



UŽIVANJE ALKOHOLA IN KAJENJE MED MLADOLETNIKI

Raziskovalna naloga

Avtor: Pia Jelena Džakulin, 9.b

Mentor: Tjaša Nežmah, univ. dipl. ped.

Somentor: Vesna Pekarović Džakulin, dr. med.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2017

UŽIVANJE ALKOHOLA IN KAJENJE MED MLADOLETNIKI

Raziskovalna naloga

Avtor: Pia Jelena Džakulin, 9.b

Mentor: Tjaša Nežmah, univ. dipl. ped.

Somentor: Vesna Pekarović Džakulin, dr. med.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje

Celje, 2017

ZAHVALA

Zahvalila bi se svoji mentorici, Tjaši Nežmah, za vso pomoč, za odgovore na vsa vprašanja, ki sem jih potrebovala, za vso organizacijo z anketami, in še marsičemu.

Zahvalila bi se svoji mami, ki mi je pomagala, kadarkoli sem pomoč potrebovala, pa če je bilo to na smučanju, na njen rojstni dan, ali kadarkoli drugič. Tudi ura ni bila omejena.

Zahvalila bi se očetu, bratu Marku, babici in dediju, ki so me ob vsem tem podpirali, mi pomagali z analizo anket in mi vedno nudili pomoč.

Zahvalila bi se učiteljem za podporo in razumevanje.

Zahvalila bi se učitelju Tomažu Končanu za pomoč, podporo in uporabne nasvete.

Zahvalila bi se prijateljem za pomoč pri organizaciji z anketami in podporo.

Zahvalila bi se Marku Kolšku, ki mi je posodil originalni izvod svoje doktorske disertacije z naslovom Pogostost pitja alkohola in pivske navade osnovnošolcev v Sloveniji.

Zahvalila bi se Darji Boben Bardutzky za strokovno literaturo in rezultate njenih raziskav o alkoholu pri mladostnikih.

KAZALO VSEBINE

1	UVOD.....	7
1.1	OPREDELITEV RAZISKOVALNEGA PROBLEMA	8
1.2	RAZISKOVALNE HIPOTEZE	8
1.3	RAZISKOVALNE METODE	8
1.4	POTEK RAZISKAVE.....	8
2	TEORETIČEN DEL NALOGE.....	9
2.1	OPREDELITEV OSNOVNIH POJMOV POVEZANIH S PITJEM ALKOHOLA	9
2.2	OBLIKOVANJE IDENTITETE MLADOSTNIKA V OBDOBJU ADOLESCENCE	9
2.3	ODNOS DO ALKOHOLA IN KAJENJA TER SPORAZUMEVANJE V DRUŽINI	9
2.4	OBLIKOVANJE ODNOSA MLADOSTNIKOV DO ALKOHOLA IN KAJENJA.....	10
2.5	ODNOS OTROK IN MLADOSTNIKOV DO ALKOHOLA IN KAJENJA.....	10
2.6	DOSTOPNOST ALKOHOLA IN CIGARET MLADOSTNIKOM.....	10
2.7	POSLEDICE TVEGANIH OBLIK PITJA ALKOHOLA MED OTROCI IN MLADOSTNIKI	11
2.8	POSLEDICE KAJENJA CIGARET	11
2.9	KAJENJE IN RAK.....	12
2.10	KATРАН DRAŽI SLUZNICO DIHAL.....	12
2.11	SRČNO-ŽILNE BOLEZNI IN MOŽGANSKO-ŽILNE BOLEZNI.....	13
2.12	RANE NA ŽELODCU IN DRUGE TEŽAVE S PREBAVILI	13
2.13	PSORIAZA IN HITRO STARANJE KOŽE	13
2.14	USTNA VOTLINA.....	14
2.15	DRUGE BOLEZNI, NA KATERE VPLIVA KAJENJE	14
2.16	KAJENJE V NOSEČNOSTI	14
2.17	KAJENJE JE TEŽKO OPUSTITI.....	15
2.18	VLOGA IZOBRAŽEVALNIH USTANOV	15
2.19	CIGARETE IN ZAKONODAJA.....	16
2.20	SESTAVA CIGARETNEGA DIMA IN ŠKODLJIVOST KAJENJA	16
2.21	OD PRVE CIGARETE DO NAVADE.....	18
2.22	VZROKI IN POSLEDICE KAJENJA.....	19
3	OSREDNJI DEL RAZISKOVALNE NALOGE.....	20
3.1	NAMEN RAZISKAVE.....	20
3.2	PROBLEMI PRI RAZISKOVALNI NALOGI	20
3.3	POTEK RAZISKOVANJA	20
3.4	STATISTIČNE METODE	21
3.5	REZULTATI ANKETE IN RAZPRAVA.....	21
4	OPREDELITEV GLAVNIH HIPOTEZ.....	54
5	ZAKLJUČEK.....	55
6	VIRI IN LITERATURA.....	56

KAZALO GRAFOV

GRAF 1: ŠTEVILO ANKETIRANIH OSEB PO SPOLU.....	21
GRAF 2: ANKETIRANCI RAZDELJENI PO STAROSTI.....	21

KAZALO GRAFOV IN PREGLEDNIC

GRAF IN PREGLEDNICA 1: ŠTEVILO UČENK IN UČENCEV, KI SO ŽE PILI ALKOHOL ALI KADILI IN TISTIH, KI NISO	22
GRAF IN PREGLEDNICA 2: VRSTA PRVE ALKOHOLNE PIJAČE V SKUPINI ANKETIRANIH IN GLEDE NA SPOL, NEUSTREZNI ODGOVORI, ABSTINENTI.....	23
GRAF IN PREGLEDNICA 3: VRSTA PRVE ALKOHOLNE PIJAČE GLEDE NA SPOL	24
GRAF IN PREGLEDNICA 4: STAROST OB PRVEM PITJU ALKOHOLA GLEDE NA SPOL	25
GRAF IN PREGLEDNICA 5: OKOLIŠČINE OB PRVEM PITJU ALKOHOLA GLEDE NA SPOL	26
GRAF IN PREGLEDNICA 6: IZVOR ALKOHOLA ZA PRVO PITJE GLEDE NA SPOL.....	27
GRAF IN PREGLEDNICA 7: POGOSTOST PITJA ALKOHOLA GLEDE NA SPOL	28
GRAF IN PREGLEDNICA 8: MNENJE ANKETIRANCEV O VEDENJU STARŠEV GLEDE NJIHOVEGA PITJA ALKOHOLA GLEDE NA SPOL	29
GRAF IN PREGLEDNICA 9: ODNOS STARŠEV DO PITJA ALKOHOLA SVOJIH OTROK	30
GRAF IN PREGLEDNICA 10: POGOVOR O ALKOHOLU DOMA	31
GRAF IN PREGLEDNICA 11: VZROK ZAČETKA PITJA ALKOHOLA PO SPOLU	32
GRAF IN PREGLEDNICA 12: NAJPOGOSTEJŠA KOLIČINA POPITEGA ALKOHOLA OB ENI PRILOŽNOSTI PO SPOLU	33
GRAF IN PREGLEDNICA 13: ŠTEVILO ANKETIRANIH, KI JE ŽE KDAJ KADILLO GLEDE NA SPOL.....	34
GRAF IN PREGLEDNICA 14: NAJPOGOSTEJŠE OBLIKE KAJENJA MED MLADOSTNIKI GLEDE NA SPOL	35
GRAF IN PREGLEDNICA 15: STAROST OB PRVEM KAJENJU GLEDE NA SPOL	36
GRAF IN PREGLEDNICA 16: DRUŽBA OB PRVEM KAJENJU GLEDE NA SPOL	37
GRAF IN PREGLEDNICA 17: IZVOR IZDELKA ZA PRVO KAJENJE GLEDE NA SPOL	38
GRAF IN PREGLEDNICA 18: POGOSTOST KAJENJA GLEDE NA SPOL.....	39
GRAF IN PREGLEDNICA 19: MNENJE ANKETIRANCEV O VEDENJU STARŠEV GLEDE NJIHOVEGA KAJENJA GLEDE NA SPOL	40
GRAF IN PREGLEDNICA 20: ODNOS STARŠEV DO KAJENJA SVOJIH OTROK.....	41
GRAF IN PREGLEDNICA 21: POGOVARJANJE O KAJENJU DOMA	42
GRAF IN PREGLEDNICA 22: VZROKI ZAČETKA KAJENJA PO SPOLU	43
GRAF IN PREGLEDNICA 23: NAJPOGOSTEJŠA KOLIČINA KAJENJA OB ENI PRILOŽNOSTI GLEDE NA SPOL.....	44
GRAF IN PREGLEDNICA 24: OKOLIŠČINE KAJENJA PO SPOLU	45
GRAF IN PREGLEDNICA 25: VZROKI KAJENJA GLEDE NA SPOL.....	46
GRAF IN PREGLEDNICA 26: ŠTEVILO ANKETIRANCEV, KI MENIJO, DA BI MORALO BITI PITJE ALKOHOLNIH PIJAČ DOVOLJENO MLADOLETNIM.....	47
GRAF IN PREGLEDNICA 27: ŠTEVILO ANKETIRANCEV, KI MENIJO, DA BI MORALO BITI PITJE ALKOHOLNIH PIJAČ DOVOLJENO NA VALETI ..	48
GRAF IN PREGLEDNICA 28: ŠTEVILO ANKETIRANCEV, KI MENI, DA PRETIRAVAJO GLEDE ŠKODLJIVOSTI ALKOHOLA PO SPOLU	49
GRAF IN PREGLEDNICA 29: ŠTEVILO ANKETIRANCEV, KI MENI, DA PRETIRAVAJO GLEDE ŠKODLJIVOSTI KAJENJA PO SPOLU	50
GRAF IN PREGLEDNICA 30: DOSTOPNOST ALKOHOLA MLADOLETNIM OSEBAM GLEDE NA SPOL.....	51
GRAF IN PREGLEDNICA 31: MNENJE O NEKAJ NAJPOGOSTEJŠIH UČINKIH ALKOHOLA	52
GRAF IN PREGLEDNICA 32: NAJPOMEMBNEJŠI RAZLOGI NE PITJA ALKOHOLA	53

POVZETEK

V teoretičnem delu raziskovalne naloge bom predstavila osnovne pojme glede pitja alkohola in kajenja pri mladostnikih, ki so pomembni za razumevanje rezultatov in so vodilo za nadaljnje razmišljanje in ukrepanje o tej izredno pomembni tematiki.

V empiričnem delu raziskovalne naloge vam bom predstavila namen raziskave, svoje hipoteze, raziskovalno metodo in preiskovalce.

Pričakovala sem, da je večina mladostnikov že imela stik z alkoholom, da so prvo alkoholno pijačo ali izdelek za kajenje dobili od prijateljev in da so začeli s pitjem in kajenjem zaradi želje po sprejetju v družbo. Menila sem, da mladostniki podcenjujejo učinke alkohola na telo in um ter da njihovi starši najpogosteje nasprotujejo pitju alkohola in kajenju. Tako so nas vsaj učili.

Ugotovila sem, da ni nihče navedel, da je prvič kadil oziroma pil alkoholno pijačo iz želje po sprejemu v družbo, da skoraj vsi starši vedo o pitju alkohola svojih otrok in skoraj nihče o kajenju, da je tako veliko otrok že kadilo marihuano, da starši v veliki večini dovolijo pitje alkohola svojim otrokom in da celo najpogosteje mladostniki začnejo piti alkohol doma, kar jim da posledično misliti, da jim je alkohol zelo dostopen.

1 UVOD

O odkritju alkohola govori stara arabska legenda. Nekoč naj bi živel alkimist, ki je želel odkriti tak življenjski napoj, ki bo tistemu, ki ga bo popil, zagotovil večno mladost in veselje. Nekoč je iz radovednosti zavrel sadne odpadke in dobil tekočino omamnega vonja in prijetnega okusa. Ko jo je zaužil, je dobil občutek, da mu je pijača dala novih moči, zdelo se mu je, da se želje uresničujejo kar same od sebe, volja po življenju je rasla, počutil se je pomlajenega. Presenečen in vesel je vzkliknil **Al-kohl**, kar pomeni dobro, dragoceno. Svoje odkritje je nemudoma razodel drugim ljudem, prepričan, da je dal človeštvu srečo in bogastvo. Preteklo je več let, ko je nekega večera alkimist slonel na oknu svoje hiše. Prevaral se je. Učinek čarobne tekočine je bil varljiv in nevaren ... Obupan se je alkimist vrgel skozi okno (Može, 2002, str. 5).

V Sloveniji številne navade in običaji spodbujajo ljudi k pitju alkohola. Celo naša himna je zdravljica, torej pesem, ki je bila prvotno namenjena petju med nazdravljanjem z alkoholom. Sama opažam, da so običaji nazdravljanja in drugih oblik pitja alkohola vse pogostejši med mladostniki. Pravijo, da imamo "mokro kulturo".

Stroka jasno opozarja, da je v obdobju odraščanja in razvoja možganov mladostnikov škodljivo vsako uživanje alkohola. V medijih je vse več opozoril glede vpliva alkohola na vožnjo in tragičnih posledic pitja alkohola na izid prometnih nesreč.

Kljub temu nekateri visoko izobraženi starši še vedno menijo, da je prav, da svoje otroke naučijo uživati alkoholne pijače na "kulturnen način" in jim torej sami, v navidezno nadzorovanih situacijah ponujajo alkoholne pijače (Boben-Bardutzky, 2009).

Raziskovalne naloge sem se lotila, ker me je zanimalo, kakšen stik in odnos imajo mladostniki do alkohola in kajenja ter kako njihovi starši gledajo na pitje alkohola in kajenje svojih otrok.

Temo alkohola in kajenja med mladimi sem si izbrala zato, ker sem začela opazovati vedno več pitja alkohola in kajenja med vrstniki. O alkoholu in kajenju sem že prej prejela kar nekaj informacij od družine, to je od staršev ter babice in dedija. Nisem pa vedela, kako je s tem v praksi, zakaj mladi tako zgodaj začnejo s pitjem alkohola in s kajenjem, saj sama še nisem poskusila alkohola niti nikoli prižgala cigarete. S to raziskovalno nalogo, sem želela razširiti svoje znanje o alkoholu in kajenju med mladostniki ter ga deliti z drugimi. Upam, da bo moja naloga odprla oči veliko ljudem, ki so jih morda ves ta čas zatiskali pred realnostjo.

Rezultati raziskave predstavljajo izhodišče za načrtovanje prihodnjih preventivnih aktivnosti.

Če parafraziram Bogdana Novaka: »Raziskujem za ljudi, ne za predal«.

1. 1 Opredelitev raziskovalnega problema

Raziskovalni problem se navezuje na temi alkohol in kajenje med mladostniki. Obe temi sta zelo obsežni, zato sem se v teoretičnem delu osredotočila predvsem na škodljivost uživanja obeh substanc, v empiričnem delu pa sem se osredotočila na odnos mladostnikov in njihovih staršev do obeh substanc. Rezultate sem primerjala po spolu.

1. 2 Raziskovalne hipoteze

- Današnje generacije mladoletnikov začnejo najpogosteje piti alkohol pri 12-ih ali 13-ih letih in kaditi cigarete pri 14-ih ali 15-ih letih.
- Mladostniki so najpogosteje prvič pili alkohol ali kadili v družbi prijateljev.
- Mladostniki najpogosteje pijejo alkohol ali kadijo nekajkrat na leto. Ko pijejo alkohol, najpogosteje popijejo en kozarec, ko kadijo, pa pokadijo eno cigareto.
- Večina mladostnikov, ki so že kadili, je kadila navadno cigareto.
- Glavni vzrok začetka pitja alkohola in kajenja je želja po sprejetju v družbo vrstnikov ali starejših.
- Mladostniki se ne zavedajo resničnih učinkov pitja alkohola na telo in um.
- Starši pogosto ne vedo, da njihovi otroci pijejo alkohol ali kadijo. Otroci menijo, da so njihovi starši proti pitju alkohola in proti kajenju pri mladoletnikih.
- Najpomembnejši razlog, da mladoletniki ne pijejo alkohola je, da alkohol škoduje zdravju.

1. 3 Raziskovalne metode

1. Literatura

S pomočjo knjig in spletnih strani sem napisala teoretični del in anketni vprašalnik.

2. Priprava anketnega vprašalnika in anketiranje

Izbor anketirancev je bil naključen. V raziskavo je bilo vključenih 131 učencev, od tega 56 učencev moškega spola in 75 učenk ženskega spola. Skupaj je bilo 53 osnovnošolcev in 78 srednješolcev.

1. 4 Potek raziskave

Raziskava je potekala v januarju in februarju leta 2017. Sama sem obiskala srednjo frizersko šolo Celje, Gimnazijo Celje Center in II. osnovno šolo Celje in jim po kratkem uvodu razdelila ankete. Za reševanje anket so učenci povprečno porabili 7 minut. Ostale ankete je moja mentorica, ki je hkrati tudi svetovalna delavka, po predhodnem dogovoru z ravnateljem in svetovalnimi delavkami na šolah poslala na preostali dve šoli.

2 TEORETIČEN DEL NALOGE

2. 1 Opredelitev osnovnih pojmov povezanih s pitjem alkohola

V nadaljevanju so navedeni nekateri osnovni pojmi, ki se uporabljajo v zvezi s pitjem alkohola. Ena enota alkohola vsebuje približno 10 g alkohola, kar je 1 dcl vina ali 2,5 dcl piva ali 0,3 dcl žgane pijače.

Tvegano pitje alkohola je vzorec rabe alkohola, ki dolgoročno in z veliko verjetnostjo vodi k škodljivim posledicam pitja alkohola. Pri otrocih in mladostnikih to velja za vsako pitje alkohola.

Škodljivo pitje alkohola je vzorec uživanja alkohola s prisotnostjo negativnih posledic pitja alkohola. Gre za redno uživanje alkoholnih pijač, ki presega meje manj tveganja pitja. Pri otrocih in mladostnikih to velja za vsako pitje alkohola.

Sindrom odvisnosti od alkohola je skupina vedenjskih, kognitivnih in fizioloških fenomenov, ki se razvijejo po ponavljajočem se škodljivem uživanju alkohola. Zanj so značilne težave pri obvladovanju pitja v smislu začetka in prenehanja pitja ter oslABLJENA sposobnost nadziranja količine popitega alkohola, močna želja po pitju alkohola, vztrajanje pri uživanju alkohola kljub škodljivim posledicam, zanemarjanje drugih dejavnosti zaradi uživanja alkohola, stanje odtegnitve (odtegnitveni sindrom), spremenjena toleranca, ko je za doseganje enakega ali pričakovanega učinka opitja potrebna veliko večja količina alkohola oziroma je ob enaki količini učinek alkohola bistveno manjši (Boben-Bardutzky, 2009).

2. 2 Oblikovanje identitete mladostnika v obdobju adolescence

Oblikovanje identitete mladostnika se v obdobju adolescence kaže s tem, ko se mladostnik sprašuje kdo sem, komu pripadam, kaj želim doseči, postati.

Proces osamosvajanja je predpogoj za oblikovanje osebne identitete in vključuje tudi osamosvajanje od staršev, vendar je pomembno, da z njimi obdrži bližino. Oblikovanje identitete poteka z opazovanjem in predstavami, oboje pa vpliva na presojo mladostnika, kaj je dobro in kaj ne (Poljšak Škraban, 2004).

2. 3 Odnos do alkohola in kajenja ter sporazumevanje v družini

Nekateri starši so pogosto mnenja, da se zaradi hitrega načina življenja ves čas mudi in da jim čez dan enostavno zmanjka časa za pogovor in druženje s svojimi mladostniki. Medtem ko so starši prezaposleni s službo, kariero in dodatnim delom za preživetje družine, se otroci zapirajo med štiri stene, pretirano gledajo televizijo, brskajo po internetu in se družijo z virtualnimi prijatelji.

V primarni družini vsak posamezen član družine pridobi svoje prve socialne izkušnje, doživetja, občutja in čustva, kot so npr. občutek varnosti, sprejetosti, pripadnosti, ljubezni, ljubosumja, strahu, jeze, sovraštva, maščevanja, zavisti in moči (Tomori, 1994).

Otrok se v družini uči. Uči se, kako ravnati ob stiskah, težavah in po drugi strani na kakšen način in kako se veseliti. Nauči se, kaj je sreča in kdaj smo žalostni ter kako ravnati v takšnih situacijah, trenutkih in dogodkih (Boben-Bardutzky, 2009, str. 21).

Odnos staršev do alkohola bistveno vpliva na oblikovanje odnosa mladostnika do alkohola, saj se le ta zgleduje po svojih starših in verjame, da je tisto, kar oni počno, prav in dobro tudi zanj.

Pomemben dejavnik tveganega pitja otrok in mladostnikov je dostopnost alkohola v domačem okolju. Dom je okolje, kjer otroci zelo pogosto prvič pridejo v stik z alkoholom.

2. 4 Oblikovanje odnosa mladostnikov do alkohola in kajenja

Mladostništvo je viharo obdobje človekovega življenja, v katerem si mladostnik oblikuje odnos do sebe, svojega spreminjajočega se telesa, se sooča s svojo spolno vlogo, si izoblikuje odnos do vrstnikov in avtoritet. Za mladostnike je značilno nihanje razpoloženja, uporništvo in iskanje »novih«, ne vedno najboljših rešitev. Mladostnik tudi preizkuša vzorce vedenja odraslih s posnemanjem in zgledovanjem. Odnos staršev do alkohola, škodljivo pitje alkohola in kajenje niso pri tem nobena izjema (Boben-Bardutzky, 2009, str. 18).

Mladostniki se soočajo s problemi krize odraščanja, iskanjem smisla svojega življenja, identitete, čustvovanja, iskanjem tolažbe v omami, skratka s težavami, pogojenimi z razvojnimi procesi in na drugi strani zahtevami socialnega okolja. Mladostnik preizkuša, testira pitje alkohola, kar lahko privede do škodljivega in/ali tveganega pitja alkohola ter se kasneje tudi lahko razvije v sindrom odvisnosti od alkohola (Boben Bardutzky, 2004).

Mladostništvo je tudi obdobje, ko mladostniki vedno manj svojega prostega časa preživljajo s svojim starši. S starši se mladostniki ne radi ali pa sploh ne pogovarjajo o uživanju drog, alkohola, smislu življenja. V tem obdobju se mladostnik bolj identificira s svojo vrstniško skupino in izgublja stik s starši (Boben-Bardutzky, 2009, str. 19)

2. 5 Odnos otrok in mladostnikov do alkohola in kajenja

Raziskave kažejo, da je pri tistih, ki pričnejo piti alkohol pred svojim 15. letom starosti, v neki točki njihovega življenja štirikrat bolj verjetno, da bodo postali odvisni, kot tisti, ki so začeli piti po svojem dvajsetem letu (Tomori, 1995).

2. 6 Dostopnost alkohola in cigaret mladostnikom

Pomemben dejavnik tveganja škodljive rabe alkohola med otroci in mladostniki je finančno-gospodarski interes določenih akterjev (alkoholna industrija, gostinci in prodajalci) za

enostaven dostop mladih do alkohola. Alkoholna industrija na različne načine oglašuje svoje izdelke, pri čemer **povečujejo željo** po alkoholu, **spodbujajo pozitivna pričakovanja** v zvezi s pitjem alkohola in **pospešujejo pitje** alkohola (Boben-Bardutzky, 2009, str. 17).

Večina držav Evropske unije si prizadeva za krepitev odgovornega odnosa do alkohola in prepoved oglaševanja, strežbe in prodaje alkohola mladostnikom.

Dostop do alkohola mladostnikom v lokalih in trgovinah urejuje Zakon o omejevanju porabe alkohola (ZOPA; Ur. l., št. 15/2003), ki v 7. členu prepoveduje prodajo in ponudbo alkoholnih pijač in pijač, ki so jim dodane alkoholne pijače, osebam, mlajšim od 18 let. S tem v Sloveniji skušajo otrokom in mladostnikom omejiti dostop do alkohola ter posledično preprečevati tvegano pitje in opijanje. **Kljub zakonski ureditvi prihaja na tem področju do številnih kršitev.**

2. 7 Posledice tveganih oblik pitja alkohola med otroci in mladostniki

Otrok je pod vplivom alkohola neroden, nemiren, težko in nezbrano govori, ima težave s koncentracijo, izgubi nadzor nad lastnim vedenjem, težko se zbere, opazimo hitro menjavo razpoloženja. Otrokov zunanji videz in vedenje sta drugačna, kot smo ga sicer pri njemu vajeni. Otrok pod vplivom alkohola lahko izgubi celo zavest (Boben-Bardutzky, 2009, str. 18).

