměty pro práci s mladými lidmi.

S přáním hodně sil a úspěchů

kolektiv autorů

Publikaci zpracoval kolektiv autorů:

Kateřina Ambrožová

Mgr. Lenka Coufalová

RNDr. Magdalena Cvečková

Petra Frišová

Mgr. Jaroslava Hanušová

Martina Kalíšková

Mgr. Robert Kostner

Lektorovala:

PaedDr. Eva Marádová, CSc.

Úvod

Úrazy jsou nejvážnějším zdravotním rizikem u dětí - mají na svědomí nejvíce úmrtí a trvalých postižení. Zatímco u mladších dětí je příčinou spíše nebezpečné prostředí a nevhodné chování dospělých, u starších dětí vede k úrazům spíše jejich vlastní rizikové chování.

Problematika rizikového chování je složitější než u úrazů malých dětí, je zde mnohem širší spektrum příčin i následků. Přesto je možné příčiny identifikovat a působit vhodnými metodami na starší děti a mladé lidi tak, aby se s vědomím následků pouštěli do rizikových aktivit minimálně.

Rizikové chování je široký pojem zahrnující nejenom jednání vedoucí k úrazům, ale i závislostem, ohrožení dalších lidí, škodám na majetku, atd. Cílem této publikace je nabídnout pohled na tuto problematiku v její komplexnosti, s důrazem na zdravotní a další důsledky, které rizikové chování způsobuje.

Polskem otřásla sebevražda zneuctěné studentky

VARŠAVA - Polskem otřásla sebevražda 14leté dívky, která se oběsila ve svém domově, aby se nemusela vrátit do jednoho gdaňského gymnázia, kde ji krutě pokořila parta spolužáků za tichého přihlížení třídy.

"Když si během hodiny polštiny učitelka odběhla ze třídy, pět spolužáků popadlo Aňu, hodili ji na lavici a stáhli jí kalhoty

s kalhotkami. **Osahávali ji, chechtali se, kleli a dělali, jako že ji znásilňují.** Jeden si nah-

SEBEVRAŽDA

rál celou, asi dvacetiminutovou scénku na svůj mobil. **Když se učitelka vrátila, nikdo neřekl, co se stalo,**" napsal list Gazeta Wyborcza. Ponížená dívka ještě

před návratem učitelky utekla domů, kde ji rodiče našli oběšenou.

"Kluci se chtěli předvést. Byla to dobrá zábava. Nikoho nenapadlo, že to nevydrží," dozvěděli se reportéři od spolužáků, ještě než ředitelství školy pod hrozbou důtky zakázalo studentům hovořit s novináři.

Autor: ČTK.

Rizikové chování

Rizikovým chováním rozumíme jakékoli cílené jednání nebo aktivitu jednotlivce, jehož následkem může být zranění, smrt, trvalé postižení nebo jiné snížení kvality života riskujícího nebo dalších lidí, stejně jako narušení vztahů, psychiky, nebo i ekonomické a hmotné škody. Tyto aktivity provádí jedinec cíleně, sám nebo ve skupině s dalšími.

Samozřejmě ve své podstatě nezáleží na tom, zda se rizikově chová dítě, mladistvý nebo dospělý, avšak pro naše účely budeme v následujícím uvažovat pouze rizikové chování dětí, mladistvých (věk cca 12 - 20 let).

Mezi rizikové aktivity patří

Extrémní a adrenalinové sporty I extrémní sporty lze jistě dělat poměrně bezpečně. Problém nastává, když se do takových aktivit pouštějí amatéři bez patřičného vybavení, výcviku a zajištění.	bungee-jumping • rafting, divoká voda • sjezdy na kolech • bojové sporty • horolezectví • alpinismus
"Adrenalinové" a hazardní zábavy Se skutečným sportem nemají nic společného. Jde o vědomé hazardování a riskování pro pocit vzrušení, nebezpečí. V podstatě jiná varianta "ruské rulety".	sprejerství • lezení na budovy • darkeři • závodění na silnici • přebíhání přes silnici před kamionem
Experimentování a riskování Většinou z nedbalosti, kvůli pohodlí, touze být někde dřív, předvést se, nebo z nedostatku znalosti rizik mladí lidé dělají mnoho činností, které mohou končit špatně až tragicky.	dopravní nehody • výbušniny, třaskaviny • chůze po kolejích • přecházení mimo přejezdy • lezení na vagóny, sloupy elektrického vedení • přebíhání silnic a dálnic • jízda na neosvětleném kole • stopování • schůzky na slepo • pozdní návraty • brigády v zahraničí • castingy • chat, internet
Zneužívání drog a alkoholu a další závislosti Snížené ovládnání, útlum nebo agresivita, stejně jako nutnost opatřit si další drogu vede mladé lidi k nejrůznějším rizikovým a protiprávním chováním.	alkohol • kouření tabáku a marihuany • taneční drogy • tvrdé drogy • gambling, počítačové hry • lékové závislosti
Vztahy a sex, promiskuita, prostituce, sexuální zneužívání Rizikové chování v sexuální oblasti může mít stejně nedozírné následky jako jiné formy rizikového chování.	rizikové sexuální chování • nezvládnuté vztahy, rozchody • předčasný sex • nechtěné těhotenství dětí, mladistvých • pohlavní choroby
Šikana, vzájemná agrese, násilí Šikana může leckdy vyústit v těžké ublížení na zdraví, pokus o sebevraždu, vždy má však za následek těžkou psychickou újmu.	ublížení oběti agresory • psychické týrání • sebevražda oběti • útok proti agresorovi • rvačky
Protiprávní jednání a kriminalita Mladiství si často neuvědomují, že jejich rizikové chování je již samo porušením zákona nebo že může mít velice vážné následky i právní.	krádeže • vandalismus • padělání bankovek • softwarové pirátství • nelegální kopírování videa a hudby
Další rizikové jevy a problémy u dětí a mladistvých	poruchy příjmu potravy • sekty

Mnoho z těchto činností se děje zároveň, nebo jsou vzájemně provázané:

- šikana může vést až k tvrdé odplatě nebo sebevraždě šikanovaného
- při malbě grafiti je jednak poškozován majetek, jednak hrozí sprejerovi často vážný úraz
- mnoho dopravních nehod je spojeno s alkoholem nebo drogami
- při požití halucinogenů dochází k závažným pádům
- drogově závislí si často opatřují prostředky na nákup drogy krádežemi nebo prositucí
- účastníci "adrenalinových" zábav často porušují záměrně zákony a ohrožují sebe i ostatní, atd.

Následky rizikového chování

Rizikové chování s sebou přináší množství více či méně závažných následků, které si mladiství často neuvědomují nebo je nechtějí připustit, vědomě je podceňují.

Aby se dospívající byli schopni sami rozhodnout pro bezpečné chování nebo dokonce dokázali odmítnout nabídku vrstevníků účastnit se rizikových aktivit, měli by být dostatečně informováni o možných následcích. Měli by si být vědomi následků včetně konkrétních dopadů na další život jich samých, jejich blízkých i ostatních zúčastněných lidí, včetně dopadů celospolečenských, ekonomických či sociálně-právních.

Zdravotní následky

Úrazům či jiným zdravotním poškozením často předchází okamžik, kdy došlo (ať záměrně či nevědomě) k prohrěšku proti bezpečnosti, podcenění podmínek, špatnému vyhodnocení situace, nedbalosti. K ohrožení zdraví dochází následkem nedodržení zásad bezpečnosti při sportovních aktivitách, extrémních sportech, adrenalinové zábavě, experimentování s vlastním tělem (držení diet, zneužívání návykových látek). Vážné zdravotní následky s sebou nese šikana, různé akty násilí, zapojení se do trestné činnosti.

Mezi zdravotní následky patří:

- běžné úrazy ošetřené doma nebo vyřešené jednou návštěvou lékaře (odřenyiny, zlomeniny, řezné rány, atd.),
- následky na zdraví vyžadující složité lékařské zákroky, hospitalizaci, příp. dlouhodobou léčbu a rekonvalescenci (otravy, popálení, opaření, otřesy mozku, anorexie, bulimie, závislosti, atd.)
- trvalé následky (oslepnutí, ochrnutí končetin, metabolické poruchy, poškození jater či jiných vnitřních orgánů)

Psychické následky

Jsou navenek méně viditelné, o to však mohou být hlubší. Psychické trauma (jako následek úrazu, prožitého týrání, zanedbávání a zneužívání dítěte, šikany, trauma u obětí trestného činu) může do života jedince zasahovat jako soubor mnoha osobnostních charakteristik a psychických dějů:

- nízké sebehodnocení, úzkost, deprese
- smutek, beznaděj, kolísání nálad
- ztráta životního smyslu a cíle
- narušení mravního vývoje
- psychosomatické poruchy - bolesti hlavy, břicha, poruchy spánku, příjmu potravy, snížení imunity
- sebevražedné myšlenky či pokusy, sebepoškozování
- závislosti

Ekonomické, hmotné následky

Nejde jen o poškození věcí (v důsledku vandalismu, sprejerství, krádeží, šikany, apod.), ale především o celospolečenské výdaje na sociální a zdravotní péči, terciální prevenci.

Mezi ekonomické následky počítáme:

- hmotné škody (havarovaná auta, pomalované historické budovy, ukradené věci v obchodech)
- výdaje na léčbu úrazů, závislostí, onemocnění
- výdaje na ústavní péči
- ekonomická zátěž rodiny starající se o handicapovaného či nemocného člena rodiny
- celospolečenské finanční ztráty - úrazy/závislosti/trvalá onemocnění zkracují produktivní období člověka

Psycho-sociální následky

Ovlivňují další zapojení člověka do společnosti. Následkem rizikového chování v dospívání (zapojení do trestné činnosti, závislosti, apod.) se člověk může ještě dlouho potýkat s překážkami k uskutečnění svých životních cílů - osobních i pracovních.

Mezi psycho-sociální následky můžeme počítat např.:

- osamělost
- získání negativní společenské nálepky ("feťák", "kriminálník", "problémový", "podivín", "handicapovaný", "šikanovaný" aj.)
- vyloučení z vrstevnické skupiny, narušení image, dobré pověsti
- snížená schopnost navazovat a udržet vztahy, nedůvěra v lidi, svět
- zhoršení školních výsledků
- snížení aspirací na další vzdělání, přerušování vzdělání
- snížené uplatnění společenské, pracovní

Sociálně-právní a trestně-právní následky

Pokud svým chováním poruší zákon, poškodí cizí majetek, ohrozí život svůj či někoho jiného, přijdou do kontaktu se sociálně-právními institucemi. V případě dětí a mladistvých jsou to především sociální pracovníci a kurátoři. Závažnější případy pak šetří policie a mohou se dostat až k soudu.

Rizikově se chovající mládež se může setkat s mj. s těmito následky svých činů:

- umístění na dvouměsíční pobyt do diagnostického ústavu
- nařízení ústavní či ochranné výchovy - pobyt ve výchovných ústavech do 18 let
- trestní stíhání, příp. odsouzení (pokuta, náhrada škody, mimosoudní vyrovnání, všeobecně prospěšné práce, dohled kurátora, odnětí svobody, atd.)
- vyšetřování, výslechy, vliv na pachatele, oběti i svědky

Následky, které způsobí riziková aktivita, se nemusejí týkat jen samotného riskujícího, velká část z nich dopadá přímo nebo nepřímo na další lidi - na blízké okolí (rodinu, přátele, spolužáky), na další lidi, kterých se riziková aktivita nějak dotkla (oběti autonehod, vandalismu, atd.), na policisty, lékaře, sociální pracovníky, pedagogy, a v neposlední řadě i na celou společnost.

Všechny možné následky rizikového chování si můžeme představit v následující tabulce:

	Pro riskujícího	Pro jeho okolí	Pro jeho nejbližší	Celospolečenské, ekonomické
Zdraví				
Psychika, svědomí				
Společenské (pověst, image...), psycho-sociální				
Sociálně právní, trestně právní				
Hmotné				

Příčiny rizikového chování

Situaci, kdy se dospívajícímu stane závažný úraz či dojde k trvalým následkům na jeho zdraví (tělesném i psychickém), předchází rizikové chování, jehož příčiny lze zpětně dopátrat a zaměřit se na ně při prevenci.

Ať již jde o:

- vědomé rozhodnutí k rizikovému chování (adrenalinové zábavy, držení drastických diet, zkoušení návykových látek)
- nedobrovolné zapojení do rizikového chování pod tlakem skupiny (šikana, krádeže, experimenty s návykovými látkami)
- nebo "jen" o nevědomé podcenění situace (extrémní sporty, jízda stopem, chatování s neznámou osobou)

nikdy není na vině pouhá náhoda. Samozřejmě, že určitá shoda okolností, může tragédii dopomoci, většinou však lze vysledovat různé drobné okolnosti (podlehnutí tlaku skupiny, podcenění rizika, neuvědomnění si následků, touha předvést se před ostatními, revolta proti dospělým atd.), které rizikovému chování předcházely a šlo jim včas zabránit.

Při pátrání po příčinách rizikového chování musíme přijmout fakt, že dospívající jsou rizikovou věkovou skupinou, což vyplývá z obecných zákonitostí tohoto vývojového období lidského života.

Mezi hlavní rizikové vývojové charakteristiky období dospívání patří:

Hormonální změny dospívání s sebou přinášejí i **proměny prožívání**. Pubescent ztrácí jistotu, vyrovnanost a spokojenost svého mladšího vývojového období. Naopak se projevuje rozkolísanost jeho nálad, celková labilita, uzavřenost, větší impulzivita, tendence reagovat přecitlivěle i na dříve běžné podněty. Dospívají více zranitelní kritikou dospělých. Nejistota plynoucí z jejich vývojové proměny s sebou přináší i vztahovačnost, výkyvy v sebehodnocení (nízká sebeúcta). Rizikové mohou být i fyziologické jevy jako rychlá tělesná unavitelnost, nepozornost, netrpělivost. Tyto projevy jsou vývojově dočasné a přirozené, je třeba s nimi při práci s mládeží počítat.

Dalším vývojově důležitým psychickým procesem je **rozvoj vlastní identity dospívajícího**. Tento přirozený proces opět musí ve vývoji nastat, aby mohl mladý člověk dospět v hotovou osobnost, přináší však s sebou spoustu rizik. Dospívající hledají nové pojetí sebe sama, snaží se uskutečnit svou představu, kým by chtěli být. Už však nejsou tak závislí na názorech druhých osob, naopak se kriticky vymezují proti identifikačním vzorům (hodnotám, rolím), které jim do té doby byly předkládány (puberťák už nechce být "pilný žák", "maminčin hodný kluk" ani "budoucí pan doktor"). Hledají si své nové a atraktivnější vzory. Aby dospívající zjistil, kým je, často zkoumá hranice svých možností fyzických i psychických (experimenty s návykovými látkami, extrémní sporty, atd.). Snaží se překonat sám sebe, dokázat ostatním, "že na to má". Dospívající sbírají zážitky patřící spíše do světa dospělých (sexuální experimenty, alkohol) - snaží se být před vrstevníky zajímavými, odlišit se, nebýt už jako děti.

V procesu hledání vlastní identity hraje na čas rozhodující roli přechodné stádium tzv. "**skupinové identity**", kdy se jedinec ztotožňuje s nějakou skupinou. Právě skupina, která dodá jedinci chybějící sebevědomí, sounáležitost, přijatelnou sebedefinici, může napomoci utváření osobnosti dospívajícího, být mu v tomto období oporou. To však platí nejen v pozitivním smyslu (sportovní oddíly, skauting), ale i v tom negativním - rizikovém (pouliční party, drogová scéna, sekty).

Mladí lidé hledající své místo ve společnosti jsou snáze ovlivnitelní, náchylní k experimentování. Ve světě nových komunikačních technologií se však již nemůžeme spokojit ani s jistotou, že dítě je v bezpečí (nechová se rizikově), pokud sedí doma u počítače. Ohrožení není dnes již jen otázkou přímého kontaktu s vnějším světem, s druhými lidmi, ale přichází i ze světa virtuální reality (chatování, internetové seznamky), médií a reklamy.

