

Lara Robič Fiket, Alja Tavčar, Zala Grögl

RAZISKOVALNO DELO

VPLIV EPIDEMIJE NA ODVISNOSTI PRI MLADIH

Mentor: Koštomaj Rok, mag. prof. angleščine in nemščine kot tuji jezik

Celje, marec 2022

KAZALO VSEBINE

1. POVZETEK	3
2. UVOD	4
3. HIPOTEZE	5
3. OPIS RAZISKOVALNIH METOD	5
4. TEORETIČNI DEL	6
5. ANALIZA IN INTERPRETACIJA REZULTATOV	10
6. UGOTOVITVE IN ZAKLJUČEK	24
7. VIRI	25

KAZALO GRAFOV

1. GRAF 1 – Ali si že kdaj kadil ?.....	10
2. GRAF 2 - Če da, kolikokrat ?	11
3. GRAF 3 - Ali se ti zdi, da se je tvoja navada glede ... ?	12
4. GRAF 4 – Si že kdaj poskusil alkohol?	13
5. GRAF 5 - Kateri so razlogi za uživanje alkohol ?	14
6. GRAF 6 - Ali se ti zdi, da se je tvoja navada pitja alkohola med pandemijo?	15
7. GRAF 7 – Ali sta pitje alkohola in kajenje zate odvisnosti ?	16
8. GRAF 8 - Koliko ur na dan približno uporabljaš elektronske naprave ?	17
9. GRAF 9 - Ali meniš, da si odvisen od elektronskih naprav ?	18
10. GRAF 10 – Ali se je tvoja navada uporabe el. naprav med pandemijo spremenila ?	19
11. GRAF 11 – Koliko ur dnevno nameniš socialnim omrežjem ?	20
12. GRAF 12 – Katera socialna omrežja uporabljaš ?	20
13. GRAF 13 – Ali se je tvoja navada uporabe socialnih omrežij ...?	21
14. GRAF 14 - Ali se je tvoj pogled na odvisnosti tekom epidemije spremenil ?	22
15. GRAF 15 – Kako so odvisnosti vplivale na tvoj uspeh v šoli ?	22

1. POVZETEK

To raziskovalno delo naslavlja temo odvisnosti pri učencih OŠ Hudinja od 6. do 9. razreda ter vpliv epidemije na njihove navade. V sklopu pričujoče naloge so nas zanimale odvisnosti od kajenja, alkohola in elektronskih naprav. V ta namen smo pripravili vprašalnik, ki sestoji iz 18 vprašanj, izmed katerih je vsaka odvisnost tretjinsko zastopana. Tako smo najprej razdelili ankete vsem učencem od 6. do 9. razreda ter jih nato razdelili po spolu in starosti. Nato smo se lotili štetja anketa in obravnave rezultatov. V prvem delu te naloge smo si zastavili 8 hipotez, ki smo jih s pomočjo poprej predstavljene teorije potrdili oz. ovrgli. Uporabili smo metodo anketiranja, metodo dela z literaturo in metodo obdelave podatkov. Rezultate smo podrobno analizirali in jih interpretirali. Raziskali smo, kako so se odvisnosti in navade med poukom na daljavo spremenile. Med drugim nas je zanimalo, ali se je uporaba elektronskih naprav in socialnih omrežij povečala ali zmanjšala ter, ali se je kajenje na šoli zmanjšalo, ali pa morda kadi še več učencev. Zanimalo nas je tudi uživanje alkohola med učenci. V zaključku naloge smo ponovno šli skozi hipoteze ter ugotovitve, nakar smo predstavili še možnost nadaljnjega raziskovanja.

Ključne besede: odvisnosti, alkohol, elektronske naprave, socialna omrežja, kajenje

2. UVOD

Tema o raznih odvisnostih učencev in vpliv korona virusa nas zelo zanima, zato smo se odločile, da jo raziščemo. Naš namen je bil ugotoviti, kako so se tekom epidemije učencem spremenile navade oz. odvisnosti. Zanimali so nas tudi vzroki za nastanek odvisnosti, slabih navad in njihova pogostnost. Pozornost pa smo posvetile tudi temu, ali na učence vpliva mnenje družbe. Prav tako menimo, da se učenci ne zavedajo lastne odvisnosti, zato smo preverile tudi to. Odvisnosti so namreč pereč problem današnje družbe, začnejo pa se že zgodaj. Če želimo preprečiti nastop odvisnosti pri mladih, moramo najprej prepoznati vzroke za odvisnosti, šele nato pa lahko rešimo posledice.