Otroci in mladostniki so v primerjavi z odraslimi bolj ranljivi za posledice tveganega pitja alkohola. Povečana ranljivost otrok in mladostnikov je posledica več dejavnikov, ki izhajajo iz značilnosti razvojnega obdobja otroštva in mladostništva. Otroci in mladostniki so bolj občutljivi za učinke alkohola, ker njihov telesni in duševni razvoj še nista končana, ker so telesno šibkejši, ker se njihovi možgani, katerih delovanje se pri dolgotrajnem prekomernem pitju alkohola lahko trajno spremeni, še razvijajo. Nenazadnje so otroci in mladostniki bolj ranljivi tudi zato, ker imajo v primerjavi z odraslimi manj izkušenj in znanja v zvezi s pitjem alkohola in njegovih učinkov. Med psihološke posledice pitja alkohola spadajo neopravičeno izostajanje od pouka, slabši učni uspeh, upad volje in motivacije, zanemarjanje aktivnosti, obžalovanje svojih dejanj, težave s spominom, upad koncentracije, težave pri odločanju in reševanju problemov, tvegana spolna vedenja, tvegano uživanje drugih psihoaktivnih snovi, razdražljivost, agresivnost, tesnoba, duševne motnje, samomorilno vedenje, težave v družinskih odnosih, težave v odnosih z vrstniki, težave v odnosih z učitelji in drugimi, izguba prijateljev, sprememba družbe, prepiri, pretepi, prerivanja, pobegi od doma, nasilje in težave s policijo (Boben-Bardutzky, 2009, str. 15).

2. 8 Posledice kajenja cigaret

Že dolgo je znano, da je kajenje tobaka na prvem mestu med vzroki umrljivosti in obolevnosti, ki bi se jih dalo preprečiti. Je dejavnik tveganja za nastanek in hujši potek najpogostejših bolezni v evropski regiji: srčno-žilnih bolezni (zlasti ateroskleroza in z njo povezani zapleti), možgansko-žilnih bolezni (s posledično možgansko kapjo), kronične pljučne bolezni in

pljučnega raka. Večina ljudi je s temi dejstvi seznanjena. Vprašamo se: zakaj potem še vedno kadijo.

Tobačni dim, ki nastaja pri izgorevanju tobaka, vsebuje vsaj 250 strupenih kemičnih snovi, približno četrtna teh snovi je rakotvornih. Najbolj znane in nevarne so nikotin, katran in ogljikov monoksid. Nikotin je droga, ki v telesu povzroči takojšnjo sprostitvev hormona adrenalina – ta telo stimulira in povzroči sproščanje sladkorja iz celic, zviša se krvni tlak, frekvenca dihanja in srčni utrip. A ta stimulacija ni trajna, po nekaj minutah ugasne, pride do depresije in izčrpanosti, kar kadilca žene, da vsakič znova prižge novo cigareto (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

2. 9 Kajenje in rak

Glavni rakotvorni dejavnik v cigaretnem dimu je katran (spojina, sestavljena iz nitrozaminov, aromatičnih aminov in policikličnih aromatskih ogljikovodikov). Najbolj s kajenjem povezujemo raka pljuč, saj pri kajenju vnašamo rakotvorne spojine neposredno v dihala. Poleg številnih znanstvenih dokazov o povezanosti kajenja z rakom pljuč nam posredno o tem govori tudi ugotovitev, da se starostna meja za zbolevanje znižuje, zboleva pa tudi vedno več žensk. To se ujema z znanim dejstvom, da kadi vedno več mladih in žensk. Rakotvornih spojin pa s kajenjem ne vnašamo le v pljuča, temveč tudi v druge organske sisteme, zato je kajenje dokazano povezano tudi z rakom žrela in grla, požiralnika, želodca, črevesa, sečnega mehurja in ledvice. Pri dovzetnih je kajenje lahko tudi sprožilec nastanka raka dojke, materničnega vratu, kožnega raka, raka trebušne slinavke in levkemij (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

2. 10 Katran draži sluznico dihal

S tobačnim dimom vnesene spojine niso le rakotvorne, pač pa tudi dražljive za sluznico. Ker je draženje večinoma ponavljajoče, prihaja do povečanega izločanja sluzi in s tem kroničnega bronhitisa. Kadilci in njihovi bližnji verjetno dobro poznajo tipičen kadilski kašelj (zlasti jutranji), ki je posledica le-tega. Draženje lahko privede tudi do nastanka emfizema – zmanjšane elastičnosti in propada sten pljučnih mešičkov in do kronične obstruktivne pljučne bolezni, ki dodobra okvari dihanje. Težava je v zanikanju: jutranjega kašlja kadilci ne obravnavajo resno in ga imajo za nekaj običajnega, težka sapa pa je sprva prisotna le ob naporih in jo pripisujejo le slabi telesni kondiciji. Zato prihaja do odlašanja v diagnostiki in bolezen odkrijemo pozno, ko je bolnik že invalid. Nastale škode ne moremo z ničimer popraviti, lahko le blažimo posledice. V napredovalem stadiju bolezni so bolniki pogosto

odvisni od aparata, ki jim stalno dovaja kisik (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

2. 11 Srčno-žilne bolezni in možgansko-žilne bolezni

Ker tobak pri kajenju izgoreva nepopolno, nastaja ogljikov monoksid, sproščajo pa se tudi številni kisikovi prosti radikali. Ogljikov monoksid se veže na hemoglobin močnejše, kot se nanj veže kisik, zato moti prenašanje in porabo kisika po telesu. Prosti radikali poškodujejo žilno steno in pospešijo nastanek ateroskleroze pri dovzetnih posameznikih. Posledice so lahko katastrofalne – možganska kap in srčni infarkt. Oboje je dokazano pogostejše pri kadilcih kot pri nekadilcih. Z aterosklerozo je povezana tudi periferna arterijska žilna bolezen (najpogostejša na nogah) – kajenje je tu nedvomno najmočnejši znani dejavnik tveganja. Kajenje je eden od številnih dejavnikov tveganja za globoko vensko trombozo – ta je pogosta zlasti pri mladih ženskah, ki jemljejo oralno kontracepcijo, ob tem kadijo in se hkrati manj gibljejo (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

2. 12 Rane na želodcu in druge težave s prebavili

Ker kajenje poškoduje tudi sluznico želodca, je za kar četrtno vseh ran na želodcu krivo tudi kajenje. Pogost je tudi gastritis in gastroezofagealna refluksna bolezen kot posledica škodljivega zatekanja želodčne kisline v požiralnik (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

2. 13 Psoriaza in hitro staranje kože

Psoriaza (luskavica) je kronično dedno avtoimunsko obolenje kože z vnetimi in rdečimi plaki po koži, ki so ostro omejeni od normalne kože in pokriti z debelimi luskami. Kajenje lahko poslabša potek bolezni ali pa jo celo sproži pri posameznikih, ki so sicer dovzetni, a drugače ne bi zboleli.

Če odmislimo bolezenska stanja, pa je kajenje še vedno povezano z okvarami kože. Koža se hitreje stara, pospešeno se guba, je tanjša in slabše prekrvljena. Zato kadilci že zgodaj izgledajo utrujeno, zgubano in postarano. Izkušen zdravnik bo že od daleč samo ob pogledu na obraz razločil med kadilcem in nekadilcem, neredko pa je pri strastnih kadilcih prisotna tudi rumena obarvanost prstov in nohtov ter neprijeten vonj, ki ga je težko zakriti (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

Če stane škatlica cigaret tri evre in če kadilec pokadi dnevno eno škatlico, je letni strošek za cigarete 1.095 evrov, kar v dvajsetih letih znese 21.900 evrov.

2. 14 Ustna votlina

Obolenja zob in dlesni so pri kadilcih pogostejša. Glavni vzrok bolezni dlesni je prekomerno kopičenje bakterijskih oblog v ustni votlini in nezadostna ali nepravilna ustna higiena. Kadilci so obojemu še bolj podvrženi. Poleg tega se zaradi katrana in drugih snovi tudi zobje obarvajo rumeno (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

2. 15 Druge bolezni, na katere vpliva kajenje

Bolezni ščitnice (zlasti Gravesova bolezen – pretirano delovanje ščitnice) potekajo težje pri kadilcih kot pri nekadilcih, zlasti so huje prizadete oči. Na splošno je obolevnost na očeh pri kadilcih večja – zlasti s kajenjem povezujemo prezgodnji nastanek sive mreže. Gre za zamotnitev očesne leče, do katere sicer pride zaradi dedne nagnjenosti, kajenje pa bistveno pospeši njen nastanek.

Pri kadilcih je pogostejša tudi sladkorna bolezen, njen potek je hujši kot pri nekadilcih. Kadilci so prej odvisni od injekcij insulina in bolj nagnjeni k ledvičnim okvaram v sklopu sladkorne bolezni.

Kajenje tobaka je tudi dejavnik tveganja pri zmanjšanju kostne gostote pri ženskah v menopavzi. Zato so kadilci v starosti tudi bolj občutljivi na patološke zlome (osteoporotični zlomi, zlasti kolka). Kajenje pri mladih moških pa bistveno prispeva k nastanku impotence v zrelem obdobju življenja. Po eni strani je to posledica dogajanja na žilnem sistemu (na podoben način kot vse ostale žile v telesu kajenje okvari tudi žilje v predelih spolnih organov), po drugi strani pa nikotin v cigaretnem dimu tudi zmanjšuje nivoje testosterona v moškem telesu (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

2. 16 Kajenje v nosečnosti

Ženske, ki v nosečnosti vztrajajo s kajenjem, povzročajo počasno rast svojega ploda, povečana je nevarnost prezgodnjega poroda, nizka teža ob porodu, pogosto pa ima otrok že takoj ob

rojstvu slabšo pljučno funkcijo v primerjavi z vrstniki, ki so se rodili materam nekadilkam. V prvih letih življenja pa so pri njih tudi pogostejše okužbe dihal in nastanek alergij ter astme (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

2. 17 Kajenje je težko opustiti

Največja težava kajenja kot dejavnika tveganja je časovni razmik od samega kajenja do nastanka oziroma poslabšanja bolezni. Kadilci dolgo časa zadovoljno živijo, ker se jim zaradi odvisnosti od nikotina zdi, da jim kajenje v večini celo koristi, saj se bolje počutijo, ko kadijo. Poleg tega pa prenehanje kajenja spremljajo številne neprijetne krajše trajajoče posledice – ugotovljeno je, da se poveča telesna teža (ker pride do povečanega vnosa hrane v telo in zmanjšane porabe energije v mirujočem stanju), pride tudi do težav pri koncentraciji, nemira, razdražljivosti, jeze. Za večino od teh neprijetnih dogodkov ob odtegnitvi kajenja je kriva odvisnost od nikotina.

Tako kadilci šele čez desetletja opazijo hude posledice svojega početja (možganske kapi, infarkti, pljučni rak ...), morda celo potem, ko že več let ne kadijo. Prav zato se kajenje nekoliko razlikuje od drugih škodljivcev, ki jih vnašamo sami: če mastno jemo, se bo to kaj hitro pokazalo na krvnih izvidih in bomo zdravnikovo opozorilo upoštevali. Pri kajenju takih svarilcev pravzaprav ni, zdravemu kadilcu ostaja le občutek zadovoljstva ob prižgani cigareti, katastrofalne posledice pa pridejo dolgo po tem. Zato je pomembno, da kadilcem, ki so pripravljeni prenehati kaditi, stojimo ob strani in jih podpiramo ter razumemo njihove težave ob opustitvi kajenja (<http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017).

2. 18 Vloga izobraževalnih ustanov

Šola je ustanova, ki lahko poleg družine največ prispeva h krepitvi zdravega življenjskega sloga pri otrocih in mladostnikih. V šoli veljajo določena merila in pravila vedenja. Izobraževanje je osnovna sestavina vsakega programa za preprečevanje škodljivega pitja alkohola. Poleg spoznavanja škodljivega delovanja psihoaktivnih snovi je pomembno tudi razvijanje življenjskih veščin, ki otrokom pomagajo, da bodo alkoholu lažje rekli ne. Šola naj bi bila tudi ustanova, ki bo učencem lahko pomagala pri reševanju vsakdanjih mladostniških problemov, jih ob tem spremljala in spodbujala ter s tem krepila pozitivne in zaželene oblike vedenja (Boben-Bardutzky, 2009).

2. 19 Cigarete in zakonodaja

Z določenimi ukrepi se je v naši državi pokazalo, da je sprejetje zakonodaje in nesistematična vzgoja mladih pri sprejemanju odločitve za ne-kajenje premalo. Zavedati se moramo, da se otroci nikoli ne odločajo kar sami, da bi začeli kaditi. Pri tem imajo odločilen vpliv okolje, na katero močno vplivajo politika, tobačna industrija in mediji. Nujna je odločitev za sistematično vzgojo v šolah skupaj s straši in upoštevanje pravil ter predpisov glede dostopnosti, prodaje in nadzora nad uporabo tobaka. Brez skupne odgovornosti za zdravje mladih s strani družine in družbe ne bi smeli pričakovati, da se bodo mladi odločno uprli prvi ponujeni cigaretam, ki se jim zdi tako zanimiva in ima vedno nov pridih (Boben-Bardutzky, 2009).

Zakon določa dvig starosti za nakup in prodajo tobačnih izdelkov na 18 let, na vsaki škatlici tobačnih izdelkov pa mora biti navedena telefonska številka za pomoč pri opuščanju kajenja.

2. 20 Sestava cigaretnega dima in škodljivost kajenja

Za nobeno od sestavin cigaretnega dima ni bilo ugotovljeno pozitivnih ali kakršnih koli zdravilnih učinkov. Pri nepopolnem izgorevanju tobačnih listov nastaja cigaretni dim. Cigaretni dim vsebuje različno število sestavin. V negorečem tobaku naj bi bilo okrog 2500 kemijskih sestavin. Za nobeno od teh sestavin niso ugotovili dobre lastnosti, so pa mnoge med njimi v večjih količinah hudi strupi (Kristan, 1994, str. 18).

Znano je, da vsebuje cigaretni dim preko 4000 kemičnih spojin, vključujoč preko 50 znanih kancerogenih in metaboličnih strupov. Le-ti se nalagajo v pljučih, prehajajo v kri ter se po krvnem obtoku prenesejo v ostale dele telesa. Omenjene spojine torej ne okvarjajo samo pljuč in dihalnega aparata, temveč tako rekoč vsako celico človeškega telesa (Madjar, 2006).

Vse, kar vsebuje strup za podgane, straniščno čistilo, insekticidi, odstranjevalec laka in smetiščni plini, najdemo, če verjamete ali ne, v eni sami cigareti. Med drugim so iz katrana, arzena, naftalina, acetona, kadmija in svinca, v njej pa je tudi več kot 50 rakotvornih snovi. Lahke cigarete niso nič bolj zdrave od klasičnih, pravzaprav utegnejo biti takšne cigarete celo bolj škodljive. Res je sicer, da imajo manj nikotina, vsebujejo pa bistveno več drugih, prav tako ali celo bolj škodljivih aditivov (Turk, 2012).

V cigaretah, ki jih ponujajo kupcem, je mogoče več kot zgolj v papir zaviti tobak. Tobačni dim vsebuje preko 4000 različnih kemijskih spojin in elementov. Med najbolj škodljivimi snovmi so plinski kondenzat, nikotin in ogljikov monoksid. Izdelovalci cigaret v procesu izdelave s pomočjo različnih dodatkov (tobaku dodajajo stotine kemičnih snovi, od sladil do amoniak) natančno manipulirajo, da bi pri kadilcu spodbudili odvisnost. In kar je najbolj pomembno, o tem sploh ni veliko govora: sicer človeku neškodljivi dodatki med izgorevanjem spremenijo kemične lastnosti ter postanejo strupeni ali farmakološko aktivni. Torej o dodatkih cigaret

potrošniki niso obveščeni in se niti ne zavedajo, kaj kupujejo, prižigajo in prostovoljno vdihavajo (Stergar, 2001, str. 95).

Za različnimi bolezenskimi pojavi v določenem okolju ljudje zbolevajo. Povezujemo jih z značilnostmi ljudi samih in z značilnostmi okolja, v katerem živijo oziroma delajo. Zaradi teh značilnosti največkrat uporabljamo izraz dejavniki tveganja. Pomembni niso le pri nastanku telesnih bolezni, temveč tudi pri razvoju škodljive rabe in odvisnosti od psihoaktivnih snovi (Kragelj – Zaletel, 2003, str. 205).

Nikotin je najvažnejša strupena snov v tobaku. Sestavine dima dražijo sluznice in povzročajo vnetje dihal, prihaja do bronhitisa in emfizema. Zato velik zdravstveni in socialni problem po vsem svetu povzroča pogostost bolezni dihal (Friedl, 2008, str. 19).

V tobaku je veliko snovi rakotvornih. Nikotin je močnejša droga kakor alkohol, nikotinski učinek nastane že po 7- 8 sekundah. Smrtna doza nikotina je 40- 60 mg, ta najprej razdraži možgane in potem deluje nanje depresivno. Nikotin sprošča izločanje adrenalina, zato ima dosti kadilcev povišan krvni tlak. Kot droga ustvarja toleranco in abstinenčne težave, saj povzroča odvisnost in ima telesni ter duševni učinek. Nikotin lahko povzroči otrditev arterij, to pa poveča tveganje za koronarno sklerozo. Pri okvarah notranjih žilnih sten se holesterol nalaga na stene in s tem se krvne žile zožijo. Odvisnost od kajenja cigaret povzroča mnogo drobnih motenj, deluje negativno na pozornost, spomin in orientacijo (Razboršek & Krištof, 2005, str. 118).

Na vrhu žareče cigarete nastaja katranska smola. Katran ima rakotvorne snovi in zaradi tega se razvije pljučni rak. Katran draži stene pljučnih poti, povzroči njihovo zožitev, nastane kronično kašljanje in poveča se izločanje blata. Negativne telesne posledice kajenja pa nastanejo takrat, ko kadilec pokadi 100000 cigaret ali po 13-ih do 14-ih letih kajenja, če pokadi 20 cigaret na dan. Zavedati pa se moramo tega, da ima goreča cigareta tudi pri pasivnem kajenju veliko rakotvornih snovi. Med kadilci je 1,7- krat večja smrtnost kakor med nekadilci. Ta pa se poveča s številom pokajenih cigaret, z intenzivnostjo inhaliranja in z leti kajenja (Razboršek & Krištof, 2005, str. 119).

Vsi kadilci so kronično zastrupljeni, in to sorazmerno narašča s številom pokajenih cigaret. Kajenje je zelo škodljivo med nosečnostjo. Rak materničnega vratu, zgodnejša menopavza, pri mladih ženskah spontani splavi, prezgodnji porodi in sterilnost so bolj pogostejši pri ženskah kadilkah. Po dolgotrajnem kajenju kadilca lahko spoznamo že od daleč. Po navadi ima nagubano kožo, ki je sivo rožnata in posuta s pigmentnimi madeži. Zaradi kroničnega vnetja glasilk ima tudi hripav glas (Razboršek & Krištof, 2005, str. 119).

Še posebej ogroženi so otroci. Če mati med nosečnostjo posega po cigaretah, obstaja povečano tveganje za spontani splav ali nastanek malformacij pri otroku. Majhni otroci,

katerih starši kadijo, so bolj dovzetni za nastanek astme, drugih bolezni dihal in pogosto vnetje ušes. Poleg tega obstaja tveganje, da otroci, ki izhajajo iz kadilskih družin, pozneje tudi sami lahko začnejo kaditi (Razboršek & Krištof, 2005).

2. 21 Od prve cigarete do navade

Po navadi otrok prvo cigareto prižge iz same radovednosti. Posnema odrasle, saj le-ti zelo pogosto posegajo po tej razvadi. Največ ljudi začne kaditi v najstniških letih, v srednji šoli. Večina mladih kadilcev ve, da je kajenje škodljivo, vendar jih to kljub temu ne ustavi. Verjamejo, da jih bo cigareta pomirila pri stresu, napetosti, tragičnem dogodku, različnih duševnih stiskah ipd. Kajenje cigaret morda le trenutno olajša novonastalo stresno situacijo, vendar le navidezno, saj cigarete dejansko ne olajšajo ničesar. Kajenje pogosto potem ostane razvada, kljub temu da se je življenje vrnilo v normalne tire in stresnih dejavnikov ni več prisotnih.

Šimek (2000, str. 51) je ugotavljal, da večina raziskav kaže, da je odvisno predvsem od okolja, ali bo posameznik začel kaditi. Stopnja odvisnosti od cigaret je rezultat osebnih lastnosti posameznika. Že dve ali tri cigarete na dan zadostujejo, da se lahko v mesecu ali dveh navadimo na cigarete in tako pridobimo razvado, ki nas spremlja za celo življenje. Na začetek kajenja vplivajo predvsem socialni vplivi, pritisk vrstnikov, vpliv medijev, imitacija, radovednost in vpliv družine.

Nikotin lahko povzroči prav tolikšno zasvojenost kot heroin. Pri mladih kadilcih obstaja večje tveganje, da bodo segli tudi po drugih drogah. Kljub temu dejstvu številni otroci in mladostniki kadijo. Med redne kadilce se jih prišteva velik odstotek mladih in nekateri so svojo prvo cigareto pokadili že pri 11-ih letih. Fantje pokadijo prvo cigareto prej kot dekleta (Kastelic & Mikulan, 2004).

Roke se hitro navadijo na cigareto in kmalu kadilec ne ve več, kaj bi z njimi počel. Kajenje tako postopno preide v navado in vse pogosteje mladostnik začne posegati po cigareti. Ker je nikotin droga, ga je toliko težje opustiti, kolikor dlje se nekdo z njim omamlja. Tako se iz navade postopno in zanesljivo rojeva zasvojenost. Kajenje staršev in vrsta družbe vplivata na začetek kajenja, hkrati pa k temu prispeva pomanjkljivo znanje o škodljivih posledicah te razvade. Pred leti je bilo ugotovljeno, da se največ ljudi navadi kaditi v starosti, ko njihova zmožnost kritičnega presojanja še ni dokončno izoblikovana, in to je v najstniških letih. Nobenega dvoma torej ni, da se nezrelost in nesposobnost kritičnega presojanja pokaže prav, ko mladostnik sega po cigareti. Zrelost se s tem kaže v odgovornosti za svoje zdravje, ki je temelj kakovosti človeškega življenja. Ni nujno, da se mladostnik čuti odgovornega za svoje zdravje. Kljub znanju o škodljivosti kajenja se še naprej vdaja tej razvadi. Torej to nikakor ne more biti znak zrelosti, ko nesmiselno zapravlja svoje zdravje. Večina starejših kadilcev je ugotovila, da je naredila veliko napako s samim začetkom kajenja. Zato ni nobenega dvoma več o tem, da je začeti kaditi velika in usodna življenjska napaka. Kajenje mladostnikov je logično protislovno in nerazumno dejanje. Mladostniki s cigareto v ustih tako izgledajo bolj odrasli in zrelejši. V resnici pa dokazujejo prav nasprotno, dokazujejo svojo nemoč upreti se zlu. Mladi kadilec s cigareto v ustih najbrž res pritegne pozornost okolice, vendar predvsem v negativnem smislu.

Če kdo misli, da je kajenje znak odraslosti, potem je to znak neuke, nezrele, neodgovorne in nevrotične odraslosti (Kristan, 1994, str. 49).

2. 22 Vzroki in posledice kajenja

Kajenje je poznano vsem, tako kadilcem kot tudi nekadilcem. Vsak posameznik ima pravico, da svoje mnenje o kajenju in kadilcih pove jasno in glasno. Kajenje je danes preveč razširjena razvada. Jasno pa je, da kajenje ubija, je vzrok za številne bolezni in probleme, ki se končajo s smrtjo (Šimek, 2000, str. 51).