Období dospívání s sebou přináší i změny v dosavadním postavení dítěte v rodině. Mladý člověk odmítá závislost na rodičích, jejich způsobu života. Rozvinuté rozumové schopnosti (uvažování o všech možnostech, polemizování s dospělými) vedou u pubescentů ke zpochybnění všeho, co dosud považovali za platné. Odpoutávají se od hodnotového systému rodiny, jejích norem a způsobů jednání - mnohdy alespoň na proklamativní úrovni. Dopívající se potřebuje osamostatnit od všeho, co představují rodiče či jiné dosud uznávané autority (např. učitelé). Morální normy nechce mladý člověk přijmout jen proto, že mu je někdo doporučuje či nařizuje, ale jen tehdy, když je o nich sám přesvědčen. Pubescent bývá nekriticky až naivně přesvědčen, že ví všechno a tudíž jej nemůže nic ohrozit. Rady a doporučení rodičů mu v tomto období připadají zbytečné a hloupé. Tento proces v dalším vývoji dozraje k tomu, že mladí dospělí se k rodičovským (obecně uznávaným) normám chování vrátí, musí si však projít svým druhým obdobím vzdoru.

S osamostatňováním se od rodiny sílí vliv vrstevnické skupiny na dospívajícího. Dospívající se potřebuje opřít o někoho, kdo prožívá podobné věci, uznává podobné hodnoty. Vrstevníci se sami sobě stávají neformálními autoritami, které mají větší vliv než dospělí. Vrstevnická skupina si stanovuje své vlastní standardy chování (často projevované konformitou v oblékání, zájmech, názorech), vlastní hodnoty, normy a ideály. Dospívající touží být uznáván svými vrstevníky, patřit do určité skupiny (sportovní, školní, volnočasové). A někdy je schopen pro to udělat cokoli. Naopak nepřijetí vrstevnickou skupinou, příp. ztráta blízkého vztahu (první lásky a rozchody), mohou u citlivějších dospívajících vést až k velkému riziku sebevražedných pokusů.

Samozřejmě k příčinám rizikového chování patří i postoje a hodnoty, které dítěti rodina vstúpila v jeho raném a pozdějším dětství, sociální a ekonomické zázemí, které rodina měla a má, určitá **rodinná kultura**. Ta může působit jak pozitivně proti ostatním rizikovým faktorům, tak negativně ve spojení s dalšími.

Prevence rizikového chování

Následková prevence

Akteři rizikového chování si málokdy uvědomují celé spektrum možných následků. Jednou z cest preventivního působení a formování postojů mladých lidí tak může být ukázat jim reálné případy rizikového chování a jejich často tragické a nevratné následky:

- smrt nebo trvalé postižení riskujícího (ztráta končetin, hybnosti, mentální poškození)
- způsobení smrti nebo trvalého postižení jiného člověka a z toho vyplývající následky psychické, trestně-právní, apod.
- psychické trauma a celý řetěz starostí, ať už vlastních nebo dalších osob, obětí rizikového jednání, blízkých, kamarádů
- stigmatizace viníka i oběti, poškození dobrého jména, společenské pověsti na dlouhou dobu nebo na zbytek života
- hmotné škody, finanční kompenzace obětem i celé společnosti
- celospolečenské škody, náklady na léčení, zapojení složek záchranného systému, sociálních služeb, soudů, a dalších

Stejně tak vhodné je zviditelnit jim jejich přání, touhy, plány do budoucna jako věci a zážitky, o které by mohli vlastním rizikovým jednáním nebo účastí na rizikovém jednání někoho jiného nenávratně přijít. Bylo by dobré, aby si mladí lidé uměli uvědomit a představit, na čem jim záleží na straně jedné a na straně druhé, co by se jim v případě toho kterého rizikového chování mohlo stát a o co by kvůli následkům mohli přijít.

Pro vykreslení následků je možné použít:

- kazuistiky z tisku, odborných publikací, z televize, fotografie a příběhy viníků i obětí
- reálné případy z okolí (ze školy, z města, z okolí studentů)
- osobní zkušenosti a zážitky studentů
- návštěvy a exkurze do zařízení pečujících o oběti i viníky rizikového chování (nemocnice, léčebny závislých, soudní procesy, atd.)



Varovný plakát jedné z kampaní v USA: Jacqueline Saburido bylo 20 let, když do auta, které řídila, narazil opilý řidič. Nyní je jí 23 let a stále se snaží dát svůj život dohromady. (www.TexasDWI.org)

Formování postojů

Vědomí následků je jedním z faktorů formujících postoje mladých lidí k rizikovému chování. Aby informace nezůstaly jen teoretickými pojmy v paměti (a brzy neupadly v zapomnění), ale změnily se v postoje ovlivňující život, musí se k nim připojit ještě složky emocionální a konativní. Na základě spojení znalosti jevu s prožitkem určité emoce pak člověk dokáže opakovaně řídit své jednání.

Součásti postoje k rizikové aktivitě

INFORMACE (kognitivní součást postoje):	skok do neznámé vody - znalost možných následků: poranění páteře, ochrnutí
+ EMOCE (emotivní součást postoje):	bolest, smutek blízkých, beznaděj - konec životních snů
+ ČINNOST, SNAHA (konativní součást postoje):	mladý člověk odmítne výzvu skákat do neznámého lomu

Zdroji postojů jsou především:

- životní zkušenosti
- sociální komunikace s blízkými lidmi a skupinami (např. přebírání celých postojových schémat dětí od rodičů, nebo od vrstevnické skupiny)
- modely (zejména dospívající někdy skrze identifikaci se svým idolem formují postoje nápodobou ... např. dívky přestávají po vzoru známých modelek jíst)
- vliv primárních i sekundárních skupin a institucí (rodina, školní třída, církev, sportovní oddíl, pouliční parta, apod.)

Prevence zaměřená na příčiny

Druhou možností, jak rizikovému jednání předcházet, je **zaměřit se na příčiny** a pomoci mladým lidem v hledání jejich identity při formování jejich hodnot a postojů. Jistý vzdor je pro období dospívání charakteristický, na druhé straně hledají mladí lidé vzory mezi dospělými, kterých si mohou vážít a od nichž mohou přejmout některé názory. Mladí hledají také modely a vzorce pro řešení nových situací, do nichž se dostávají. Je proto vhodné začlenit do vzdělávání a výchovy aktivity pro rozvoj osobnostních, komunikačních a dalších dovedností, např.:

- znát své silné a slabé stránky, nepodceňovat se a nepřeceňovat se, znát klíčové momenty dosavadního života a jejich vliv na život současný a budoucí
- ujasnit si životní hodnoty a postoje k otázkám, které jim připadají důležité
- ujasnit si představy o své budoucnosti, o životních plánech a cílech
- zvládat emoce a touhy, zvládat stres, umět relaxovat
- umět řešit konflikty, odmítnout, prosadit se, respektovat názor a osobnost druhého

Další možností prevence rizikového chování je nabídnout mladým lidem náhradní, pro ně **zajímavé a přitažlivé aktivity**, které v sobě obsahují výzvu, nutnost překonání sebe sama, vnějších překážek, prostor pro realizaci, a třeba i jisté, ale kontrolované riziko:

- nejrůznější formy vybití a sportu (volná hřiště, tělocvičny, sportovní kluby, lanová centra, skate-parky, atp.)
- kulturní a společenské projekty, vybavené klubovny, hudebny
- pozitivní vzory a příklady dospělých, rodičů, známých osobností

Takové aktivity, ať už zaměřené do oblasti sportu, zájmů nebo osobnostního rozvoje jsou samozřejmě náročné na prostor, čas, nasazení dospělých i finance. Přesto se však v dlouhodobém horizontu vrátí v podobě tělesně i duševně zdravých mladých lidí.

Atlas rizikových aktivit

V této části publikace najdete některé podrobnější informace k jednotlivým druhům rizikového chování. Pro jednotlivé oblasti rizikového chování dětí a mladistvých je charakteristické, že:

- spolu v mnoha případech úzce souvisejí
- mezi jednotlivými oblastmi nejsou ostré hranice
- neustále se vyvíjejí, vznikají nové formy rizikových aktivit, určité jsou "in" a jiné "out"
- prevence není jednoduchá, jde spíše o dlouhodobý proces

Vybráno z novinových článků

Děti zkoušely vykolejit vlak, stavěly zátarasy

21. dubna 2006 12:13
- Strojvedoucí vlaku z Jablonce nad Nisou do Liberce si včera všiml klády položené na kolejích. Naštěstí vlak dobrzdil a zabránil tak možnému neštěstí. Kromě dřeva kdosi nastrážil na trať také kbelíky s cihlami. Vlaková četa kládu a kbelíky odstranila a přivolala policisty. Ti objevili skupinku dětí, které pracovaly na

dalším zátarasu na koleji, po němž měl jet vlak v opačném směru. "Nedá se vyloučit, že by vlaky po najetí do klády vykolejily," uvedl systémový specialista Českých drah Jindřich Berounský. "Nyní vyšetřujeme, jestli vlak mohl vykolejit. Pokud ano, pak by šlo o obecné ohrožení se sazbou tři až osm let vězení. Dětským pachatelům ale trestní

stíhání podle zákona nehrozí," uvedla mluvčí jablonecké policie Ludmila Knopová. "Vlaky projíždějí na této trati hustě osídlenými oblastmi a za terč si je bohužel často vybírají děti. Většinou si neuvědomují, do jak nebezpečné hry se pouštějí," podotkl Berounský.

www.idnes.cz

Lyžaře zastihla lavina v zakázané oblasti

26. ledna 2006 - Skialpinista, který zahynul ve středu v Beskydech pod lavinou, lyžoval v oblasti, kde je zakázaný vstup. Pohyboval se mimo turistické stezky a stejně jako jeho kolega, který byl v osudnou chvíli s ním, nebyl dostatečně vybavený. Pracovníci CHKO Beskydy tvrdí, že se oba lyžaři pohybovali v Přírodní rezervaci Smrk mimo značené turistické trasy, když sjížděli horu korytem potoka.

www.ctk.cz

Teenager vdechl plyn, zemřel

Středa 18. 10. 2006 - V Praze v úterý večer zemřel patnáctiletý chlapec, který vdechl plyn ze zapalovače. Vdechování plynu ze zapalovačů a jeho prudké vyfukování z úst patří údajně k oblíbené zábavě mládeže. Chlapec ale plyn vdechl až do plic a zemřel. Informovala o tom dnes mluvčí pražské záchranné služby Simona Cigánková. Případ se stal kolem 21:00 u vchodu do metra ve stanici I. P. Pavlova v Praze 2. Přivolaný lékař se sice snažil mladíkovi pomoci, ale jeho úsilí bylo marné.

bleskove.centrum.cz

Dívka bojuje o život, mozek jí zničil pervitin

20. května 2006 - V ostravské nemocnici bojují lékaři o život 18leté dívky, která byla dva roky závislá na drogách. Je pravděpodobné, že jí pervitin zničil mozkové cévy. Vyšetření prokázalo rozsáhlý krevní výron v pravé polovině mozku. Lékaři okamžitě přistoupili ke složité operaci. Stav pacientky je vážný.

"Pervitin patří k drogám, které způsobují rychlé stárnutí cév. Člověk závislý na této droze může mít cévy křehké a praskající jako stařec. Přestože dívka tvrdila, že asi půl roku abstinovala, dva roky na pervitinu mohly udělat s jejími cévami své," vysvětlil primář oddělení pediatrické resuscitační a intenzivní péče Michal Hladík

Lékaři apelují především na rodiče, aby si svých dětí více všimli. "Vážným zna-

mením pro rodiče může být to, že jejich potomek zůstává bez problémů vzhůru celou noc, ve dne spí a když je probuzen, reaguje značně podrážděně. Dítě postupně ztrácí zájem o rodinu, školu, kroužky i koníčky," vysvětlila primářka Potribná. Injekční vpichy jsou již většinou známkou pokročilé závislosti.

Úmrtnost uživatelů drog je ve srovnání s běžnou populací až 11 krát vyšší.

www.ctk.cz

Školačky za špatné známky poničily učiteli auto

13. července 2006 11:33
- Zajímavý případ řeší chomutovští policisté. Špatné vysvědčení natolik naštvalo tři dívky ze základní školy v Perštejně, že se svému učiteli pomstily na autě. Způsobily

mu škodu 10 tisíc. Jedna z nich je nezletilá, zbývajícím dvěma hrozí až šest měsíců vězení.

Školačky se podle zjištění policie vrhly na učitelovu felicii hned po rozdáni vysvědčení.

Deník Chomutovska uvedl, že se mu prošly po střeše, rozbily zadní sklo a ještě poškrábaly lak. "Způsobily škodu za deset tisíc," doplnila mluvčí.

Podle zdroje iDNES.cz se výtržnice mstily za sníženou

známku z chování, kterou jim dal jejich třídní učitel a za pětku z hudební výchovy, kterou dostaly od jeho manželky.

www.idnes.cz

Extrémní a adrenalinové sporty

Co jsou to extrémní sporty? Co extrémní sporty vystihuje?

- velké rychlosti, výšky, nebezpečí nebo velkolepé akrobatické kousky
- součástí těchto aktivit je právě to, že v účastnících zvyšují hladinu adrenalinu v krvi; toto označení je ale často chybné, protože výsledný psychický stav může být také výsledkem zvýšené hladiny hormonů endorfinu a serotoninu
- bývají také často spojeny s mladými lidmi, kteří se snaží dosáhnout limitů svého strachu a fyzických možností, posunující hranice daného sportu
- u mladší generace se projevují také v kultuře, včetně oblékání, módy a hudby

Extrémní sporty a marketing

Hodně kritiků namítá, že rozdíl mezi extrémními sporty a normálními je hlavně v druhu marketingu a propagace. Stačí, aby veřejnost začala tento sport vnímat jako více nebezpečný a více adrenalinový. Například snowboarding má mnohem extrémnější image než lyžování, protože byla zvolena jiná marketingová strategie a přece jen jde o nový sport; přesto může být lyžování rychlejší a většinou stejně nebezpečná aktivita. Naproti tomu lze uvést rugby, které nespadá do kategorie extrémních sportů pro svou tradiční image; přesto si u něho užijete adrenalinu až až.

Reklamní společnosti brzy pochopily, že určité publikum tento druh zábavy miluje, že se s ní především mladí lidé identifikují a že se tento druh zábavy, životní styl a vše kolem něj dobře prodává. (Rozvoj šel tak rychle, že vysoká popularita extrémních sportů a kultury kolem nich vedla dokonce i k vytvoření parodií, jako extrémního žehlení či extrémního kroketu.)

Proč účastníci milují extrémní sporty?

- tvrdí, že si absolutně užívají zlepšování svých psychických i fyzických možností
- snaží se stát mistry v přežití v nehostinných podmínkách
- často uváděným důvodem bývá také únik z denodenního stereotypu nebo prostě láska k divokému prostředí, kde se extrémní sporty většinou odehrávají
- mnoho účastníků také tvrdí, že se necítí být tradičními sportovci

Jak reagují na extrémní sporty jejich odpůrci?

- odpůrci těchto sportů často mluví o účastnících jako o "závislácích na adrenalinu"
- vadí jim, že zde nejde o to, aby někdo vyhrál
- často hází všechny účastníky do jednoho pytle jako nezodpovědné hlupáky se sebevraždnými sklony

Jak dlouho existují jednotlivé extrémní sporty?

Některé existují už dlouhá léta a známými se staly, až když je zpopularizovala některá z osobností - zdolávání ledovce či skal se stalo nejpůvodnějším až se jméno jako Edmund Hillary, Chris Bonington nebo Joe Simpson. Dalším příkladem může být surfing, který byl původně vynalezen už před několika stoletími původními obyvateli Havaje. Nicméně stále se objevují nové varianty stávajících a dokonce se vynalézají nové.

Jsou extrémní sporty nebezpečné?