3. HIPOTEZE

1. Manj kot polovica učencev je kadila.
2. Manj kot polovica učencev je poskusila alkohol.
3. Učenci elektronske naprave uporabljajo več kot dve uri na dan.
4. Odvisnosti so se v času epidemije spremenile, epidemija je na učence vplivala negativno.
5. Na odvisnosti, navade učencev najbolj vpliva družba.
6. Učenci navad ne dojemajo kot odvisnosti.
7. Elektronske naprave uporabljajo za preživljanje na družabnih omrežjih.

3. OPIS RAZISKOVALNIH METOD

1. METODA ANEKTIRANJA

Z metodo anektiranja smo pridobile podatke neposredno od učencev, ki so bili glavni vir informacij. Anketni vprašalnik je bil sestavljen iz 18 vprašanj zaprtega tipa. Anektirani so bili učenci od šestega do devetega razreda.

2. METODA DELA Z LITERATURO

S to metodo smo si pomagale pri razumevanju raznih pojmov in pridobitvi informacij. Za vir literature smo uporabljale splet.

3. METODA OBDELAVE PODATKOV

Končno poročilo je napisano v Wordu.

4. TEORETIČNI DEL

Odvisnost

Kaj odvisnost sama pomeni? Odvisnost je stanje, v katerem uporabnik nadaljuje svojo rabo substance ne glede na zdravstvene, psihološke, relacijske družinske ali socialne probleme. Je oblika motnje, ki vključuje destruktivno vedenje.

Poznamo psihološko odvisnost, ki se nanaša na psihološke simptome, povezane s hrepenenjem. Poznamo pa še fizično odvisnost, ki pa se nanaša na toleranco in prilagoditev organizma kronični rabi.

Na žalost dandanes večina mladostnikov trpi zaradi odvisnosti. Začasne slabe navade se postopoma spremenijo v stalne.

Vzroki za odvisnosti so različni npr. čustvena nesprejetost v družini, pomanjkanje občutka varnosti, ne toplina v odnosih, alkoholizem, tableto manija, agresivnost, dvotirnost pretrda ali premehka vzgoja...

Odvisni smo lahko od raznih stvari – npr. od alkoholnih pijač, cigaret, drog, duhovnosti, iger na srečo (npr. loto), interneta oz. računalnika (računalniških iger) ... (Jezernik, 2022)

Zasvojenost

Zasvojenost je splošni pojem, ki se nanaša na koncepta tolerance in odvisnosti. Zasvojenost je ponavljajoča se uporaba psihoaktivne substance do mere, da je uporabnik periodično ali kronično intoksiciran, da kaže nujnost zaužitja substance, ima velike težave pri prostovoljnem prenehanju ali zmanjšanju rabe substance in kaže odločnost pri vztrajanju uživanja substance ne glede na posledice (Jezernik, 2022).

Zdravljenje zasvojenosti

Zasvojenost je mogoče obvladati le, če se bolnik zaveda zapletenosti problema in se poskuša znebiti odvisnosti. Kakovost zdravljenja je odvisna od bolnikovih želja in podpore (Jezernik, 2022).

Kajenje

Kajenje je dvojna odvisnost: fizična odvisnost, ki jo povzroča nikotin in psihična odvisnost pa ker kadilec niti ne poskuša živeti brez cigarete. Duševna odvisnost je zato bolj trdovratna saj se mora človek ponovno navaditi življenja brez tobačnega dima.

Potencial za razvoj odvisnosti od nikotina je zelo močan, saj se učinek prav tega pokaže že nekaj sekund po vdihavanju tobačnega dima. Pospesovalni učinek pa imajo dejaviki okolja, kiomogočajo in vzdržujejo odvisniško vedenje (npr. cena in dostopnost tobačnih izdelkov).

Kajenje hudo škodi zdravju. Ena izmed posledic je rak, ki ga povzročijo snovi v cigaretnem dimu. Pojavlja sena pljučih, v ustni votlini in grlu, na požiralniku, želodcu, črevesu, sečnem mehurju, prostati in ledvicah. Pogoste so tudi bolezni srca in ožilja. Pri kadilcih sta pogostejša srčni infarkt, možganska kap ter periferna okluzijska žilna bolezen, ki se pogosto koča z amputacijo uda. Škoduje tudi nerojenemu otroku oz. zarodku ki je izpostavljen tobačnim plinom. Materino kajenje med nosečnostjo večplastno vpliva na razvoj zarodka in njegovo kasnejše poseganje po tobaku.