Kristan (1994, str. 49) omenja vzroke kajenja, ki so jih odkrili raziskovalci pri ljudeh. Navadno seveda spodbuja h kajenju več vzrokov istočasno, prej ali slej, ne glede na začetni motiv, doseže kadilec stopnjo navajenosti in zasvojenosti, iz katere lahko pobegnejo samo najmočnejši in najodločnejši. Med najpogostejše vzroke so spadali vpliv družbe, sama radovednost mladostnika, neznanje o posledicah kajenja, enakopravnost z odraslimi, protestiranje staršem, ki kajenja niso odobraval, dokazovanje ženske enakopravnosti, potrjevanje osebnosti in pomembnosti, navajenost in zasvojenost. Ogromno ljudi je začelo kaditi takrat, ko njihova zmožnost kritičnega presojanja še ni bila dokončno izoblikovana. Najbolj se še oprijema kadilske razvade mladostnik, zanima ga, kaj je pri kajenju tako prijetnega, da se tako pogosto in v tolikšnem številu odrasli naslanjajo z modrikastim dimom. Vsako leto je umrlo zaradi bolezni, ki so povezane s kajenjem tobaka, približno 4 milijone ljudi. Svetovna zdravstvena organizacija napoveduje, da bo tobak kmalu postal vodilni vzrok smrti po vsem svetu (zaradi tobaka bo umrlo več ljudi kot zaradi HIV, umrljivosti pri porodu, prometnih nezgodah, umorih in samomorih skupaj). Če ne bo prišlo do pomembnega zmanjševanja razširjenosti kajenja med svetovnim prebivalstvom, bo leta 2030 zaradi bolezni, povezanih s kajenjem, umrlo 10 milijonov ljudi (70 % v državah v razvoju in 30 % v razvitih državah) (Stergar, 2001, str. 95). Če se kajenje začne v mladosti, to življenje skrajša za osem let. Kadilci umirajo zaradi raka na pljuči, kroničnega bronhitisa in srčnega infarkta. Tobak na živce deluje posredno tako, da povzroča vrtočlavice, navale krvi ter s tem neposredno ogroža možganske celice. Kajenje vpliva na človekov videz, zadah in zdravje ter povzroča motnje vida (Razboršek & Krištof, 2005, str. 118).

Kajenje je eden izmed številnih vzrokov za smrtnost, ki se gotovo da preprečiti. Prav zaradi kajenja in njegovih posledic je vsak dan umrlo več tisoč ljudi. Kajenje tako pomori ljudi kot najhujše epidemije. Vpliva na 17 vrst raka, med njimi je najznačilnejši pljučni rak. Poleg tega pa so pomembni še rak na grlu, žrelu, ustni votlini, požiralniku, trebušni slinavki, želodcu, ledvicah in sečnem mehurju. Kajenje povzroča tudi kronični kašelj, vnetje bronhijev in druge pljučne bolezni. Med drugim vpliva tudi na bolezni, kot so astma, napadi angine, vročica, mrzlica in druge. Kajenje pospešuje poapnevanje žil, kar povzroča slabo prekrvavljenost nog. Po 40. letu starosti tako nekateri kadilci opazijo, da jih vsake toliko časa začne boleti v mečih. Med hojo se morajo večkrat ustavljati, dokler bolečina, ki je podobna krču, ne popusti (Šimek, 2000, str. 55).

3 OSREDNJI DEL RAZISKOVALNE NALOGE

3. 1 Namen raziskave

V vsakdanjem življenju sem začela opazati, da vedno več mladostnikov pije alkohol oziroma kadi. Ob pogledu na to se mi je utrnilo veliko vprašanj, na katere sem želela dobiti odgovor. Zanimalo me je, zakaj to počno, kje dobijo te stvari in podobno.

Trenutno obiskujem 9. razred osnovne šole in čez nekaj mesecev bom že srednješolka. Zato me je najbolj zanimalo, ali je prehod v srednjo šolo vključeval alkohol in kajenje.

V raziskovalni nalogi sem želela ugotoviti, koliko mladostnikov je že pilo alkohol in kadilo, koliko so bili takrat stari ter kakšne so bile okoliščine. Zanimalo me je mnenje anketiranih o učinkih in škodljivosti alkohola in kajenja ter odnos njihovih staršev do alkohola in kajenja.

3. 2 Problemi pri raziskovalni nalogi

Med anketiranjem je bilo nekaj učencev in dijakov odsotnih, kar je posledično nekoliko spremenilo rezultate.

3. 3 Potek raziskovanja

V raziskavo sem vključila:

- 36 učencev 9. razreda II. osnovne šole Celje
- 17 učencev 9. razreda III. osnovne šole Celje
- 25 učencev 1. letnika Srednje šole za storitvene dejavnosti in logistiko, program Frizer
- 24 učencev 1. letnika Srednja šola za kemijo, elektrotehniko in računalništvo, program Elektrotehnik
- 29 učencev 1. letnika Gimnazije Celje Center, program umetniška gimnazija - likovna smer

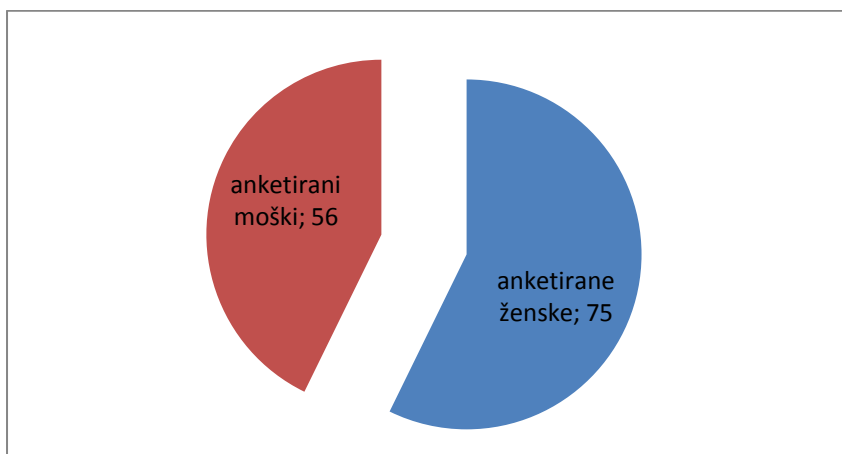
Učenke in učenci so odgovarjali na anonimno anketo, ki je obsegala 33 vprašanj zaprtega tipa. Na večino vprašanj je bil možen le en odgovor, na dve vprašanji pa je bilo možno odgovoriti z več odgovori.

Izbor anketirancev je bil naključen. V raziskavo je bilo vključenih 131 učencev, od tega 56 (42,7 %) učencev moškega spola in 75 (57,3 %) učenk ženskega spola.

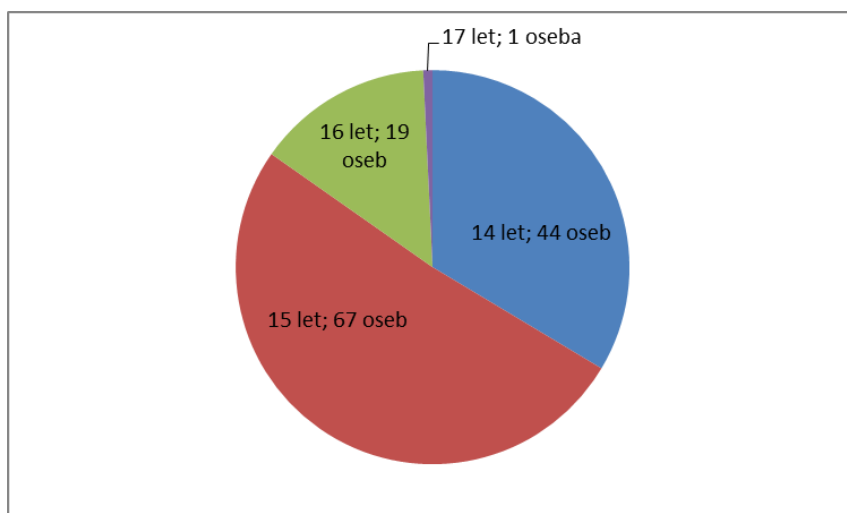
Skupaj je bilo 53 (40,5 %) osnovnošolcev in 78 (59,5 %) srednješolcev.

Največ anketiranih (67 oz. 51,1 %) je bilo starih 15 let, 44 (33,6 %) jih je bilo starih 14 let, 19 (14,5 %) jih je bilo starih 16 let in 1 (0,8 %) 17 let.

Graf 1: število anketiranih oseb po spolu



Graf 2: število anketiranih oseb po starosti



3. 4 Statistične metode

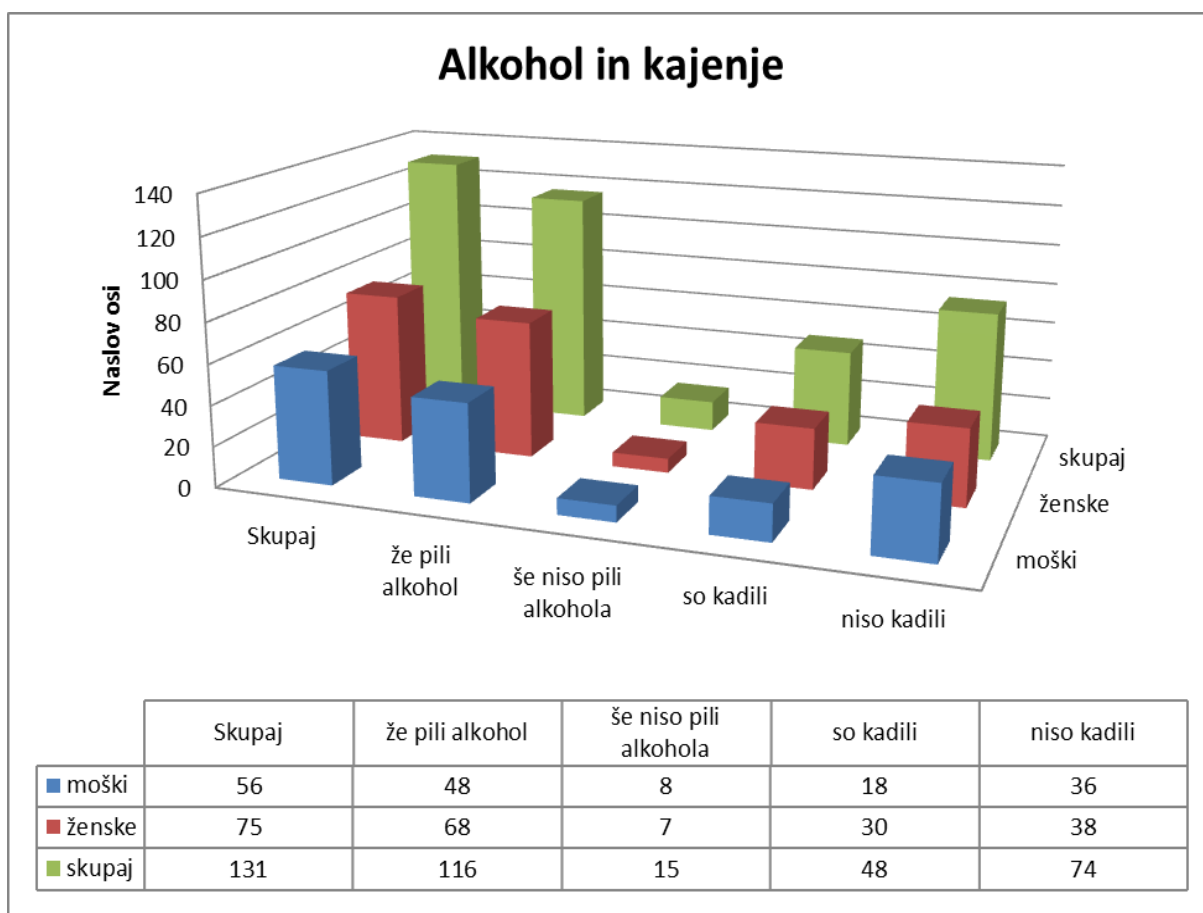
Podatke sem analizirala po posameznih vprašanjih in po vsebinskih sklopih. Zanimali so me predvsem deleži posameznih odgovorov glede na spol.

3. 5 Rezultati ankete in razprava

Anketo sem razdelila na štiri vsebinske sklope. V prvem sklopu sta me zanimali spol in starost anketirancev. Drugi sklop je vseboval vprašanja o pitju alkohola. Kdor je odgovoril, da je že pil alkoholno pijačo, je nadaljeval z odgovarjanjem na vprašanja iz tega sklopa, ostali pa so nadaljevali s tretjim sklopom vprašanj, ki se je nanašal na kajenje. Kdor je odgovoril, da je že kadil, je nadaljeval z odgovarjanjem na vprašanja iz tega sklopa, ostali pa nadaljevali s četrtem sklopom vprašanj, ki so se nanašala na odnos anketirancev do alkohola in kajenja.

Rezultate sem najprej prikazala povzeto za celotni vzorec, nato pa sem jih natančneje razložila glede na preostale tri vsebinske sklope. V vsakem sklopu sem predstavila odgovore po posameznem vprašanju. Rezultate sem prikazala ločeno za ženski in moški spol, nisem pa jih prikazala ločeno glede na starost.

Graf in preglednica 1: število učenk in učencev, ki so že pili alkohol ali kadili in tistih, ki niso



V grafu in preglednici 1 so prikazani odgovori na vprašanja »Ali si že pil/-a kakšno alkoholno pijačo?« in »Ali si že kdaj kadil/-a?«

Pričakovala sem, da je večina anketirancev že pila alkohol in manj kot polovica že kadila.

116 oz. 88,5 % anketirancev je potrdilo, da so že pili kakšno alkoholno pijačo. Alkohol je pilo 85,7 % vseh anketiranih moških in 90,7 % vseh anketiranih žensk.

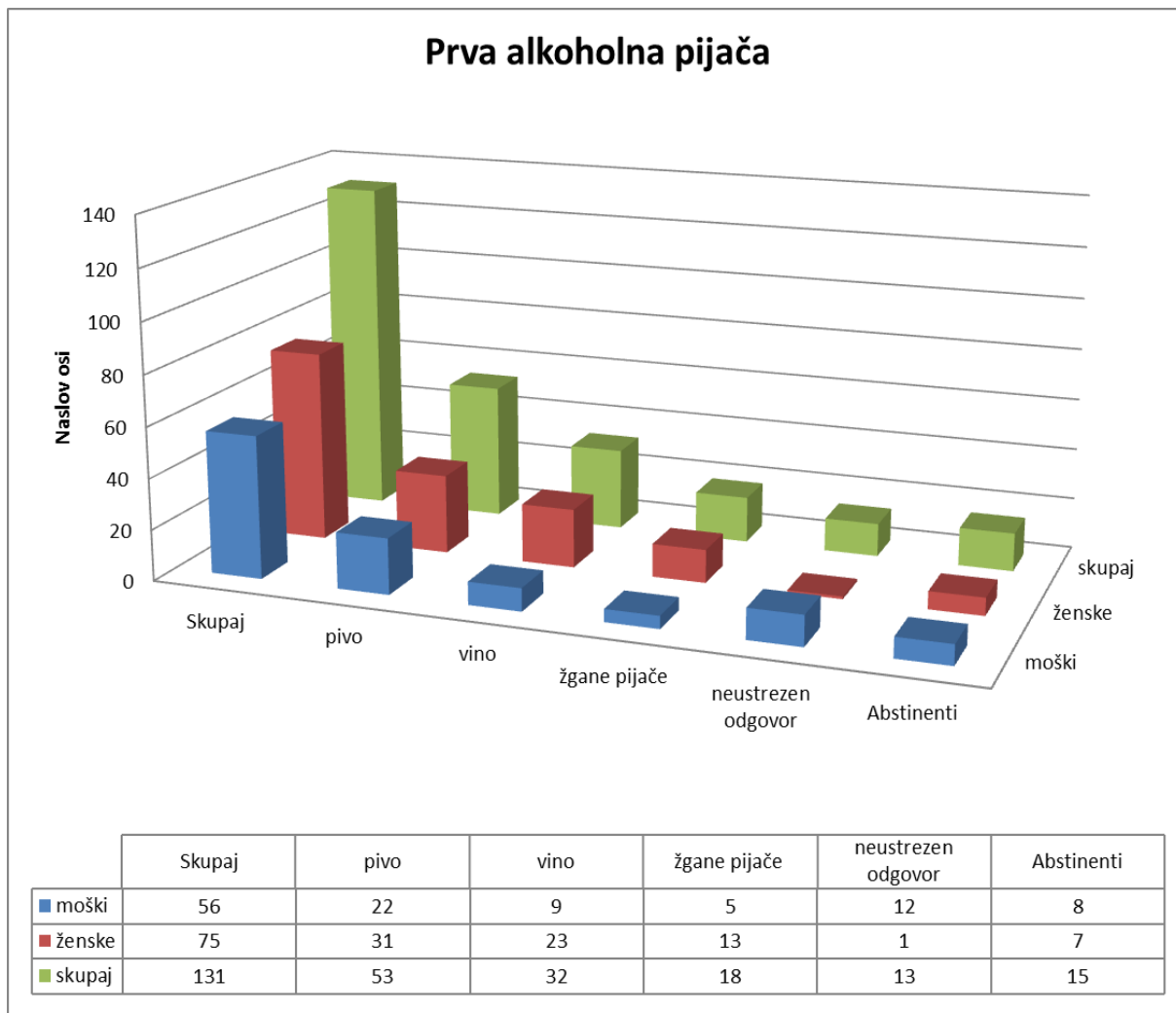
48 oz. 36,6 % anketirancev je potrdilo, da so že kdaj kadili. Kadilo je 32,1 % vseh anketiranih moških in 40 % vseh anketiranih žensk.

Z rezultati raziskave sem svoji predvidevanji potrdila.

ALKOHOLNE PIJAČE

V grafu in preglednici 2 in v grafu in preglednici 3 so prikazani odgovori na vprašanje »Katero alkoholno pijačo si pil/-a prvič?«.

Graf in preglednica 2: vrsta prve alkoholne pijače v skupini anketiranih in glede na spol, neustrezne odgovore, abstinenti



Večina anketiranih (53 oz. 40,5 %) je od alkoholnih pijač prvič pilo pivo. Tako je pilo pivo 39,3 % vseh anketiranih moških in 41,3 % vseh anketiranih žensk.

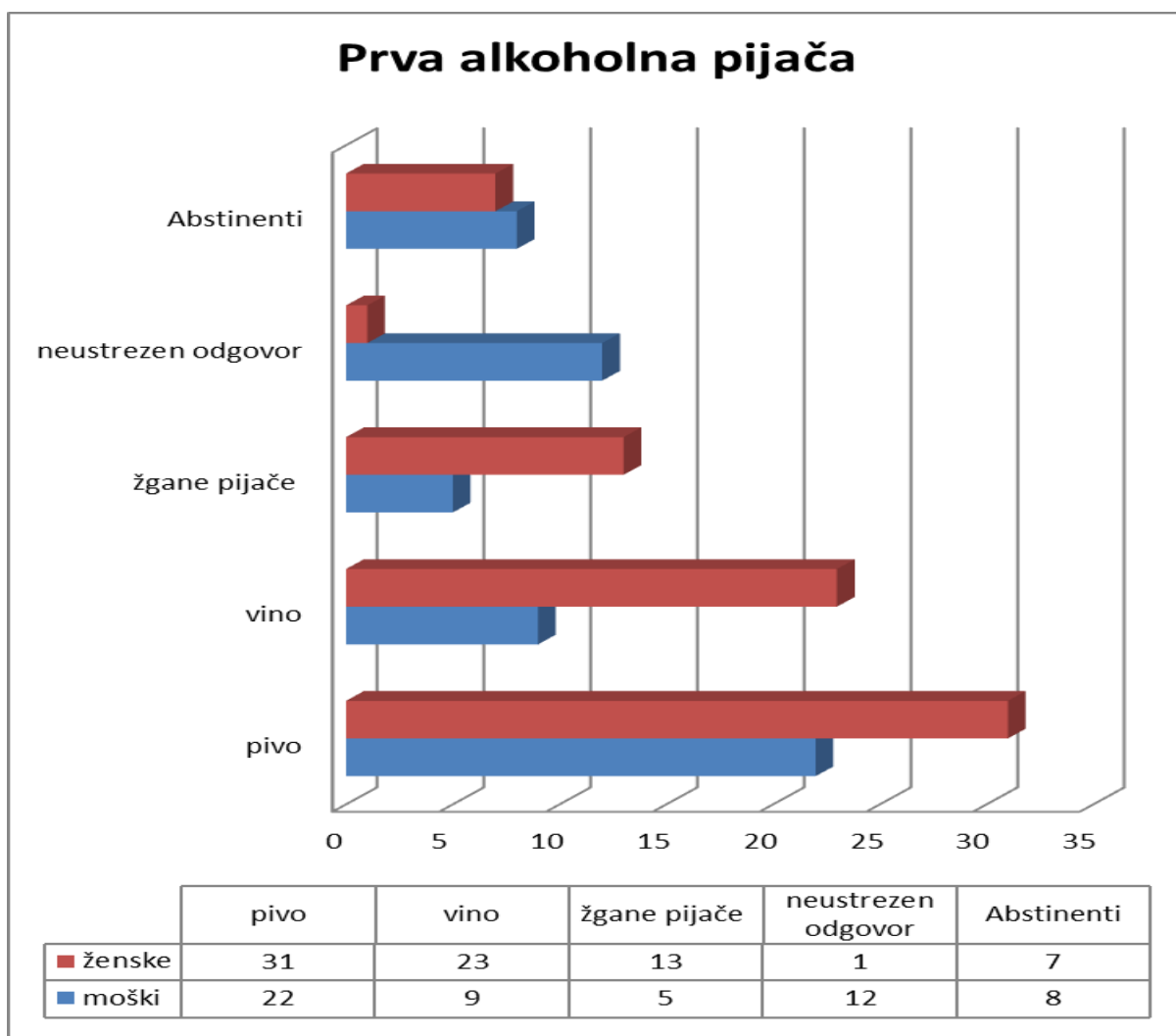
Na drugem mestu je bilo vino (24,4 % vseh anketiranih), na tretjem mestu pa so bile žgane pijače (13,7 % vseh anketiranih).

39 % vseh anketiranih moških je od alkohola prvič pilo pivo, 16 % vino in 9 % žgane pijače. 14 % je bilo abstinentov.

42 % vseh anketiranih žensk je od alkohola prvič pilo pivo, 31 % vino in 17 % žgane pijače. 9 % je bilo abstinentk.

V grafu in preglednici 3 so vrste prve alkoholne pijače glede na spol pokazane še z drugo vrsto diagrama.

Graf in preglednica 3: vrsta prve alkoholne pijače glede na spol



Samo 11,5 % vseh anketiranih je bilo abstinentov, torej tistih, ki ne pijejo alkoholnih pijač in jih tudi nikoli niso.

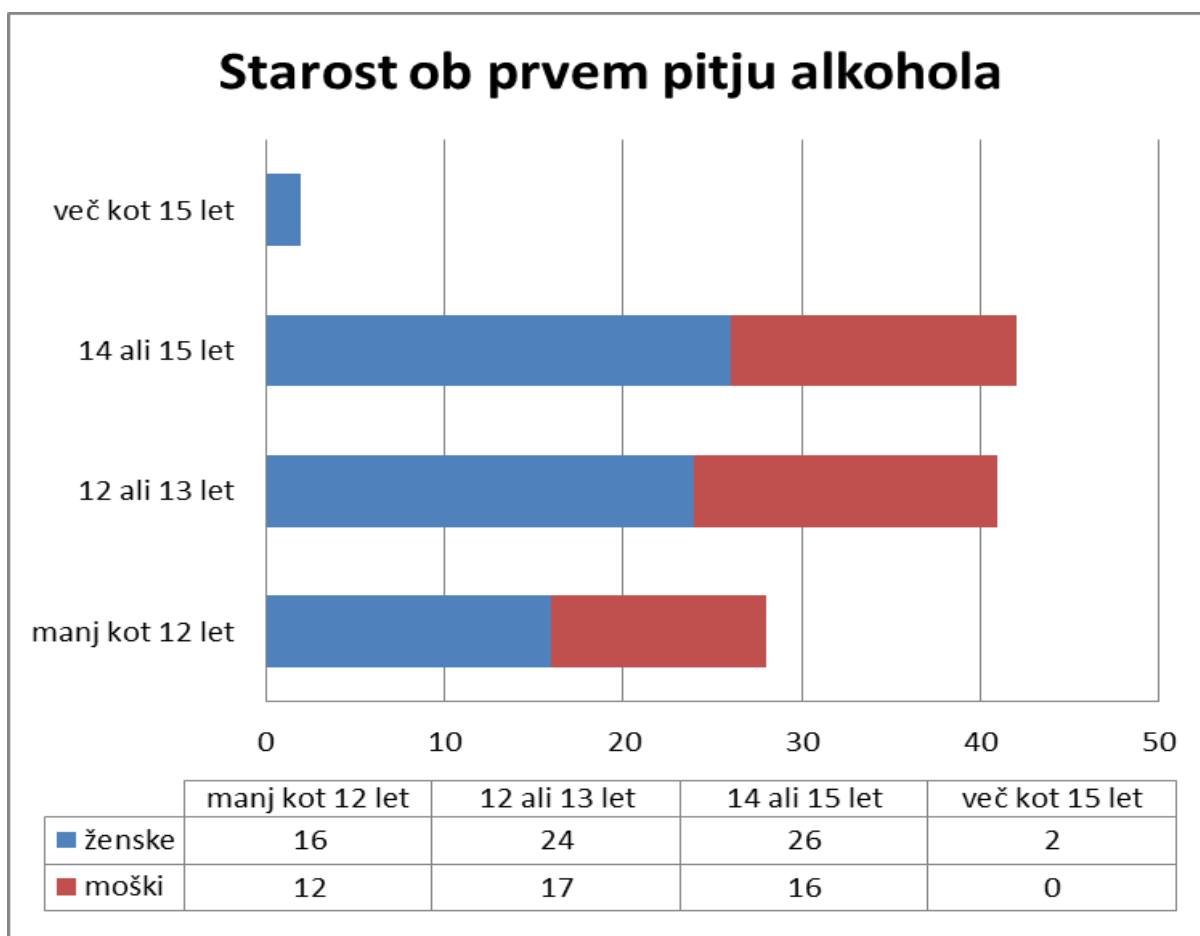
Alkohola ni pilo 14,3 % vseh anketiranih moških in 9,3 % vseh anketiranih žensk.

