

MIESZKAŃCÓW

Alkohol jest dla ludzi, ale
dla zdrowych i dorosłych.
- Jerzy Melibruda

Szanowni Państwo

Skala problemów alkoholowych zależy w znacznej mierze od postaw społeczeństwa wobec alkoholu, wiedzy na temat zagrożeń wynikających z picia, a także od wielkości spożycia napojów alkoholowych. Aby zmierzyć się z problemami alkoholowymi na terenie miasta warto jest ich skalę i specyfikę poddać dokładnej diagnozie. Temu celowi służy niniejszy raport. Przy jego konstrukcji oparto się na analizie danych udostępnionych m.in. przez Urząd Miasta w Łomży, Miejską Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Policję. Korzystano także z badań ankietowych realizowanych w szkołach oraz przeprowadzono sondę uliczną z udziałem 80 losowo wybranych mieszkańców Łomży. Wyniki badań ujęte są w następujące bloki tematyczne:

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

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

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

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

OPIS METODOLOGII BADAŃ

Realizacja celów zawartych w ofercie badań wymagała objęcia badaniami:

A/ sondy ulicznej przeprowadzonej wśród mieszkańców gminy (mężczyzn i kobiet), którzy ukończyli 18 lat. Wybór osób badanych dokonywany jest metodą ***doboru losowego***. Badana wielkość próby wynosi 80 osób.

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

B/ próby z populacji uczniów szkół gminy (dziewcząt i chłopców) w trzech grupach wiekowych:

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

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

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

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

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

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

I. METRYKA GMINY

Miasto Łomża liczy 63.368 mieszkańców.

❖ Dostępność napojów alkoholowych

Liczba punktów sprzedaży napojów alkoholowych:

Ogółem **161**

w tym:

a/ do spożycia poza miejscem sprzedaży (sklepy)

ogółem: **99**

w tym powyżej 18% **25**

b/ do spożycia w miejscu sprzedaży (lokale gastronomiczne)

ogółem: **62**

w tym powyżej 18% **38**

***Jeden punkt sprzedaży napojów alkoholowych przypada
w Łomży na 393 osoby.***

Jak pokazują badania, liczba punktów sprzedaży napojów alkoholowych w przeliczeniu na jednego mieszkańca koreluje z umieralnością spowodowaną chorobami serca, nowotworami, śmiercią wynikłą bezpośrednio ze spożywania alkoholu oraz z umieralnością całkowitą. **Polityka kontroli liczby punktów sprzedaży alkoholu jest więc istotnym instrumentem kształtowania kondycji zdrowotnej mieszkańców.**

JAK WYGLĄDA SZACUNKOWA SKALA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH W ŁOMŻY*

- Liczba osób uzależnionych od alkoholu:
1. 300-1.900
- Liczba osób dorosłych żyjących w rodzinach alkoholowych (współmałżonkowie, rodzice, rodzeństwo):
2.600-3.200
- Liczba dzieci wychowujących się w rodzinach alkoholików:
2.600-3.200
- Liczba osób pijących szkodliwie, nie uzależnionych od alkoholu:
3.200-4.500
- Ofiary przemocy w rodzinach z problemem alkoholowym (dzieci i dorośli):
3.400-4.300

* wg danych szacunkowych opracowanych przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

STAN ZASOBÓW W ZAKRESIE ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH

❖ *Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych*

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

ROK	Rozmowy interwencyjno-motywacyjne		
	Liczba członków rodzin osób z problemem alkoholowym, z którymi przeprowadzono rozmowy	Liczba osób, w stosunku do których podjęto czynności zmierzające do zobowiązania do leczenia odwykowego	Skierowano do sądu
2009	127	57	6

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

Zobowiązanie do leczenia powinno się stosować:

Wobec wszystkich osób uzależnionych od alkoholu	59 %
W pewnych przypadkach (np. szkody społeczne)	21 %
Nie powinno się w ogóle stosować przymusu	11 %
Trudno powiedzieć	9 %

Jak widać, mieszkańcy Łomży popierają instytucję sądowego zobowiązania do leczenia. Pewna część badanych uważa, że nie wystarczy samo uzależnienie. Istotne jest, czy osoba uzależniona od alkoholu powoduje swoim zachowaniem szkody społeczne. Takie myślenie odpowiada obecnemu stanowi prawnemu, gdzie do zastosowania postanowienia o leczeniu odwykowym uzależnienie musi współistnieć z takimi zachowaniami jak: systematyczne zakłócanie spokoju lub porządku publicznego, rozkład życia rodzinnego, czy demoralizacja małoletnich.

❖ *Pomoc rodzinom, w których występują problemy alkoholowe*

• **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej**

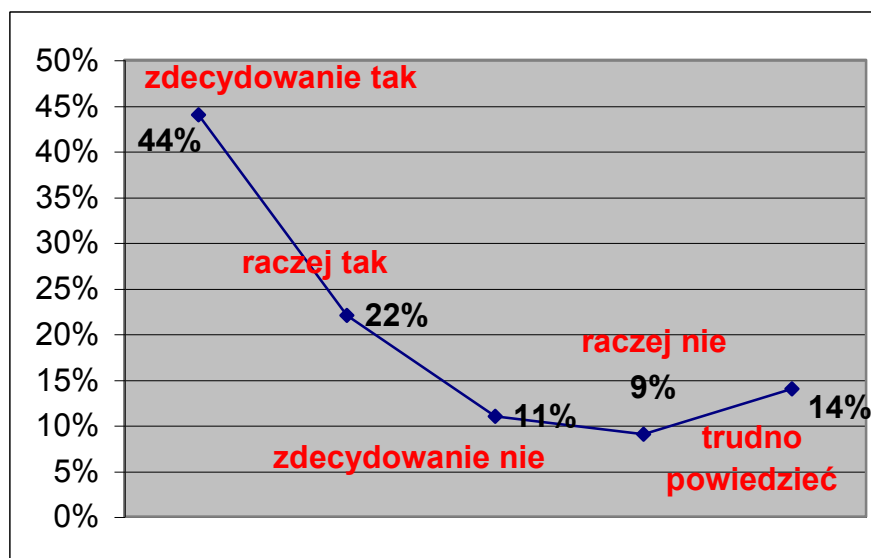
Pomoc materialna Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej	rok 2009
	liczba rodzin
Ogółem	1.564
Rodziny korzystające ze świadczeń z powodu problemów alkoholowych	44

• Leczenie odwykowe	Liczba
Placówki leczenia odwykowego	
○ Przychodnia Terapii Uzależnień; - Poradnia Uzależnień - Poradnia Współuzależnień - Poradnia dla Uzależnionych	1
○ Całodobowy Oddział Terapii Uzależnień	1
○ Dzienny Oddział Terapii Uzależnień	1
Formy wspomaganie terapii odwykowej	
○ <i>Poradnictwo internetowe</i>	
○ <i>Zwiększenie niezbędnych działań terapeutycznych po ukończonej terapii, mających problem z trwałym utrzymaniem abstynencji</i>	
○ <i>Zajęcia warsztatowe dla osób uzależnionych i współuzależnionych</i>	
• Inne formy działania	Liczba
AA (dla uzależnionych).....	3
Al-Anon (dla współuzależnionych).....	1

ŚWIADOMOŚĆ SPOŁECZNA

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

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



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

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

Zdecydowanie tak	39 %
Raczej tak	38 %
Zdecydowanie nie	7 %
Raczej nie	9 %
Trudno powiedzieć	7 %

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

II. ALKOHOL W ŻYCIU DOROSŁYCH

POGLĄDY I POSTAWY WOBEC ALKOHOLU

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

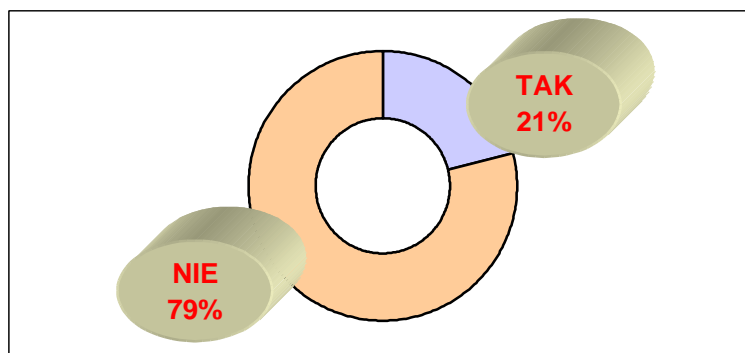
Które z problemów uważa Pan/i za najważniejsze?*	
Zanieczyszczenie środowiska	18 %
Bezrobocie	52 %
Kryzys rodziny	17 %
Wzrost przestępczości	38 %
Alkoholizm	51 %
AIDS	6 %
Zubożenie społeczeństwa	22 %
Przemoc i agresja na ulicach	35 %
Narkomania	29 %
Problemy mieszkaniowe	8 %

Alkoholizm postrzegany jest jako jedno z ważniejszych zagrożeń (drugi w hierarchii ważności – 51% wskazań). Gdy dodamy do tego zagrożenie narkomanią (29% wskazań), otrzymamy pełny obraz tego, jak

mieszkańcy Łomży postrzegają problemy związane z uzależnieniami.

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

Skala problemów alkoholowych w danym środowisku zależy w dużej mierze od poglądów, wiedzy, postaw i przekonań ludzi na temat konsumpcji alkoholu. Na pytanie: „Czy alkohol w piwie jest mniej groźny niż w wódce” odpowiedziano:



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

sprawie, jednakże co piąty ankietowany mieszkaniec Łomży ma odmienne zdanie.