Ano i ne. Samozřejmě při některých z nich hrozí riziko větší, u některých menší. Primárním cílem jejich aktérů je sice vzrušení a touha po zážitku a dobrodružství, ne ale za každou cenu. Mnoho z nich se spíše snaží buď odreagovat, odpočinout si, v dané oblasti dosáhnout určitého mistrovství, posunout vlastní hranice strachu a možností. Rozhodně nejde o pouhé hazardování, vzrušení z rizika zranění nebo smrti.

Za určitých podmínek může pestrá nabídka zajímavých a netradičních aktivit a extrémních sportů působit preventivně proti následkům rizikových aktivit - poskytnete mladým potřebné vybití, zážitky, rozvoj jejich identity s mnohem menším rizikem zranění nebo dalších sociálně patologických jevů.

Extrémní sporty - seznam

Jde pouze o nástin některých známých i méně známých extrémních sportů, existuje ještě celá řada dalších, různé varianty, každou chvíli přibývají nové.

Aerodium	simulace volného pádu nad mohutným větrákem
Aerotrim	systém propojených volně pohyblivých kruhů simulující stav beztlíže
Aggressive skating	jezdí se na rychlostních kolečkových bruslích, původně jenom na ploché dráze, dnes hlavně v ulicích
Bublina	z kopce dolů v nafukovací průhledné kouli
Bungee jumping	skoky na pružném laně z vysokých míst - mostů, jeřábů, když už je člověk kousek nad zemí, lano se napne natolik, že ho vymrští o velký kus zpátky nahoru
BASE jumping	skok s padákem z pevného místa, např. sochy, skály apod., nebezpečnější než skoky z letadla, protože pilot je stále blízko skály a je poměrně nízko
High jumping, cliff diving	skoky ze skály do jezera nebo moře
BMX freestyle	jezdci provádějí na speciálně upravených kolech různé triky
Bouldering	horolezectví bez lana, většinou se provozuje na menších skalách, nebo v tělocvičnách
Buildering	horolezectví po veřejných budovách, od mrakodrapů přes mosty, většinou ilegální
Caving	rekreační zkoumání různých méně přístupných jeskyní
Cave diving	potápění v jeskyních, které jsou částečně nebo úplně zatopeny vodou
Ice diving	potápění pod ledem
Free-diving	různé druhy potápění
Climbing	horolezectví
Drag racing	závodů dragsterů, speciálních automobilů či motorek, cílem je dosáhnout co největší rychlosti na krátkém úseku s pevným startem
Extreme skiing	extrémní lyžování, jezdí se na neupravených, velmi prudkých svazích
Kitesurfing	speciální druh surfingu, kdy je sportovec tažen padákem
Kiteboarding	podobné jako kitesurfing, ale sportovec používá speciální druh skateboardu s velkými koly a samozřejmě jede po souši
Lanové aktivity	série lanových drah a překážek nízko i vysoko nad zemí, samozřejmě s bezpečným jištěním
Mountain biking	sjíždění velehor na kolech, dlouhé sjezdy podobné sjezdům na lyžích
Mountain boarding	letní verze snowboardingu, jezdí se na speciálním skateboardu s velkými koly

Paintball	dá se říci, že jde o simulaci boje za použití speciálních zbraní vystřelující barevné kuličky, velmi populární
Paragliding	seskok s padákem, pilot se rozbíhá ze speciální plošiny nebo ze svahu, aby "nabral vítr", padák, tzv. křídlo je dobře ovladatelný pomocí speciálních šňůr
Paramotoring	podobné jako paragliding, sportovec je usazen na zvláštním sedátku, ke kterému je připevněn malý motor s pohonem, takže se z padáku stává takové ultra lehké letadlo, je velmi oblíbený, protože vyžaduje pouze kurz, ale žádnou licenci
Parkour a Free running	jde o to, aby se člověk při chůzi či běhu nezastavil před žádnou překážkou, ať je to budova, plot, auto, či cokoliv jiného, za jediný povolený způsob překonání se považuje skákání, šplhání a některé speciální pohyby
Poweriser	speciální návleky na boty, pracují na patentovaném systému pružin, vymrští člověka do výše až jednoho a půl metru a dokážete běžet rychlostí až 20 km/h
Rafting, kayaking	sjíždění divokých vod na gumovém člunu, na kajaku
Skateboarding	prkno, čtyři kolečka, hip hop, rampy, spousta adrenalinu, triků a mutací
Freebording	freebord je pozdější úprava skateboardu, má navíc dvě kolečka a jezdí se na něm spíše jako na snowboardu
Skiboarding	lyžování na ultra krátkých lyžích
Skydiving	také označováno parachuting, skok z letadla s padákem, při volném pádu sportovci většinou tvoří různé obrazce, ale jde i o to, aby dopadli přesně na určité místo apod.
Skysurfing	podobné jako skidiving, ale člověk má na nohou přidělán snowboard
Snowboarding, Snakeboarding	snakeboard je poměrně nová úprava snowboardu, skater má upevněny nohy na koncích, které jsou narozdíl od klasické varianty pohyblivé, skater se dostává do pohybu rotací trupu a nohou, snakeboard má charakteristický "hadí" způsob jízdy
Street luge	sportovec leží na speciálním prkně, trochu připomíná zimní bob, ale jezdí se po silnici, dolů a z pořádného kopce
Stunt pogo	člověk odrážející se od země pomocí speciální pružinové tyče s opěrami pro nohy (tzv. pogo) provádí různé freestylové triky
Surfing	nejznámější druh ježdění na vlnách, sportovec stojí nepřipoután na dlouhém a širokém prkně, cílem je udržet se co nejdéle v tzv. vodním tunelu, který se vytvoří pod vlnou
Survival, adventure	kombinace outdoorových disciplín, většinou několikadenní závody jednotlivců nebo týmů v drsném prostředí
Tricking	nový sport s kořeny v různých bojových umění a gymnastice, dal by se popsat jako estetická forma toček, kopů, salt a přemetů
Unicycling	ježdění na jednom kole, typické pro cirkusová vystoupení
Wakeboarding, Water skiing	druh surfování nebo lyžování na jezerech, surfař má upevněny nohy na speciálním prkně nebo na vodních lyžích, nechává se táhnout motorovým člunem a provádí přitom různé skoky a triky
Zorbing	obří nafukovací průhledná koule, do které člověk vlezle a kutálí se v ní z kopce

"Adrenalinové" a hazardní zábavy

Na rozdíl od extrémních sportů zde v první řadě jde o vědomé hazardování, o skutečné a dostatečně vysoké riziko smrti nebo zranění. Je to jen jiná forma ruské rulety, při které se nebere ohled na běžné meze, zákony, vlastní ani cizí životy. Nejsou to jednotlivé vyhraněné disciplíny, spíše určité aktivity blízké kaskadérům, filmovým, počítačovým nebo komiksovým hrdinům, mnohdy ve spojení s alkoholem nebo i drogami. Účastníci těchto aktivit si své počínání často natáčejí, dokumentují a trumfují se odvážnějšími kousky.

Patří sem mimo jiné:

- závody na motorkách nebo v autech za běžného provozu
- co možná největší porušení dopravních předpisů
- extrémní sjezdy na kolech např. do lomů, skoky na kolech běžně končící těžkými pády
- dříve popsané extrémní sporty, ovšem realizované s maximálním rizikem (skoky do neznámé vody sjíždění divoké vody za povodní, extrémní bivakování pod lavinovými svahy, horolezectví bez jištění, apod.)
- zkratování elektrického vedení (darkeři)
- přeskakování mezer mezi domy ze střechy na střechu
- polykání ohně, plivání ohně (hořlavina se nasaje ústy a pak se vystříkne přes hořící plamen)
- přebíhání před auty s cílem, kdo nejtěsněji přeběhne
- střelení a házení kamenů na jedoucí auta, vlaky, pokládání předmětů na koleje
- jízda mezi vagóny metra, tramvaje, jízda na zadním nárazníku tramvaje
- anonymní poplašné telefonáty
- krádeže pro zábavu, odstraňování vík od kanálů
- ... a mnoho dalších

Všechny tyto aktivity jsou velmi nebezpečné a často končí tragicky nejenom pro samotné aktéry, ale i pro nevinné lidi, kteří byli v nesprávnou dobu na nesprávném místě.

Pro aktéry těchto zábav je to dobrodružství, vzrušení, únik z nudy, vyhranění se proti "obyčejným" lidem. Mnoho z těchto aktivit je za hranicí zákona, velmi často přímo souvisí s kriminalitou mladistvých, drogami, apod.

Experimentování a nevědomé riskování

Nevědomé hazardování není doménou jen dětí a mladistvých, ale často také dospělých. Sice na rozdíl od vědomého hazardu není primárním cílem vysoké riziko a z toho plynoucí vzrušení a zábava, ale následky bývají stejně těžké.

Velmi často jde o riskování kvůli pohodlnosti, z nedbalosti, nebo z nevědomosti rizik a následků, které hrozí.

V případě dětí a mladistvých sem patří:

Pozdní návraty, stopování	pohyb večer nebo v noci na opuštěných místech • stopování u nás i v cizině
Nedodržování dopravních předpisů	chůze na červenou • jízda na neosvětleném kole • přebíhání kolejí, silnic a dálnic u supermarketů • chůze po kolejích, po tramvajovém nebo železničním mostě • jízda nebo chůze po ledu
Riziková turistika	skialpinismus bez vybavení, zkušeností a bez respektování zásad • stanování, chůze nebo lyžování na lavinových svazích • túry za nepříznivého počasí, v bouřce • riskování na dětských táborech
Experimenty se změněnými stavy vědomí	různé formy uvedení do transu • omdlávání • kvazi-holotropní dýchání
Kanadské žerty na úkor druhých	využívání fobií druhých lidí • zesměšňování • strašení • pseudoreálné žerty
Experimenty s hořlavinami a třaskavinami	zábavná pyrotechnika • "chemické" pokusy
Zábavy v blízkosti elektrického vedení	lezení na stožáry vysokého napětí • lezení na železniční vagóny • "průzkum" trafostanic
Neopatrné chatování a seznamování na internetu	poskytování citlivých údajů a informací o sobě, o druhých • schůzky naslepo
Podezřele výhodné brigády a práce v zahraničí	falešné modelingy a castingy sloužící jako nábor porno herců • nabídky brigád zastírající prostituci, otrocké práce
Experimenty s vlastním vzhledem	diety • požívání steroidů • plastické operace

Přelézal vagon, sežehl ho proud

15:42 | Sobota 01. 04. 2006
České Budějovice - Dvanáctiletého chlapce vážně popálil proud při přelézání vagonu v železniční stanici v Čejeticích na Strakonicku. "Vrtulník ho přepravil na popáleninové oddělení

pražské vinohradské nemocnice," řekl ředitel jihočeské záchranné služby Marek Slabý. Podle něj neštěstí nahlásil záchranářům chlapcův stejně starý kamarád. Primář popáleninového oddělení vinohrad-

ské nemocnice Lubomír Brož řekl, že chlapec má popáleniny na 50 procentech těla a jeho stav je kritický. Při přelézání vagonů bývají podle mluvčího Drážní inspektce Zdeňka Neusara zraněny většinou děti a mladí lidé."

Smrtelně nebezpečné je trolejí se nejen dotýkat, ale i se k nim přibližovat. U střídavé trakce, kde je napětí 25 tisíc voltů, může proud zabít i ze vzdálenosti jednoho metru od troleje," uvedl Neusar.

čtk

Zneužívání drog, alkoholu a další závislosti

Drogami označujeme látky přírodní i synteticky připravené, které působí na naši psychiku, ovlivňují naše prožívání i chování. Jedná se o látky návykové, tj. mohou vyvolat závislost (konzument pocítuje nevladatelnou touhu drogu užívat, zvyšovat dávky, i když ví, že je to pro něj nebezpečné). Popsané vlastnosti má také řada léků.

Nebezpečné návyky si mohou mladiství vypěstovat i na herních automatech nebo na počítačových hrách. Závislost na hře má v takových případech velmi podobný charakter jako závislost na drogách.

Kouření tabáku

Návykovou látkou obsaženou v tabákovém kouři je toxický rostlinný alkaloid nikotin. Kuřáci se stávají závislími na nikotinu zhruba po dvou letech. U pravidelných kuřáků potlačuje nikotin pocit únavy, navozuje příjemné uvolnění a zlepšuje soustředění. Pokud účinky nikotinu odezní, nastupuje (v důsledku silné potřeby zapálit si další cigaretu) nervozita a psychický neklid.

U nás kouří necelých 30% obyvatel ve věku nad 15 let, mezi 15. a 18. rokem však kouří 40-50% mladých, a to zejména dívek. Nejčastěji se s kouřením začíná kolem 14 let, 80-90% kuřáků začne před svým 18. rokem. Děti ve věku 12-14 let jsou také cílovou skupinou tabákové reklamy. Pokud tedy dítě nezačne kouřit v období dospívání, je velmi pravděpodobné, že nezačne už nikdy.

Rizika zneužívání:

- první intoxikace nikotinem zpravidla způsobuje nevolnost, zvracení, bolesti hlavy a závratě. Stav můžeme nazvat mírnou otravou nikotinem
- v České republice je tabák společně s alkoholem bezkonkurenční iniciační drogou, po níž může následovat přechod na tvrdé drogy
- kouření cigaret bývá často označováno jako pomalá sebevražda, neboť kuřáci si zkracují život až o 20 let
- kuřáky provázejí chronická onemocnění dýchacích cest - záněty průdušek, zápalý plic, rozedma plic
- kouření způsobuje 90% případů rakoviny plic a 30% případů ostatních nádorových onemocnění (rakovina slinivky břišní, močového měchýře, hrtanu, jícnu, děložního čípku)
- poškození funkce pohlavních orgánů, poškození plodu v průběhu těhotenství
- sekundární cigaretový dým, kterému jsou vystaveni pasivní kuřáci, obsahuje v mnoha případech větší množství škodlivin než primární. Kouření je zakázáno na většině pracovišť a ve veřejných budovách ve snaze snížit úmrtnost a onemocnění mezi

Konzumace alkoholu

Alkohol (ethanol) vzniká biochemickými procesy při kvašení ze sacharidů. Vyšší koncentrace alkoholických nápojů se dosahuje destilací. Pro představu - dvanáctistupňové pivo obsahuje 3 - 4 %, víno kolem 10 - 18 %, destiláty 40 % alkoholu. Česká republika patří dlouhodobě v celosvětovém žebříčku mezi státy s nejvyšší spotřebou alkoholických nápojů.

Nadměrné užívání alkoholu vede k poškození zdraví, předcházející většinou několik let vlastní závislosti na alkoholu. Přechod od škodlivého užívání k závislosti probíhá většinou nenápadně, postupně se zvyšuje tolerance vůči alkoholu, ztrácí kontrola užívání, člověk začíná zanedbávat povinnosti i zájmové činnosti.

Pro děti a dospívající je alkohol mnohem nebezpečnější než pro dospělé, neboť vážně poškozuje dosud nezralé orgány. Již poměrně malé množství v těle dokáže vyvolat otravu. Vyvíjející se organismus nedokáže účinně alkohol z těla odbourávat. Také návyk na alkohol se vytváří poměrně rychle. Proto se společnost před zneužíváním alkoholu snaží děti chránit. U nás se zakazuje prodávat alkoholické nápoje mladistvým do 18 let.

Přesto je alkohol pro dospívající snadno dostupný a na různých večírcích a diskotékách se ho konzumuje velké množství. Děti často pijí alkohol ze strachu, že když odmítnou, budou vypadat hloupě. Kamarádi je hecují, nebo pijí všichni ostatní a oni nechtějí zůstat pozadu. Na večírcích se navíc kombinuje mnoho druhů alkoholu nebo se pijí míchané nápoje, u nichž je těžké odhadnout skutečný obsah alkoholu, a v důsledku toho se děti opijí mnohem rychleji.