9,9 % vseh anketiranih je na vprašanje odgovorilo neustrezno (obkrožilo preveč odgovorov oz. ni odgovorilo).

Predvidevala sem, da je največ anketiranih prvič pilo pivo. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje tako potrdila.

V grafu in preglednici 4 so prikazani odgovori na vprašanje »Koliko si bil/-a star/-a, ko si prvič pil/-a alkoholno pijačo?«.

Graf in preglednica 4: starost ob prvem pitju alkohola glede na spol

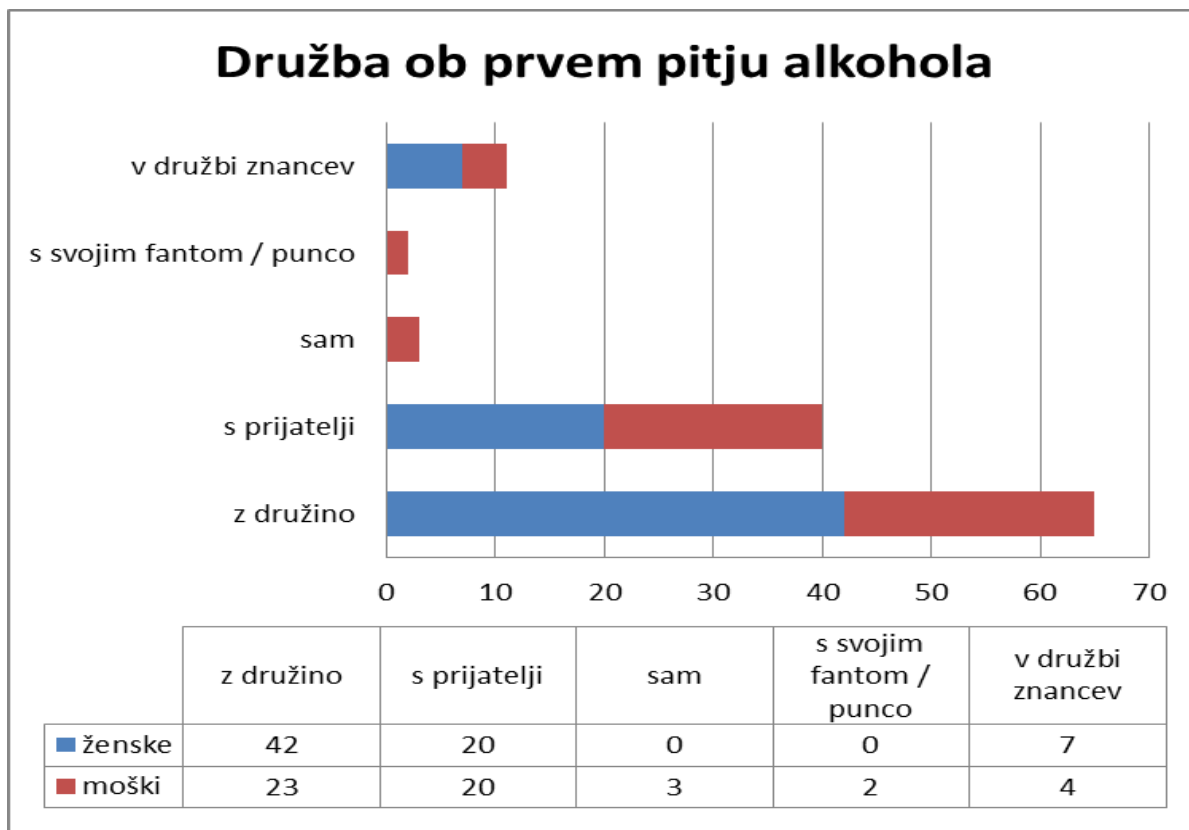


Rezultati ankete so pokazali, da je 21,3 % vseh anketiranih žensk in 21,4 % vseh anketiranih moških prvič pilo alkohol pri starosti manj od 12 let. 32 % vseh anketiranih žensk in 30,4 % vseh anketiranih moških je prvič pilo alkohol pri starosti 12 ali 13 let. 34,7 % vseh anketiranih žensk in 28,6 % vseh anketiranih moških je prvič pilo alkohol pri starosti 14 ali 15 let. Le 2,7 % vseh anketiranih žensk je prvič pilo alkohol pri starosti več kot 15 let.

Predvidevala sem, da je večina anketirancev, ki so že pili alkohol, bila stara 12 ali 13 let. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Izkazalo se je, da je večina anketiranih začela piti alkohol 1-2 leti kasneje.

V grafu in preglednici 5 so prikazani odgovori na vprašanje »S kom si prvič pil/-a alkohol?«.

Graf in preglednica 5: okoliščine ob prvem pitju alkohola glede na spol



Rezultati ankete so pokazali, da je 56 % vseh anketiranih žensk in 41 % vseh anketiranih moških alkohol prvič pilo z družino.

26,7 % vseh anketiranih žensk in 35,7 % vseh anketiranih moških je alkohol prvič pilo s prijatelji.

Komaj 9,3 % vseh anketiranih žensk in 7,1 % vseh anketiranih moških je alkohol prvič pilo v družbi znancev.

Le 5,6 % vseh anketiranih moških pa je prvič pilo alkohol samih in 3,6 % v družbi partnerja.

Predvidevala sem, da je največ anketirancev alkohol prvič pilo s prijatelji. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Izkazalo se je namreč, da je večina anketiranih začela piti alkohol z družino, kar me ne presenetilo.

V grafu in preglednici 6 so prikazani odgovori na vprašanje »Kje si dobil/-a svojo 1. alkoholno pijačo?«.

Graf in preglednica 6: izvor alkohola za prvo pitje glede na spol



Približno polovica (57,3 % vseh anketiranih žensk in 46,4 % vseh anketiranih moških) je svojo prvo alkoholno pijačo dobilo doma.

22,7 % vseh anketiranih žensk in 21,4 % vseh anketiranih moških je svojo prvo alkoholno pijačo dobilo od prijateljev.

Komaj 8 % vseh anketiranih žensk in 10,7 % vseh anketiranih moških je svojo prvo alkoholno pijačo dobilo na koncertu oz. v klubu.

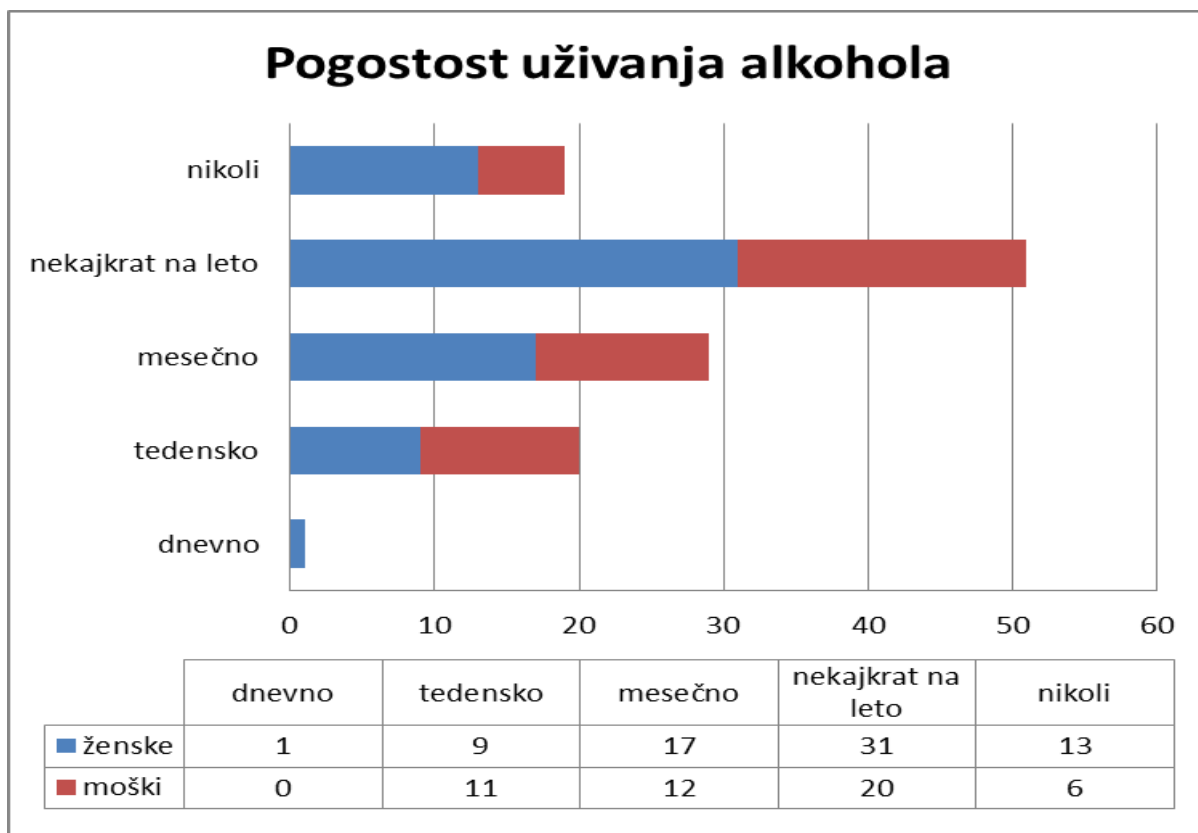
Le 4 % vseh anketiranih žensk in 14,3 % vseh anketiranih moških je svojo prvo alkoholno pijačo dobilo v trgovini.

1,8 % vseh anketiranih moških je dobilo alkohol od neznanca in 1,8 % na skrivaj od doma.

Predvidevala sem, da je največ anketirancev svojo prvo alkoholno pijačo dobilo od prijateljev. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Izkazalo se je namreč, da je večina anketiranih dobila svojo 1. alkoholno pijačo od družine, kar me je presenetilo.

V grafu in preglednici 7 so prikazani odgovori na vprašanje »Kako pogosto piješ alkoholne pijače?«.

Graf in preglednica 7: pogostost pitja alkohola glede na spol



Manj kot polovica (41,3 % vseh anketiranih žensk in 35,7 % vseh anketiranih moških) pije alkohol nekajkrat na leto.

22,7 % vseh anketiranih žensk in 21,4 % vseh anketiranih moških pije alkohol mesečno.

12 % vseh anketiranih žensk in 19,6 % vseh anketiranih moških pije alkohol tedensko.

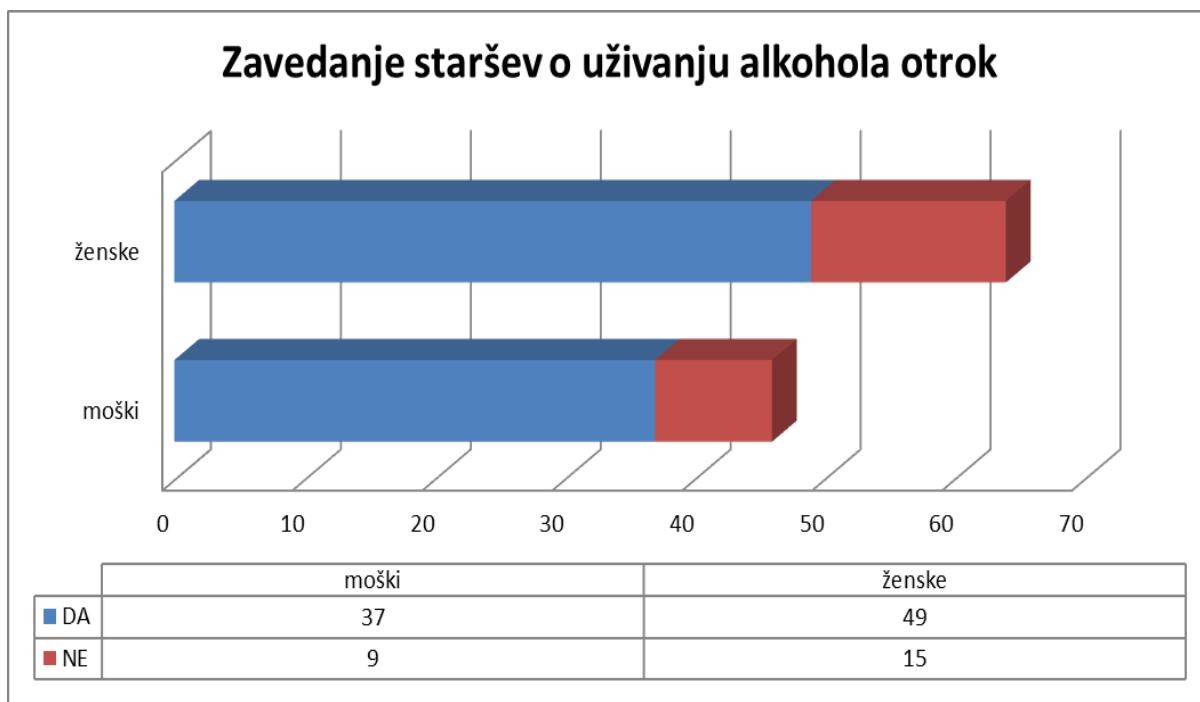
1,3 % vseh anketiranih žensk pije alkohol dnevno.

17,3 % vseh anketiranih žensk in 10,7 % vseh anketiranih moških nikoli več ni pilo alkohola.

Predvidevala sem, da največ mladostnikov pije alkohol le nekajkrat na leto. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje lahko potrdila.

V grafu in preglednici 8 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali starši vedo, da piješ alkohol?«.

Graf in preglednica 8: mnenje anketirancev o vedenju staršev glede njihovega pitja alkohola glede na spol

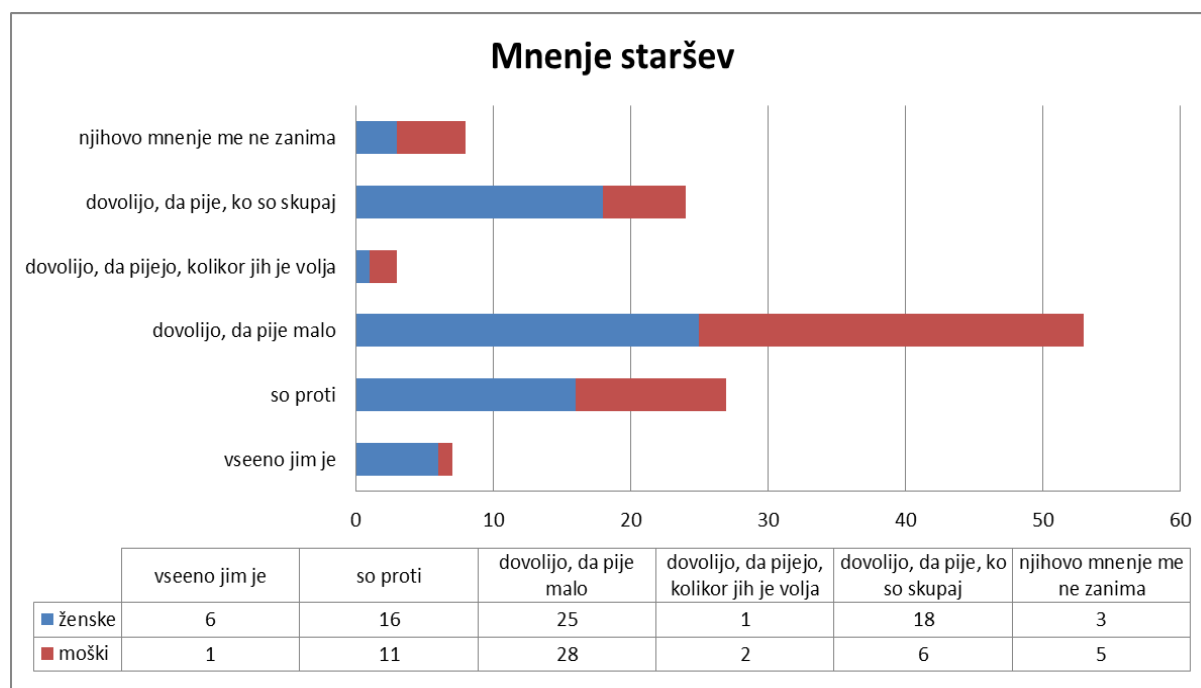


Dve tretjini anketirancev (65,3 % vseh anketiranih žensk in 66 % vseh anketiranih moških) je odgovorilo, da njihovi starši vedo, da pijejo alkohol. 19,7 % vseh anketiranih žensk in 16,1 % vseh anketiranih moških pa je odgovorilo, da njihovi starši ne vedo, da pijejo alkohol.

Predvidevala sem, da večina staršev ne ve, da njihovi otroci pijejo alkoholne pijače. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Pozitivno me preseneča, da tako veliko staršev ve, da njihovi otroci pijejo alkohol.

V grafu in preglednici 9 so prikazani odgovori na vprašanje »Kakšno je mnenje staršev o pitju alkohola pri nepolnoletnih osebah?«.

Graf in preglednica 9: odnos staršev do pitja alkohola svojih otrok



33,3 % vseh anketiranih žensk in 50 % vseh anketiranih moških meni, da njihovi starši dovolijo, da pijejo malo alkohola.

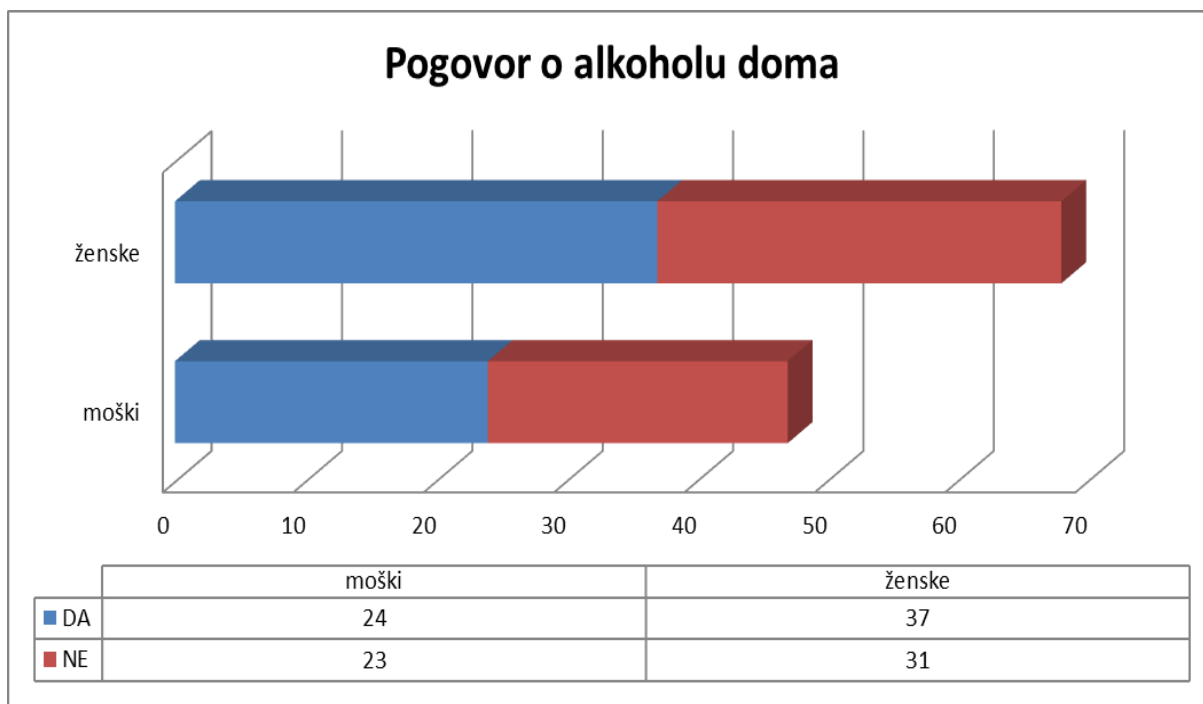
24 % vseh anketiranih žensk in 10,7 % vseh anketiranih moških meni, da jim njihovi starši dovolijo, da pijejo alkohol v njihovi družbi. Nasprotno meni 21,3 % vseh anketiranih žensk in 19,6 % vseh anketiranih moških, in sicer, da njihovi starši ne dovolijo, da njihovi otroci pijejo alkohol.

8 % vseh anketiranih žensk in 1,7 % vseh anketiranih moških meni, da je staršem vseeno, če pijejo alkohol, 4 % vseh anketiranih žensk in 8,9 % vseh anketiranih moških pa je mnenja, da njihovih staršev ne zanima.

Predvidevala sem, da je večina staršev proti pitju alkohola svojih otrok. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Na osnovi dobljenih rezultatov lahko sklepam, da kljub jasnim strokovnim priporočilom večina staršev anketiranih otrok, ki pijejo alkohol, dovoli da pijejo v njihovi družbi ali da pijejo količinsko malo.

V grafu in preglednici 10 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali se doma kdaj pogovarjate o pitju alkohola?«.

Graf in preglednica 10: pogovor o alkoholu doma



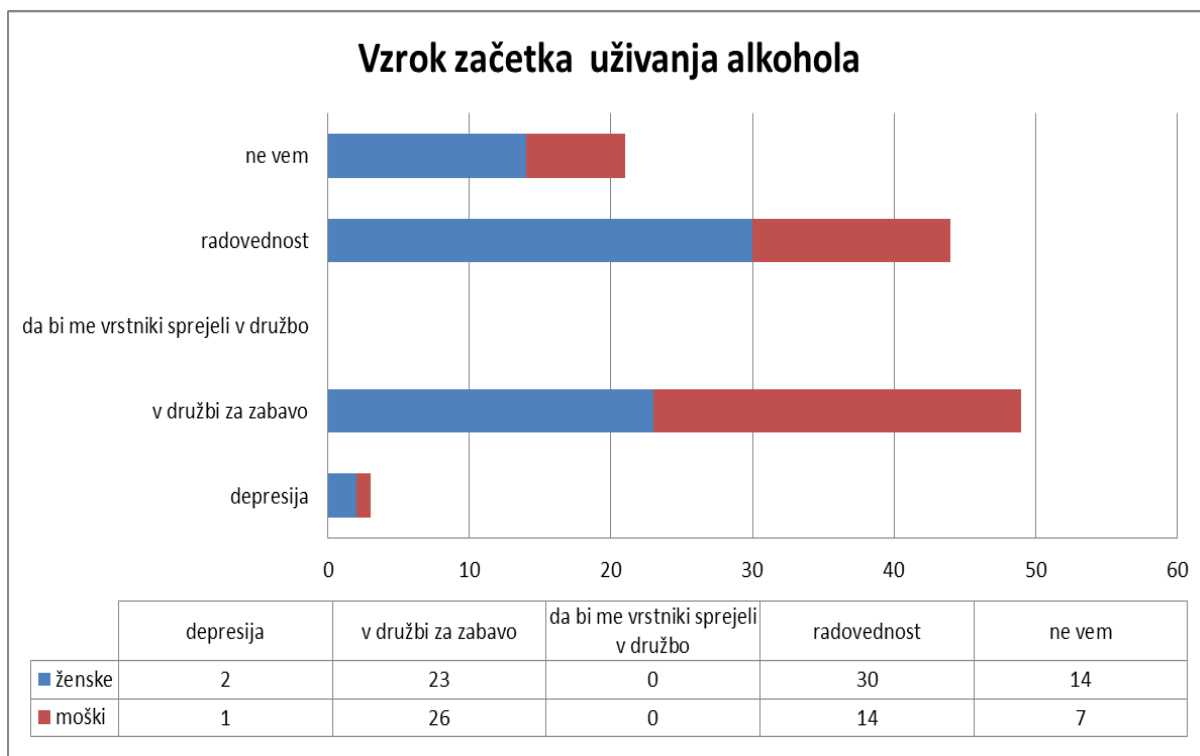
Skoraj polovica anketirancev (49,3 % vseh anketiranih žensk in 42,9 % vseh anketiranih moških) je odgovorilo, da se doma s starši pogovarjajo o pitju alkohola.