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



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

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

<i>Oczekuję takich działań</i>	93 %
<i>Nie oczekuję takich działań</i>	7 %

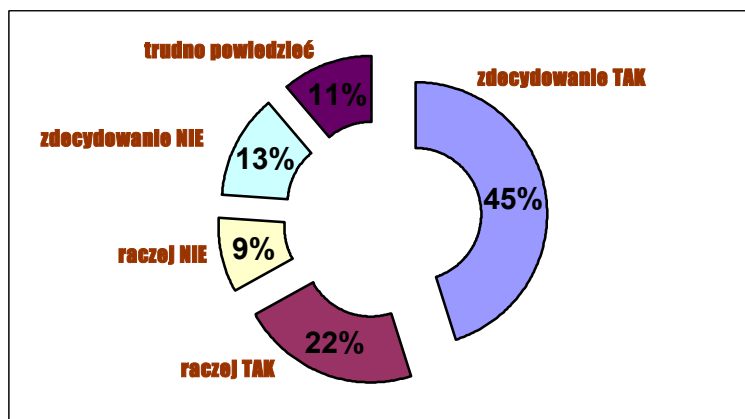
Wynika z tego bardzo istotna przesłanka:

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

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

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

Otrzymaliśmy następujące odpowiedzi:



Jak widać, badani w większości (67%) zgadzają się na istniejący obecnie system finansowania zadań w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych, nawet kosztem wyższej ceny napojów alkoholowych.

Istotna jest także zasadnicza zgodność opinii w kwestii ustalenia granicy wieku legalnego nabywania napojów alkoholowych. Wszyscy z badanych wyrażają poparcie i zrozumienie dla istniejącego prawnego zakazu sprzedawania napojów alkoholowych dzieciom i młodzieży do lat 18.

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

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

Bez ograniczeń	1 %
Od 16 roku życia	0 %
Od 18 roku życia	57 %
Od 21 roku życia	42 %

Prawie żaden z badanych nie widzi możliwości obniżenia wieku legalnego nabycia napojów alkoholowych do lat 16, **natomiast duża część ankietowanych (42%)**

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

SPOŻYCIE ALKOHOLU

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

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

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

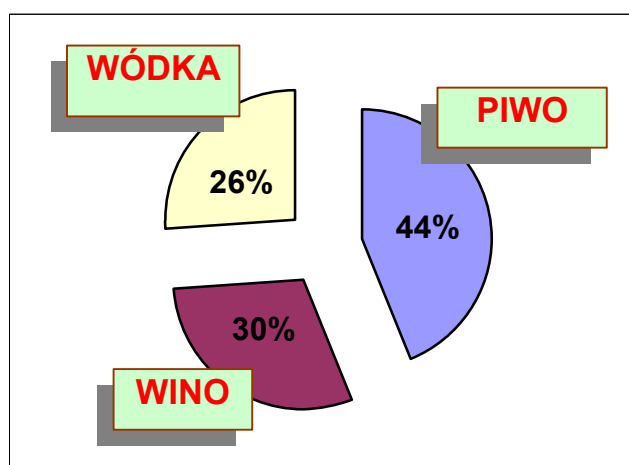
Działania związane z rozwiązywaniem problemów alkoholowych powinny więc iść w kierunku przeciwdziałania zbyt wczesnej inicjacji alkoholowej, ograniczenia spożycia napojów alkoholowych a także zmiany wzorców picia na takie, w których preferuje się trunki o niskiej zawartości alkoholu.

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

Piłem dzisiaj	2 %
1 - 2 dni	9 %
Mniej więcej tydzień	22 %
2 tygodnie do miesiąca	29 %
Miesiąc do trzech miesięcy	18 %
Więcej niż 3 miesiące	11 %
Nie piję od kilku lat	9 %

Jak z tego wynika, sześciu na dziesięciu ankietowanych mieszkańców Łomży piła alkohol nie dłużej niż miesiąc przed okresem badania, zaś 9% deklaruje się jako abstynenci.

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



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

Chcieliśmy się także dowiedzieć, jak otoczenie przyjmuje odmowę picia. Oto najczęściej spotykane reakcje:

zdziwienie	14 %
krytyka	0 %
podziw	4 %
wyśmiewanie	1 %
zrozumienie	44 %
odrzućenie	0 %
obojętność	23 %
usilne namawianie	20 %

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

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

W jakim wieku miał/a Pan/i pierwszy kontakt z alkoholem?	
W ogóle nie piłem	4 %
9 lat lub mniej	2 %
10 - 12 lat	2 %
13 - 15 lat	21 %
16 - 17 lat	27 %
18 - 21 lat	23 %
Powyżej 21 lat	20 %
Nie pamiętam	1 %

Prawie połowa badanych osób dorosłych poznała smak alkoholu będąc już osobami pełnoletnimi (lub w ogóle nie pije). Do 15 roku życia sięgnęło po alkohol 25% dorosłych.

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

Z kolegą	67 %
Z rodzicami	11 %
Z innym dorosłym członkiem rodziny	9 %
Z innym dorosłym	11 %
Sam	2 %

2/3 dzisiejszych dorosłych pierwszy kieliszek alkoholu wypilo z kolegą, zaś co dziewiąty – z rodzicem.

III. SZKODY SPOŁECZNE ZWIĄZANE Z NADUŻYWANIEM ALKOHOLU

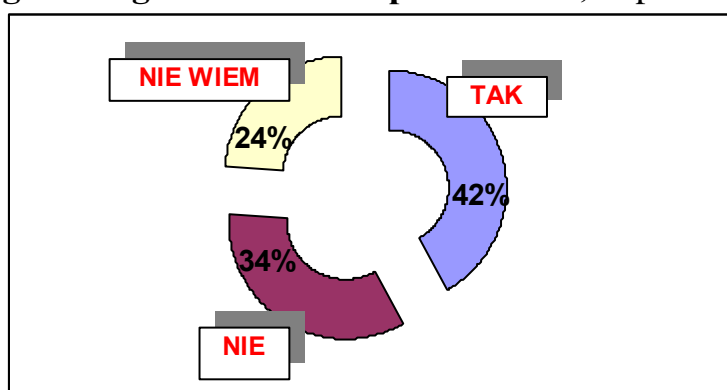
Powszechnie uważa się, że alkohol jest dla państwa źródłem poważnych dochodów. Rzeczywiście, koszty produkcji alkoholu są niewspółmiernie niskie w stosunku do ceny sprzedaży, duża część tych zysków zasila skarb państwa. Jednak jest to tylko część prawdy. Często nie dostrzega się kosztów społecznych związanych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

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

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

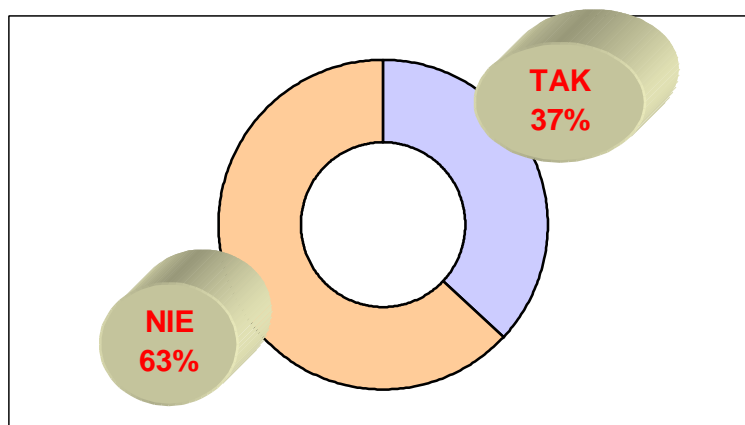
SKALA ZAGROŻENIA PROBLEMAMI ZWIĄZANYMI Z NADUŻYWANIEM ALKOHOLU

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



Czterech na dziesięciu badanych uważa, że tak. W związku z powyższym chcieliśmy zobaczyć, czy mieszkańcy miasta sami doświadczali sytuacji zagrożenia. Spytaliśmy:

„Czy zdarzyło się Panu/i w ostatnim okresie doznawać jakichś przykrych przeżyć związanych z nietrzeźwością w miejscach publicznych?”. Oto odpowiedzi:



Jak z tego wynika, więcej niż w trzech na dziesięciu badanych bezpośrednio i osobiście doświadczyło nieprzyjemnych skutków nadużywania przez innych alkoholu.

NIETRZEŻWOŚĆ W MIEJSCACH PUBLICZNYCH

❖ **Policja:**

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

RODZAJ DZIAŁAŃ POLICYJNYCH - ROK 2009

Liczba zatrzymań osób nietrzeźwych w celu wytrzeźwienia w pomieszczeniach policyjnych	82
---	-----------

IV. DYNAMIKA ZACHOWAŃ ALKOHOLOWYCH NA PRZESTRZENI OSTATNICH LAT

DYNAMIKA SPOŻYCIA ALKOHOLU

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

W naszych badaniach chcieliśmy zobaczyć, czy sytuacja ta ma przełożenie na spostrzeganie problemów alkoholowych przez mieszkańców Łomży. Zapytaliśmy: „Czy Pana/i zdaniem osoby dorosłe oraz młodzi ludzie (poniżej 18 roku życia) piją obecnie mniej, więcej czy tyle samo, co przed 10 laty”. Oto odpowiedzi:

Spożycie alkoholu w ostatnich latach:	Wśród dorosłych	Wśród młodzieży
Zwiększa się	45 %	93 %
Zmniejsza się	5 %	1 %
Nie widzę zmiany	50 %	6 %

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

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

Nastąpiła zmiana na korzyść alkoholi niskoprocentowych	44 %
Nastąpiła zmiana na korzyść alkoholi wysokoprocentowych	21 %
Nie widzę zmiany	35 %

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

ALKOHOL W PRACY

Alkohol jest napojem chłodzącym

- zapal do pracy.

- *Jerzy Leszczyński*

Dla alkoholika najpierw picie przeszkadza
w pracy, a potem praca przeszkadza w picciu.

- *porzekadło francuskie*

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

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

	SKALA ZJAWISKA		
	WIĘKSZA	MNIEJSZA	BEZ ZMIAN
Picie alkoholu w pracy	16 %	56 %	28 %

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

OBYCZAJ ABSTYNNENCKI. SKUTECZNOŚĆ ODDZIAŁYWAŃ PROFILAKTYCZNO - LECZNICZYCH

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

- *maksyma AA*

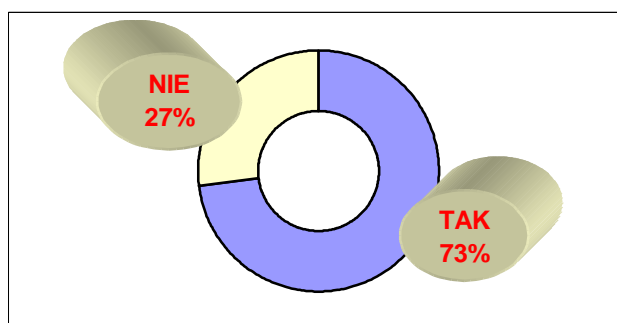
Z alkoholizmu nie można się wyleczyć,
ale można wyzdrowieć.