Rozlišujeme 3 stadia opilosti:

- | | | |
|------------|-------------------|--|
| 1. stadium | (1 - 1,5% v krvi) | spokojenost, živá mimika, výřečnost, smích |
| 2. stadium | (1,5 - 3% v krvi) | člověk se stává nekritický, křičí, zpívá, má závratě, vidí dvojité |
| 3. stadium | (3 - 4% v krvi) | únava, spavost, zvracení, při větších dávkách bezvědomí |

Rizika zneužívání:

Následky krátkodobého pití alkoholu:

- v opilosti se mladí lidé uchylují k věcem, které by střízliví nikdy nedělaly - oddávají se sexu s neznámými osobami, riskují cestou domů z večírku, sedají za volant, ztrácejí pud sebezáchovy apod.

- oslabení pozornosti, zpomalené reakce na změnu prostředí, snížená koordinace pohybů, což má za následek především úrazy a zvýšené riziko dopravních nehod
- tendence se prosazovat, agresivní chování (konflikty, rvačky, znásilnění...)
- poruchy vidění, problémy s chůzí a rovnováhou (důsledkem může být vážný úraz)
- žaludeční potíže, zvracení
- při předávkování ztráta vědomí (nebezpečí udušení vlastními zvratky)
- otrava alkoholem, nutnost dítě ve vážném stavu hospitalizovat, otrava může skončit i tragicky
- na diskotékách se míchají energetické nápoje s alkoholem a jejich konzumace může vést k srdečnímu kolapsu

Následkem dlouhodobého pití alkoholu dochází:

- ke vzniku závislosti
- k somatickým poškozením, která se mohou týkat prakticky všech částí lidského organismu
- ke zvýšení rizika vzniku jaterní cirhózy a karcinomu jater, rakoviny jícnu, žaludku a tenkého střeva, u pijáků piva je uváděn vyšší výskyt rakoviny tlustého střeva
- k poškození srdce, vysokému krevnímu tlaku
- ke ztrátě přátel, rozpadu rodiny

*Každý občan České republiky vypije ročně v průměru 10 litrů čistého líhu na osobu.
Problémy s alkoholem má asi jedna desetina celé české populace - cca milion lidí.*

Nelegální drogy

Vývoj závislosti

První kontakt s návykovou látkou

K první zkušenosti s nelegální drogou dochází zpravidla již v období dospívání a to ve skupině. Pro většinu dětí a mladistvých osobní zkušenost s touto drogou po ojedinelém experimentu skončí.

Experimentování s návykovými látkami

Pro určitou část dětí jsou první zkušenosti spojeny s pozitivními prožitky, které jsou důvodem jejich ochoty vyzkoušet jinou drogu nebo tu samou při jiné příležitosti. Experimentují s různými drogami a před rodiči a blízkými se tyto občasné experimenty daří utajit, neboť okolí vnímá určité pozitivní změny nálad a projevů chování.

Užívání

Má dvě fáze, v první jde o užívání tzv. rekreační. Dospívající, který má opakované zkušenosti s drogou, většinou ve stavu emocionální krize, sáhne po určité "jistotě", kterou pro něho momentálně droga je. Zprostředkuje mu pozitivní pocity, a proto se k ní začíná stále pravidelněji vracet. Je spokojený, cítí se lépe a tím paradoxně je stále i svým okolím vnímán jako pohodový a úspěšný. Tento stav trvá různě dlouhou dobu. Po čase se však začnou projevovat somatická onemocnění, zvyšuje se potřeba peněz, začínají se zhoršovat vztahy v rodině.

Problémové užívání (druhá fáze užívání)

Období rekreačního užívání plíživě přechází do fáze problémového užívání. Dospívající vnímá, že začíná mít v souvislosti s užívanou drogou problémy. Prohlubují se konflikty v rodině a ve škole. Aby se takový člověk ujistil, že nespádl do závislosti, rozhodne se abstinovat. Obvykle vydrží několik dní a tím se utvrdí v tom, že má všechno pod kontrolou a klidně pokračuje v užívání drogy dál. Tento okamžik je okamžikem nepravdivé interpretace skutečnosti, protože počet abstinovaných dnů je maximum, které byl schopen vydržet. Bez drogy už nemůže žít. V tomto stádiu chce dospívající někomu sdělit, že drogu užívá a zároveň ho ujistit, že má situaci plně v rukou. Takové svěření je třeba považovat za volání o pomoc. Uživatel potřebuje podporu a ujištění ke svému rozhodování. Volba abstinence znamená odvykací léčbu za pomoci odborníka. Pokud zvolí "program drogy", znamená to, že se propadne na samé dno závislosti.

Závislost na návykových látkách

Lze ji charakterizovat jako chorobný stav spojený s neovladatelnou touhou po opakování prožitku, tj. nekontrolovatelnou potřebou po dalším užití drogy, mnohdy s tendencí zvyšovat dávky. Jde o psychický a někdy i fyzický stav, který je charakterizovaný specifickými změnami chování.

Závislost na návykových látkách je nebezpečná a škodlivá pro:

- člověka, který zneužívá návykové látky
- rodinu závislého jedince, jeho přátele a spolupracovníky
- celou společnost - v důsledku silničních nehod, úrazů na pracovišti, vysokých nákladů na zdravotní péči, problémů s kriminalitou apod.

Produkty konopí

Marihuana (usušené listy a vrcholky konopí) a hašiš (konopná pryskyřice) obsahují účinnou látku THC (tetrahydrocannabinol), přičemž v hašiši je koncentrace této látky vyšší.

Konopné drogy jsou užívány především kouřením. V menším měřítku se objevuje také perorální užití, obvykle jako součást pokrmů či nápojů nejrůznějšího druhu. Doba účinku těchto drog je individuální, od 1 do 4 hodin, při požití i déle.

Mezi nejčastější projevy intoxikace patří rozšířené zornice, zarudlé oči, zrychlený puls, kašel, pach potu po spálené trávě, zhoršení paměti na nedávné události, únava, nezájem.

Rizika zneužívání:

- poškození mozkových buněk, zhoršená paměť a schopnost soustředit se, podrážděnost
- poruchy koordinace pohybu a udržování rovnováhy
- poruchy zraku (zarudlé oči) a sluchu
- zrychlený puls, dýchací potíže, zvýšené riziko nádorových onemocnění plic (marihuana obsahuje o polovinu více rakovino-
tvorných látek nežli tabák a s tabákem se často míchá), choroby cévní
- negativní vliv na pleť, snížená obranyschopnost, nepravidelná menstruace
- halucinace, kolísání nálad, deprese
- ztráta kontroly nad sebou, narušené vnímání času
- ztráta zájmu o zevnějšek, pasivita, snížení výkonu, změna vztahu k okolí, ostatní zájmy ustupují do pozadí
- přechod na drogy jiné, nebezpečnější (Marihuana je považována za tzv. vstupní drogu)

Odborníci o marihuaně ...

"Ze všech drog, které jsme zkoumali, neměla žádná tak silné a dlouhotrvající účinky na tyto hormony (testosteron a jiné pohlavní hormony) než THC."

*(Dr. Carol Smithová
vědecká pracovnice zabývající se výzkumem marihuany)*

"Mohu to shrnout takto: během 20 let, kdy jsem zkoumal lidské buňky, jsem nezažil nikdy žádnou jinou drogu včetně heroinu, která by vyvolávala podobně strašné poškození DNA jako marihuana."

*(Akio Morishima
americký vědecký pracovník v oboru výzkumu buněk,
specialista pro účinky drog na buněčné struktury)*

"V patnácti letech jsem vykouřil svůj první joint. Nechtěl jsem být vyřazený z kruhu svých přátel. Dnes si píchám heroin a jsem vyřízený."

Jean

"S drogami zemřít nebo bez drog žít - jiná volba neexistuje. Drogy vezmou životu všechny pocity a radosti, pro které stojí za to žít."

*L. Ron Hubbard
americký filozof a duchovní otec
celosvětově působící instituce
pro boj proti drogám NARCONON*

"Můj první joint jsem dostal na školním dvorku. Dnes jsem závislý na heroinu a právě jsem se ho pokoušel poosmě zbavit."

Christian, 23 let

"Kamarádi, nedotýkejte se toho svinstva. Jointy ze mě udělaly děvku závislou na heroinu."

Miriam, 22 let

"Z lékařského a psychologického hlediska je hašiš v každém případě nebezpečnější než alkohol."

*J. V. Scheidt
Přehled omamných drog, 1999*

"Marihuana spojuje nejhorší účinky alkoholu a tabáku. Má omamný účinek alkoholu, poškozuje plíce a vyvolává rakovinu stejně jako tabák. Má i další nebezpečné účinky, které ještě u obou výše jmenovaných neznáme."

*Dr. Robert DuPont
bývalý ředitel National Institute on Drug Abuse,
nejdůležitější americké instituce
na ochranu proti zneužívání drog*

"Žádná jiná droga, která je člověkem užívána, nezůstává v těle tak dlouho jako Cannabis. A neexistuje žádná jiná legální nebo ilegální droga, která napadá každý důležitý tělesný orgán, každý tělesný systém a každou jednotlivou tělesnou buňku."

*Dr. Carlton E. Turner
University of Mississippi
již 30 let celosvětově uznávaný výzkumný pracovník v oboru Cannabis*

Stimulační drogy

Mezi zneužívané stimulační látky řadíme kokain, crack, pervitin, efedrin, ecstasy a některé léky. Nejčastěji se šňupou nebo aplikují nitrožilně. Ecstasy, nejméně frekventovaná droga našich diskoték, je nabízena ve formě tablet.

"Taneční drogy" jsou zneužívány pro své povzbuzující účinky, umožňující extrémní fyzickou aktivitu typu mnohahodinového tance. Zároveň potlačující vnímání pocitu hladu, žízně a/nebo horka (což představuje jejich největší nebezpečí). Navozují pocity večitění, přátelskosti a sdílení. Mají i účinky halucinogenní.

Pervitin a kokain dočasně stimulují psychickou i fyzickou činnost, snižují únavu a chuť k jídlu, avšak vytvářejí velmi rychle a spolehlivě psychickou závislost.

Rizika zneužívání:

- stimulační drogy rychle vyvolávají závislost, uživatel musí postupně svou dávku zvyšovat, aby tak dosáhl euforie (Vzhledem k tomu, že uživatel pervitinu nikdy nezná koncentraci látky, a vzhledem k tomu, že klasickým způsobem užívání stimulačních drog jsou několikadenní "tahy", velmi často dochází k neúmyslnému předávkování a ke smrti, jejíž příčinou bývá zejména srdeční selhání, otoky plic a mozku)
- stavy úzkosti, neklidu, poruchy spánku, podrážděnost, problémy s pamětí
- pocity pronásledování, které mohou vést až k sebevraždě
- poškození nosní sliznice při šňupání
- uživatelé, kteří si drogu vpichují, riskují záněty žil a trombózu, někdy až smrtelnou embolií, nákazu hepatitidou nebo virem HIV
- riziko poškození plodu u těhotných žen
- uživatel ztrácí své dosavadní přátele a většinou i rodinu

Halucinogeny

Jedná se o látky přírodní nebo syntetické, které vyvolávají halucinace, tj. navozují změnu vnímání skutečnosti.

Jejich účinky jsou nevyzpytatelné, a právě proto velmi nebezpečné.

Přírodní halucinogeny se vyskytují v některých houbách (např. psilocybin v lysohlávkách), v kaktusech (meskalin), polosynteticky se připravuje LSD. U nás se na černém trhu nejčastěji vyskytují tzv. tripy - malé čtverečky barevně potištěného papíru, který je napuštěn drogou (LSD).

Zkušenost s lysohlávkami má asi 5 - 9% středoškoláků v ČR. Dostupnost této houby je poměrně vysoká díky jednoduchému sběru a sušení. Množství aktivní látky v houbě nelze odhadnout, což s sebou přináší velké riziko spojené s kontrolou intoxikace.

Rizika zneužívání:

- ovlivňují lidské vědomí, člověk vnímá neexistující předměty, slyší neexistující zvuky, mění se vnímání prostoru i času
- značné riziko představuje neznalost množství aktivní látky v substanci, vysoké dávky lysohlávek mohou způsobit vážná nevrátatná poškození jater nebo ledvin
- způsobují měnění se nálady (od smíchu po těžké deprese), prožitek může být až děsivý
- hrozí riziko sebevražd v důsledku nadměrného sebevědomí nebo naopak pod vlivem depresivních nálad
- duševní poruchy, flash back - krátkodobý stav jako po požití drogy, i když žádnou drogu člověk už delší dobu neužívá

Opiáty

Opiáty dnes patří k nejrozšířenějším drogám na světě. Základní surovinou je opium, které se získává ze šťávy z nezralých makovic. Opium je cenná surovina pro výrobu léků. Tato skutečnost velmi komplikuje trestní postih nelegálních výrobců a distributorů drog. Z opia se izoluje morfin, který je dále chemickým postupem zpracováván na heroin. Morfin i heroin jsou v chemicky čisté podobě bílým, krystalickým práškem. V prodejní síti jsou často nažloutlé až hnědé, což je dáno přítomností různých nečistot.

Heroin se aplikuje injekčně, kouřením nebo šňupáním. Účinkuje podle způsobu aplikace 6 - 8 hodin a k projevům intoxikace patří zúžené zornice, apatie, útlum, malátnost, desítky minut až hodin trvající stav tichého obluzení následovaný kocovinou.

Rizika zneužívání:

- velmi rychle vzniká fyzická i psychická závislost spojená s abstinenními příznaky (pocení, průjemy, bolesti kloubů, křeče)
- odumírání mozkových buněk
- snížení obranyschopnosti organismu
- ohrožení života při předávkování (i při jednorázovém užití - na černém trhu se objevují drogy různé koncentrace, takže je snadná možnost záměny silnější drogy za slabší)
- ztráta zájmu o okolí, o cokoli jiného kromě drogy
- trestná činnost či prostituce za účelem obstarání peněz na drogy
- u žen poškození plodu v těhotenství, u mužů impotence
- nákaza infekcemi včetně HIV/AIDS (používání nesterilních jehel a stříkaček)
- obsah drogy může být dealery různě naředěn a to i nebezpečnými jedy

Těkavé látky

Do této skupiny návykových látek patří některá rozpouštědla a ředidla (například toluen, trichlóretylén), lepidla, ale i plynné látky, například éter a rajský plyn (oxid dusný). Všechny tyto látky po užití ovlivňují činnost centrální nervové soustavy.

Problémy s čicháním toluenu se opakovaně vyskytují na jednotlivých školách v České republice. Nejčastěji inhalují žáci vyšších ročníků základních škol a žáci odborných učilišť. Příčinou je snadná dostupnost levných inhalovaných látek. Mladistvé láká touha po neobyčejném zážitku a zvědavost.

Toluen je volně prodejný v drogeriích a je relativně levný. Bývá inhalován přímo z lahve nebo jsou výpary vdechovány z napuštěné tkaniny (sniffing). Účinná dávka je řádově několik mililitrů. Účinek se dostavuje během několika minut a je krátkodobý. Dávkování je při obvyklém způsobu aplikace prakticky nemožné. Toluen vyvolává silnou psychickou závislost, někteří uživatelé ho inhalují prakticky denně. Somatická závislost není zaznamenána.

Rizika zneužívání:

- k úmrtí může dojít již při prvním experimentálním užití. Stává se, že spoluživatelé od postiženého, když ztratí vědomí nebo přestane dýchat, utečou a neposkytnou mu první pomoc.
- ke zvýšení účinku si uživatelé přetahují přes hlavu plastový sáček. Tento způsob aplikace přináší zvýšené riziko úmrtí.
- při inhalaci toluenu se dostávají poruchy vnímání provázené halucinacemi, dochází k útlumu, ke spánku, k poruchám vědomí, které snadno přechází v bezvědomí až koma, ve kterém může dojít k srdeční zástavě, k zástavě dechu nebo k udušení zvratkou
- čichání toluenu způsobuje toxické poškození jater a ledvin, poleptání dýchacích cest
- při delším užívání dochází vlivem toxického působení zneužívané látky na mozkovou tkáň k poškození mozku. Dochází k celkovému otupění až "zhlounutí", ke ztrátě zájmů a výkonnosti, k citové labilitě a projevům nečekané agresivity.
- u závislých pacientů jsou vyhlídky na dosažení abstinence velmi malé, neboť je jejich zdraví dlouhodobým užíváním natolik poškozeno, že nejsou dostatečně schopni vnímat své okolí, chápat souvislosti a docházet do zdravotnického zařízení. Někteří z nich končí úmrtím nebo invaliditou.