41,3 % vseh anketiranih žensk in 41,1 % vseh anketiranih moških pa je odgovorilo, da se doma s starši ne pogovarjajo o pitju alkohola.

Predvidevala sem, da se večina anketirancev doma pogovarja o alkoholu s starši. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla, saj se o tem doma pogovarja manj kot polovica anketirancev. Priporočljivo bi bilo, da bi se o pitju alkohola s starši pogovarjalo več mladostnikov.

V grafu in preglednici 11 so prikazani odgovori na vprašanje »Zakaj si spil/-a prvi požirek alkohola?«.

Graf in preglednica 11: vzrok začetka pitja alkohola po spolu



30,7 % žensk in 46,4 % moških je prvič pilo alkohol v družbi za zabavo.

Kar 40 % žensk in 25 % moških je prvič pilo alkohol zaradi radovednosti.

18,7 % žensk in 12,5 % moških ne ve, zakaj so prvič pili alkohol.

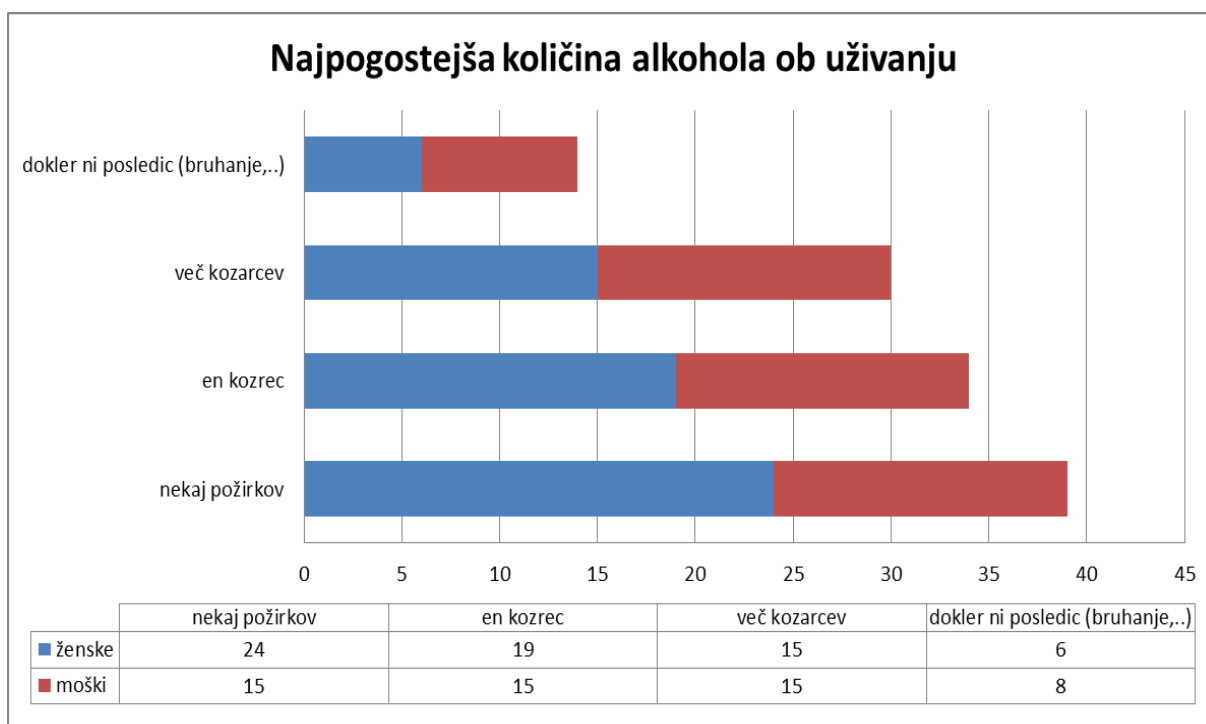
Le 2,6 % žensk in 1,9 % moških je prvič pilo alkohol zaradi depresije.

Nihče od anketiranih ni navedel, da je prvič pil zaradi želje po sprejetju v družbo vrstnikov.

Predvidevala sem, da je glavni vzrok začetka pitja alkohola želja po sprejetju v družbo. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Presenečena sem bila, da nihče od anketiranih ni navedel, da je prvič pil zaradi želje po sprejetju v družbo vrstnikov. Dopuščam možnost, da bi bili odgovori drugačni, če bi imela večji vzorec ali pa tudi, da se je razmišljanje in obnašanje današnje mladine spremenilo. Prav tako pa je tudi možno, da se anketirani pravih vzrokov ne zavedajo in da svojemu vedenju pripisujejo drugačen pomen.

V grafu in preglednici 12 so prikazani odgovori na vprašanje »Ko piješ alkohol, koliko po navadi spiješ?«.

Graf in preglednica 12: najpogostejša količina popitega alkohola ob eni priložnosti po spolu



Skoraj tretjina anketirancev (32 % žensk in 26,8 % moških) ob eni priložnosti po navadi spiije le nekaj požirkov alkoholne pijače.

Približno četrtnina anketirancev (25,3 % žensk in 26,8 % moških) ob eni priložnosti po navadi spiije en kozarec alkoholne pijače.

20 % žensk in 26,8 % moških ob eni priložnosti po navadi spiije več kozarcev alkoholne pijače.

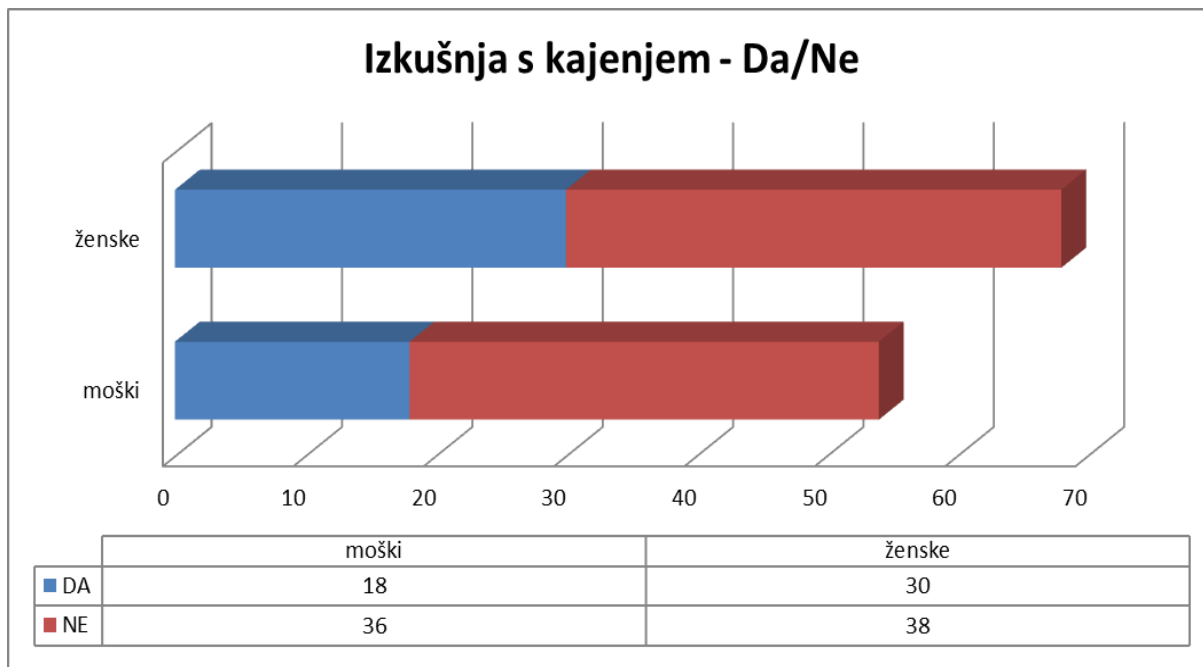
8 % žensk in 10,7 % moških ob eni priložnosti po navadi pije, dokler ni posledic (bruhanje, ...).

Predvidevala sem, da mladi, ki pijejo, ob pitju najpogosteje popijejo en kozarec. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrгла. Ne glede na to, da je vsakršno pitje alkohola pri mladih tvegano, se mi zdi posebej zaskrbljujoč podatek, da 44 oseb oziroma 33,6 % vseh anketiranih učencev, najpogosteje pijejo v velikih količinah, torej več kozarcev in dokler ni posledic (bruhanje, ...).

KAJENJE

V grafu in preglednici 13 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali si že kdaj kadil?«.

Graf in preglednica 13: število anketiranih, ki je že kdaj kadilo glede na spol



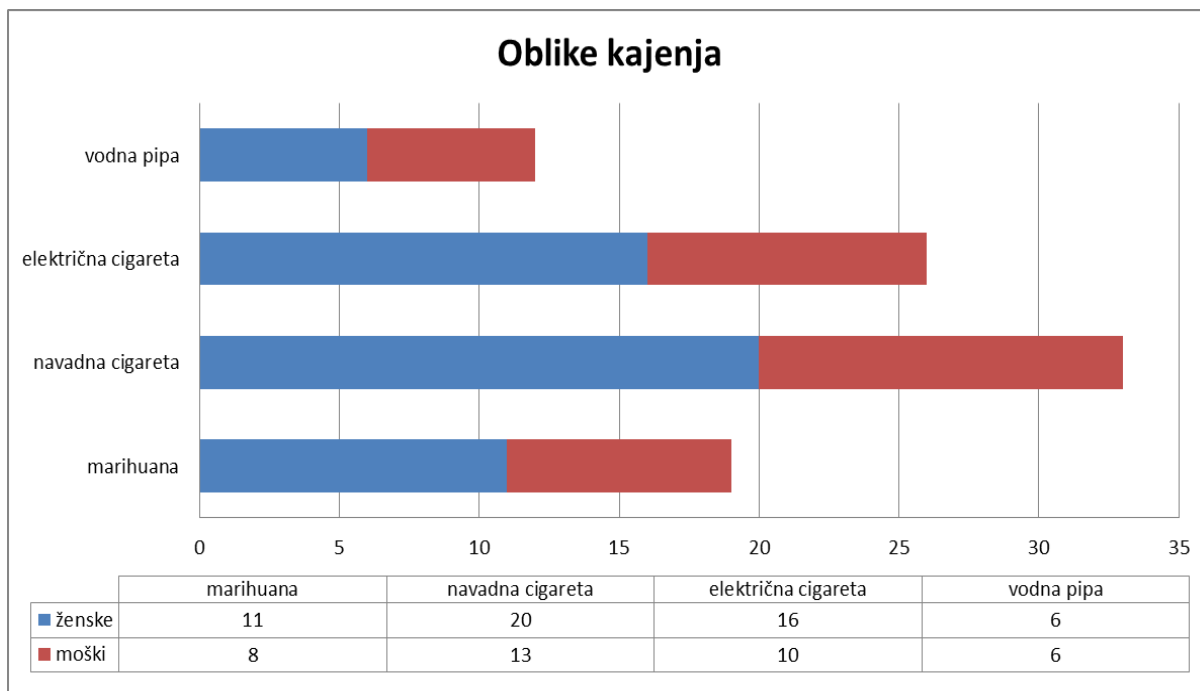
Skoraj dve tretjini anketirancev (63,4 %) še ni nikoli kadilo.

36,6 % vseh anketiranih je že kadilo. Tako je kadilo 32,1 % vseh anketiranih moških in 40 % vseh anketiranih žensk.

Predvidevala sem, da večina anketiranih še ni kadila. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila.

V grafu in preglednici 14 so prikazani odgovori na vprašanje »Kaj si že kadil?«.

Graf in preglednica 14: najpogostejše oblike kajenja med mladostniki glede na spol



Četrтина anketirancev (26,7 % žensk in 23,2 % moških) je že kadilo navadno cigareto.

21,3 % žensk in 17,9 % moških je že kadilo električno cigareto.

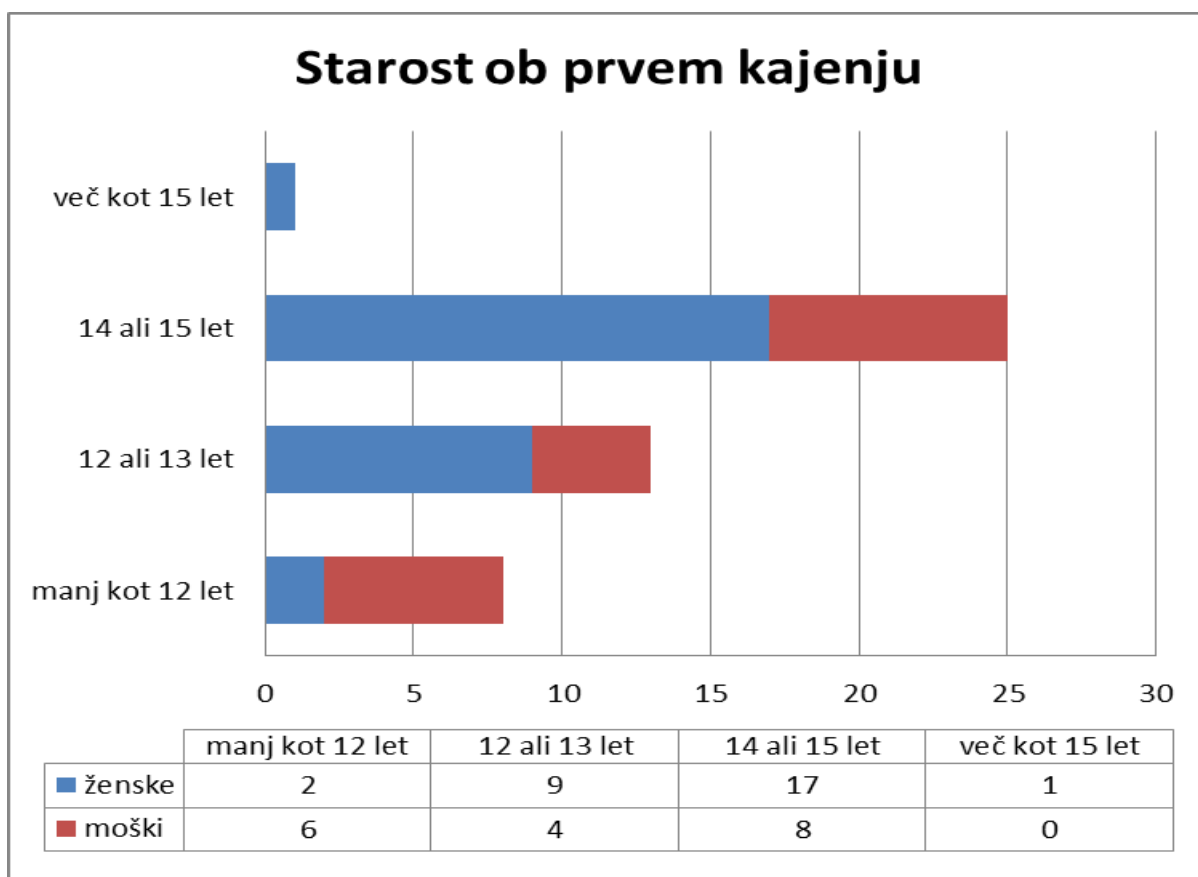
Kar 14,7 % žensk in 14,3 % moških pa je že kadilo marihuano.

8 % žensk in 10,7 % moških je že kadilo vodno pipo.

Predvidevala sem, da je večina mladostnikov, ki so že kadili, kadila navadno cigareto. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila. Preseneča me veliko število otrok, ki so kadili marihuano, ki je zakonsko prepovedana droga.

V grafu in preglednici 15 so prikazani odgovori na vprašanje »Koliko si bil/-a star/-a, ko si prvič kadil/-a?«.

Graf in preglednica 15: starost ob prvem kajenju glede na spol



46 (61,3 %) žensk in 38 (67,9 %) moških ni nikoli kadilo.

22,7 % žensk in 14,3 % moških je prvič kadilo pri starosti 14 ali 15 let.

12 % žensk in 7,1 % moških je prvič kadilo pri starosti 12 ali 13 let.

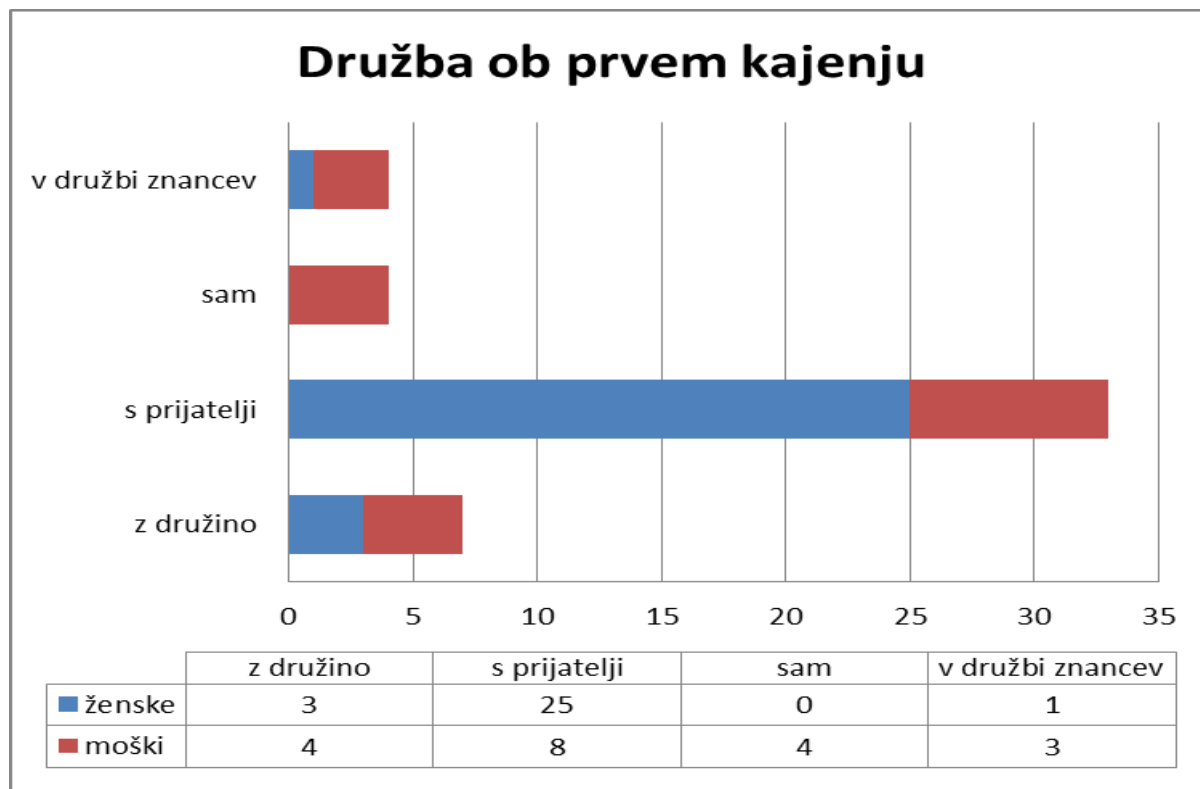
2,7 % žensk in 10,7 % moških je prvič kadilo pri starosti manj od 12 let.

Ena ženska (1,3 %) je prvič kadila pri starosti več kot 15 let.

Predvidevala sem, da je večina mladoletnikov začela kaditi pri 14-ih ali 15-ih letih. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje lahko potrdila.

V grafu in preglednici 16 so prikazani odgovori na vprašanje »S kom si prvič kadil/-a?«.

Graf in preglednica 16: družba ob prvem kajenju glede na spol



33,3 % žensk in 14,3 % moških je prvič kadilo s prijatelji.

4 % žensk in 7,1 % moških je prvič kadilo z družino.

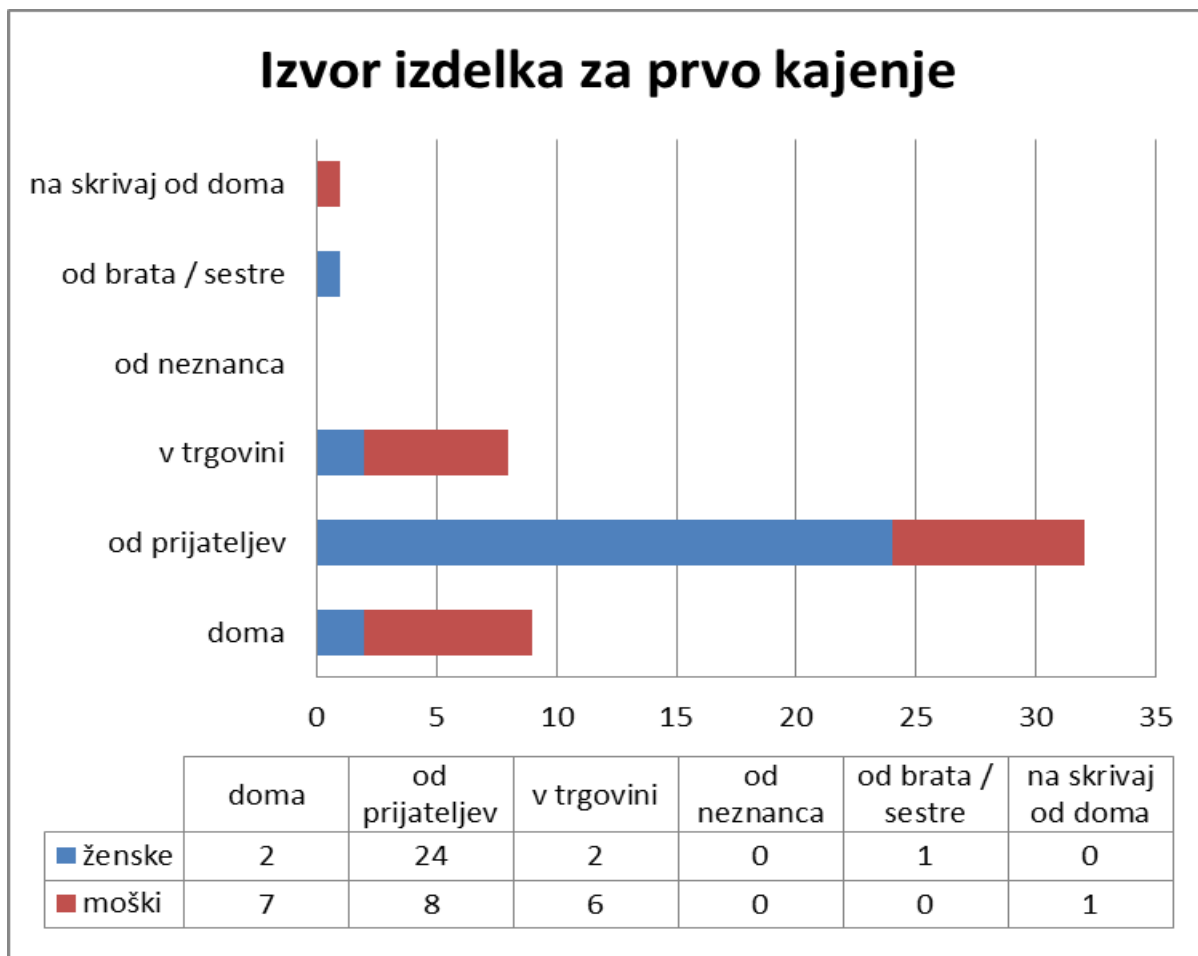
7,1 % moških je prvič kadilo samih.

Ena ženska in 5,4 % moških je prvič kadilo v družbi znancev.

Predvidevala sem, da je večina mladostnikov prvič kadila s prijatelji. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila. Preseneča me, da je kar 7 anketirancev prvič kadilo z družino.

V grafu in preglednici 17 so prikazani odgovori na vprašanje »Kje si dobil/-a svojo 1. cigareto?«.

Graf in preglednica 17: izvor izdelka za prvo kajenje glede na spol



32 % žensk in 14,3 % moških je dobilo svoj prvi izdelek za kajenje od prijateljev.

2,7 % žensk in 12,5 % moških je dobilo svoj prvi izdelek za kajenje doma.

2,6 % žensk in 10,7 % moških je dobilo svoj prvi izdelek za kajenje v trgovini.

Ena ženska je dobila svoj prvi izdelek za kajenje od brata ali sestre.