- *Wiktor Osiatyński*

Zacytowane wyżej powiedzenia, choć z pozoru paradoksalne, dobrze oddają istotę dochodzenia osób uzależnionych do trzeźwości. Alkoholizm jest chorobą chroniczną (podobnie jak cukrzyca, czy alergie). Leczenie nie ma więc na celu powrotu pacjenta do picia okazjonalnego (utracona kontrola picia nie powraca), lecz naukę życia w trzeźwości (całkowita abstynencja). Temu celowi najlepiej

służy połączenie i współdziałanie terapii odwykowej oraz grup samopomocowych. Mieszkańcy Łomży mogą w przypadku wystąpienia problemów alkoholowych korzystać z usług terapeutycznych, a także otrzymać wsparcie w grupach samopomocowych. Chcieliśmy sprawdzić, czy dostrzegają oni efekty tych działań. Spytaliśmy: „Czy styka się Pan/i z osobami dawniej nadużywającymi alkoholu, którzy obecnie nie piją wcale lub w sposób znaczący ograniczyli swoje picie?”

Oto wyniki:



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

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

Jeśli zauważa Pan/i pozytywne zmiany obyczajów i zachowań alkoholowych w ostatnich latach, to są one wynikiem:	
Edukacji społecznej (prasa, radio, tv)	25 %
Działań lokalnych (leczenie odwykowe, gminna komisja rozwiązywania problemów alkoholowych, grupy AA, kluby abstynenta, profilaktyka szkolna i in.)	35 %
Działań administracyjno-prawnych	8 %
Polityki cenowej wobec alkoholu	8 %
Zmian w obyczajowości	29 %
Promocji zdrowego stylu życia	34 %
Zubożenia społeczeństwa (brak pieniędzy na alkohol)	19 %
Większych możliwości wydawania pieniędzy na inne cele	19 %
Obawy o utratę pracy	46 %

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

ALKOHOŁA MŁODZIEŻ

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

- *Stan zasobów*
- *Wiedza o alkoholu – mity i fakty*
- *Postawy młodzieży w stosunku do alkoholu*
- *Skala problemów alkoholowych – zachowania alkoholowe*
- *Postawy dorosłych a picie młodzieży*
- *Młodzież a narkotyki i dopalacze*
- *Przemoc*
- *Uzależnienie od komputera i internetu, cyberprzemoc*

I. STAN ZASOBÓW

❖ *PROFILAKTYKA*

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

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

Czym jeszcze charakteryzują się nowoczesne programy profilaktyczne?

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

<i>❖ Ważniejsze oddziaływania profilaktyczne w 2009 r.</i>	Liczba osób uczestniczących		
	uczniów	nauczycieli	rodziców
<i>Szkolne programy profilaktyczne</i>			
➤ <i>Poznaj i umiłuj piękno życia</i>	4.691	61	515
➤ <i>Papierosom mówimy NIE</i>			
➤ <i>Trzeźwy świat dziecka</i>			
➤ <i>Tęcza CD</i>			
➤ <i>Jestem aktywny i asertywny – odkrywamy siebie w działaniu</i>			
➤ <i>Profilaktyczny klub szkolny „Buda krasnoluda”</i>			
➤ <i>Wybieram świadomie</i>			
➤ <i>Zajęcia profilaktyki uzależnień – „Wiem co dobre”</i>			
➤ <i>Alternatywny klub firmowy – „Twoja alternatywa”</i>			
➤ <i>Wasze wybory</i>			
➤ <i>Czy w twojej duszy gra ...?</i>			
➤ <i>Wędrując ku dorosłości bez uzależnień</i>			
➤ <i>Inne programy profilaktyczne</i>			
<i>Pozaszkolne programy profilaktyczne</i>			
➤ <i>Pięknie żyć wolnym – wolnym być od nałogów</i>	15.216	31	150
➤ <i>Rozwijamy skrzydła – zajęcia opiekuńczo-wychowawcze</i>			
➤ <i>Jak żyć zdrowo i twórczo?</i>			
➤ <i>Sposób na życie – zajęcia pozalekcyjne w MDK-DST</i>			
➤ <i>Edukacja teatralna dzieci i młodzieży w zakresie przeciwdziałania patologiom społecznym</i>			
➤ <i>Muzyczny relaks – Trzeźwe Szkoły</i>			
➤ <i>Artystyczne drogi</i>			
➤ <i>Lepsze życie – muzyka łagodzi obyczaje</i>			
➤ <i>Nie piję, nie palę, wolę gimnastyczną salę</i>			
➤ <i>żyć inaczej</i>			
➤ <i>Inne zajęcia profilaktyczne</i>			

❖ *Świetlice:*

	Liczba			
	placówek	dzieci	W tym: z rodzin alkoholowych	wychowawców
<i>Świetlice realizujące program socjoterapeutyczny</i>	2	160	110	7
<i>Świetlice realizujące program opiekuńczo-wychowawczy</i>	4	185	90	19

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

	Liczba dzieci
<i>Dzieci korzystające z działań na rzecz dożywiania, uczestniczące w pozalekcyjnych programach opiekuńczo-wychowawczych i socjoterapeutycznych</i>	545
<i>Kolonie i obozy z programem zajęć socjoterapeutycznych dla dzieci i rodzin z problemem alkoholowym</i>	200
<i>Kolonie i obozy z programem zajęć profilaktycznych w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych</i>	386
<i>Programy i przedsięwzięcia profilaktyczne opracowywane i realizowane przez młodzież, skierowane do grup rówieśniczych (np. kluby dyskusyjne, dyskoteki bezalkoholowe, audycje radiowe itp.)</i>	859
<i>Pozalekcyjne zajęcia sportowe realizowane w 2009 roku w ramach gminnego programu profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych</i>	5.713

II. WIEDZA O ALKOHOLU - MITY I FAKTY

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

Oto odpowiedzi:

	<i>Prawdziwe</i>	<i>Fałszywe</i>
Szkoły podstawowe – kl. VI	43 %	57 %
Gimnazja – kl. III	42 %	58 %
Szkoły ponadgimnazj. – kl. II	31 %	69 %

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

Świadomość tego faktu wśród uczniów szkół w Łomży jest zróżnicowana. **43% uczniów klas szóstych, 42% gimnazjalistów i trzech na dziesięciu uczniów drugich klas szkół ponadgimnazjalnych nie posiada na ten temat prawidłowej wiedzy.**

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

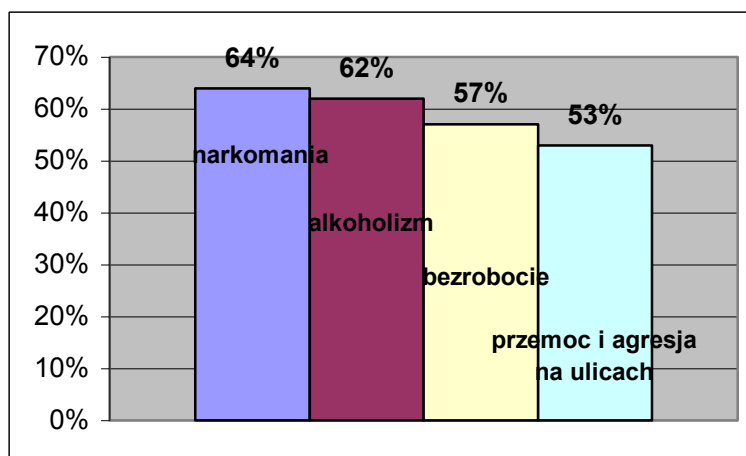
Czy alkoholik to człowiek, który:	Szk. podst. Kl. VI	Gimnazjum kl. III	Szkoły ponadgimnazjalne kl. II
Pije codziennie	51 %	29 %	26 %
Chodzi brudny i zaniedbany	11 %	8 %	2 %
Gdy zacznie pić, nie potrafi przerwać w dowolnym momencie	63 %	84 %	83 %

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

Wielu uczniów we wszystkich grupach wiekowych podaje prawidłową odpowiedź, jednakże bardzo często wśród objawów alkoholizmu wymieniane jest codzienne picie, co odzwierciedla obiegowe opinie o osobach uzależnionych.

III. POSTAWY MŁODZIEŻY W STOSUNKU DO ALKOHOLU

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

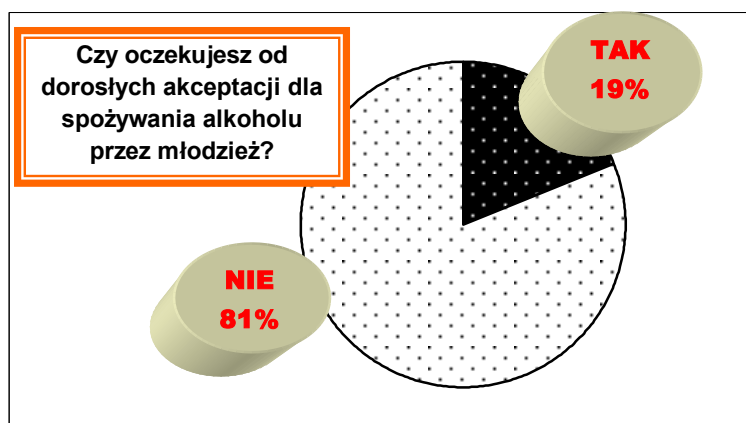


a w dalszej kolejności:

- *Wzrost przestępczości* 40 %
- *AIDS* 34 %
- *Kryzys rodziny* 27 %

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

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



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

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

Od jakiego wieku powinno się sprzedawać alkohol	
Bez ograniczeń	2 %
Od 12 lat	1 %
Od 14 lat	1 %
Od 16 lat	22 %
Od 18 lat	57 %
Od 21 lat	17 %

Z otrzymanych rezultatów wynika, że *zdecydowana większość uczniów szkół Łomży (98%) jest przekonana*

o konieczności istnienia ograniczeń wiekowych dla legalnego kupowania alkoholu.