Lékové závislosti

Jsou obecně podceňovány a pokládány za méně problematické ve srovnání se závislostmi na jiných drogách. Jsou však velmi úporné a obtížně léčitelné. Dlouho probíhají skrytě (jde prakticky o jedinou závislost, která nemá své společenství, skupinové rituály atd.) a často za podpory rodiny a zdravotnického systému.

Chronické užívání vede k psychické a fyzické závislosti na dané návykové látce, a to i u uživatelů, kteří ji dostávají jako lék na lékařský předpis. Po vysazení se objevuje odvykací syndrom charakterizovaný neklidem, nespavostí, agresivitou. Objevují se bolesti svalů, křeče zažívacího traktu, průjem, třes, může dojít ke zhoršení prostorového vidění a udržení pozornosti, v krajních případech se může vyvinout i epileptický záchvat.

Hlavním společným účinkem analgetik, sedativ, hypnotik a anxiolytik je útlum centrální nervové soustavy. Po jejich užití dochází k postupující ospalosti, otupělosti, k celkovému útlumu s blábolivou řečí. Může dojít k vyhasínání reflexů a při předávkování až k hlubokému bezvědomí.

Doping

Dopingem je označováno přijímání určitých látek, jejichž užívání je v souvislosti s provozováním vrcholového sportu zakázáno. Jedná se o alkohol a řadu dalších omamných a psychotropních látek. Některé látky mají povzbuzující účinek na centrální nervový systém, zvyšují pozornost, soustředění, jiné látky tlumí bolest. Jejich zneužívání vede k závislosti.

Anabolické steroidy bývají nejčastěji zneužívány u sportů, kde je zájem zvětšit svalovou hmotu, zvýšit sílu a výkonnost. Motivem bývá i touha získat "ideální" postavu svalnatých hrdinů akčních filmů. Anabolika jsou však velmi nebezpečná zejména pro dospívající. Způsobují opoždění vývoje, zastavení růstu aj. Po delším zneužívání poškozují játra, ledviny, srdce a cévy, zvyšují riziko cévní mozkové příhody a oslabují imunitní systém. U mužů se zvyšuje riziko neplodnosti, u žen se objevuje nežádoucí mužský vzhled a poruchy menstruačního cyklu.

Někdy jsou zneužívány látky, které způsobují zvýšené vylučování moči z organismu (diuretika), a to zpravidla za účelem snížení momentální hmotnosti u sportů, kde je určitá hmotnost závodníka předepsána (box).

Patologické hráčství

Někdy nazývané jako gambling, gamblerství, závislost na automatech apod. patří mezi tzv. návykové a impulsivní poruchy. Hráč není schopen odolat impulsu, pokušení. Přestože ví, že jeho jednání je nežádoucí, nedokáže odolat hře a také v ní není schopen přestat. Hraní je spojeno s pocitem uspokojení, gambler prožívá příjemné vzrušení, jehož intenzita je přímo úměrná výši hazardu, riziku ztráty. Gambling se projevuje obvykle ve věku dospívání a rané dospělosti často v souvislosti se stresem.

Rizika:

- hráč má potřebu hrát se stále většími částkami, což vede k jeho zadlužení
- hráč se uchyluje ke krádežím, podvodům, nelegálním činům za účelem získání peněz
- hráč lže členům rodiny a dostává se s rodinou do konfliktů
- hráč trpí úzkostmi, depresemi a spánkovými poruchami
- hráč zanedbává školu, práci, rodinu, přátele a zájmy
- hráč v důsledku nahromadění problémů přemýšlí o sebevraždě a pokouší se o ní

Závislost na počítačích a počítačových hrách

Rozlišit hranici mezi koníčkem, zvýšeným užíváním a závislostí je velmi obtížné. Přesto můžeme vysledovat určité příznaky, které svědčí o rozvíjející se závislosti. Mezi ty hlavní patří stavy podobné transu při hraní hry a neschopnost dodržovat časový limit určený pro tuto činnost. Hraní se často stává únikem od osobních problémů.

Rizika:

- hráč k počítači velmi brzy vstává nebo u něj ponocuje, potřebuje stále více a více času k uspokojení ze hry
- hráč krade peníze na nákup her
- hráč má narušené vztahy s rodinou
- hráč zanedbává učení a ostatní povinnosti, opouští dřívější zájmy a přátele
- hráč spí a jí nepravidelně, při častém hraní nejsou řídké závratě, průjemy, únava nebo pálení očí
- brutální počítačové hry (a takových je hodně) rozvíjejí u některých hráčů potřebu agresivity

Promiskuita, prostituce, sexuální zneužívání

Vztahy a sex

V období puberty se poprvé projevuje skutečná sexualita, přinášející rozkoš stejně jako vážné následky. Zpočátku experimentální aktivita se postupně mění ve fyziologické nutkání.

Sexuální život dospívajících v současném světě je silně ovlivněn všeobecným uvolněním v sexuálně mravní sféře, jehož výsledkem je mnohem otevřenější a přímější zobrazování sexuálních postojů a praktik v hromadných sdělovacích prostředcích a produkci zábavního průmyslu.

- Dítě podléhající tlaku ze strany vrstevníků začne experimentovat se sexem dříve, než je samo připravené.
- Dívka se na večírku seznámí s chlapcem, svolí k líbání a mazlení v odlehlé místnosti, ale jejímu partnerovi to nestačí, naléhá na ni, vyhrožuje a pokusí se ji znásilnit.
- Dívka jde na schůzku s chlapcem, kterého zná, v průběhu schůzky přijme pozvání k němu domů. Chlapec to považuje za svolení k intimnostem, které s ní hodlá doma provozovat.
- Dívka jde na schůzku naslepo, kterou jí domluvila kamarádka (nebo jde o seznámení přes internet, na inzerát apod.).
- Dívka začne chodit s chlapcem, zamiluje se do něj, nemyslí na antikoncepci, nechťně otěhotní.

Promiskuita

Jak chlapci, tak děvčata mohou být promiskuitní. Mnozí psychiatři říkají, že promiskuita mladých dívek je voláním o pomoc. Předčasný pohlavní styk je může uvádět do duševních zmatků, dokonce strhávat do depresí, obzvláště pokud si o svých pocitech nemají s kým popovídat a neprošly sexuální výchovou. Mladí chlapci někdy mají pocit, že sex je jediný způsob, jak mohou dokázat, že jsou "opravdoví chlapi".

Trvalá a riskantní sexuální promiskuita může být ukazatelem vážné poruchy osobnosti, která obvykle souvisí s hlubokým pocitem nejistoty a nepatrné sebeúcty.

- Promiskuitní jedinec získá ve svém okolí špatnou pověst.
- Chlapec střídající mnoho partnerek, které nemá možnost dostatečně poznat, nepoužije ochranu, onemocní závažnou pohlavní chorobou, kterou dále roznáší.
- Dívka následkem nechráněného pohlavního styku otěhotní.

Prostituce

V dětské prostituci se ročně pohybuje 500 tisíc až 1,2 milionů dětí, z toho nejméně 300 tisíc chlapců mladších 16 let a velká většina dětí zahajuje prostituční dráhu před 14. rokem života. Prostituuující dívky jsou častěji vidět na ulici, kde vyhlíží své zákazníky, zatímco prostituující chlapci jsou více angažováni do pornografického průmyslu a homosexuální prostituce, kde jsou nabídky předávány diskretně.

- Dítě je nuceno k pohlavnímu styku bez ochrany a nakazí se sexuálně přenosnou chorobou.
- Dětská prostituce přináší riziko předčasného těhotenství, spontánních potratů a porodů nechtěných dětí.
- Prostituuující dítě je vystaveno komplexu všech forem násilí.
- Dítě poskytuje sex za peníze, aby si mohlo koupit drogy.
- Dítě provozující dobrovolnou prostituci užívá drogu na povzbuzení nebo k potlačení bolesti.
- Prostituuující dítě je zneužito pro kriminální aktivity - okrádání zákazníků, vydírání bohatých klientů, krádeže, dealerství drog.
- Prostituuující dítě je vykořeno ze společnosti.
- Prostituce vede u dětí k tvorbě psychických poruch i k narušení somatického zdraví.

Opět, jak již bylo řečeno dříve, jde o souhrn příčin a následků z různých oblastí, riskování v oblasti sexu přináší problémy zdravotní i duševní, užívání drog vede k prostituci, další kriminalitě, neopatrné seznamování, pohyb v noci v nebezpečných oblastech s sebou nese riziko znásilnění, atd.

Šikana, vzájemná agrese, násilí

Mezi rizikové chování patří i sociálně-patologický jev, při němž je omezována osobní svoboda jedince, svoboda rozhodování, je ponižována lidská důstojnost a čest, mnohdy je obětím ubližováno na zdraví či majetku, šikana.

Vymezení pojmu:

Právní řád České republiky definici neuvádí. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy vymežilo šikanu takto:

"Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit jedinci, ohrozit nebo zastrašovat jiného žáka, případně skupinu žáků. Je to cílené a obvykle opakované užití násilí jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí druhé osobě, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Může mít i formu sexuálního obtěžování až zneužívání. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako nápadné přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků."

Příčiny šikany

Rodinné zázemí

Není asi překvapením, že kořeny šikany, podobně jako jiných druhů rizikového chování, často najdeme v rodinách hlavních aktérů. Bylo vysledováno, že v rodinách agresorů je častěji než v jiných přítomno tělesné i psychické násilí, a to nejen ve vztahu k dětem, ale zejména mezi rodiči. Obvyklé bývá uplatňování důsledného a náročného přístupu vůči dětem, někdy až "vojenského drilu" bez lásky a obecněji také absence duchovních a mravních hodnot.

Co se týče rodinného zázemí obětí, ukázalo se, že většina těchto dětí má rodiče s velmi úzkostnou a přehnaně pečlivou povahou. Jsou to zejména tzv. "overprotektivní" matky, které neustále žijí v obavách o své dítě, příliš je omezují a kontrolují. Tím prohlubují nesamostatnost dítěte, jeho citovou závislost na rodičích, neschopnost se bránit agresorovi. Druhým extrémem jsou rodiče, kteří své dítě týrají nebo zanedbávají. Takové dítě je pochopitelně odlišné od ostatních (jinak komunikuje s vrstevníky, jinak se chová, je odlišně emočně naladěno) a nemá tak šanci do kolektivu zapadnout.

Osobnostní charakteristiky aktérů šikany - agresora i oběti

Konkrétní momenty toho, proč se z jednoho žáka stane agresor a z druhého oběť, nelze jen tak jednoduše svést na rodinu. Souvislosti příčin bývají složité a prvním pohledu skryté.

Mezi hlavní rizikové faktory vzniku šikany zařazuje prof. P. Říčan tyto sociálně-psychologické motivy, vycházející z poznatků hlubinné psychologie:

- 1) **Plak kolektivu:** Pokud se jedinec nechová tak, jak společnost/vrstevnická skupina očekává, neodpovídá zažitým vzorům (např. chlapec je slabý, jemný, něžný, nebo třeba tlustý, neohrabaný ... místo, aby byl sportovně založený, silný, mužný, tvrdý), dostává se na okraj společnosti, stává se terčem pohrdání a posměchu.
- 2) **Touha po moci:** Ovládnutí druhého může agresorovi přinášet různé druhy zisků - hmotný prospěch (nabytí věci, peněz ...), splnění vlastních přání či dosažení jakéhosi uspokojení z toho, že je mu druhý vydán na milost a nemilost.
- 3) **Motiv krutosti:** Utrpení druhých může působit potěšení nejen jedinci se sklony k sadismu nebo psychicky nemocnému. Podle psychoanalytických teorií stačí nečekaně málo k probuzení přirozených agresivních sklonnů v člověku.
- 4) **Zvědavost, experiment:** Týrání druhého může agresor považovat za určitý pokus. Je zvědavý, jak bude oběť reagovat na ponížení a bolest, jak se projeví její strach. Vědomí následků bývá silně podceněno nebo vědomě potlačeno.

Šikana se však plně rozvine právě tam, kde jsou přítomny tyto 3 následující podmínky:

- potenciální agresor
- potenciální oběť šikany
- takové klima skupiny, které připustí šikanování, resp. mu nezabrání

Osobnost agresora

Osobnosti šikanujících dětí - agresorů - (ať už se navenek projevují jakkoli různě) mívají několik typických charakterových znaků:

- snaha dominovat a ovládat okolí
- kladný vztah k projevům agrese (tyto děti bývají většinou tělesně zdatné)
- sklony k sadismu, sobectví a sebestřednosti

- nedostatek morálního cítění, absence pocitů viny, lítosti,
- nedostatek sebereflexe (zasloužený trest vždy vnímají jako křivdu)

Mohou to být jedinci nadprůměrně inteligentní, stejně tak jako primitivní a omezení. Většina agresorů vykazuje vysoký stupeň sebevědomí a ve společnosti ostatních dětí jsou oblíbeni až obdivováni. Iniciátorem šikany se ovšem může stát i dítě nepříliš oblíbené, s nízkým sebevědomím, toužící po obdivu a uznání mezi spolužáky.

Náš přední odborník na šikany PaedDr. Michal Kolář sestavil 3 hlavní typy osobnosti iniciátorů šikany v kolektivu: "Oblíbenec", "Srandista" a "Nohsled".

"OBLÍBENEC" je jedinec velmi slušný, kultivovaný, sebestředný, zvýšeně úzkostlivý, někdy i se sadistickými tendencemi. Šikana v jeho podání má formu cíleného a rafinovaného násilí a mučení, které se děje spíše ve skrytu, bez přítomnosti svědků.

"SRANDISTA" je jedinec optimistický, dobrodružný, se značnou sebedůvěrou, výmluvný, nezřídka oblíbený a vlivný. Šikanuje pro pobavení sebe i ostatních.

"NOHSLED" je jedinec nevyvolávající sám šikany, ale konformně se k ní připojující, mnohdy ze strachu, aby se sám nestal její obětí.

Osobnost oběti

Popsat osobnost šikanované oběti je složitější, neboť jak říká M. Kolář: "Při troše smůly se může obětí šikany stát kterékoliv dítě." Dají se však vysledovat určité rysy v chování a jednání obětí, které agresori umí velmi dobře vycítit a zcela efektivně využít pro své cíle:

- fyzická odlišnost (děti tělesně slabé, handicapované, obézní, děti s jinou barvou pleti,...)
- socio-ekonomická odlišnost (děti ze sociálně slabých rodin, které si nemohou dovolit koupit věci, které mají ostatní, nemohou trávit volný čas jako vrstevníci, nemohou se značkově oblékat,...)
- psychická odlišnost (viditelná bojácnost, nízká sebedůvěra, sebekritičnost, přecitlivělost, ale také různá míra inteligence - jak výrazně snížená, tak i vysoce nadprůměrná)

Skupinové klima podporující vznik šikany

Rizikové prostředí pro vznik šikany je zejména v hierarchicky organizovaných skupinách s tuhou vnější kázní. Dobrou živnou půdou je neosobní prostředí s velkým množstvím jedinců. Šikanování má vzrůstající trend podle charakteru instituce v této linii: základní škola, střední škola, učiliště, učiliště s internátem, vojna, vězení. Šikana totiž mnohdy vůbec nezávisí na osobnostních charakteristikách šikanovaného, ale na jakémsi vžitém vzoru, normách chování, které jsou uplatňovány v daném zařízení.

Šikanování se naopak nedaří ve skupinách malých, neformálně pojatých, s důrazem na lidská práva jednotlivce, kde se respektuje osobnost každého jedince.