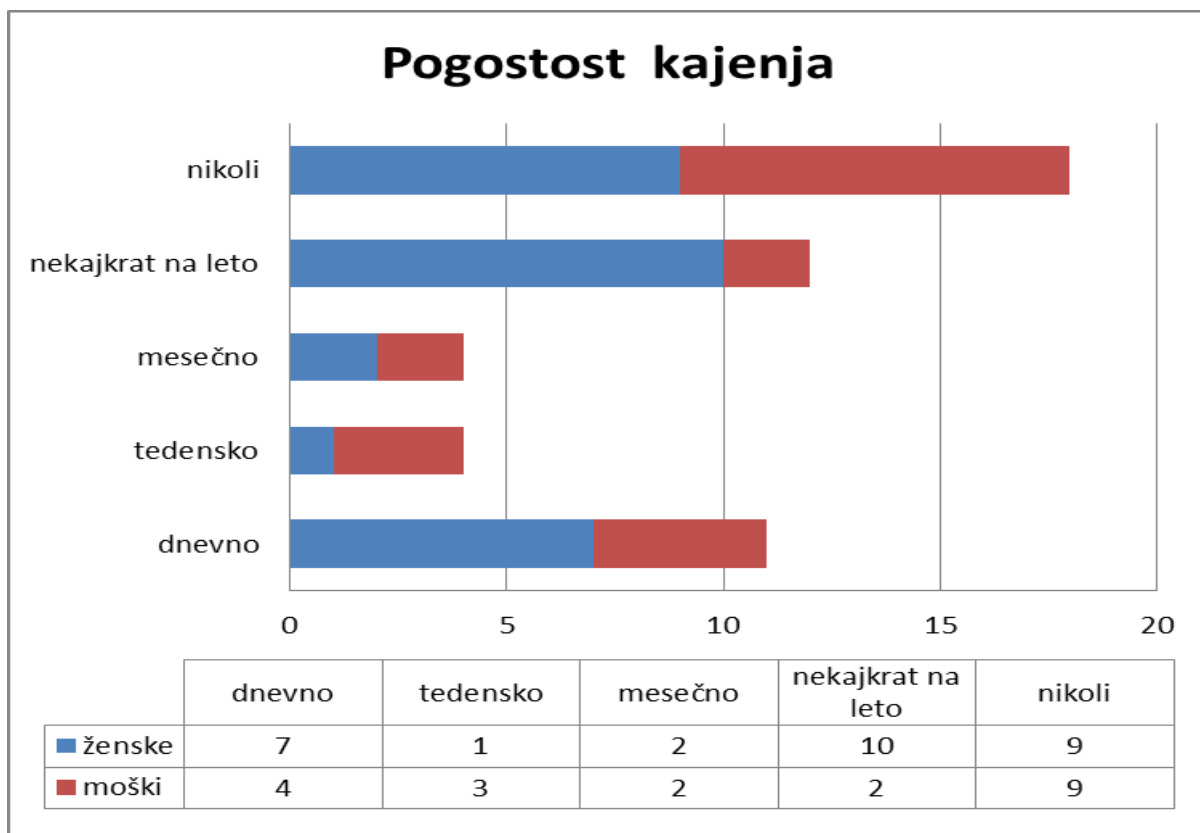
En moški je vzel svoj prvi izdelek za kajenje na skrivaj doma.

Nihče ni dobil svojega prvega izdelka za kajenje od neznanca.

Predvidevala sem, da je večina mladoletnikov svoj prvi izdelek za kajenje dobila od prijateljev. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila.

V grafu in preglednici 18 so prikazani odgovori na vprašanje »Zakaj si spil/-a prvi požirek alkohola?«.

Graf in preglednica 18: pogostost kajenja glede na spol



12 % žensk in 16,1 % moških ni nikoli več kadilo.

13,3 % žensk in 3,6 % moških kadi nekajkrat na leto.

9,3 % žensk in 7,1 % moških kadi dnevno.

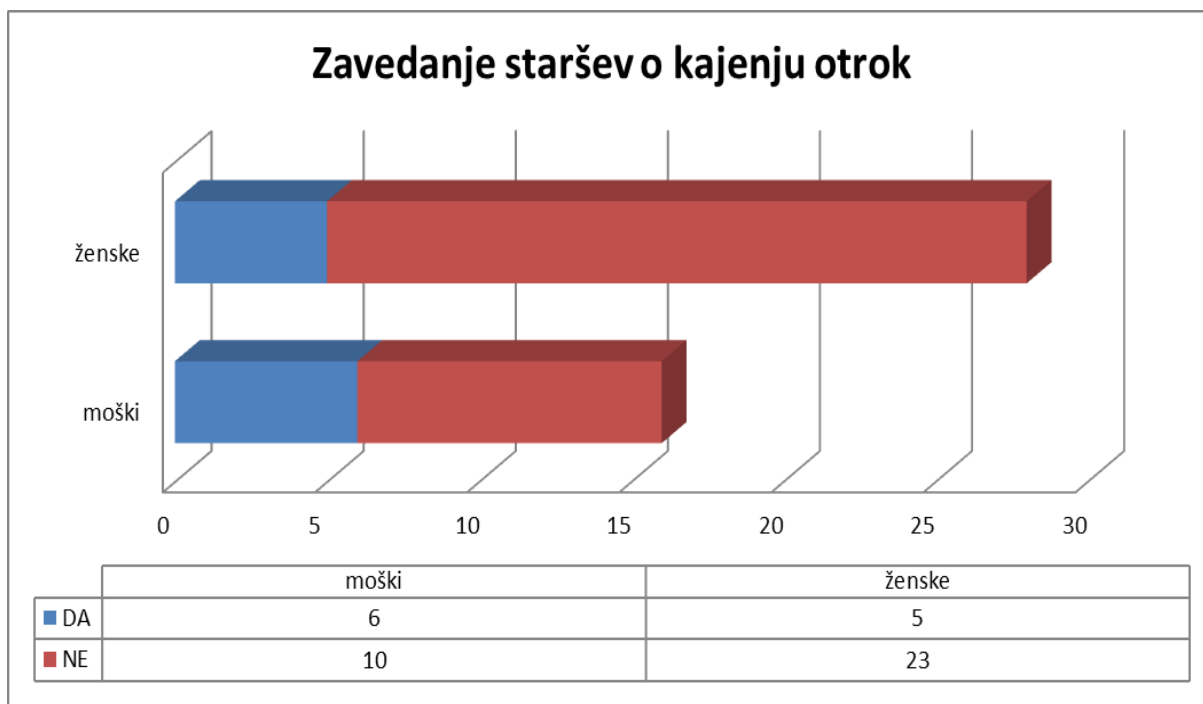
2,7 % žensk in 3,6 % moških kadi mesečno.

1,3 % žensk in 5,4 % moških kadi tedensko.

Predvidevala sem, da največ mladostnikov, ki kadi, kadi nekajkrat na leto. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila.

V grafu in preglednici 19 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali starši vedo, da kadiš?«.

Graf in preglednica 19: mnenje anketirancev o vedenju staršev glede njihovega kajenja glede na spol



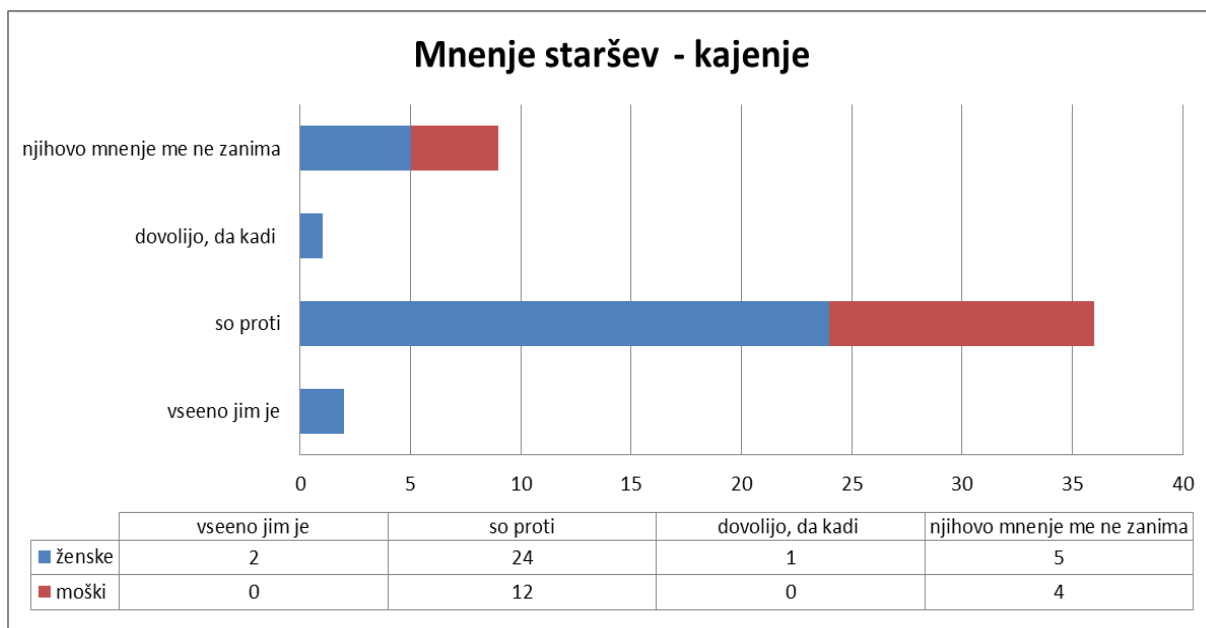
30,7 % vseh anketiranih žensk in 17,9 % vseh anketiranih moških je odgovorilo, da njihovi starši ne vedo, da kadijo.

6,7 % vseh anketiranih žensk in 10,7 % vseh anketiranih moških je odgovorilo, da njihovi starši vedo, da kadijo.

Predvidevala sem, da večina staršev anketiranih kadilcev ne ve, da le ti kadijo. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila. Ob tem me preseneča dejstvo, da starši in mladoletniki drugače obravnavajo alkohol in kajenje. Videti je, da dojemajo nevarnosti kajenja bolj resno od nevarnosti pitja alkohola.

V grafu in preglednici 20 so prikazani odgovori na vprašanje »Kakšno je mnenje staršev o kajenju pri nepolnoletnih osebah?«.

Graf in preglednica 20: odnos staršev do kajenja svojih otrok



32 % anketiranih žensk in 21,4 % anketiranih moških meni, da so njihovi starši proti kajenju svojih otrok.

6,6 % anketiranih žensk in 7,1 % anketiranih moških ne zanima mnenje njihovih staršev glede kajenja svojih otrok.

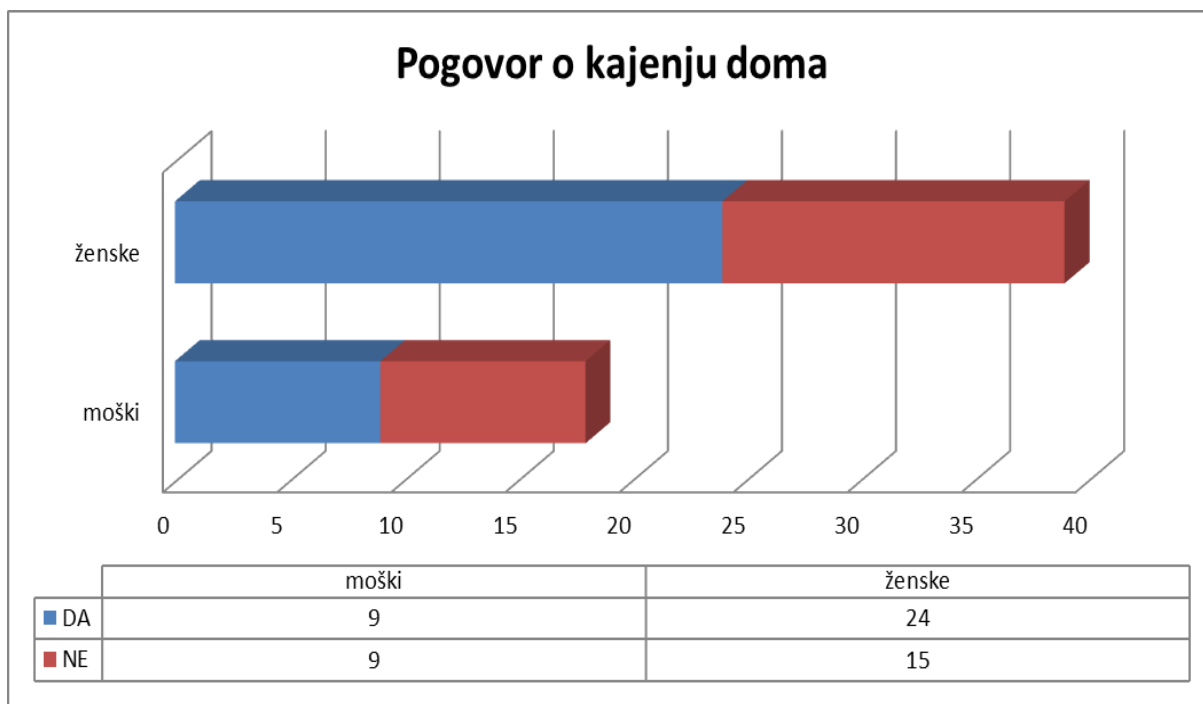
2,7 % anketiranih žensk meni, da je njihovim staršem vseeno glede kajenja svojih otrok.

Le 1,3 % anketiranih žensk meni, da jim starši dovolijo kaditi.

Predvidevala sem, da starši pri svojih otrocih ne odobravajo kajenja. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila.

V grafu in preglednici 21 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali se doma kdaj pogovarjate o kajenju cigaret?«.

Graf in preglednica 21: pogovarjanje o kajenju doma



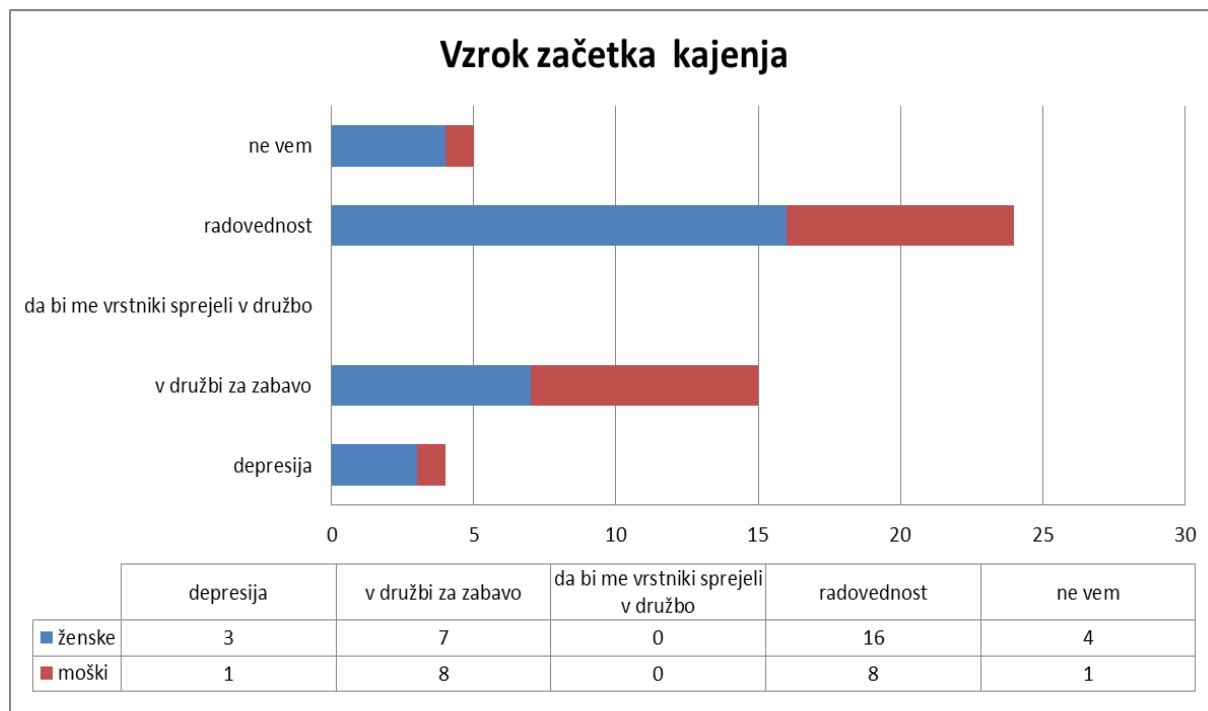
32 % vseh anketiranih žensk in 16,1 % vseh anketiranih moških je odgovorilo, da se doma s starši pogovarjajo o kajenju.

20 % vseh anketiranih žensk in 16,1% vseh anketiranih moških pa je odgovorilo, da se doma s starši ne pogovarjajo o kajenju.

Predvidevala sem, da se je večina mladih, ki so že kadili, doma kdaj pogovarjala o kajenju. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila. Zaželeno bi bilo, da bi se o kajenju s svojimi starši pogovarjalo še več otrok.

V grafu in preglednici 22 so prikazani odgovori na vprašanje »Zakaj si vdihnil/-a prvi dim?«.

Graf in preglednica 22: vzroki začetka kajenja po spolu



21,3 % vseh anketiranih žensk in 14,3 % vseh anketiranih moških je prvič kadilo iz radovednosti.

9,3 % vseh anketiranih žensk in 14,3 % vseh anketiranih moških je prvič kadilo v družbi za zabavo.

Le 4 % vseh anketiranih žensk in 1,8 % vseh anketiranih moških je prvič kadilo zaradi depresije.

5,3 % vseh anketiranih žensk in 1,8 % vseh anketiranih moških ne ve, zakaj je prvič kadilo.

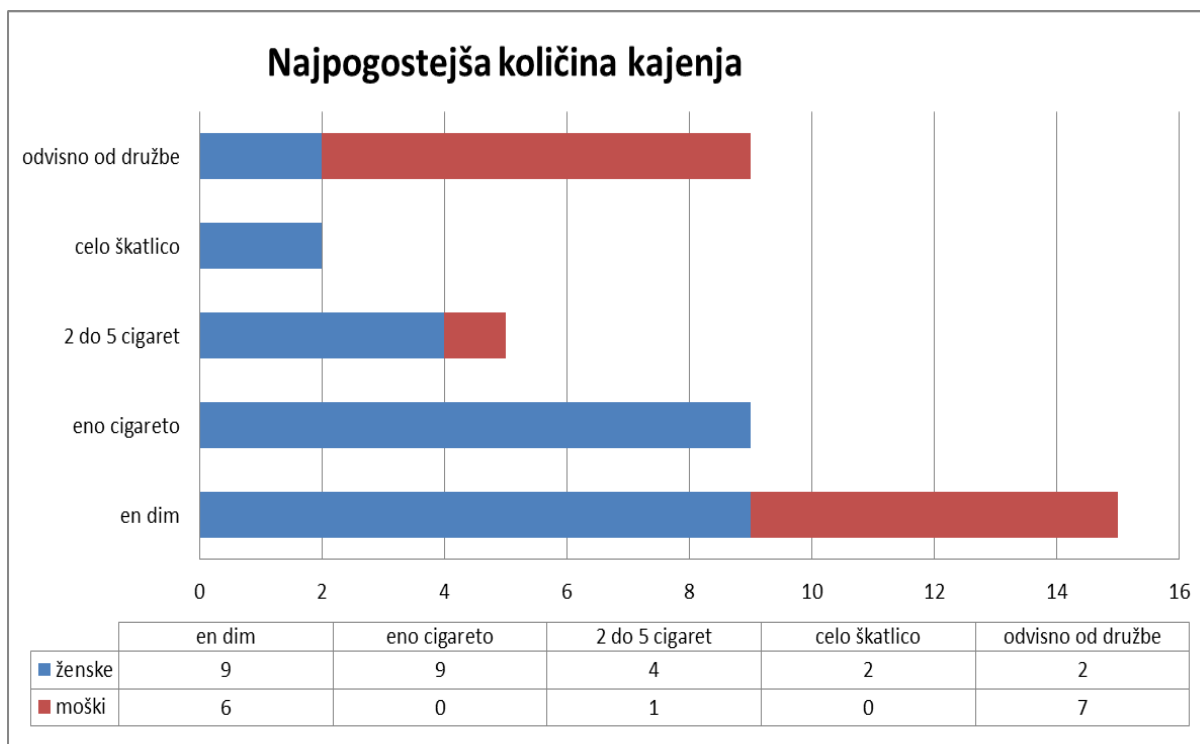
Nihče od anketiranih ni prvič kadil zato, da bi ga vrstniki sprejeli v družbo.

Predvidevala sem, da je glavni razlog začetka kajenja želja po sprejetju v družbo. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Velika večina mladostnikov je namreč začela kaditi iz radovednosti oziroma v družbi za zabavo.

Podobno kot pri alkoholu sem bila presenečena, da nihče od anketiranih ni navedel, da je prvič kadil zaradi želje po sprejetju v družbo vrstnikov. Dopuščam možnost, da bi bili odgovori drugačni, če bi imela večji vzorec ali pa tudi, da se je razmišljanje in obnašanje današnje mladine spremenilo. Prav tako pa je tudi možno, da se anketirani pravih vzrokov ne zavedajo in da svojemu vedenju pripisujejo drugačen pomen.

V grafu in preglednici 23 so prikazani odgovori na vprašanje »Koliko po navadi pokadiš, ko kadiš?«.

Graf in preglednica 23: najpogostejša količina kajenja ob eni priložnosti glede na spol



12 % vseh anketiranih žensk in 10,7 % vseh anketiranih moških ob eni priložnosti pokadi en dim.

12 % vseh anketiranih žensk ob eni priložnosti pokadi eno cigareto.

2,7 % vseh anketiranih žensk in 12,5% vseh anketiranih moških ob eni priložnosti pokadi različno količino, odvisno od družbe.

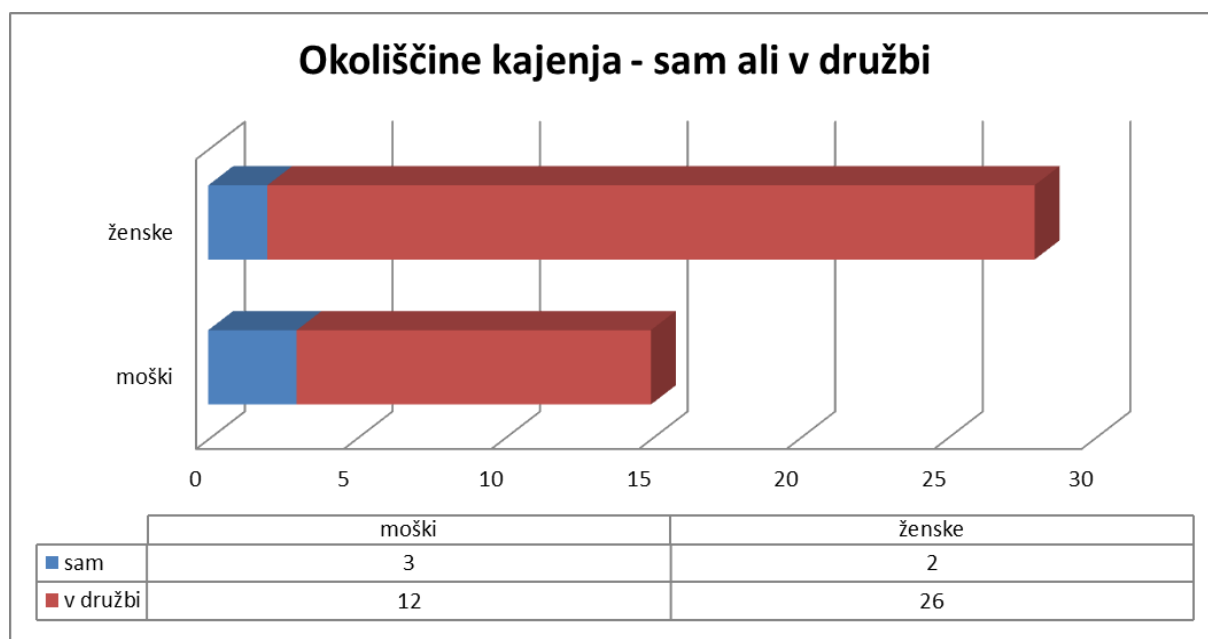
5,3 % vseh anketiranih žensk in 1,7 % vseh anketiranih moških ob eni priložnosti pokadi 2 do 5 cigaret.

2,7 % vseh anketiranih žensk ob eni priložnosti pokadi celo škatlico cigaret.