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

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

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

IV. SKALA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH - ZACHOWANIA ALKOHOLOWE

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

Statystyki ogólnokrajowe mówią:

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

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

Ilu twoich kolegów pali papierosy	Klasy VI	Gimnazjum Kl. III	Szkoły ponadgimn. kl. II
większość	1 %	21 %	29 %
około połowy	3 %	35 %	30 %
mniejszość	12 %	23 %	24 %
pojedyncze przypadki	56 %	15 %	13 %
nikt	28 %	6 %	4 %

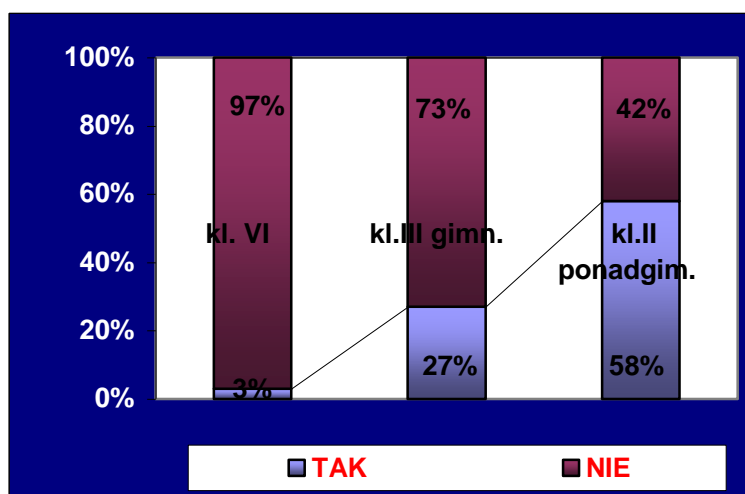
4% szóstoklasistów, 56% uczniów klas III gimnazjum uważa, że przynajmniej połowa ich kolegów pali papierosy. Natomiast w klasach II szkół ponadgimnazjalnych przekonanie takie podziela 59% badanych.

Dalej pytaliśmy o zachowania alkoholowe.

Ilu twoich kolegów pije alkohol	Klasy VI	Gimnazjum Kl. III	Szkoły ponadgimn. kl. II
większość	0 %	27 %	66 %
około połowy	3 %	19 %	16 %
mniejszość	14 %	28 %	11 %
pojedyncze przypadki	42 %	17 %	3 %
nikt	41 %	9 %	4 %

Jak widzimy przekonanie, że co najmniej połowa osób ze środowiska badanych pije alkohol podziela 3% szóstoklasistów, 46% gimnazjalistów oraz zdecydowana większość uczniów II klas szkół ponadgimnazjalnych. Badania pokazują, że największy skok ilościowy, jeśli chodzi o spożycie alkoholu następuje po przejściu do gimnazjum. Świadczy to o olbrzymiej potrzebie adresowania nowoczesnych programów profilaktycznych do tej grupy wiekowej.

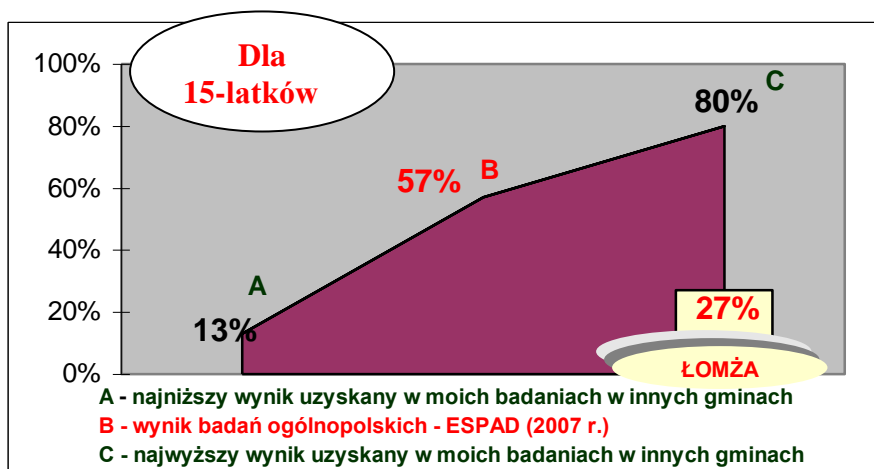
Zobaczmy, co ankietowani mówią na temat swoich własnych zachowań alkoholowych. Na pytanie: „Czy w ciągu ostatnich 30 dni piłeś jakiś napój alkoholowy” odpowiadają:



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

3% UCZNIÓW KLAS VI, 27% UCZNIÓW KLAS III GIMNAZJUM ORAZ 58% UCZNIÓW II KLAS SZKÓŁ PONADGIMNAZJALNYCH SPOŻYWAŁO ALKOHOŁ W MIESIĄCU POPRZEDZAJĄCYM BADANIE.

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



Porównanie młodzieży starszej:

Spożywanie alkoholu w okresie 30 dni przed badaniem	Szkoły ponadgimnazjalne kl. II	
	ŁOMŻA	ESPAD-2007 (ogólnopolskie)
TAK	58 %	79 %

Natomiast w badanych przeze mnie gminach, wskaźniki dotyczące klas VI mieściły się w przedziale od 0% do 53% (Łomża – 3%).

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

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

	Szkoły podst. kl. VI	Gimnazjum kl. III	Szk. ponadgimn. kl. II
PIWO	50 %	77 %	55 %
WINO, KOKTAIL	25 %	7 %	15 %
WÓDKA, LIKIER	25 %	17 %	30 %

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

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

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

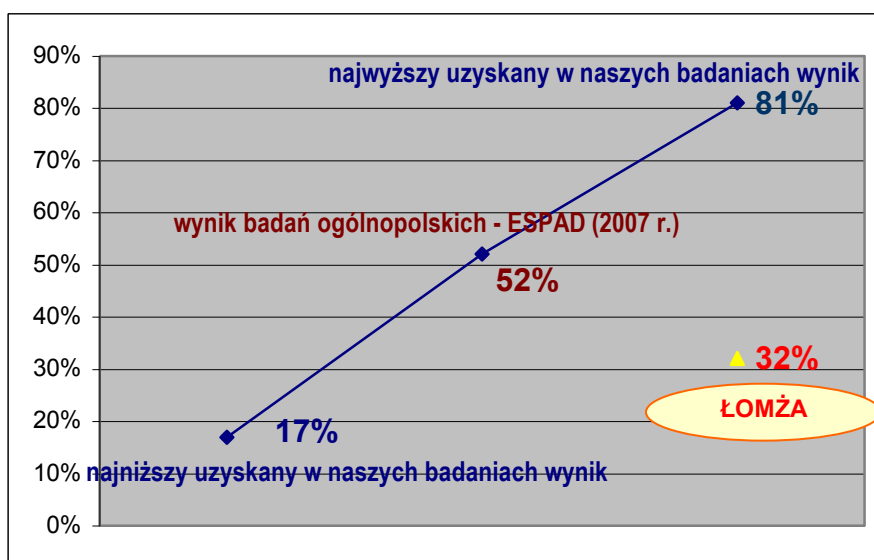
traktowaniu przez młodzież (i nie tylko przez młodzież) piwa, nie jako alkoholu, lecz jako niegroźnego napoju orzeźwiającego. Jest to bardzo niepokojąca tendencja.

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

Ile razy zdarzyło ci się upić napojem alkoholowym	Szk. Podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimnazj. II kl.
ani razu	98 %	68 %	47 %
1-2 razy	2 %	16 %	23 %
3-5 razy	0 %	7 %	12 %
6-10 razy	0 %	1 %	3 %
ponad 10 razy	0 %	8 %	15 %
Łącznie upiło się	2 %	32 %	53 %

Co trzeci z uczniów klasy III gimnazjum oraz połowa uczniów klas drugich szkół ponadgimnazjalnych było już pijanych.

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



Porównanie młodzieży starszej:

Przekraczanie progu nietrzeźwości	Szkoły ponadgimnazjalne kl. II	
	ŁOMŻA	ESPAD-2007 (ogólnopolskie)
TAK	53 %	71 %

Wśród badanych przeze mnie uczniów klas VI upijanie się potwierdziło 0%-46% (w Łomży – 2%).

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

W jakim wieku po raz pierwszy spróbowałeś alkoholu	Szkoła podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
Nie piłem jeszcze alkoholu	64 %	27 %	14 %
mniej niż 9 lat	15 %	16 %	10 %
10 – 12 lat	8 %	8 %	6 %
13 – 15 lat	1 %	44 %	31 %
16-18 lat	Nie dotyczy	0 %	30 %
Nie pamiętam	12 %	5 %	9 %
Nie piłem jeszcze alkoholu <i>(ogólnopolskie badania ESPAD-2007 r.)</i>	x	10 %	5 %

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

Zobaczmy teraz, **dłaczego młodzi ludzie piją.**

Naciski otoczenia	44 %
Chęć poczucia się dorosłym	51 %
Chęć zabawienia się	61 %
Ucieczka od problemów	45 %
Relaks	25 %
Ciekawość	47 %
Obawa przed odrzuceniem	32 %
Chęć wyróżnienia się	36 %
Smutek	17 %
Nuda	20 %

Niepokojącym zjawiskiem jest fakt, iż alkohol coraz częściej służy jako antidotum na smutki i

problemy życiowe. Nie pozwala to młodemu człowiekowi realnie zmierzyć się z trudnymi sytuacjami i skraca drogę do uzależnienia. Jak wynika z powyższej tabeli, ważnymi motywami sięgnięcia przez młodego człowieka po alkohol jest próba ucieczki od problemów, smutek i nuda.