Následky šikanování

Následky šikanování - psychické, fyzické i sociální - bývají velice vážné a mohou dítě (oběť) dovést až k suicidálnímu pokusu, v horším případě k dokonané sebevraždě. Následky pro vývoj dospívajících však přináší šikana nejen obětím, ale i agresorům a přihlížejícím.

Psychické následky

- frustrace sociálních potřeb obětí
- snížená schopnost navazovat a udržovat vztahy
- nízké sebehodnocení (jedinec v minulosti vystavený šikaně neusiluje o lepší společenskou pozici, nýbrž má tendenci stát se outsiderem ve všech skupinách)
- špatný vztah ke škole a k lidem
- stálé napětí, špatná nálada a smutek
- úzkostné stavy, strach vedoucí k poruchám spánku, zvýšené únavnosti a neúspěchům ve studiu i v soukromém životě

Zdravotní následky

- úrazy způsobené vzájemným násilím (zlomeniny, pohmožděniny, otřesy mozku ...)
- totální vyčerpání organismu (pokud šikana trvá měsíce až roky)
- rozvoj psychosomatických onemocnění (např. astma, alergie, poruchy trávení, poruchy spánku, bolesti hlavy)
- zvýšený krevní tlak v důsledku vysoké hladiny stresových hormonů v krvi
- zvýšené riziko kardiovaskulárních nemocí v dospělosti

Sociální následky

- zhoršení prospěchu (jak u oběti, tak u agresora)
- členství v rizikových partách
- horší využívání vlastních (duševních) schopností - nízké vzdělávací ambice
- kriminální jednání
- zvýšené riziko rozvoje dalších sociálně patologických jevů u agresorů v dospělosti (výrazně více konfliktů se zákonem, kriminalita, u děvčat krutost k vlastním dětem, prohloubení deficitu mravního a duševního vývoje, narušený charakter, antisociální postoje)
- ztráta iluzí o společnosti, která by měla každému člověku zajistit ochranu proti jakékoli formě násilí
- narušení mravních a morálních postojů

Jak vhodně a účinně zasáhnout v případě šikany

Otázka řešení šikany je komplikovaná a dlouhodobá. Zahrnuje spojení sil na straně rodiny i školy, zástupců oběti i agresora.

Rozpoznání šikany

Prvním úkolem rodičů i učitelů je šikanu rozpoznat, být vnímaví k jejím nenápadným signálům.

Většina obětí šikany se snaží svou situaci co nejdéle udržet v tajnosti, bojí se někomu svěřit. Důvody pro to mohou být různé (strach z odplaty agresorů, strach z reakce rodičů, stud dítěte za své postavení, ponížení, pocit, že mu nikdo nebude věřit, že ztratí své poslední kamarády, když bude žalovat apod.). Pokud tedy chceme zjistit, zda se dítě nestalo obětí šikany, musíme se na ně aktivně zaměřit. K podezření mohou vést jakékoli odlišnosti, změny v jeho dosavadním chování či v chování jeho blízkého okolí.

Nepřímé ukazatele chování nebo vzhled dítěte

- strach jít ráno do školy
- záškoláctví
- opakované bolesti hlavy či břicha
- zhoršení prospěchu ve škole
- ztráta zájmu o učení
- porucha soustředění
- pobývání v blízkosti učitelů
- ustrašené vystupování
- pozdní návraty ze školy
- návraty s poškozeným a uspiněným oděvem
- dítě se vrací ze školy vyhladovělé
- modřiny, odřeniny bez věrohodného vysvětlení
- opakovaná ztráta peněz či osobních věcí
- dítě žádá o peníze pod různými záminkami
- špatné usínání, noční můry
- smutná nálada
- apatie, někdy naopak nezvyklá agresivita

Přímé ukazatele chování okolí vůči dítěti

- úmyslné ponižování
- hrubé žertování a zesměšňování
- nadávky
- neustálé kritizování a zpochybňování
- poškozování a krádeže osobních věcí
- poškozování oděvu
- výsměch
- pohrdání
- omezování svobody
- bití, kopání, jiné tělesné napadání

Škola

Úkolem učitelů po objevení šikany je především ochránit oběť před dalšími útoky. Není možné, aby nechávali řešení závažných případů na dětech samotných. Náš právní řád dokonce stanovuje povinnost školy zajistit preventivní, ale i aktivní následnou ochranu před šikanou (metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy č. 28 275/2000-22, čl. 3.). Učitel by měl být všímavý, sledovat dění ve třídě, vztahy mezi dětmi, stupeň jejich spolupráce a soupeření. V případě odhalení šikany, musí zaujmout jasné stanovisko a projevit nesouhlas s takovým jednáním nejlépe před celou třídou. Bezprostředně by měl následovat veřejný a přiměřený postih agresora. V těchto situacích by měl pedagog dát najevo, že neodsuzuje dítě samotné, nýbrž jeho chování.

Ve fázi následující po "vyřešení" šikany se doporučují sociálně-psychologické nápravné programy pro třídní kolektivy.

Rodina

Rodičům oběti je třeba zdůrazňovat nezbytnost spolupráce s vlastním dítětem, naslouchání jeho potřebám. Rodiče musí být pro dítě především zdrojem porozumění, opory a ochrany. Neměli by ukvapeně brát spravedlnost do svých rukou, aby tím dítěti ještě nepřitížili. Je nutné, aby dítě - oběť nebylo svými blízkými křivě podezříváno či dokonce trestáno. V žádném případě by se rodiče neměli domnívat, že jejich dítě je slabé, divné či neschopné, když se nedokázalo ubránit násilí. Musí tuto skutečnost přijmout a jednat na základě rozumu a srdce. Nemá smysl nechat dítě trpět s tím, že se "zocelí pro život".

Při vážném postoji pedagogického sboru nebo při podezření, že škola bezpečí a práva dítěte chránit nebude, mají rodiče možnost obrátit se se žádostí o pomoc k vyšším instancím zajišťujícím dohled nad školou (školní rada, Česká školní inspekce, zřizovatel školy - obec, kraj, církev). Pokud v rámci šikany dojde k narušení trestně-právních nebo občansko-právních norem (vydírání, ublížení na zdraví, materiální škody...), mají rodiče plné právo kontaktovat orgán sociálně-právní ochrany dítěte (sídlící na sociálních odborech městských úřadů) nebo příp. i policii či právní zástupce. V neposlední řadě lze zvážit možnost přestupu dítěte na jinou školu (je však nutné vše individuálně posoudit, aby přestup nebyl pro dítě dalším negativním dopadem šikany).

V ideálním případě by se do spolupráce na řešení celé situace měli zapojit i rodiče agresora. Je pochopitelné, že spolupráce s nimi může být mnohdy velmi komplikovaná, nebo dokonce vyloučená (zejména u rodin nefunkčních či různě narušených). Je-li však šikanující dítě z dobrých poměrů, je možné žádat rodiče o důraznou domluvu, ve které dají dítěti jasně najevo své zamítavé názory ohledně násilí.

Dalšími podpůrnými prostředky pro všechny zúčastněné může být nabídka individuální terapie pro oběť i agresora nebo ještě lépe terapie rodinné.

Agrese a násilí mezi dětmi

Agrese je jednou ze základních reakcí na stres nebo strach. V dnešní době, která od každého člověka vyžaduje maximální nasazení ve všem, co dělá, přináší stresujících situací velké množství, zároveň nenabízí dostatek času a prostoru na odreagování a relaxaci.

U dětí tomu není jinak, požadavky z rodiny, ze školy i od vrstevníků jsou zdrojem značného tlaku a stresu. Když se k tomu připojí určitá glorifikace násilí v akčních filmech a počítačových hrách, nebo jen běžná akceptace násilí jako formy komunikace a řešení problémů v rodině, v partě, nebo opět v médiích, nemůžeme se divit, že se násilí stává běžnou součástí života dětí a mladých lidí.

Následky násilného chování bývají mnohdy velmi závažné, dospělí i děti bývají překvapeni, že "něco takového mohlo udělat dítě".

Prevence

Prevence společensky negativních jevů (ať již jde o rizikové chování obecně nebo konkrétně o šikanu) je vždy složitá, dlouhodobá a nákladná. Přesto však v konečném součtu vychází investice do prevence vždy mnohem příznivěji, než nutnost vypořádat se s následky jevu již existujícího (léčba zranění, psychologická péče, soudní řízení, nápravná zařízení).

Dětská agresivita je problém celosvětový a její prevence a řešení se ve vyspělých státech stává předmětem výzkumných prací týmů psychologů a speciálních pedagogů. I v ČR se pomalu do praxe uvádějí speciální preventivní programy (peer programy, růstové skupiny, sociálně-komunikační kurzy pro třídní kolektivy...).

Se zaměřením na prevenci násilí je nutné začít již od velmi rané výchovy, neboť dle výzkumů lze tendence k šikanování vysledovat již u dětí v předškolním věku.

Mezi preventivní výchovné zásady patří:

- vytvoření atmosféry otevřenosti, vzájemné důvěry a solidarity
- stanovení jasných pravidel chování v kolektivu,
- stanovení postupů řešení případů násilí mezi dětmi
- pravidelné diskuse na téma tělesné, etnické či kulturní odlišnosti (multikulturní výchova)
- vzdělávání v oblasti lidských práv
- předávání morálních zásad a společenských pravidel a vyžadování jejich dodržování ... nejlépe skrze příklad vlastního morálního jednání
- cílené sledování přímých a nepřímých známek šikany

Protiprávní jednání a kriminalita

Příčiny

Někteří dospívající se dopouštějí různých deliktů, násilných a trestných činů. Mnohdy si ani neuvědomují, že toto chování je porušením zákona nebo že může mít velice vážné následky.

Dospívající mají:

- potřebu experimentovat
- potřebu vymezit se proti většinové společnosti
- potřebu ukázat co v nich je

V tomto věku se utváří identita jedince.

Pokud se dospívající dostane do **party**, která násilnou a trestnou činnost oceňuje, je zde poměrně vysoké riziko toho, že se ztotožní s jejími hodnotami a bude se na násilné a trestné činnosti podílet.

- Skupina jej částečně zbavuje dospívajícího osobní zodpovědnosti a zlehčuje jeho vinu.
- V partě slábnou morální a společenské zábrany.
- V partě je patrná hierarchie. O tom, co se bude dělat rozhoduje na prvním místě vůdce party.
- O přípravě, ale i o spáchané trestné činnosti se pachatelé rádi svěřují členům své skupiny.
- Při získávání alibi se mladiství pachatelé orientují na osoby ze svojí skupiny.

Delikventnímu chování nahrává anonymní **městské prostředí**. Je zde nižší riziko odhalení a také mnohem více příležitostí k páčání trestné a násilné činnosti.

Velkou roli ve sklonu ke zločinnosti hraje **rodina**. Může jít o narušené rodinné prostředí, kde jsou na denním pořádku konflikty nebo je dítě zanedbáváno nebo kde je kriminalita tradicí apod. Delikventní dospívající však může pocházet i z rodiny, která je relativně dobře situovaná a spořádaná avšak rodiče obětují své síly honbě za dosažením pozic nebo peněz. Vzhledem k nedostatečné nebo chybějící sociální kontrole v rodině se tak mohou děti toulat po ulicích, inhalovat těkavé látky, brát drogy, apod.

Na páčání trestné činnosti mladistvých má značný vliv **alkohol** (případně jiná návyková látka), který zvyšuje agresivitu, nekoordinovanost pohybů a podporuje nepřiměřené reakce na vnější podněty. Alkohol otupuje smysly, snižuje pozornost vůči ohrožení a nebezpečným faktorům, a tak se opilý člověk stává snadnější obětí.

Stav

Příprava trestné činnosti je nedokonalá, obvykle schází prvek plánování, častá je i **nedostatečná příprava** vhodných nástrojů ke spáchaní trestného činu. Mladiství pachatelé jednájí více emotivně než rozumově, trestná činnost je páčána ve většině případů živelně pod vlivem momentální situace.

Co se týče povahy trestných činů převažují **krádeže a majetková trestná činnost**. Pachatelé často odcizují předměty, které momentálně potřebují, nebo které se jim vzhledem k věku líbí. Následuje neoprávněné užívání cizího motorového vozidla, trestné činy proti životu a zdraví, loupeže, sexuální násilí a výtržnictví. Nově přibyla kriminalita spojená s problematikou drog a rasově motivované násilí.

V poslední době se zvyšuje **agresivita a brutalita mladistvých**. Chování mladistvých pachatelů se vyznačuje neúměrnou tvrdostí, která se projevuje devastací, ničením předmětů, znehodnocením zařízení, ale také násilnými činy. Násilnosti se čím dál častěji také vyskytují v nižším věku a na školách.

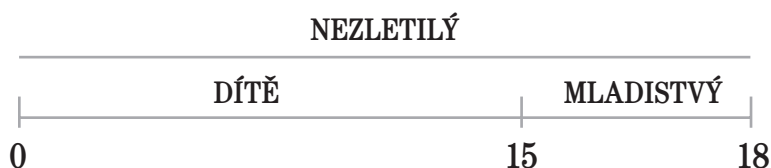
Trestní odpovědnost

V současné době platí, že trestní odpovědnost nastává dnem následujícím po dni **15. narozenin**, a to jak vůči trestným činům, tak i vůči přestupkům.

K trestní odpovědnosti dětí a mládeže se vztahují:

- zákon č.140/1961 Sb., ve znění pozdějších předpisů, trestní zákon
- zákon č. 200/1990 Sb., o přestupcích
- zákon č. 218/2003 Sb., o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže

Podle věku rozlišujeme :



Hranice trestní odpovědnosti v evropských státech:

Anglie	10 let
Německo	14 let
Francie	13 let
Řecko	12 let

Děti mladší 15ti let spoléhají na svoji beztrestnost a zneužívají toho. Vědí, že nejsou trestně odpovědné (přesto jsou postižitelné) a mají pocit, že se jich zákony netýkají. Děti, které vedou zahálčivý či dokonce nemravný život spočívající např.:

- v zanedbávání školní docházky
- požívání alkoholu nebo jiných návykových látek
- opakované útěky
- spáchaly-li čin, který by jinak byl trestným činem
- živí se prostitucí
- nepracují, i když nemají dostatečný zdroj obživy
- opakovaně nebo soustavně páchají přestupky nebo jinak ohrožují občanské soužití

jsou postižitelné.

Jaké tresty lze mladistvému uložit?

- **trest odnětí svobody** - trest odnětí svobody lze podmíněčně odložit na zkušební dobu
- **obecně prospěšné práce** - musí být vykonány nejdéle do 1 roku od uložení na náklady odsouzeného, ve volném čase. Každé 2 neodpracované hodiny se mění na 1 den trestu odnětí svobody
- vyhoštění
- peněžitý trest - je-li mladistvý výdělečně činný
- **trest zákazu činnosti** - pouze není-li to na překážku přípravě na budoucí povolání

Jaké trestní sazby se vztahují na mladistvé?