Predvidevala sem, da kadilci ob eni priložnosti najpogosteje pokadijo eno cigareto. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Kadilci ob eni priložnosti namreč najpogosteje pokadijo le en dim.

V grafu in preglednici 24 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali po navadi kadiš sam ali v družbi?«.

Graf in preglednica 24: okoliščine kajenja po spolu

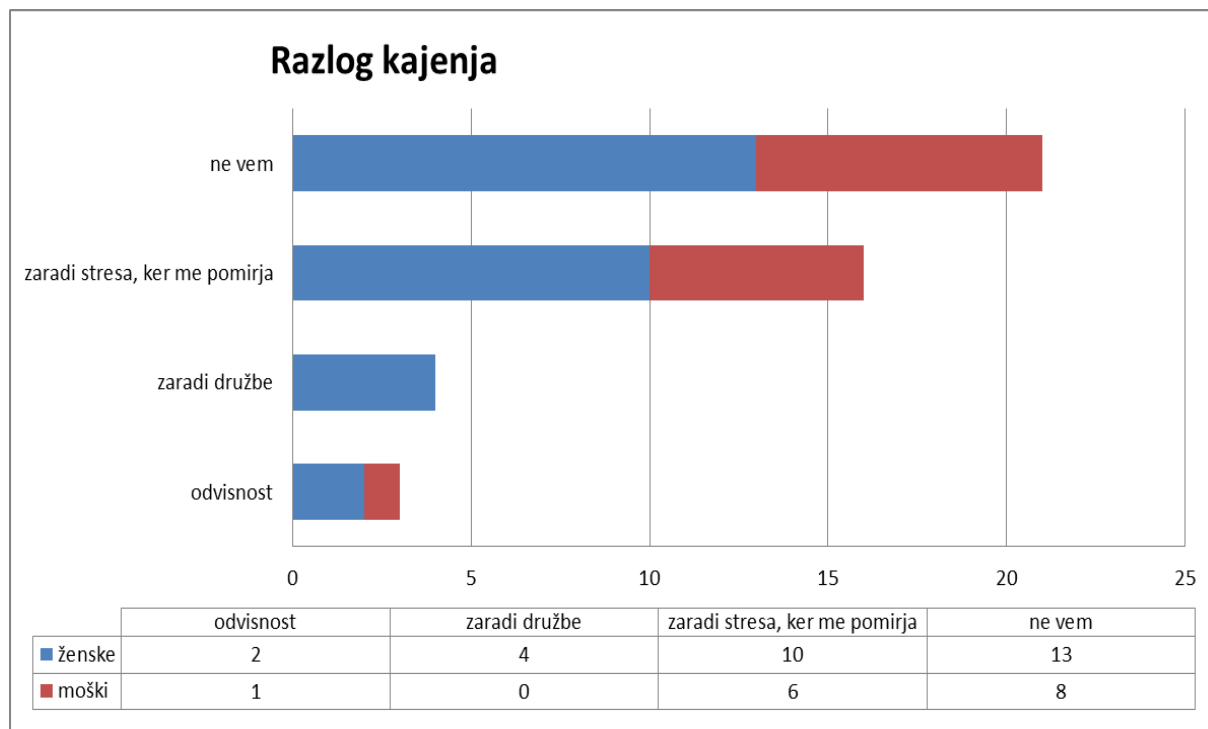


Večina anketirancev (92,9 % žensk, ki kadijo, in 80 % moških, ki kadijo), je odgovorilo, da najpogosteje kadijo v družbi, ostali kadijo najpogosteje sami.

Predvidevala sem, da večina kadičev najpogosteje kadi v družbi. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje lahko potrdila.

V grafu in preglednici 25 so prikazani odgovori na vprašanje »Zakaj kadiš?«.

Graf in preglednica 25: vzroki kajenja glede na spol



Kar 17,3 % vseh anketiranih žensk in 14,3 % vseh anketiranih moških ne ve, zakaj kadi.

13,3 % vseh anketiranih žensk in 10,7 % vseh anketiranih moških kadi zaradi stresa, ker jih cigareta pomirja.

5,3 % vseh anketiranih žensk kadi zaradi družbe.

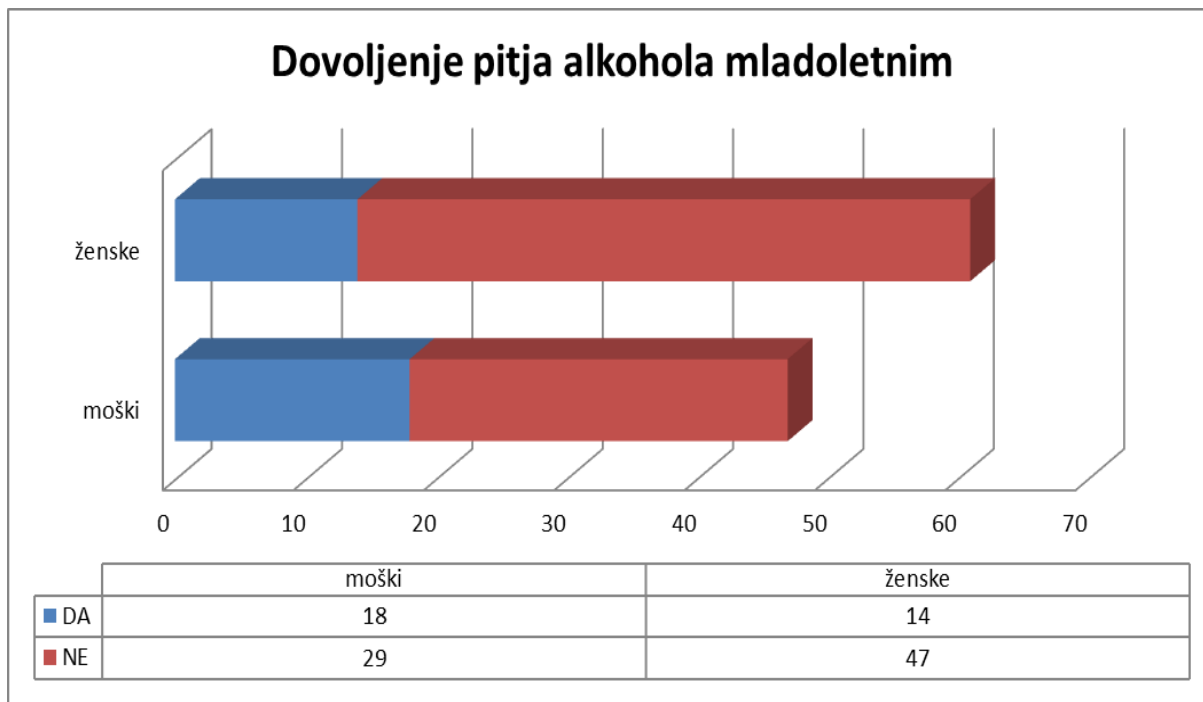
Le 2,7 % vseh anketiranih žensk in 1,8 % vseh anketiranih moških je odgovorilo, da kadi zaradi odvisnosti.

Predvidevala sem, da kadilci najpogosteje kadijo zaradi vpliva družbe. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Večina kadilcev ne ve, zakaj kadi, oziroma navaja, da jih kajenje pomirja.

ODNOS MLADIH DO ALKOHOLA IN KAJENJA

V grafu in preglednici 26 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali se ti zdi, da bi moralo biti pitje alkoholnih pijač dovoljeno mladoletnim?«.

Graf in preglednica 26: število anketirancev, ki menijo, da bi moralo biti pitje alkoholnih pijač dovoljeno mladoletnim



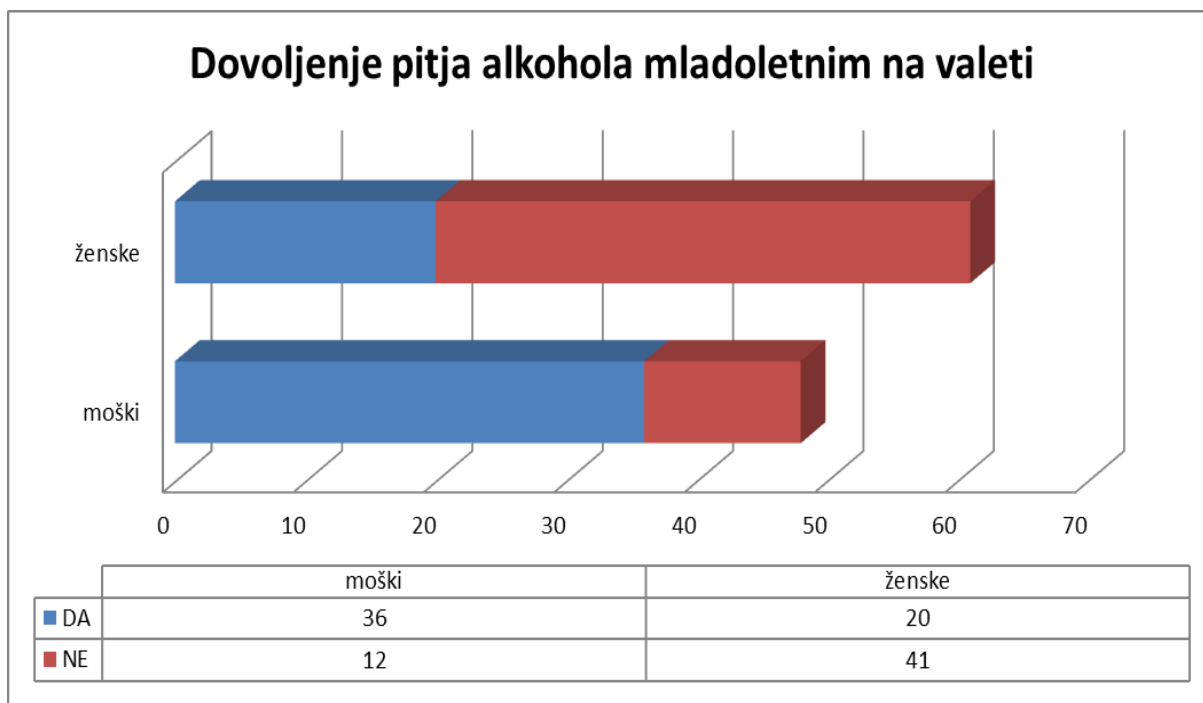
Več kot polovica anketirancev (62,7 % vseh anketiranih žensk in 51,8 % vseh anketiranih moških) meni, da mladoletnim ne bi smelo biti dovoljeno pitje alkohola.

Kar 18,7 % vseh anketiranih žensk in 32,1 % vseh anketiranih moških meni, da bi moralo biti mladoletnim dovoljeno pitje alkohola.

Predvidevala sem, da večina anketiranih misli, da pitje alkoholnih pijač mladoletnim ne bi smelo biti dovoljeno. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila.

V grafu in preglednici 27 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali se ti zdi prav, da osnovnošolci pijejo alkoholne pijače na valeti?«.

Graf in preglednica 27: število anketirancev, ki menijo, da bi moralo biti pitje alkoholnih pijač dovoljeno na valeti



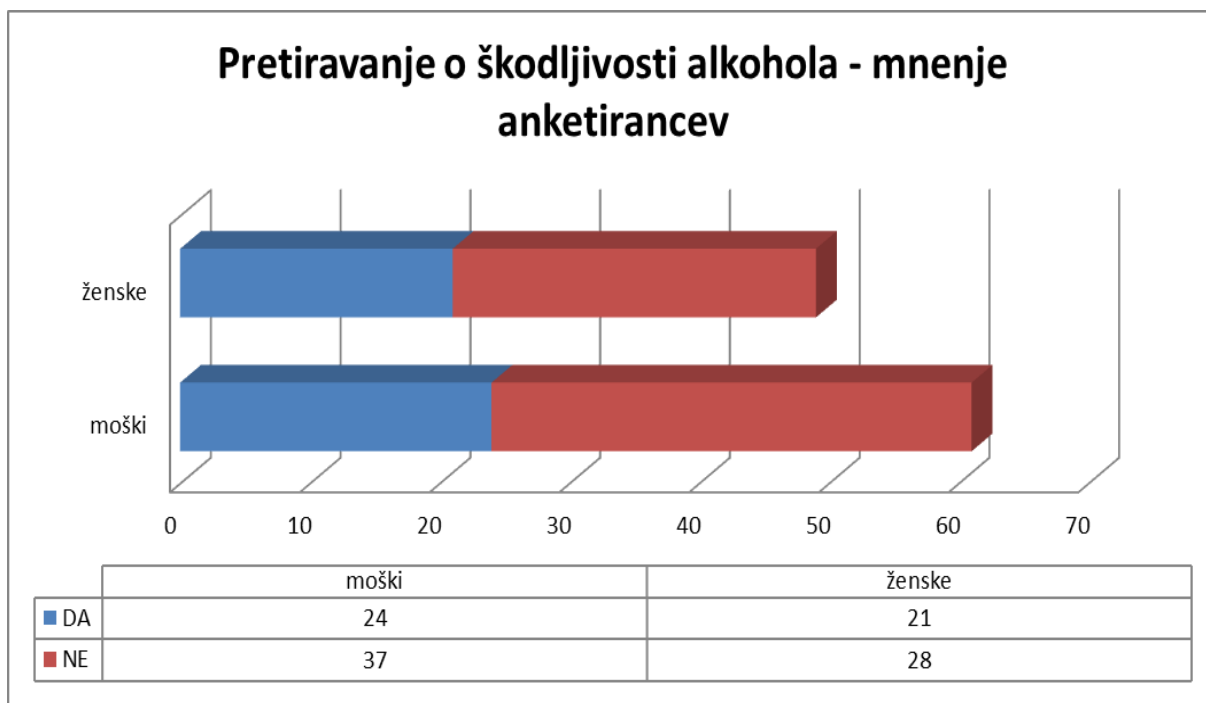
Kar 26,7 % vseh anketiranih žensk in 64,3 % vseh anketiranih moških meni, da bi moralo biti dovoljeno pitje alkohola na valeti.

54,7 % vseh anketiranih žensk in 21,4 % vseh anketiranih moških pa meni, da ne bi smelo biti dovoljeno pitje alkohola na valeti.

Predvidevala sem, da večina anketiranih meni, da bi osnovnošolci lahko pili alkoholne pijače na valeti. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje sicer potrdila, čeprav je bila razlika med različnimi mnenji zelo majhna. Ugotavljam, da je večina anketiranih žensk proti, večina anketiranih moških pa zagovarja pitje alkohola osnovnošolcev ne valeti.

V grafu in preglednici 28 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali meniš, da pretiravajo glede škodljivosti alkohola?«.

Graf in preglednica 28: število anketirancev, ki meni, da pretiravajo glede škodljivosti alkohola po spolu



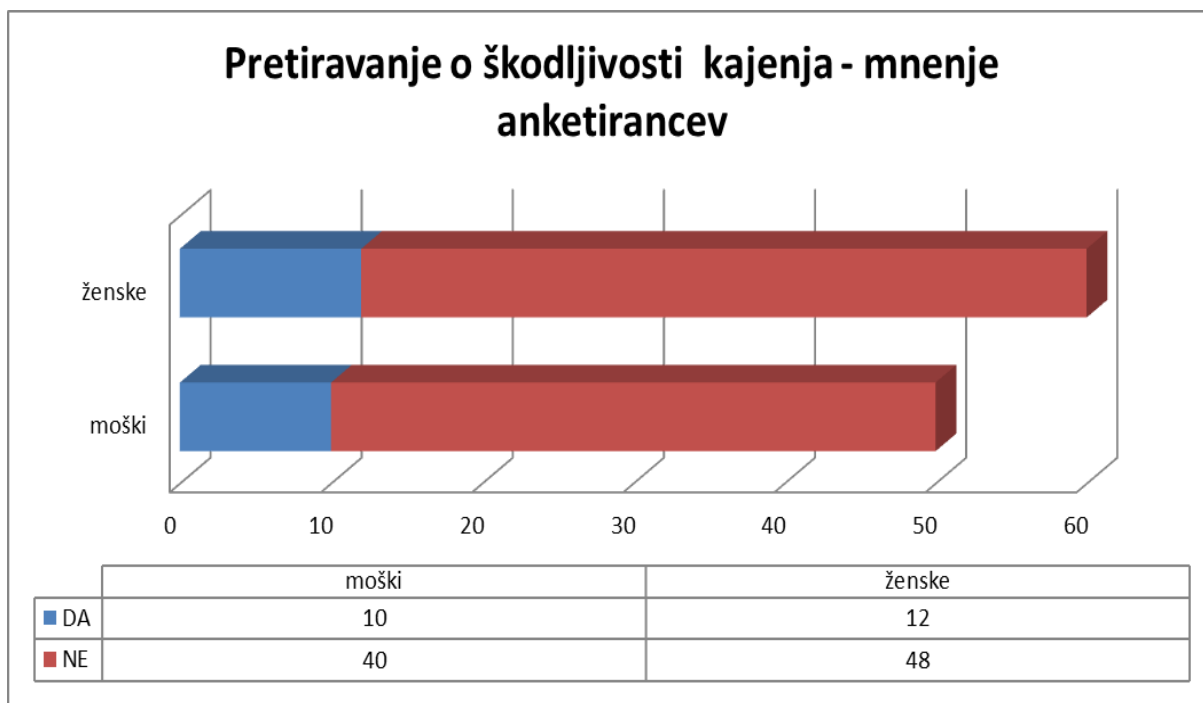
37,3 % vseh anketiranih žensk in 66,1 % vseh anketiranih moških meni, da ne pretiravajo glede škodljivosti pitja alkohola.

28 % vseh anketiranih žensk in 42,9 % vseh anketiranih moških pa meni, da pretiravajo glede škodljivosti pitja alkohola.

Predvidevala sem, da se mladoletniki najpogosteje ne zavedajo resničnih učinkov alkohola, zato ocenjujejo, da glede škodljivosti pretiravajo. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Tudi tu se pojavljajo velike razlike med spoloma, saj kar dve tretjini moških anketirancev meni, da ne pretiravajo glede škodljivosti pitja alkohola.

V grafu in preglednici 29 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali meniš, da pretiravajo glede škodljivosti kajenja?«.

Graf in preglednica 29: število anketirancev, ki meni, da pretiravajo glede škodljivosti kajenja po spolu



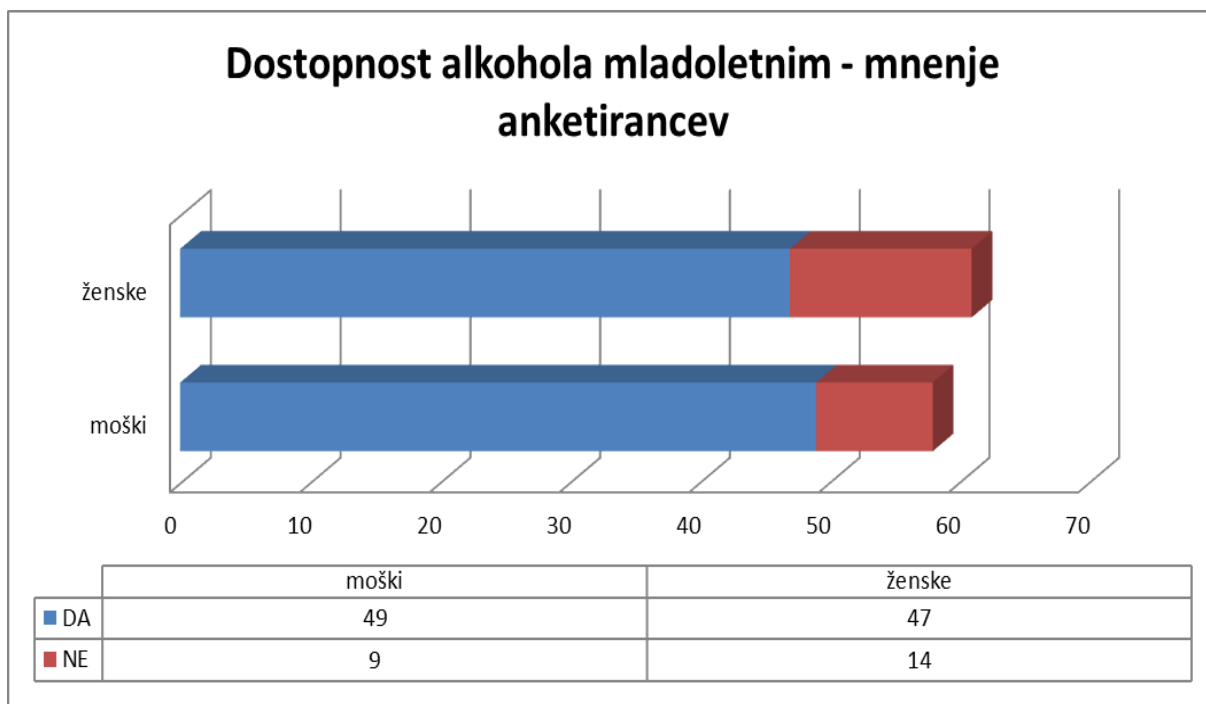
Več kot dve tretjini anketirancev (64 % vseh anketiranih žensk in 71,5 % vseh anketiranih moških) meni, da ne pretiravajo glede škodljivosti kajenja.

16 % vseh anketiranih žensk in 17,9 % vseh anketiranih moških pa meni, da pretiravajo glede škodljivosti kajenja.

Predvidevala sem, da se mladoletniki najpogosteje ne zavedajo resničnih učinkov kajenja, zato ocenjujejo, da glede škodljivosti pretiravajo. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje ovrgla. Za razliko od alkohola škodljivost kajenja jemljejo bolj resno.

V grafu in preglednici 30 so prikazani odgovori na vprašanje »Ali meniš, daje mladostnikom alkohol dostopen?«.

Graf in preglednica 30: dostopnost alkohola mladostnim osebam glede na spol



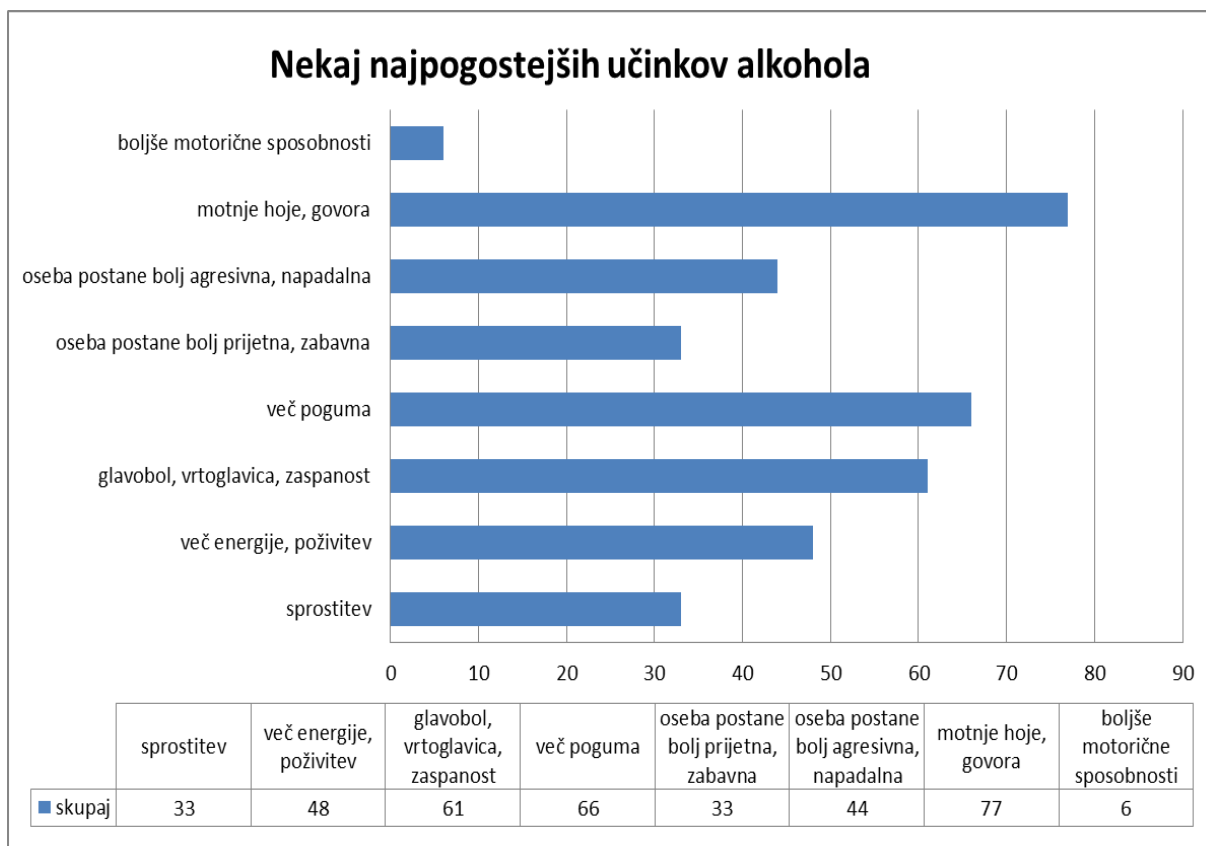
Več kot dve tretjini anketirancev (62,7 % vseh anketiranih žensk in 87,5 % vseh anketiranih moških) meni, da je alkohol mladostnim osebam dostopen.