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

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

Oto odpowiedzi:

	Szk. podst. i gimnazjum	Szkoły ponadgimn.
zdziwienie	21 %	35 %
krytyka	27 %	18 %
podziw	10 %	8 %
zrozumienie	18 %	34 %
odrzućenie	14 %	5 %
obojętność	18 %	48 %
usilne namawianie	21 %	31 %
wyśmiewanie	17 %	14 %
nie wiem	29 %	10 %

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

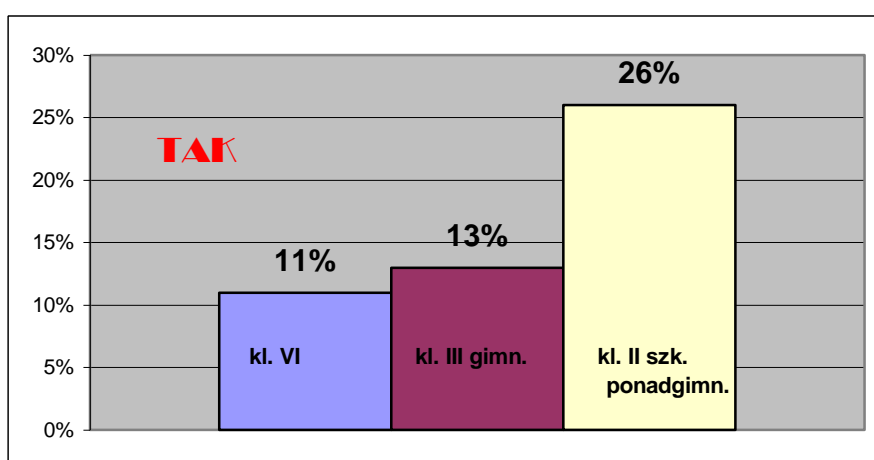
- 1/ Częstoymi reakcjami na odmówienie napicia się jest zrozumienie lub przynajmniej obojętność.
- 2/ Odrzućenie i wyśmiewanie z tego powodu nie są najczęstszymi reakcjami.
- 3/ Czasami odmowa wypicia powoduje reakcję usilnego namawiania. Dlatego tak istotna jest realizacja nowoczesnych programów profilaktycznych,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

SZKODY SPOŁECZNE

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

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

Oto odpowiedzi:



Jak widać, co dziewiąty szóstoklasista, co ósmy uczeń III klasy gimnazjum i co czwarty z uczniów szkół ponadgimnazjalnych potwierdza występowanie tego typu incydentów.

V. POSTAWY DOROSŁYCH A PICIE ALKOHOLU PRZEZ MŁODZIEŻ

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

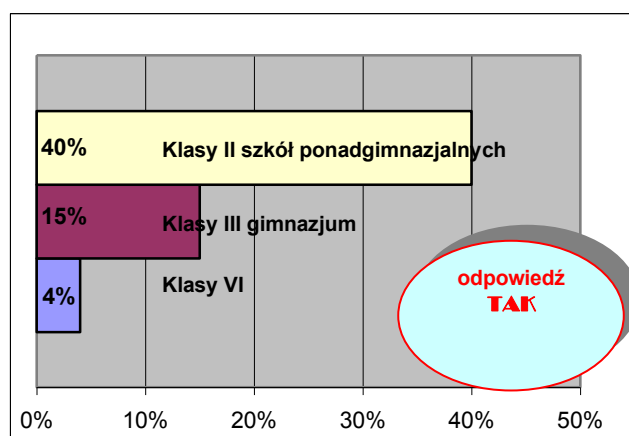
Z kolegą	63 %
Z rodzicami	16 %
Z innym dorosłym członkiem rodziny	11 %
Z innym dorosłym	1 %
Sam	9 %

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

Więcej niż w co czwartym przypadku osobami, które po raz pierwszy poczęstowały młodego człowieka alkoholem, byli dorośli (najczęściej rodzice).

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

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



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

Gdzie ostatni raz piłeś alkohol ?	Klasa VI	Gimnazjum kl. III	Szk. ponadgimn. kl. II
w szkole (internacie)	0 %	0 %	0 %
u siebie w domu	50 %	9 %	11 %
na dyskotecę	0 %	1 %	9 %
u kogoś w domu	27 %	26 %	42 %
w kawiarni, pubie	0 %	0 %	4 %
w parku (na łące)	0 %	3 %	5 %
pod sklepem	0 %	3 %	0 %
w innym miejscu	23 %	57 %	28 %

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

MŁODZIEŻ A NARKOTYKI

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

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

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

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

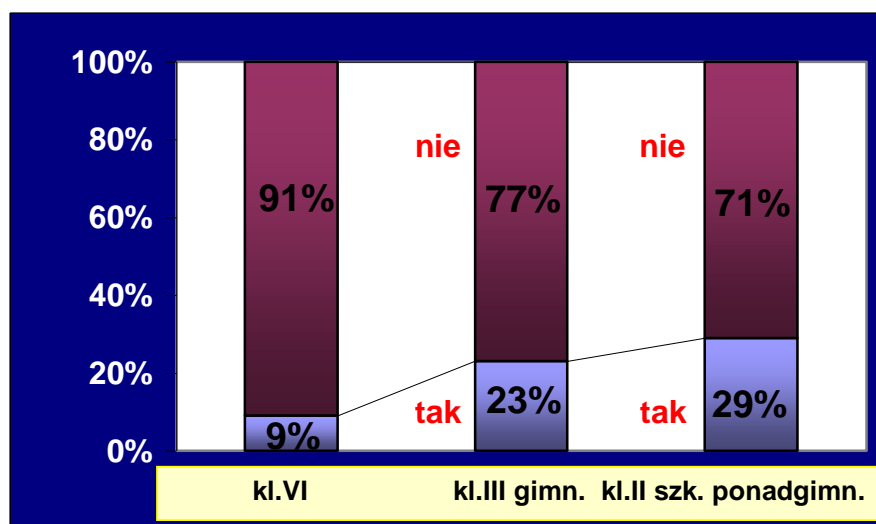


Pierwsze nasze pytanie brzmiało:

Ile osób z twojego środowiska zażywa narkotyki	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
większość	1 %	2 %	1 %
około połowy	0 %	2 %	9 %
mniejszość	1 %	12 %	20 %
pojedyncze przypadki	24 %	41 %	39 %
nikt	74 %	43 %	31 %

Młodzież szkół Łomży spostrzega problem zażywania narkotyków przez swoich rówieśników jako marginalny. Młodzi ludzie, jeśli już dostrzegają takie zjawisko, to głównie jako pojedyncze przypadki.

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



Co jedenasty szóstoklasista, niemal co czwarty uczeń III klasy gimnazjum i trzech na dziesięciu uczniów II klas szkół ponadgimnazjalnych przyznaje się do kontaktów ze środkami odurzającymi.

Jakie środki są najczęściej zażywane przez uczniów? Dla porównania podajemy wyniki badań ogólnopolskich ESPAD (J.Sierosławski, A. Zieliński – 2007 r.) w grupie wiekowej 15-16-latków i młodzieży starszej.

Rodzaj środka	Klasa	Szkoły podstawowe kl. VI	Gimnazjum Kl. III		Szkoły ponadgimn. Kl. II	
			ŁOMŻA	ESPAD-2007r. (ogólnopolskie)	ŁOMŻA	ESPAD-2007r. (ogólnopolskie)
środki nasenne		1 %	9 %	16 %	8 %	19 %
klej, rozpuszczalnik		1 %	0 %	8 %	3 %	7 %
marihuana lub haszysz		2 %	9 %	16 %	23 %	28 %
GHB		0 %	0 %	1 %	0 %	1 %
amfetamina		0 %	2 %	4 %	4 %	8 %
ekstazy		0 %	1 %	3 %	1 %	4 %
heroina		1 %	0 %	1 %	0 %	2 %
kokaina		1 %	1 %	2 %	2 %	3 %
relewin*		0 %	0 %	-	0 %	-
LSD lub inne halucynogeny		0 %	0 %	2 %	0 %	3 %
grzyby halucynogenne		0 %	1 %	2 %	1 %	3 %
polska heroina		0 %	0 %	2 %	0 %	2 %
sterydy anaboliczne		0 %	1 %	2 %	3 %	4 %
alkohol razem z tabletkami		1 %	0 %	7 %	2 %	12 %
inne		2 %	5 %	-	3 %	-

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

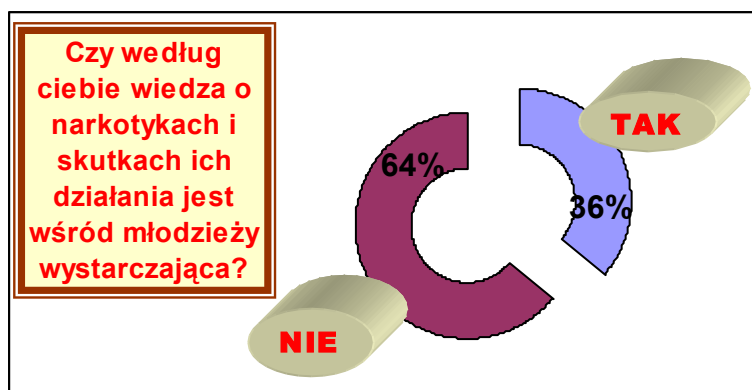
Najczęściej używanym środkiem odurzającym jest marihuana. Towarzyszy często temu powszechne przekonanie młodych ludzi o małej szkodliwości tej substancji. Nie jest to prawdą, a większość osób biorących groźniejsze środki odurzające zaczynała właśnie od tzw. „miękkich narkotyków” (haszyszu i marihuany).

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

Bardzo istotną sprawą jest pytanie o częstotliwość kontaktów z narkotykami.

Czy miałeś kontakt ze środkami odurzającymi:	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
Kiedykolwiek	9 %	23 %	29 %
W ciągu ostatnich 12 miesięcy	2 %	12 %	17 %
W ciągu ostatnich 30 dni	2 %	4 %	12 %

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



Tylko co trzeci z badanych uczniów wyraża przekonanie o posiadaniu przez jego rówieśników wystarczającego poziomu wiedzy o działaniu środków odurzających, zaś pozostali

ankietowani odczuwają deficyt w tym zakresie. A przecież wiedza na ten temat nie powinna być tematem tabu. Należy z młodymi ludźmi rozmawiać o ich problemach, powinno się mówić o sposobach, jakimi mogą być nakłaniane do wzięcia narkotyku i jak sobie w takich sytuacjach radzić.