- odnětí svobody stanovené v trestním zákoně se u mladistvých snižují na polovinu, přičemž však horní hranice trestní sazby nesmí převyšovat 5 let a dolní hranice je 1 rok
- v případě, že mladistvý spáchá trestný čin za který lze uložit výjimečný trest, mladistvému je povoleno uložit odnětí svobody v rozsahu 5 - 10 let

Kriminalita dětí a mladistvých za období od 1.1.2006. do 30.9.2006

TSK	NÁZEV	ZJIŠTĚNO	OBJASNĚNO (%)	ŠKODY V TISÍCÍCH CELKEM	SPÁCHANO SKUTKŮ		STÍHÁNO, VYŠETŘOVÁNO	
					NEZLETILÝ 1 - 14	MLADISTVÍ 15 - 17	NEZLETILÝ 1 - 14	MLADISTVÍ 15 - 17
103	Vraždy motiv. osob. vztahy	75	93,33	0	0	1	0	1
105	Vraždy novorozence matkou	2	100,00	0	0	1	0	1
106	Vraždy ostatní	51	62,75	10	1	1	1	1
101 - 106	Vraždy celkem:	146	82,19	324	1	3	1	3
131	Loupeže	3 340	43,71	110 660	184	320	187	337
132	Loupeže na finančních institut.	121	39,67	135 144	1	0	2	0
141	Násilí na veř. čin. mimo pol.	92	86,96	79	0	1	0	1
142	Násilí na veř. čin. - policistovi	517	97,68	168	2	16	2	11
143	Násilí na veř. čin. - obec. pol.	179	95,53	25	0	2	0	2
151	Úmyslné ublížení na zdraví	4 411	80,19	874	95	217	104	204
171	Násilí a vyhroz. proti skup. ob.	78	80,77	47	3	4	3	3
173	Nebezpečné vyhrožování	1 624	90,27	609	15	25	10	16
181	Vydírání	959	78,73	10 640	83	63	90	50
182	Omez. a zbavení os. svobody	225	68,44	0	9	7	11	4
183	Porušování domovní svobody	1 688	67,30	2 603	29	52	33	24
188	Útisk	13	92,31	30	1	0	3	0
101 - 190	Násilné činy celkem:	14 516	72,40	276 778	423	710	446	655
201	Znásilnění	390	77,18	20	4	18	6	18
212	Pohlavní zneužívání ostatní	469	87,21	3	45	94	45	79
231	Ostatní pohlavní úchytky	120	69,17	0	1	9	1	4
241	Ohrožování mravností	38	78,95	0	7	1	6	1
253	Úbl. na zdr. pohl. nem. z nedb.	2	100,00	0	1	0	1	0
271	Kuplířství	53	96,23	0	0	3	0	2
280	Soulož mezi příbuznými	7	100,00	0	0	1	0	0
201 - 290	Mravnostní činy celkem:	1 192	82,80	23	58	126	59	104
311	Krádeže vloupáním do obch.	2 610	26,09	166 644	27	96	19	50
312	Krádeže vloup. do výkl. skříní	245	17,96	6 884	5	6	5	3
321	Kr. vl. do restaurací a hostinců	1 733	27,76	49 039	17	77	18	61
322	Kr. vl. do ubytovacích objektů	585	14,19	22 537	6	7	7	6
323	Krádeže vloupáním do kiosků	766	35,25	13 858	36	71	23	60
324	Kr. vl. do jíd.záv.kuch.strav.zař.	120	30,83	2 707	0	7	0	4
331	Kr. vl. do obj. st. um. př.-ne 332	76	15,79	10 447	0	2	0	2
332	Kr. vl. do kult. objektů - ne 331	106	22,64	5 225	1	4	2	6
341	Kr. vl. do pokl. a panc. skříní	159	16,98	39 927	0	4	0	4
350	Kr. vl. do výpočet. středisek	25	12,00	2 392	0	2	0	0
351	Krádeže vloupáním do škol	594	22,39	11 557	19	49	26	36
371	Krádeže vloupáním do bytů	3 727	19,59	184 701	64	74	59	56
372	Kr. vl. do vík. chat soukr. osob	3 994	26,16	78 073	45	137	39	71
373	Kr. vl. do rodinných domků	3 396	21,44	180 403	36	114	60	87
390	Kr. vl. do ostatních objektů	21 672	16,02	828 363	176	538	221	439
311 - 390	Krádeže vloupáním celkem:	39 808	19,52	1 602 757	432	1 188	479	885
411	Krádeže kapesní	13 945	6,81	99 417	195	118	141	90
413	Krádeže jiné na osobách	6 607	12,61	69 582	124	115	101	86
421	Krádeže mezi zaměst. na prac.	196	32,14	3 439	0	1	0	1
431	Krádeže mot. voz. dvoustupých	14 821	13,72	2 302 393	55	343	43	285
432	Krádeže mot. voz. jednostop.	620	22,26	28 473	24	58	29	43
433	Krádeže věcí z automobilů	35 262	8,86	823 044	59	283	44	146
434	Krádeže součástek mot. voz.	4 790	12,23	112 131	12	63	12	33
435	Krádeže jízdních kol	4 254	12,04	59 304	14	66	13	55
451	Krádeže v bytech	3 308	41,72	101 824	54	132	58	115
461	Kr. věci na nádražích	169	24,85	4 691	3	5	2	7
462	Kr. věci během jízdy v DP	253	8,30	3 695	1	0	1	0
471	Kr. v obj. se staroř. a um. před.	238	23,95	9 608	1	4	3	5
480	Krádeže v jiných objektech	18 857	38,49	406 342	142	364	127	288
490	Krádeže ostatní	8 189	25,14	260 226	76	160	73	95
411 - 490	Krádeže prosté celkem:	111 610	17,09	4 285 732	760	1 712	647	1 249
511	Podvod	3 595	57,05	544 000	2	20	1	12
521	Zpronevěra	890	78,99	68 237	3	11	3	12
530	Neoprávněné užívání cizí věci	271	40,22	19 251	2	18	4	15
588	Zatajení věci	601	41,26	12 380	12	19	14	22
589	Poškozování cizí věci	7 370	15,16	209 895	79	117	135	128
511 - 590	Majetkové činy celkem:	164 145	18,93	6 742 252	1 290	3 085	1 283	2 323

Protiprávní jednání a kriminalita – Trestní odpovědnost

TSK	NÁZEV	ZJIŠTĚNO	OBJASNĚNO (%)	ŠKODY V TISÍČÍCH CELKEM	SPÁCHÁNO SKUTKŮ		STÍHÁNO, VYŠETŘOVÁNO	
					NEZLETILÝ 1 - 14	MLADISTVÍ 15 - 17	NEZLETILÝ 1 - 14	MLADISTVÍ 15 - 17
611	Výtržnictví	2 355	88,70	4 738	63	140	61	135
612	Výtrž. na sport. a veřej. akcích	38	84,21	1 073	0	3	0	3
613	Sprejerství	2 029	29,92	23 520	95	271	74	181
631	Ohrož. mravní vých. mládeže	507	91,91	0	0	3	0	0
632	Podávání alk. nápojů mládeži	53	92,45	0	2	4	2	6
635	Ned.vyr. a d.psych.l. a jedů pro J	1 769	93,78	0	84	141	51	128
636	Šíření toxikomanie	85	95,29	0	10	20	9	14
641	Ned.vyr. a d.psych.l. a jedů pro S	233	91,42	0	1	16	1	9
642	Ned.vyr. a d.psych.l. a jedů pro V	196	90,31	0	0	2	0	1
651	Požáry	502	18,92	238 304	11	8	15	6
652	Výbuchy	9	33,33	1 725	0	0	0	0
662	Nedovolené ozbrojování	382	91,36	118	3	5	1	4
663	Maření výkonu úředního rozh.	7 295	98,57	5 023	11	165	9	85
664	Prékup. a přechov. - podílíctví	734	95,91	0	22	51	17	39
611 - 664	Ostatní krim. činy celkem:	16 385	84,53	305 188	302	829	240	611
721	Nadržování	17	100,00	0	0	1	0	0
730	Veškeré nehody -úmyslné	104	93,27	426	0	8	0	9
731	Dopr. nehody silniční - nedbal.	4 317	84,94	289 096	7	51	7	52
751	Ublíž. na zdr. z nedbal.-ostatní	238	67,65	1 073	8	4	8	5
771	Ohrožení pod vl. náv. l., opilství	1 881	95,16	4 424	0	6	0	2
772	Zanedbání povinné výživy	9 101	99,95	0	0	1	0	0
782	Sdělení nepravdivé informace	1	100,00	0	0	1	0	1
784	Týrání zvířat	23	60,87	26	4	2	8	1
785	Šíření poplašné zprávy	208	39,42	0	23	11	21	14
787	Hanobení nár., přesvědč. a rasý	43	76,74	0	1	2	2	1
788	Podněcování k nár. a ras. nenáv.	23	86,96	0	0	1	0	1
789	Podpora a propagace hnutí	82	86,59	0	5	9	3	6
790	Ostatní trestná činnost	5 516	86,91	18 157	42	308	33	254
721 - 790	Zbývající kriminalita celkem:	21 798	91,95	354 752	90	405	82	346
812	Krádež	393	89,06	91 621	0	8	0	5
816	Ochrana měny	2 129	10,38	46 607	2	23	2	21
823	Paděl. a pozměň. veř. listiny	560	84,64	1 717	0	10	0	9
827	Neoprávněné užívání mot. voz.	36	55,56	1 500	0	1	0	1
829	Zpronevěra	2 292	89,88	758 441	0	1	0	2
830	Podvod	4 051	80,05	3 209 370	0	4	0	2
837	Ostatní tr. činy proti měně	11	63,64	7	0	1	0	1
838	Neoprávněné držení plat. karty	5 830	17,15	29 163	62	89	46	61
842	Rozkr. přepr. zás. - silničních	67	17,91	1 299	0	1	0	1
860	Podílíctví	52	98,08	0	1	1	0	1
863	Por. autorského práva	326	90,49	16 401	2	15	2	7
881	Úvěrový podvod	11 368	91,26	757 544	0	29	0	4
890	Ostatní hosp. trestné činy	410	79,76	2 128	1	3	1	4
801 - 890	Hospodářské činy celkem:	31 271	69,11	10 775 551	68	186	51	120
Celkem		249 306		18 454 544	2 231	5 341	2 161	4 159

Zdroj: Policejní prezidium ČR: Statistický výkaz č.1, Praha 2006

Kriminalita v ČR u dětí a mladistvých má skoro ve všech oblastech klesající tendenci. Pouze v oddílu Zbývající kriminalita zaznamenala u mladistvých překvapivý nárůst.

Zdroj: www.mver.cz

Poruchy příjmu potravy

Jde o okruh onemocnění, kam patří mentální anorexie, bulimie a také přejídání spojené s jinými psychickými poruchami, například se stresem. Tato onemocnění jsou svým způsobem logickým vyústěním přehnaného významu, který je v naší společnosti připisován štíhlé postavě žen. Většina žen a dívek si dělá starosti o svou tělesnou hmotnost. Navíc také většina dívek nemá reálnou představu o vlastním těle a domnívá se, že jejich tělo je silnější, než skutečně je.

Poruchy příjmu potravy se vyznačují:

- intenzivním strachem z přibývání na váze
- manipulací s jídlem, sloužící ke snížení hmotnosti
- častým sledováním tělesné hmotnosti
- zkresleným vnímáním vlastního těla

Jde o psychická onemocnění (podobně jako např. depresivní onemocnění, k nimž mají v jistém smyslu blízko). To znamená, že chování spojené s anorexií či bulimií není od určitého stádia nemocný člověk schopen ovládat a tedy se i sám bez pomoci druhých nemoci zbavit. Poruchy příjmu potravy jsou zdraví velmi nebezpečné, nejsou-li léčeny, mohou nakonec způsobit metabolický rozvrat a smrt.

Mentální anorexie

Psychosomatická porucha s nejvyšší úmrtností ze všech psychických poruch. Vyvine se neustálým přemáháním pocitu hladu. Anorektik drží tak přísné diety (navíc cvičí, zvrací či užívá projímadla), že nakonec váží méně než 85% své normální tělesné hmotnosti. Nemoc provází intenzivní strach z přírůstku hmotnosti navzdory podvaze. Bývá doprovázena ztrátou zájmu o kontakt s vrstevníky, nesoustředěností a náladovostí. Středem zájmu se stává jídlo a vlastní postava.

Přibližně z 95 % jsou anorexií postiženy ženy. Naprostá většina z nich je v adolescentním a pubertální věku, tj. ve věku od 12 do 18 let. Lidé, kteří trpí mentální anorexií si nikdy nepřipadají dostatečně štíhlí. I ty anorektičky, které bylo nutno hospitalizovat kvůli podvýživě ohrožující život (váha kolem 30 kg), ukazují lékařům na svém těle partie, kde ještě potřebují zhubnout.

Anorexie patří mezi nejobtížněji léčitelné poruchy. Je to komplikované onemocnění, jehož úspěšná léčba vyžaduje spolupráci mnoha odborníků. Skoro u poloviny pacientů dochází během prvního roku k recidivě. Pokud se anorektička začne léčit v raném stádiu poruchy, má větší šanci, že se vyléčí a že předejde dlouhodobým zdravotním problémům.

Následky mentální anorexie:

- nehojící se infekce, oslabení celkové imunity, únava, poruchy spánku
- modřiny, snížená odolnost těla vůči poraněním, odvápnění kostí, osteoporóza
- nízká odolnost před chladným počasím, zimomřivost, měkké ochlupení (má chránit místo tuku)
- nízký tlak, nepravidelná srdeční činnost, selhání srdce, chudokrevnost, bradykardie, hypotenze, anémie
- dehydratace, selhání ledvin, rozvrácení minerálního metabolismu
- špatná funkce střev, křeče, svalová slabost, bolesti hlavy
- nepravidelná menstruace či úplné vymizení, hrozba neplodnosti

Mentální bulimie

Psychosomatická porucha, postihující především dívky a ženy ve věku dospívání. Vznikají záchvaty přejídání hnané neodolatelnou touhou po jídle, kterého člověk dokáže zkonzumovat neuvěřitelné množství. Vzápětí se snaží zmírnit vliv jídla na váhu zvracením či pomocí projímadel. Nemoc provází chorobný strach z tloušťky a nízké sebevědomí, přehnaně závislé na vzhledu a hmotnosti. Na rozdíl od anorektiček mívají bulimičky normální tělesnou hmotnost s menšími výkyvy.

Následky mentální bulimie:

- únava, špatná pleť, dehydratace, vyrážka, edém
- bolest v krku, zvrátatelný jícn - hrozí protržení jícnu
- kazivost zubů, záněty slinných žláz
- srdeční arytmie
- bolesti břicha, zácpa, perforace žaludku

Záchvatovité přejídání

Nemoc postihuje obě pohlaví a může se rozvinout od dospívání v podstatě v jakémkoliv věku. Značné omezování se v jídle či jednostranný jídelníček se střídá s neodolatelnou, nutkavou touhou se přejíst. Takové stavy nejsou výjimečné, naopak se s jistou pravidelností opakují. Po "záchvatu" konzumace potravy přichází fyzicky nepříjemné pocity z přejedení, obvykle ale nedochází ke zvracení. Častým důsledkem pak bývá přibírání na váze, deprese, nespokojenost se sebou a snaha nejrůznějšími způsoby se omezovat v jídle. Porucha se často rozvíjí jako reakce na stres, citové strádání či depresivní nálady.

Následky záchvatovitého přejídání:

- obezita, problémy s krevním oběhem, tlakem
- diabetes mellitus
- špatná srdeční činnost, hrozba infarktu a mozkové mrtvice
- nebezpečí anorexie či bulimie

Rizikové faktory vzniku poruch příjmu potravy:

- **Dědičné okolnosti** - v rodinách nemocných je častý výskyt celé řady příbuzných poruch i u ostatních členů
- **Osobnostní rysy** - anorektičky mívají sklony k úzkostnosti, perfekcionismu, jsou zaměřené na výkon, bulimičky jsou často impulzivní, emocionálně labilní, s tendencí k depresi a sebepoškozování
- **Rodinné okolnosti** - častým obsahem rozhovorů je jídlo, diety, štíhlost a zdravá strava, zaznívají nevhodné poznámky o postavě dcery ze strany blízkých; klade se důraz na perfekcionismus a výkonnost (rodiny bulimiček); panuje dezorganizace, nedostatečná péče (rodiny bulimických pacientek)
- **Sociokulturní faktory** - častěji se tyto poruchy vyskytují v zemích s nadbytkem potravin; hodnoty jsou zde zaměřeny na úspěch, výkon, sebeovládání a charakteristická je péče o vzhled a štíhlost, která je spojena s mládím, aktivitou a úspěšností; velkou roli tu hrají média zdůrazňující ideály krásy, módu, reklamy na dietní přípravky a různá cvičení
- **Zátěžové faktory** - existuje-li u dívky latentní dispozice k chorobě, může být spouštěcím mechanismem úmrtí blízkého člověka, rozvod rodičů, rozchod s přítelem nebo sexuální zneužití
- **Některé druhy sportu** - rizikové skupiny jsou baletky, gymnastky a modelky, u mužů hrozí nebezpečí poruch příjmu potravy například mezi žokeji a vzpěrači
- **Stres, citové strádání, depresivní nálady** - jídlo poskytuje úlevu od úzkosti (záchvatovité přejídání, bulimie)
- **Dospívání a změny, které přináší** - problémy spojené s formováním osobnosti, strach z dospělosti a boj proti projevům dospívání; je považováno za nejvýznamnější vyvolávající faktor poruchy

Příčiny poruch příjmu potravy u dětí a adolescentů představují vzájemnou interakci uvedených faktorů. Rizikové faktory významné pro vznik poruch mají kumulativní charakter.