Le 18,7 % vseh anketiranih žensk in 16,1 % vseh anketiranih moških meni, da alkohol mladostnim osebam ni dostopen.

Predvidevala sem, da bo večina anketirancev menila, da je mladostnikom alkohol dostopen. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila. Velika večina anketiranih je bila namreč mnenja, da je alkohol mladostnikom dostopen, kar je nekoliko zaskrbljujoče.

V grafu in preglednici 31 so prikazani odgovori na vprašanje »Kaj meniš, da so najpogostejši učinki alkohola?«. Anketirancem sem naročila, naj obkrožijo do tri odgovore.

Graf in preglednica 31: mnenje o nekaj najpogostejših učinkih alkohola

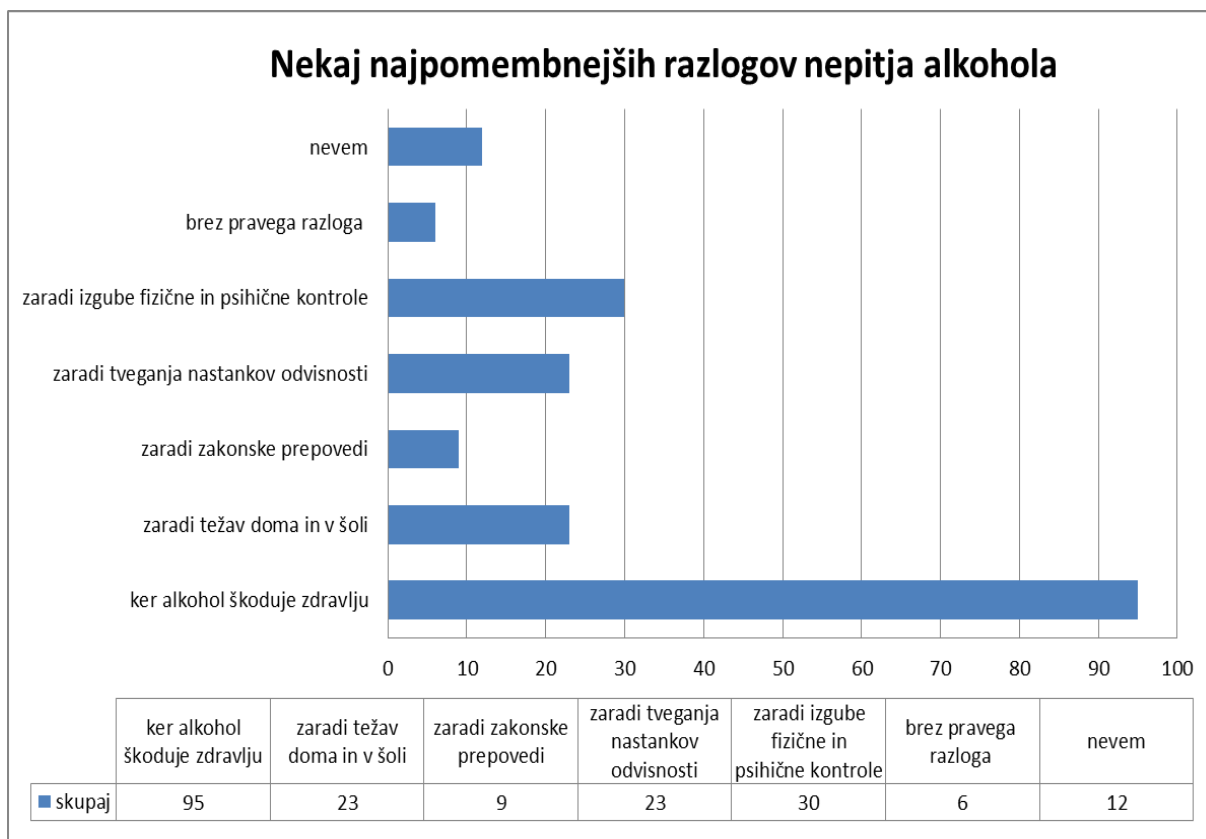


Več kot polovica vseh anketirancev (58,8 %) meni, da alkohol povzroča motnje hoje in govora, 50,4 % jih meni, da da alkohol več poguma. 46,6 % vseh anketirancev meni, da alkohol povzroča glavobol, vrtoglavico in zaspanost. 36,6 % vseh anketirancev jih je mnenja, da da alkohol več energije in poživitev. 33,6 % vseh anketirancev meni, da alkohol povzroča agresivnost in napadalnost. 25,2 % vseh anketirancev se zdi, da alkohol sprošča in tako postane oseba bolj prijetna in zabavna. 4,6 % vseh anketirancev pa meni, da alkohol izboljša motorične sposobnosti.

Predvidevala sem, da se mladoletniki najpogosteje ne zavedajo najpogostejših učinkov alkohola. Ugotavljam, da anketiranci v večji meri opažajo negativne učinke alkohola in v nekoliko manjši meri pozitivne učinke.

V grafu in preglednici 32 so prikazani odgovori na vprašanje »Kateri je najpomembnejši razlog, da mladoletniki ne pijejo oziroma naj ne bi pili alkohola?«.

Graf in preglednica 32: najpomembnejši razlogi ne pitja alkohola



Večina vseh anketirancev (72,5 %) meni, da mladoletniki ne bi smeli piti alkohola, ker alkohol škoduje zdravju.

22,9 % vseh anketirancev meni, da mladoletniki ne bi smeli piti alkohola, ker alkohol povzroča izgubo psihične in fizične kontrole.

17,6 % vseh anketirancev meni, da mladoletniki ne bi smeli piti alkohola zaradi tveganja nastanka odvisnosti in zaradi težav doma in v šoli.

Kar 9,2 % vseh anketirancev ne ve, zakaj mladoletniki ne bi smeli piti alkohola. Komaj 6,9 % vseh anketirancev meni, da mladoletniki ne bi smeli piti alkohola zaradi zakonske prepovedi. 4,6 % vseh anketirancev pa meni, da ni pravega razloga, da mladoletniki ne bi smeli piti alkohola.

Predvidevala sem, da mladoletniki ne pijejo oziroma naj ne bi pili alkohola zato, ker alkohol škoduje zdravju. Z rezultati raziskave sem svoje predvidevanje potrdila. Velika večina anketiranih namreč meni, da mladoletniki ne bi smeli piti alkohola, ker škoduje zdravju.

4 OPREDELITEV GLAVNIH HIPOTEZ

Na začetku raziskovalne naloge sem si postavila osem hipotez. Z rezultati raziskave sem ugotovila naslednje:

1. hipoteza: Današnje generacije mladoletnikov začnejo najpogosteje piti alkohol pri 12-ih ali 13-ih letih in kaditi cigarete pri 14-ih ali 15-ih letih. Največ anketiranih (42 oseb) je začelo piti alkohol pri 14-ih ali 15-ih letih, približno enako število (41 oseb) pa je začelo piti pri 12-ih ali 13-ih letih. *Hipotezo sem ovrgla.* Največ anketiranih (25 oseb) je začelo kaditi pri 14-ih ali 15-ih letih. *Hipotezo sem potrdila.*

2. hipoteza: Mladostniki so najpogosteje prvič pili alkohol ali kadili v družbi prijateljev. Mladostniki so najpogosteje prvič pili alkohol z družino. *Hipotezo sem ovrgla.* Mladostniki so najpogosteje prvič kadili v družbi prijateljev. *Hipotezo sem potrdila.*

3. hipoteza: Mladostniki najpogosteje pijejo alkohol ali kadijo nekajkrat na leto. Ko pijejo alkohol, najpogosteje popijejo en kozarec, ko kadijo, pa pokadijo eno cigareto. Mladostniki najpogosteje pijejo alkohol nekajkrat na leto. *Hipotezo sem potrdila.* Ko pijejo alkohol, najpogosteje popijejo nekaj požirkov. *Hipotezo sem ovrgla.* Mladostniki najpogosteje kadijo nekajkrat na leto. *Hipotezo sem potrdila.* Ko kadijo, pokadijo en dim. *Hipotezo sem ovrgla.*

4. hipoteza: Večina mladostnikov, ki so že kadili, je kadila navadno cigareto. Večina mladostnikov, ki so že kadili, je kadila navadno cigareto. *Hipotezo sem potrdila.*

5. hipoteza: Glavni vzrok začetka pitja alkohola in kajenja je želja po sprejetju v družbo vrstnikov ali starejših. Glavni vzrok začetka pitja alkohola je zabava v družbi. *Hipotezo sem ovrgla.* Glavni vzrok začetka kajenja je radovednost. *Hipotezo sem ovrgla.*

6. hipoteza: Mladostniki se ne zavedajo resničnih učinkov pitja alkohola na telo in um. Mladostniki se zavedajo tako pozitivnih kot negativnih učinkov pitja alkohola na telo in um. *Hipoteze nisem niti potrdila niti ovrgla.* Glede na možne odgovore so namreč lahko obkrožili več odgovorov, in sicer pozitivne in negativne učinke skupaj. Vprašanje bi morala razdeliti na dva dela.

7. hipoteza: Starši pogosto ne vedo, da njihovi otroci pijejo alkohol ali kadijo. Otroci menijo, da so njihovi starši proti pitju alkohola in proti kajenju pri mladoletnikih. Starši pogosto vedo, da njihovi otroci pijejo alkohol. Otroci menijo, da njihovi starši dovolijo, da pijejo malo alkohola. *Hipotezo sem ovrgla.* Starši pogosto ne vedo, da njihovi otroci kadijo. *Hipotezo sem potrdila.* Otroci menijo, da jim njihovi starši ne dovolijo kaditi. *Hipotezo sem potrdila.*

8. hipoteza: Najpomembnejši razlog, da mladoletniki ne pijejo alkohola je, da alkohol škoduje zdravju. Najpomembnejši razlog, da mladoletniki ne pijejo alkohola je, da alkohol škoduje zdravju. *Hipotezo sem potrdila.*

5 ZAKLJUČEK

S svojo raziskavo sem ugotovila, da je kar 88,5 % oziroma 116 anketirancev že pilo alkohol in da je 36,6 % oziroma 48 anketirancev že kadilo.

V svoji anketi sem veliko spraševala o okoliščinah prvega pitja alkohola in kajenja, zanimivo pa bi bilo izvedeti tudi, kakšni so bili razlogi tistih, ki niso pili alkohola oziroma kadili.

Če primerjam podatke iz dveh raziskav z velikim številom anketirancev, ki sem si ju prebrala, ugotavljam, da se je starost začetka pitja alkohola v moji raziskavi povečala. Možni razlogi za to so v tem, da je bilo v mojo raziskavo vključeno manj učencev ali da so bile uspešne številne preventivne akcije.

Predvidevala sem, da je glavni vzrok začetka pitja alkohola želja po sprejetju v družbo. Presenečena sem bila, da nihče od anketiranih ni navedel, da je prvič pil zaradi želje po sprejetju v družbo vrstnikov. Dopuščam možnost, da bi bili odgovori drugačni, če bi imela večji vzorec ali pa tudi, da se je razmišljanje in obnašanje današnje mladine spremenilo. Prav tako pa je tudi možno, da se anketirani pravih vzrokov ne zavedajo in da svojemu vedenju pripisujejo drugačen pomen.

Zelo me preseneča dejstvo, da so starši veliko bolj naklonjeni alkoholu kot kajenju in da svojim otrokom dovolijo piti malo alkohola. Mnenje stroke je namreč zelo jasno in pitje alkohola je mladoletnikom prepovedano z zakonom. Alkohol je povezan s številnimi negativnimi posledicami, ki so še posebej pomembne v času odraščanja in odvisnost od alkohola je samo ena od njih, ki niti ni najbolj pomembna.

Naravno odraščanje, odgovorno premagovanje stisk in opravljanje razvojnih nalog se prekine, število drugih tveganih izborov se poveča, tako kot neuspešnost na področju zdravega uveljavljanja šolskega uspeha, medsebojnih odnosov, sproščene komunikacije. Zaradi dozorevajočih možganov se funkcije predvidevanja, načrtovanja, vztrajnosti in odlaganja zadovoljitve želja ne razvijejo optimalno, kar spet prispeva k nižjemu samospoštovanju, samozavesti in zadovoljstvu z življenjem in s samim seboj (Boben Bardutzky, 2009, str. 57).

Zdi se mi, da bi med preventivne ukrepe bilo potrebno vključiti ozaveščanje o škodljivosti uživanja alkohola in kajenja tako mladostnikov kot tudi njihovih staršev.

Želim si, da bi znala družba pomagati mladim, da se razvijejo v samozavestne osebe, ki za sprostitev in veselje ne potrebujejo alkohola in kajenja.

6 VIRI IN LITERATURA

Knjižni viri:

1. Boben-Bardutzky, D., idr. (2004). Osnove zdravljenja odvisnosti od alkohola: učbenik in smernice za delo. Ljubljana: Psihiatrična klinika.
2. Boben-Bardutzky, D., idr. (2009). Odraščanje: z ali brez alkohola? Ljubljana: Društvo žarek upanja.
3. Friedl, A., idr. (2008). Lokalna akcijska skupina za preprečevanje zasvojenosti na območju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž. Spodnje Jablane: Ekart.
4. Kastelic, A., & Mikulan, M. (2004). Mladostnik in droga. Ljubljana: Prohealth d. o. o.
5. Kragelj - Zaletel, L. (2003). Ocenjevanje razširjenosti dejavnikov tveganja za slabše zdravstveno stanje. Ljubljana: Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije.
6. Kristan, S. (1994). Kaditi ali ne kaditi to je zdaj vprašanje. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport.
7. Može, A. (2015). Odvisnost od alkohola: razvoj in zdravljenje. Idrija: Bogataj.
8. Poljšak Škraban, O. (2004). Obdobje adolescence in razvoj identitete: izbrane teme. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
9. Razboršek, V., Krištof, M. (2005). Kaj vem o alkoholizmu in drugih boleznih zasvojenosti. Ljubljana: Škofijska Karitas.
10. Stergar, E., idr. (2001). Kajenje tobaka. Zbornik 3. konference lokalnih akcijskih skupin (LAS). Ljubljana: Urad vlade Republike Slovenije za droge.
11. Šimek, D. (2000). Zasvojenosti. Maribor: Koda Press- tiskarna Saje.
12. Tomori, M. (1994). Knjiga o družini. Ljubljana: EWO.
13. Tomori, M. (1995). Mladostnik, droga in zdravnik. Članek: Prispevek na I. slovenskem pediatričnem kongresu.
14. Turk, A. (2012). Dejstva o cigaretah. Ona, 40- 41.
15. Kolšek, M. (2000). Pogostnost pitja alkohola in pивske navade osnovnošolcev v Sloveniji. Ljubljana: Medicinska fakulteta, Univerza v Ljubljani.

Internetni viri:

1. <http://www.nasa-lekarna.si/clanki/clanek/bolezni-ki-jih-dokazano-povzroci-sprozi-ali-poslabsa-kajenje/>, uporabljeno dne 27. 2. 2017
2. http://www.mss.si/datoteke/dokumenti/diplomske/2013/Bucek_Nina-Odnos.pdf, uporabljeno dne 1. 3. 2017
3. Madjar, B. (julij 2006). Pomurske lekarne. Pridobljeno iz Kajenje - škodljivi učinki: <http://www.pomurske-lekarne.si/si/index.cfm?id=2164>, uporabljeno dne 6. 3. 2017.

PRILOGA: ANKETNI VPRAŠALNIK

ANKETNI VPRAŠALNIK

Lep pozdrav. Sem Pia Jelena Džakulin in sem učenka 9. razreda II. OŠ Celje. S svojim sodelovanjem mi boš pomagal/-a, da ugotovim, kakšen je odnos mladih do alkohola in kajenja. Na vprašalnik **ne** napiši svojega imena, tako da ni mogoče ugotoviti, kdo ga je izpolnil. Vprašalnik bom pregledala samo jaz, tvoji sošolci, učitelji in starši ga ne bodo videli. Zato pri odgovorih ni potrebno prikrivanje, niti pretiravanje.

Prosim te, da pri vsakem vprašanju obkrožiš le en odgovor.

1. **SPOL:** MOŠKI ŽENSKI
2. **STAROST:** 14 15 16 17

ALKOHOLNE PIJAČE

3. **ALI SI ŽE PIL/-A ALKOHOLNO PIJAČO?** DA NE
(NA NASLEDNJA VPRAŠANJA ODGOVARJAJ SAMO, ČE SI ŽE PIL ALKOHOL. ČE ŠE NISI, NADALJUJ Z DRUGIM SKLOPOM VPRAŠANJ, KI SE NANAŠAJO NA KAJENJE.)
4. **KATERO ALKOHOLNO PIJAČO SI PIL/-A PRVIČ?**
 - a) PIVO
 - b) VINO
 - c) ŽGANO PIJAČO
5. **KOLIKO SI BIL/-A STAR, KO SI PRVIČ PIL/-A ALKOHOLNO PIJAČO ?**
 - a) MANJ KOT 12 LET
 - b) 12 ALI 13 LET
 - c) 14 ALI 15 LET
 - d) VEČ KOT 15 LET
6. **S KOM SI PRVIČ PIL/-A ALKOHOL?**
 - a) Z DRUŽINO
 - b) S PRIJATELJI
 - c) SAM/-A
 - d) S SVOJIM FANTOM, S SVOJO PUNNCO
 - e) V DRUŽBI ZNANCEV
7. **KJE SI DOBIL/-A SVOJO 1. ALKOHOLNO PIJAČO?**
 - a) DOMA
 - b) OD PRIJATELJEV
 - c) V TRGOVINI
 - d) OD NEZNANCA
 - e) NA KONCERTU, V KLUBU
 - a) NA SKRIVAJ SEM GA VZEL OD DOMA
8. **KAKO POGOSTO PIJEŠ ALKOHOLNE PIJAČE?**
 - a) DNEVNO
 - b) TEDENSKO
 - c) MESEČNO
 - d) NEKAJKRAT NA LETO
 - e) NIKOLI
9. **ALI STARŠI VEDO, DA PIJEŠ ALKOHOL?** DA NE

10. KAKŠNO JE NJIHOVO MNENJE O PITJU ALKOHOLA PRI NEPOLNOLETNIH OSEBAH?

- a) VSEENO JIM JE
- b) SO PROTI
- c) DOVOLIJO, DA PIJEM MALO
- d) DOVOLIJO, DA PIJEM KOLIKOR ME JE VOLJA
- e) DOVOLIJO, DA PIJEM, KO SO Z MENOJ
- f) ME NE ZANIMA

11. ALI SE DOMA KDAJ POGOVARJATE O PITJU ALKOHOLU? DA NE

12. ZAKAJ SI SPIL/-A PRVI POŽIREK ALKOHOLA?

- a) DEPRESIJA
- b) V DRUŽBI, ZA ZABAVO
- c) DA BI ME VRSTNIKI SPREJELI V DRUŽBO
- d) RADOVEDNOST
- e) NE VEM

13. KO PIJEŠ ALKOHOL, KOLIKO PONAVALDI SPIJEŠ?

- a) NEKAJ POŽIRKOV
- b) EN KOZAREC
- c) VEČ KOZARCEV
- d) DOKLER NI POSLEDIC (BRUHANJE,...)

KAJENJE

14. ALI SI ŽE KADIL? DA NE

NA NASLEDNJA VPRAŠANJA ODGOVARJAJ SAMO, ČE SI ŽE KDAJ KADIL. ČE ŠE NISI, NADALJUJ S TRETJIM SKLOPOM VPRAŠANJ, KI SE NANAŠAJO NA TVOJ ODNOS DO ALKOHOLA IN KAJENJA.

15. KAJ SI ŽE KADIL? (Obkrožiš lahko več odgovorov.)

- a) MARIHUANO
- b) NAVADNO CIGARETO
- c) ELEKTRIČNO CIGARETO
- d) VODNO PIPO

16. KOLIKO SI BIL/-A STAR/-A, KO SI PRVIČ KADIL/-A?

- a) MANJ KOT 12 LET
- b) 12 ALI 13 LET
- c) 14 ALI 15 LET
- d) VEČ KOT 15 LET

17. S KOM SI PRVIČ KADIL/-A?

- a) Z DRUŽINO
- b) S PRIJATELJI
- c) SAM/-A
- d) V DRUŽBI ZNANCEV

18. KJE SI DOBIL/-A SVOJO 1. CIGARETO?

- a) DOMA
- b) OD PRIJATELJEV
- c) V TRGOVINI
- d) OD NEZNANCA
- e) OD BRATA, SESTRE
- f) NA SKRIVAJ SEM JO VZEL OD DOMA

19. KAKO POGOSTO KADIŠ?

- a) VSAK DAN
- b) VSAK TEDEN
- c) VSAK MESEC
- d) NEKAJKRAT NA LETO
- e) NIKOLI

20. ALI STARŠI VEDO, DA KADIŠ? DA NE

21. KAKŠNO JE NJIHOVO MNENJE O KAJENJU PRI NEPOLNOLETNIH OSEBAH.

- a) VSEENO JIM JE
- b) SO PROTI
- c) DOVOLJO, DA KADIM
- d) ME NE ZANIMA

22. ALI SE DOMA KDAJ POGOVARJATE O KAJENJU CIGARET? DA NE

23. ZAKAJ SI VDIHNIL/-A PRVI DIM?

- a) DEPRESIJA
- b) V DRUŽBI, ZA ZABAVO
- c) DA BI ME VRSTNIKI SPREJELI V DRUŽBO
- d) RADOVEDNOST
- e) NE VEM

24. KO KADIŠ, KOLIKO PONAVALI POKADIŠ?

- a) EN DIM
- b) ENO CIGARETO
- c) 2-5 CIGARET
- d) CELO ŠKATLICO
- e) ODVISNO OD DRUŽBE

25. ALI PONAVALI KADIŠ SAM ALI V DRUŽBI? SAM V DRUŽBI

26. ZAKAJ KADIŠ?

- a) ODVISNOST
- b) ZARADI DRUŽBE
- c) ZARADI STRESA, KER ME POMIRJA
- d) NE VEM TOČNO

TVOJ ODNOS DO ALKOHOLA IN KAJENJA

27. ALI SE TI ZDI, DA BI MORALO BITI PITJE ALKOHOLNE PIJAČE DOVOLJENO MLADOLETNIM? DA NE

28. ALI SE TI ZDI PRAV, DA OSNOVNOŠOLCI PIJEJO ALKOHOLNE PIJAČE NA VALETI? DA NE

29. ALI MENIŠ, DA PRETIRAVAJO GLEDE ŠKODLJIVOSTI ALKOHOLA? DA NE

30. ALI MENIŠ, DA PRETIRAVAJO GLEDE ŠKODLJIVOSTI KAJENJA? DA NE

31. KAJ MENIŠ, DA SO NAJPOGOSTEJŠI UČINKI ALKOHOLA? (Obkrožiš lahko do 3 odgovore.)

- a) SPROSTITEV
- b) VEČ ENERGIJE, POŽIVITEV
- c) GLAVOBOL, VRTOGLAVICA, ZASPANOST
- d) VEČ POGUMA
- e) OSEBA POSTANE BOLJ PRIJETNA, ZABAVNA
- f) OSEBA POSTANE BOLJ AGRESIVNA, NAPADALNA
- g) MOTNJE HOJE, GOVORA
- h) BOLJŠE MOTORIČNE SPOSOBNOSTI

32. KATERI JE NAJPOMEMBNEJŠI RAZLOG, DA MLADOLETNIKI NE PIJEJO OZ. NAJ NE BI PILI ALKOHOLA?

- a) KER ALKOHOL ŠKODUJE ZDRAVJU
- b) ZARADI TEŽAV DOMA IN V ŠOLI

- c) ZARADI ZAKONSKE PREPOVEDI
- d) ZARADI TVEGANJA NASTANKA ODVISNOSTI
- e) ZARADI IZGUBE PSIHIČNE IN FIZIČNE KONTROLE
- f) BREZ PRAVEGA RAZLOGA
- g) NE VEM