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

	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
TAK	32 %	35 %	40 %
NIE	68 %	65 %	60 %

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

a/ w szkole:

	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
TAK	0 %	10 %	15 %

b/ poza szkołą:

	Szk. podst. VI kl.	Gimnazjum III kl.	Szk. ponadgimn. II kl.
TAK	16 %	24 %	40 %

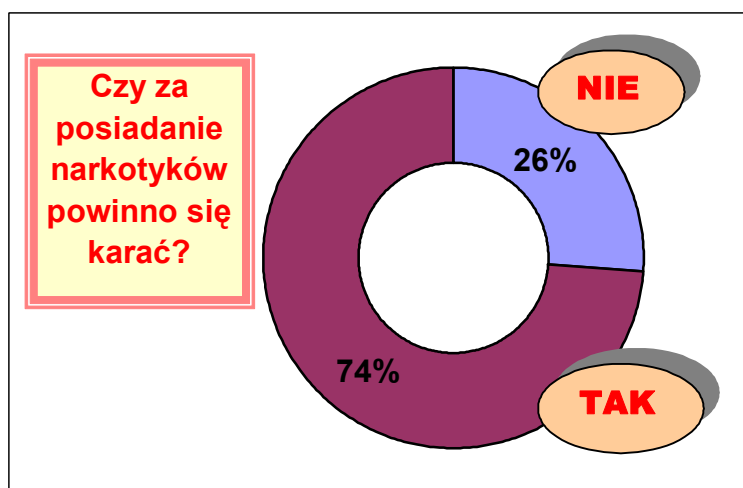
Chcieliśmy się dowiedzieć jaka jest dostępność do narkotyków, ponieważ ma ona bardzo istotny wpływ na sięganie po te substancje. Na pytanie: „**Gdzie według ciebie najłatwiej można kupić narkotyki?**” młodzi ludzie podają, że:

	Kl. VI	Kl. III gimnazjum	Kl. II szkół ponadgimnazj.
Nie znam takich miejsc	47 %	54 %	44 %
Ulica, park	14 %	7 %	16 %
Szkoła	2 %	5 %	11 %
Dyskoteka, pub	32 %	24 %	37 %
Mieszkanie dealera	26 %	24 %	19 %
Inne miejsca	13 %	13 %	15 %

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

47% szóstoklasistów, ponad połowa gimnazjalistów i 44% uczniów szkół ponadgimnazjalnych nie zna takich miejsc. Są to odpowiedzi pozytywnie diagnostyczne – świadczą o tym, że ta część uczniów nie jest prawdopodobnie zainteresowana dostępem do substancji psychoaktywnych.

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



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

DOPALACZE

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

	KL. VI	KL. III gimnazjum	KL. II szkół ponadgimn.
Czy wiesz co to są dopalacze?	86 %	92 %	95 %
Czy wiesz gdzie w twojej miejscowości można kupić dopalacze?	42 %	55 %	60 %
Czy miałeś kiedykolwiek kontakt z dopalaczami (zażywanie)?	6 %	5 %	6 %
Czy miałeś kontakt z dopalaczami w ciągu ostatnich 30 dni?	4 %	4 %	5 %

Młodzież ma dobrą orientację odnośnie rynku dopalaczy, natomiast kontakty z tymi substancjami mają charakter sporadyczny.

PROBLEMY NARKOMAŃSKIE OCZYMA DOROSŁYCH

Pytania dotyczące problemów narkomańskich zadaliśmy także dorosłym mieszkańcom Łomży.

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

<i>Zdecydowanie łatwy</i>	23 %
<i>Raczej łatwy</i>	28 %
<i>Zdecydowanie trudny</i>	8 %
<i>Raczej trudny</i>	9 %
<i>Nie wiem</i>	32 %

Dalej pytaliśmy o pogląd na penalizację posiadania narkotyków:

Czy za posiadanie narkotyków powinno się karać	
TAK	91 %
NIE	9 %

❖ Zapobieganie narkomanii:

- **Programy profilaktyczne w szkołach**
- **Pozaszkolne (środowiskowe) programy profilaktyczne**
- **Świetlice socjoterapeutyczne i opiekuńczo-wychowawcze realizujące programy profilaktyczne**
- **Realizacja cyklicznego (co 2 lata) monitoringu oraz analiza trendów związanych ze zjawiskiem narkomanii na poziomie lokalnym**

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

Przemoc w rodzinie charakteryzuje się tym, że:

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

Wyróżnić można kilka rodzajów przemocy. Mówimy więc o:

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

Policja w Polsce w latach 90-tych odnotowała prawie dwukrotny wzrost przypadków znęcania się nad członkami rodziny (w tym nad dziećmi). Podczas gdy liczba przestępstw ogółem wzrosła o 2%, liczba przestępstw przeciw

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

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

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

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

PRZEMOC W SZKOLE

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

	TAK	NIE
Czy zostałeś kiedykolwiek pobity w szkole?	9 %	91 %
Czy byłeś kiedykolwiek przez rówieśników zmuszany do robienia czegoś, czego nie chciałeś robić?	13 %	87 %
Czy zostałeś kiedykolwiek w szkole napadnięty i okradziony?	7 %	93 %

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

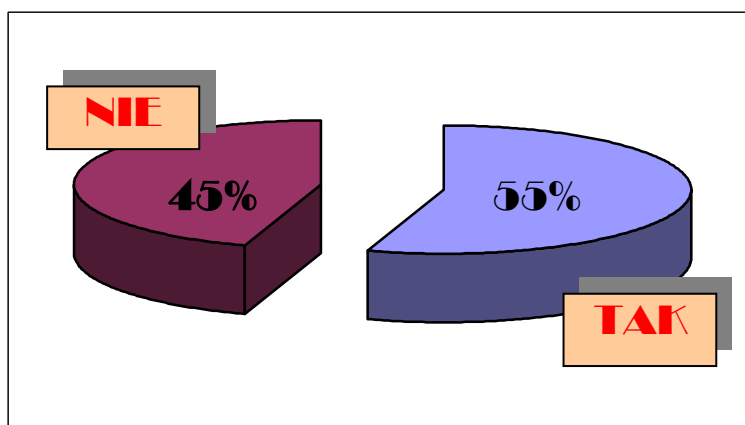
PRZEMOC DOMOWA – OCZYMA RODZICÓW

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

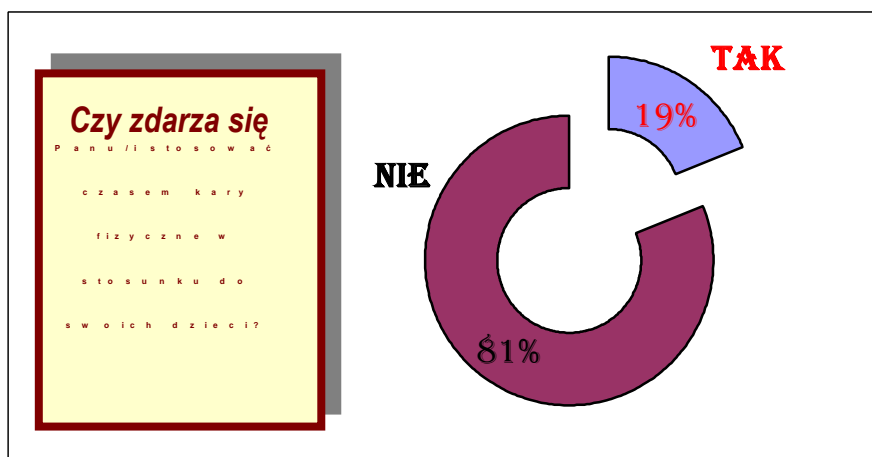
Czy zgadza się Pan/i z następującymi stwierdzeniami?	TAK	NIE
<i>Surowe traktowanie dziecka przez rodziców hartuje dziecko i pozwala mu lepiej radzić sobie z przeciwnościami losu.</i>	19 %	81 %

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

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



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



PRZEMOC DOMOWA – OCZYMA MŁODZIEŻY

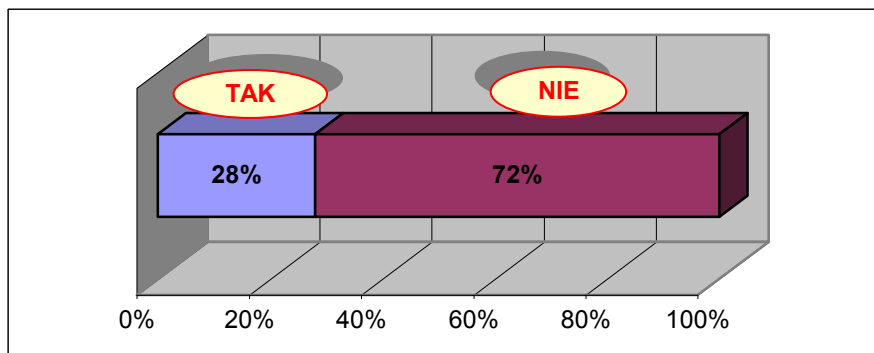
*Przemoc raz zastosowana
ma tendencje do powtarzania się.*

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

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

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

Spójrzmy jak skalę tego problemu spostrzegają uczniowie szkół Łomży. Zadaliśmy uczniom pytanie: *„Czy kiedykolwiek w życiu rodzinnym byłeś świadkiem przykrej sytuacji spowodowanej przez picie alkoholu”* i otrzymaliśmy następujące odpowiedzi:



Niemal trzech na dziesięciu uczniów udzieliło odpowiedzi twierdzącej!

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

	Szk. podst. Kl. VI	Gimnazjum Kl. III	Szk. ponadgimn. Kl. II
TAK	14 %	16 %	7 %

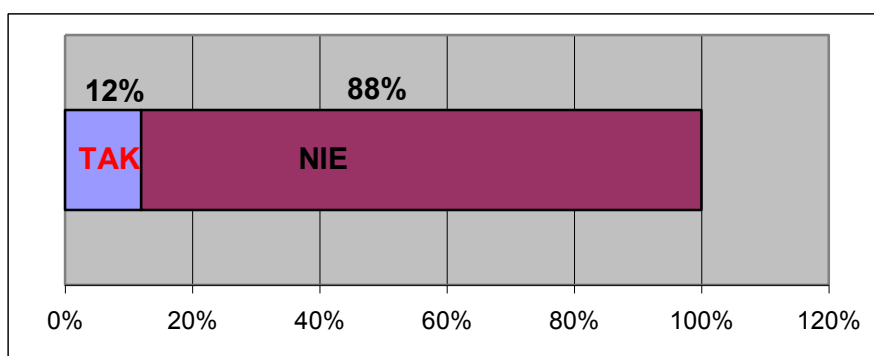
Jak widać, wcale niemała część uczniów gotowa byłby zaakceptować takie zachowania.