Uvádí se, že v naší společnosti trpí některou z poruch příjmu potravy až 8% dívek.

Průslušnost k sektám

Pojem sekta označuje náboženskou nebo politickou skupinu, která se odpojila od větší, zavedené skupiny. Takové sekty mohou mít s původní skupinou společné části zásad, víry a praktik, ale odlišují se doktrínou, která vedla k jejich oddělení.

Silně centrálně vedené a organizované sekty mají přísné podmínky členství, kterými své členy úzce svazují. Jiné, s volnější organizací, mají spíše věřící, podporovatele a sympatizanty.

Pro většinu sekt jsou charakteristické extrémní názory na život, společnost, vztah mezi lidmi, na chápání dobra a zla apod. Hlavní důvod, proč je náboženským sektám věnována pozornost, je potenciální nebezpečí plynoucí z psychické manipulace s jednotlivcem, které může být nebezpečné zejména pro mladého člověka.

Sekty se vyznačují rozmanitým sociálně problémovým jednáním, v některých ojedinělých případech mají snahu zasahovat do fungování společnosti a dokonce některé sekty mají sklon k násilným jednáním v podobě hromadných sebevražd nebo i teroristických akcí.

Základní znaky a praktiky sekt při práci s lidmi:

- Absolutizace moci vůdce sekty.
- Cílevědomá regulace informací pro členy sekty.
- Respekt k autoritám není přijímán jako omezení vlastní vůle, ale většinou jako úleva. Většina lidí, která utíká k sektám, chce, aby za ně někdo rozhodoval. Rozhodování autority je proto bráno jako odnětí břemene rozhodování a odpovědnosti za své činy.
- Poslušnost je zcela dobrovolná, není přímo vynucována. Do této poslušnosti jsou členové sekty postupně vmanipulováni. Tím je zajištěna naprostá ovladatelnost členů, včetně jejich intimního života. Toto ovládání je paradoxně důvodem, proč se lidé k sektám připojují. Nemusejí se totiž v sektě o ničem rozhodovat a nést za své rozhodnutí odpovědnost. Sekta pomáhá členům k úniku od reality. Zbavuje nutnosti přemýšlet, zbavuje úzkosti ze svobody a odpovědnosti.
- Vysoká úroveň excitace (vybuzení, stimulace). Nadšení z práce v sektě se časem může vytratit. Proto je nahrazováno tvrdou disciplínou a morálkou. Disciplína a morálka jsou časem nahrazovány i vmanipulovaným strachem z exkomunikace do světa "nepřátel, zla, bezpráví apod.". Každé zaváhání o účelnosti setrvalosti v sektě je prezentováno jako vážné provinění proti vůdci. Tento strach z viny je stále obnovován a permanentně udržován.
- Sekty cílevědomě budují ve svých členech představu nebezpečného nepřítele. Může jím být kdokoliv a cokoli, co sektu neustále pronásleduje a z čeho je potřebné mít strach. V sektě je kreslen černobílý obraz, v němž vše dobré je v sektě, vše špatné se nachází mimo sektu.
- Členům sekty je vštěpována její výlučnost v řešení problémů. Sekta je tak nadřazena všemu.
- Není legitimního důvodu opustit sektu. Každému členovi sekty je vmanipulováno do mysli přesvědčení, že kdyby odešel, postihl by ho strašný trest.

Nebezpečí sekt:

- Společenská izolace členů sekt - okolí člověka, který je členem sekty, velmi často nelibě nese odcizení, rozvolnění vztahů a komunikační "zed", která mezi ním a jeho nejbližšími vyrostla. Běžný je chlad v rodině a ztráta přátel. Členství v sektě často znamená také opuštění školy či zaměstnání a rezignaci na další odborný růst. Na druhé straně je třeba uvážit, že nezanedbatelné množství lidí právě o takovou izolaci stojí. Důvodem může být jak špatné rodinné prostředí, jemuž pak člen sekty touží utéci, či naopak příliš milující a omezující prostředí, od něhož se touží osvobodit, a tak se emancipovat.
- Především z hlediska izolace jsou sekty považovány za nebezpečné pro děti, které v jejich prostředí vyrůstají. Mohou být vystaveny důsledkům nábožensky motivovaného experimentování rodičů. Jiným nebezpečím při komunitním způsobu života rodičů může být pro dítě narušený model rodiny, neboť rodinnému životu komunita často příliš nepřeje.
- Sekta se zmocňuje majetku členů nebo jeho podstatné části a zneužívá jejich práce.
- Ohrožení zdraví a života - týká se například Svědků Jehovových, kteří zakazují transfuzi krve. Dodržování tohoto zákazu je velmi tvrdě vyžadováno nejen pro svědky, ale i pro jejich děti. Několik případů úmrtí či zanedbání léčby z tohoto důvodu bylo zaznamenáno již i v České republice.
- Kriminalita - v souvislosti s nejvážnějšími kriminálními činy je třeba jmenovat satanisty. Jejich nepřilíš velká část je schopna i krvavých obětí. I u nás se našly doklady o mučení a zabití zvířat, které měly pravděpodobně rituální motiv.
- Odchod ze sekty - je považován za jeden z nejvíce traumatizujících zážitků a někdy se neobejde bez psychiatrické pomoci.

ZAŘÍZENÍ, KTERÁ POMÁHAJÍ

Je určitě užitečné, když děti a mladí lidé ví, kam se můžou obrátit s prosbou o pomoc.

Mnohdy nemají nikoho komu důvěřují a kdo by jim mohl pomoci v tíživé situaci. V některých případech, když dítě bije nebo jinak zneužívá některá dospělá osoba přímo z rodiny, může dítěti připadnout zhora nemožné svěřit se komukoli jinému než právě lince důvěry.

Jindy si takové dítě může chtít prostě jen popovídat o některém svém problému s někým mimo rodinu. To bývá v případech, kdy je třeba někdo nutí užívat drogy, případně je šikanuje.

Pro děti je důležité vědět, že se mají kam obrátit a nejsou na problém sami.

Existuje poměrně velké množství linek a míst, které se dětem a mladým lidem snaží pomoci.

Na těchto stránkách najdete výčet nejrůznějších zařízení, která fungují v ČR a přispívají k prevenci a řešení následků rizikového chování dětí a mladistvých.

Linky důvěry

NÁZEV	TELEFON	DOBA PROVOZU
Linka bezpečí pro děti a mládež (lb@linkabezpeci.cz, www.linkabezpeci.cz)	800 155 555	NONSTOP
VZKAZ DOMŮ- dítě na útěku	800 111 113	8- 22 HODIN
ZELENÁ LINKA - linka důvěry	736 149 142	10 - 06 HODIN
Kancelář veřejného ochránce práv	542 542 888	8 - 16 HODIN
Národní linka prevence AIDS	800 144 444	PO-ČT 13-18 HODIN PÁ 13-16 HODIN
Modrá linka - linka pro odvykání kouření	844 600 500	PO-PÁ 12-20 HODIN
Růžová linka pro děti	272 736 263	PO-PÁ 8-20 HODIN

Děvčata se v r. 2005 nejčastěji svěřovala s těmito problémy: vztahy s kamarády, seznamování, rozchod, konfliktní vztah, přehnaná přísnost rodičů, posmívání, gravidita, strach z reakce rodičů, problémy v rodinné komunikaci.

Kluky nejčastěji trápilo: seznamování, vztahy s kamarády, přehnaná přísnost rodičů, strach z reakce rodičů, posmívání, šikana ve škole, rozchod, tělesné týrání, jiné drogy.

(statistika, Linka bezpečí, 2005)

Zařízení na pomoc obětem

NÁZEV	TELEFON	ADRESA	KONTAKT
BÍLÝ KRUH BEZPEČÍ pomoc obětem trestné činnosti	257 317 110 257 317 100 (poradna)	Praha 5, Duškova 20	bkb.juristik.cz
DĚTSKÉ KRIZOVÉ CENTRUM (týrané, zneužívané a zanedb. dítě)	241 148 149 problem@дитеkrize.cz	Praha 4, V Zápolí 1250/21	www.ditekrize.cz
Linka DONA (pomoc obětem domácího násilí)	251 511 313	Praha 5, Duškova 20	www.donalinka.cz
Centrum krizové intervence PL Bohnice	284 016 110 284 016 666	Praha 8-Bohnice, Ústavní 91	www.plbohnice.cz
La Strada - SOS linka (pomoc obětem obchodu se ženami)	222 717 171	P.O.Box 305 111 21 Praha 1	www.strada.cz

Česká republika patří k zemím s velkým počtem týraných a utýraných dětí. Odborné odhady uvádějí, že v ČR je týráno ročně 20 000 až 40 000 dětí a zhruba 50 jich každý rok na následky týrání zemře. V roce 2004 policie prošetřila přes 1000 případů sexuálního zneužívání dětí, včetně zneužívání komerčního.

Instituce zabývající se problematikou AIDS

NÁZEV	TELEFON	ADRESA
Národní linka prev. AIDS	800 144 444	PO-ČT 13-18,00 HODIN PÁ 13-16,00 HODIN
HELP LINE AIDS Praha 2, Dittrichova 17	224 915 564	PO-ČT 13-18 HODIN PÁ 13-16,00 HODIN
Linka pomoci AIDS- Dům světla Praha 8, Malého 3	224 810 702	NONSTOP
Linka pomoci SAP (Společnost AIDS pomoc)	224 210 956	PO-PÁ 9-21 HODIN
Poradna AIDS Praha 2, Karlovo nám. 32, Poliklinika VFN	224 961 111 224 904 612	PO-PÁ 7-11 HODIN

Instituce zabývající se drogovou problematikou

NÁZEV	TELEFON	ADRESA
PREV CENTRUM (Centrum prevence drogové závislosti)	233 355 459	Praha 6, Meziškolská 2
SANANIM drogové informační centrum	284 822 872	Praha 9, Novovysočanská 604
DROGOVÁ poradenská linka	283 872 186 www.drogova poradna.cz	Praha 7, Osadní 2
DROP IN	222 221 431	Praha 1, K. Světlé 18
ALTERNATIVA ambulantní a pobytové oddělení pro mládež ohrož. drogou	286 580 735	Praha 9, Čakovická 51
Centrum pomoci závislým	261 260 476	Praha 4, Rodvinovská 3
Středisko pro mládež a rodinnou terapii (občan. sdruž. pro péči o rodiny závislých)	224 911 364 224 913 074	Praha 2, Apolinářská 4a
Centrum léčby závislosti na tabáku 1.LF a VFN	224 966 608	Praha 2, Karlovo nám. 32

Instituce zabývající se problematikou odlišné sexuální orientace

NÁZEV	TELEFON	ADRESA	DOBA PROVOZU
GAY linka pomoci	222 514 040	Diakonie Praha	ST 9-19 HODIN
Linka duševní tísně	476 701 444	MONA, Most	NONSTOP

Instituce zřízené pro dívky

NÁZEV	TELEFON	DOBA PROVOZU
Alternativa-dívky	241 772 798	NONSTOP
Poradna pro ženy a dívky (neplánované těhotenství a gravitest)	224 930 661, 603 210 999 PO-PÁ 8-20 HODIN	8- 22 HODIN

UŽITEČNÉ ODKAZY

www.detskaprava.cz

- souhrnné informace o dětských právech, mezinárodních projektech nadace Naše dítě, školeních v oblasti práv dítěte aj.

www.fod.cz

- stránky Fondu ohrožených dětí, jedné z velkých nestátních organizací zaměřených podporu náhradní rodinné péče a ochranu práv dětí. Mj. kritická analýza stavu ústavní péče v ČR

www.nasedite.cz

- na stránkách Nadace Naše dítě můžete nalézt kromě jiného i ukázkou z Slabikáře dětských práv, který je určen zejména dětem na 1.stupni ZŠ

crdm.adam.cz

- stránky České rady dětí a mládeže, kde lze mimo jiné najít pro děti upravenou verzi Úmluvy pod názvem "Ahoj Úmluvo!"

www.drogovaporadna.cz

- na stránkách je zmapována celá oblast drogové problematiky, poslouží nejen dětem a mladistvým jako pomoc v nesnázích, ale i rodičům a učitelům

www.drogy-info.cz

- další velmi ucelený portál o problematice drog a závislosti

www.nikdy.com

- zajímavá protidrogová stránka ve slovenštině s odstrašujícími fotografiemi závislých na drogách

www.oneworld.org

- stránky Save the Children Fund, mezinárodní organizace zaměřené na dětská práva. Mj. seznam publikací s danou tématikou

www.pppinfo.cz

- portál o poruchách příjmu potravy, anorexii a bulimii, se spoustou informací, skutečných příběhů a rad pro lidi s problémy i jejich blízké

www.bungee.cz, www.caes.cz

- stránky o adrenalinových sportech

www.strada.cz

- stránky pomoci obětem obchodování se ženami, rady, prevence

Použitá a doporučená literatura:

Hanušová, J.: *Sexuální zneužívání*

1.vyd. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. 36s. ISBN 80-86991-64-4

Helus, Z.: *Psychologie pro střední školy*

Praha : Fortuna, 1995. 119 s. ISBN 80-7168-245-4.

Lovasová, L.: *Šikana*

1.vyd. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. 28s. ISBN 80-86991-65-2

Marádová, E.: *Prevence závislostí*

1.vyd. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2006. 28s. ISBN 80-86991-70-9

Obsah

ÚVOD	4
RIZIKOVÉ CHOVÁNÍ	5 - 11
Následky rizikového chování	6 - 7
Příčiny rizikového chování	8 - 9
Prevence rizikového chování	10 - 11
ATLAS RIZIKOVÝCH AKTIVIT	12 - 38
Adenalin a hazard	12 - 17
> Extrémní a adrinalinové sporty	13 - 15
> Adrenalinové a hazardní zábavy	16
> Experimentování a nevědomé riskování	17
Závislosti	18 - 23
> Zneužívání drog, alkoholu a další závislosti	18 - 23
Kouření tabáku	18
Konzumace alkoholu	18 - 19
Nelegální drogy	19 - 21
Těkavé látky	22
Lékové závislosti	22
Doping	22
Patologické hráčství	22 - 23
Vztahy a sex	24
> Promiskuita, prostituce, sexuální zneužívání	24
Vztahy a sex	24
Promiskuita	24
Prostituce	24
Šikana	25 - 28
> Šikana, vzájemná agrese, násilí	25 - 28
Příčiny šikany	25 - 26
Následky šikanování	26 - 27
Jak vhodně a účinně zasáhnout	27 - 28
Agrese a násilí mezi dětmi	28
Prevence	28
Kriminalita	29 - 32
> Protiprávní jednání a kriminalita	29 - 32
Trestní odpovědnost	29 - 32
PPP, sekty	33 - 35
> Poruchy příjmu potravy	33 - 34
Mentální anorexie	33
Mentální bulimie	33
Záchvatovité přejídání	34
> Příslušnost k sektám	35
Základní znaky a praktiky sekt	35
Nebezpečí sekt	35
Kontakty	36 - 38



Tato publikace byla vydána v rámci projektu "Vzdělávání pedagogů v oblasti prevence úrazů dětí". Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem, státním rozpočtem České republiky a rozpočtem hlavního města Prahy.

Evropský sociální fond napomáhá rozvoji zaměstnanosti podporou zaměstnatelnosti, podnikatelského ducha a rovných příležitostí a investicemi do lidských zdrojů.



DĚTSTVÍ BEZ ÚRAZŮ