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

wyzywiska	34 %
groźby	10 %
poniżanie	15 %
policzkowanie	6 %
popychanie i szarpanie	12 %
bicie	8 %
szantażowanie pieniędzmi	2 %
żadna	59 %

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

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



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

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

	Szk. podst. Kl. VI	Gimnazjum Kl. III	Szk. ponadgimn. Kl. II
TAK	30 %	23 %	24 %

Z wyników tych badań można wysnuć kilka spostrzeżeń:

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

❖ *Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie:*

• **Formy przeciwdziałania przemocy w rodzinie**

	Liczba
Ośrodek interwencji kryzysowej dla ofiar przemocy w rodzinie	1
Schronisko dla ofiar przemocy w rodzinie (w ramach Ośrodka interwencji kryzysowej)	1
Interdyscyplinarny zespół ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie	1



Zapytaliśmy także, na co młodzi ludzie przeznaczają pieniądze.

	Szkoły podst. kl. VI	Gimnazjum III kl.	Szkoły ponadgimnazj. II kl.
A/ Słodycze	47 %	39 %	44 %
B/ Papierosy	0 %	8 %	13 %
C/ Kasety z muzyką	20 %	18 %	8 %
D/ Książki	21 %	20 %	16 %
E/ Gazety	25 %	18 %	18 %
F/ Napój alkoholowy	2 %	3 %	20 %
G/ Oszczędzam na ubranie	40 %	52 %	65 %
H/ Kupuję coś innego	43 %	49 %	62 %

UZALEŻNIENIE OD KOMPUTERA I INTERNETU CYBERPRZEMOC

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

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

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

	TAK
Czy ktoś kiedykolwiek zwracał ci uwagę, że za dużo czasu spędzasz przy komputerze?	62 %
Czy pozostajesz w Internecie, lub w ogóle przy komputerze, dłużej niż pierwotnie planowałeś?	58 %
Czy używasz Internetu jako sposobu na ucieczkę od problemów lub sposobu na poprawę nastroju (w stanach bezradności, winy, lęku, depresji, apatii)?	26 %
Czy czułeś się niespokojny, markotny, zirytowany, przygnębiony/a gdy próbowałeś ograniczyć czas w Internecie (albo w ogóle przy komputerze) lub zaprzestać korzystania z nich?	17 %

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

Istnieją różne rodzaje cyberprzemocy:

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

	TAK
Czy kiedykolwiek byłeś ofiarą rozpowszechniania przez Internet kompromitujących cię materiałów?	8 %
Czy doświadczyłeś przez Internet lub SMS któregoś z takich zachowań jak wulgarne wyzywanie, straszenie, ośmieszanie?	22 %
Czy ktoś podszywał się pod ciebie w Internecie?	11 %

PORÓWNANIE Z WYNIKAMI BADAŃ Z LAT 2006, 2008 i 2010

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

Porównaliśmy niektóre wyniki uzyskane wówczas i dzisiaj.

- Uczniowie, którzy spożywali alkohol 30 dni przed badaniem.

	2006 r.	2008 r.	2010 r.
KLASY VI SP	2 %	6 %	3 %
KLASY III GIMNAZJUM	38 %	37 %	27 %
KLASY II SZK. PONADGIMN.	54 %	52 %	58 %

W porównaniu z ubiegłymi latami zmniejszyła się liczba uczniów klas VI i gimnazjalistów z klas III pijących alkohol w okresie 30 dni przed badaniem.

- Uczniowie, którzy kiedykolwiek upili się napojem alkoholowym.

	2006 r.	2008 r.	2010 r.
KLASY VI SP	9 %	12 %	2 %
KLASY III GIMNAZJUM	43 %	41 %	32 %
KLASY II SZK. PNADGIMN.	63 %	60 %	53 %

Odsetek uczniów upijających się zmalał wśród uczniów wszystkich grup wiekowych.

- Kontakt ze środkami odurzającymi.

	2006 r.	2008 r.	2010 r.
• KL. VI SP	3 %	6 %	9 %
• KL. III GIMN.	17 %	11 %	23 %
• KL II SZK. PONADGIMN.	12 %	36 %	29 %

Jeśli chodzi o kontakt ze środkami odurzającymi, to zaznaczył się spadek w najstarszej grupie wiekowej.

- **Przemoc w rodzinie.**

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

	2006	2008	2010
wyzywiska	21 %	25 %	34 %
groźby	6 %	7 %	10 %
poniżanie	7 %	11 %	15 %
policzkowanie	3 %	4 %	6 %
popychanie i szarpanie	7 %	9 %	12 %
bicie	7 %	6 %	8 %
szantażowanie pieniędzmi	3 %	3 %	2 %
żadna	60 %	70 %	59 %

- **Czynniki wpływające na zmniejszenie szkód alkoholowych**

Jeśli zauważa Pan/i pozytywne zmiany obyczajów i zachowań alkoholowych w ostatnich latach, to są one wynikiem:	2006	2008	2010
Edukacji społecznej (prasa, radio, tv)	29 %	20 %	25 %
Działań lokalnych (leczenie odwykowe, komisja rozwiązywania problemów alkoholowych, grupy AA, kluby abstynenta, profilaktyka szkolna i in.)	39 %	37 %	35 %
Działań administracyjno-prawnych	7 %	11 %	8 %
Polityki cenowej wobec alkoholu	13 %	9 %	8 %
Zmian w obyczajowości	22 %	36 %	29 %
Promocji zdrowego stylu życia	31 %	35 %	34 %
Zubożenia społeczeństwa (brak pieniędzy na alkohol)	31 %	22 %	19 %
Większych możliwości wydawania pieniędzy na inne cele	13 %	21 %	19 %
Obawy o utratę pracy	61 %	56 %	46 %

Liczba osób doceniających wpływ czynników lokalnych w pozytywnych zmianach obyczajów i zachowań alkoholowych wynosi (tak jak i w poprzednim badaniu) ponad 1/3. Zdaniem badanych zmniejsza się rola czynników socjalnych (obawa o utratę pracy,ubożenie społeczeństwa).

WNIOSKI

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

1/ Jak mieszkańcy miasta spostrzegają skalę tych problemów?

- a) Alkoholizm zajmuje drugie miejsce w hierarchii problemów społecznych. Wymienia go 51% badanych. Dodając do tego narkomanię – 29% wskazań, uzyskamy pełny obraz zagrożenia uzależnieniami widziany przez dorosłych mieszkańców Łomży. Młodzież widzi to jeszcze ostrzej: alkoholizm jest na drugim miejscu (62%), a narkomania na pierwszym (64%).
- b) Czterech na dziesięciu ankietowanych uważa, że osoby pijące alkohol w ich okolicy stanowią szczególne zagrożenie dla bezpieczeństwa.

2/ Czego mieszkańcy oczekują od swoich przedstawicieli w samorządzie:

- a) 93% badanych oczekuje na poziomie lokalnym działań służących ograniczeniu skali problemów alkoholowych. W tym kryje się między innymi odpowiedź na pytanie, po co potrzebny jest rzetelny gminny program profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych.
- b) Zdecydowana większość badanych chce utrzymania a nawet podwyższenia do 21 lat wieku legalnego nabycia napojów alkoholowych. Za tą drugą opcją opowiada się 42% dorosłych i 17% uczniów. Oczywiście związane z tym decyzje podejmowane są na innym szczeblu, jednak powyższe fakty pokazują, że **w Łomży istnieje dobra atmosfera do realizacji lokalnych działań profilaktycznych i terapeutycznych.**
- c) Większość badanych (67%) uważa, że sprzedawcy napojów alkoholowych powinni odprowadzać do kasy miasta pieniądze na finansowanie zapobiegania alkoholizmowi, nawet jeśli przez to alkohole byłyby nieco droższe.

3/ Jak przedstawia się skala problemów alkoholowych w Łomży?

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

4/ Jakie jest zagrożenie młodzieży Łomży problemami alkoholowymi.

- a) *Wśród dzisiejszych 15-16-latków nie pije alkoholu 27% uczniów zaś wśród drugoklasistów ze szkół ponadgimnazjalnych odsetek ten wynosi 14%. Dla porównania, niemal połowa dzisiejszych dorosłych mieszkańców Łomży podaje, że nie znało smaku alkoholu przed 18-tym rokiem życia (lub w ogóle nie pije). Do 15 roku życia po alkohol*

sięgnęło 25% dorosłych. Potwierdza się więc teza o wzroście zachowań ryzykownych wśród młodzieży. Co gorsza picie młodzieży przestaje być sporadycznym wyskokiem, a staje się obyczajem. Prawie połowa 15-latków piła alkohol w ciągu ostatniego miesiąca. To samo dotyczy sześciu na dziesięciu uczniów szkół ponadgimnazjalnych.

- b) Najczęściej spożywanym przez młodzież napojem alkoholowym jest piwo. Towarzyszy temu często fałszywe i szkodliwe przekonanie, że alkohol w piwie jest mniej groźny niż wódce.
- c) Uczniowie nie tylko piją, ale i upijają się. Pijany był już co trzeci uczeń klasy III gimnazjum i 53% uczniów klas II szkół ponadgimnazjalnych.
- d) Co ósmy uczeń gimnazjum i 26% uczniów II klas szkół ponadgimnazjalnych uczestniczyło w kłótni, sprzeczce lub bójce z powodu alkoholu.
- e) Niepokojąco wygląda także analiza motywów picia. Wielu młodych ludzi sięga po alkohol nie po to, aby się zabawić czy rozerwać, lecz traktując picie jako lekarstwo na problemy i smutki. Skraca to drogę do uzależnienia, nie daje bowiem możliwości realnego zmierzenia się z problemami.

5/ Młodzież a narkotyki

- a) *Mimo tego, że narkotyzowanie się nie jest przez uczniów Łomży postrzegane jako zjawisko powszechne, to jednak co jedenasty szóstoklasista, niemal co czwarty uczeń III klasy gimnazjum i trzech na dziesięciu uczniów II klasy szkoły ponadgimnazjalnej przyznaje się do kontaktów ze środkami odurzającymi (najczęściej jest to marihuana). 4% gimnazjalistów i 12% uczniów szkół ponadgimnazjalnych miało kontakt ze środkami odurzającymi w okresie 30 dni przed badaniem.*
- b) Tylko co trzeci z badanych uważa, że jego rówieśnicy posiadają wystarczającą wiedzę o narkotykach i szkodliwych skutkach ich działania.
- c) 15% uczniów szkół średnich spotkało w szkole osobę rozprowadzającą narkotyki a poza szkołą – 40%. Wśród gimnazjalistów odpowiednio: 10% i 24%.
- d) Młodzi ludzie mają przekonanie, że w narkotyki można najprędzej zaopatrzyć się na dyskotecce czy w pubie, ale kupno środka odurzającego w innych miejscach też nie następuje trudności.
- e) Młodzież ma dobrą orientację odnośnie rynku dopalaczy, natomiast kontakty z tymi substancjami mają charakter sporadyczny.

6/ Dorośli a narkotyki

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

- b) Zdecydowana większość dorosłych mieszkańców Łomży (91%) uważa, że za posiadanie narkotyków powinno się karać (wśród młodzieży takie przekonanie podziela 74% badanych).

7/ Uzależnienie od komputera i Internetu. Cyberprzemoc.

- a) Duży odsetek młodzieży zbyt długo pozostaje przy komputerze (zarówno w ocenie własnej, jak i innych osób).
- b) Internet staje się nierzadko sposobem na ucieczkę od problemów lub sposobem na poprawę nastroju (26%).
- c) Wielu młodych ludzi (22%) doświadczało przez Internet lub SMS wulgarnego wyzywania, straszenia czy też ośmieszania.

8/ Problemy przemocy

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

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

- a) Więcej niż w co czwartym przypadku osobami, które po raz pierwszy poczęstowały młodego człowieka alkoholem byli dorośli – najczęściej rodzice.
- b) Jednocześnie 28% uczniów było świadkiem przykrew sytuacji w życiu rodzinnym spowodowanej przez alkohol.
- c) Młodzi ludzie potrafią omijać zakaz sprzedaży alkoholu osobom niepełnoletnim. 15% uczniów klasy III gimnazjum kupowało samodzielnie alkohol.
- d) Młodzież najczęściej spożywa alkohol w domu, na dyskotece, w kawiarni. A co w tym czasie robią dorośli?

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

- a) Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Osoby uzależnione i wyrządzające swoim pić poważne szkody społeczne niechące się poddać leczeniu mogą być zgłoszone do komisji celem wszczęcia procedury sądowej zobowiązującej do leczenia odwykowego. W 2009 r. Komisja przeprowadziła 127 rozmów interwencyjno-motywacyjnych z członkami rodzin osób z problemem alkoholowym (6 spraw skierowano do sądu).

- b) Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, który udzielił w 2009 roku pomocy dla 44 rodzin z problemem alkoholowym.
- c) Działań grup samopomocowych, leczenia odwykowego:
 - trzeźwienie wsparte jest oddziaływaniami grup samopomocowych.
 - Miasto dofinansowuje także działalność terapeutyczną dla osób uzależnionych i współuzależnionych
- d) Oddziaływań profilaktycznych:
 - W Łomży działają 2 świetlice realizujące program socjoterapeutyczny i 4 świetlice realizujące program opiekuńczo-wychowawczy. Działaniem tych placówek objęte jest 345 dzieci.
 - Wielu uczniów uczestniczyło w 2009 roku w programach profilaktyki uzależnień.

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

- a) Prawie 3/4 badanych mieszkańców coraz częściej styka się z osobami, które zostały abstynentami lub przynajmniej piją w sposób mniej destrukcyjny niż dawniej.
- b) Według wielu badanych (56%) zmniejsza się picie alkoholu w pracy.
- c) Zmieniają się preferencje alkoholowe. Napoje spirytusowe są często zastępowane napojami o niskiej zawartości alkoholu.
- d) 2/3 badanych wiedziałoby gdzie szukać pomocy, gdyby ktoś z ich bliskich miał problemy z alkoholem.
- e) Duże jest także zaufanie do działań związanych z rozwiązywaniem problemów alkoholowych. 77% badanych wierzy w skuteczność leczenia odwykowego.

12/ I jeszcze bardzo istotna sprawa. Jaka rolę w animacji tych wszystkich pozytywnych zmian mają działania lokalne? Zdaniem badanych mieszkańców Łomży – bardzo dużą. Docenia to 35% osób badanych.

13/ Porównanie wyników badań z lat 2006-2010

- a) W porównaniu z poprzednim badaniem znacznie zmalała liczba uczniów klas VI szkół podstawowych i klas III gimnazjów, którzy spożywali alkohol w miesiącu poprzedzającym badanie. Nieco wzrósł natomiast odsetek uczniów klas II szkół ponadgimnazjalnych pijących alkohol w okresie ostatnich 30 dni.
- b) Jeśli chodzi o upijanie się, daje się zaobserwować tendencję malejącą wśród uczniów wszystkich grup wiekowych.
- c) Odsetek uczniów mających kontakt ze środkami odurzającymi zmalał w najstarszej grupie wiekowej (w pozostałych zaznaczył się wzrost).

14/ Strategiczne kierunki realizacji programu gminnego w przyszłych latach:

- Kontynuacja działań w zakresie profilaktyki szkolnej w oparciu o programy wykorzystujące aktywność własną uczniów, i poszerzanie o inne rozbudowane, cykliczne programy profilaktyczne.
- Istotne jest, aby zajęcia profilaktyczne obejmowały ćwiczenia odmawiania picia, nieulegania naciskowi grupy, bronięcia własnych postaw i przekonań.
- Realizacja programów profilaktycznych obejmować powinna coraz młodsze grupy wiekowe. Jak wykazują badania, jednym z ważniejszych zadań jest dotarcie do uczniów szkół podstawowych. Jest to najlepszy moment, aby wpłynąć na zmianę preferencji w korzystnym kierunku, gdyż po przejściu do gimnazjum zaczyna się lawinowy wzrost niepożądanych zachowań alkoholowych.
- W związku z różnorodnością działań ryzykownych podejmowanych przez młodzież a także szeroką skalą innych zagrożeń wskazane jest tworzenie oddziaływań edukacyjnych i prewencyjnych dotyczących różnych środków odurzających (alkohol, tytoń, narkotyki) czy też adekwatnych sposobów zachowania się w sytuacjach przemocowych.
- Wzrost dostępności programów edukacyjnych dla osób dorosłych dotyczących problemów alkoholowych m.in. poprzez preferowanie programów profilaktycznych w szkołach obejmujących oprócz młodzieży także rodziców (np. „III Elementarz, czyli Program Siedmiu Kroków”, „Program Domowych Detektywów”).
- Wspieranie działalności świetlic opiekuńczo-wychowawczych i realizujących program socjoterapeutyczny w celu objęcia nimi jak największej liczby dzieci z grup ryzyka (rodziny dysfunkcyjne, w tym alkoholowe).
- Współpraca Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Policji i innych instytucji w kierunku prawnego egzekwowania przestrzegania ustawowego zakazu sprzedaży alkoholu osobom poniżej 18 roku życia.
- Konieczne jest tworzenie zintegrowanego systemu profilaktyki gminnej angażującego wiele grup społeczności lokalnej (oprócz młodzieży i rodziców także wychowawców, sprzedawców napojów alkoholowych, przedstawicieli samorządu itp.)
- Promowanie mody na zdrowy styl życia; zachęcanie i włączanie młodzieży do udziału w konkursach o charakterze edukacyjno-profilaktycznym itp.
- Promocja, wspólnie ze szkołami, liderów młodzieżowych i wykorzystywanie ich aktywności w działaniach profilaktycznych i promujących zdrowy styl życia.
- Wykorzystywanie zainteresowań młodzieży i ich aktywności fizycznej do budowania alternatywnych, w stosunku do picia alkoholu i zażywania

narkotyków, sposobów spędzania wolnego czasu i realizacji własnych zainteresowań.

- Wprowadzenie do programów szkolnych stałych elementów edukacyjnych w zakresie zapobiegania zachowaniom ryzykownym. Zakup materiałów edukacyjno szkoleniowych.
- Współdziałanie oraz pomoc w szkoleniu grup zawodowych i osób związanych bezpośrednio lub pośrednio z realizacją gminnego programu rozwiązywania problemów alkoholowych (pracownicy lecznictwa odwykowego, policja, pomoc społeczna, pedagodzy, kuratorzy sądowi, członkowie komisji rozwiązywania problemów alkoholowych i. in.).
- Wykorzystywanie prawnego zobowiązania do leczenia odwykowego.

SPIS TREŚCI

ALKOHOL W ŻYCIU DOROSŁYCH MIESZKAŃCÓW	1
I. Metryka gminy	3
a/ skala problemów alkoholowych	3
b/ stan zasobów w zakresie rozwiązywania problemów alkoholowych	4
c/ świadomość społeczna	6
II Alkohol w życiu dorosłych	7
a/ poglądy i postawy wobec alkoholu	7
b/ spożycie alkoholu	10
III. Szkody społeczne związane z nadużywaniem alkoholu	13
a/ skala zagrożenia problemami związanymi z nadużywaniem alkoholu	13
b/ nietrzeźwość w miejscach publicznych	14
IV. Dynamika zachowań alkoholowych na przestrzeni ostatnich lat	15
a/ dynamika spożycia alkoholu	15
b/ alkohol w pracy	16
c/ obyczaj abstynencki. Skuteczność oddziaływań profilaktyczno-leczniczych	16
ALKOHOL A MŁODZIEŻ	18
I. Stan zasobów	19
II. Wiedza o alkoholu – mity i fakty	22
III. Postawy młodzieży w stosunku do alkoholu	23
IV. Skala problemów alkoholowych – zachowania alkoholowe	25
a/ szkody społeczne	31
V. Postawy dorosłych a picie alkoholu przez młodzież	32
MŁODZIEŻ A NARKOTYKI	34
a/ dopalacze	39
b/ problemy narkomańskie oczyma dorosłych	39
PRZEMOC	40
a/ przemoc w szkole	41
b/ przemoc domowa – oczyma rodziców	42
c/ przemoc domowa – oczyma młodzieży	43
UZALEŻNIENIE OD KOMPUTERA I INTERNETU. CYBERPRZEMOC	46
PORÓWNANIE WYNIKÓW BADAŃ Z LAT 2006, 2008 i I 2010	48
WNIOSKI	50