Odvisnost od kajenja najlažje preprečimo tako da sploh ne začnemo kaditi. Če ste nekadilec je pomembno da se izogibate zaprtim prostorom nasičenim z dimom (N. R. A., 2020).

Po statističnih podatkih naj bi mladostniki začeli kaditi okoli 13. leta starosti, največ pa jih kadi pri starosti 18 let. Odvisnost od tobaka se med mladimi hitro razvije. Polovica naj bi postala odvisna še preden pokadijo sedem cigaret na mesec. Zaskrbljujoč podatek je, da vsak dan postane odvisnih kar 100.000 mladostnikov po svetu.

Številni najstniki posežejo po prvi cigareti zaradi družbenega vpliva in radovednosti. Pri dekletih pride največkrat do kajenja zaradi podpore vrstnikov in odobravanja tovrstnega ravnanja. Prav tako številne posežejo po cigaretah zaradi ključbovalnosti, družabnosti in mnenja, da kajenje koristno vpliva na vzdrževanje primerne telesne teže. Podobni razlogi se pojavljajo tudi pri fantih (N. R. A., 2020).

Alkoholizem (zasvojenost z alkoholom)

Alkoholizem je kronična bolezen, eden največjih izvorov človeškega trpljenja nasploh, saj ne prizadene le alkoholika, temveč tudi okolico, v kateri živi in deluje.

Alkoholik je oseba, ki dlje časa uživa prekomerne količine alkoholnih pijač, s čimer škodi tako svojemu zdravju kot socialno-ekonomskemu položaju.

Simptomi in znaki:

- prekomerno nenadzorovano uživanje alkoholnih pijač
- hrepenenje po alkoholu
- alkoholizem

-povečana toleranca za alkohol

Odkrivanje alkoholizma je sicer lahko težko, ker ni opazne psihološke razlike med osebo, ki pogosto pije, in osebo, ki je razvila odvisnost od alkohola. Večina metod obsega izpolnjevanje in vrednotenje različnih vprašalnikov.

Zaradi številnih vidikov same zasvojenosti je zdravljenje alkoholizma zelo različno. Večina metod je usmerjenih v pomoč pri vzdrževanju abstinence do pitja alkohola, ki mu sledi urjenje in usposabljanje za boljše spoprijemanje z življenjskimi izzivi ter za socialno podporo.

Nekatere metode vključujejo tudi zdravljenje z zdravili (na voljo jih je kar nekaj, uporabljajo se tako v fazi odvajanja od pitja alkohola kot v fazi vračanja v socialno okolje). (Konsulta, 2022)

Elektronske naprave

Te vrste odvisnosti so še posebej nevarne, ker v skrajnih oblikah nadomeščajo realni svet.

Zasvojeni so v večini mladostniki, vendar pa to ni omejeno le nanje. Mladostniki namreč v računalniških igricah prirejajo svet po svoje, ni jim potrebno soočati se s strahovi ali dvomi.

Dolgoročno se lahko zgodi, da takšni mladostniki ne bodo opremljeni za realni svet, zato bodo v njem zavrtni, ker se bodo slabše odrezali od svojih vrstnikov in se posledično še bolj umaknili v svojo domišljijo.

Te odvisnosti ne moremo popolnoma enačiti z odvisnostjo od alkohola, drog ali drugih kemičnih substanc, ki povzročajo fizično odvisnost in neposredno vplivajo na fiziološko stanje. Upoštevati pa je treba, da je za posameznika lahko prav tako uničujoča in usodno vpliva na sposobnost njegovega normalnega vsakodnevne delovanja.

Za odvisnost od spleta in elektronskih naprav se uporabljajo različni izrazi: odvisnost od interneta, zasvojenost z računalniškimi igrami, odvisnost od računalnika itd. Izrazi označujejo različne načine pretirane uporabe elektronskih naprav in spleta. Čas, ki ga posameznik posveti uporabi elektronskih naprav, pomembno vpliva na njegove vsakodnevne dejavnosti, ki so nujne za njegovo uspešno delovanje v šoli, odnose z družino in prijatelji in druge dejavnosti za ohranjanje primerne psihofizične kondicije (Fry.uni-lj, učbenik, str. 409).

Med najpogostejše odvisnosti od elektronskih naprav uvrščamo zasvojenost:

-z odnosi v virtualnem svetu (klepetalnice, družabna omrežja ...),

-z dejavnostmi, povezanimi z denarjem (spletne igre na srečo, e-trgovanje, e-dražbe ...),

-z iskanjem informacij (novice, preiskovanje spleta ...),

-z računalniškimi igrami,

-z uporabo mobilnega telefona.

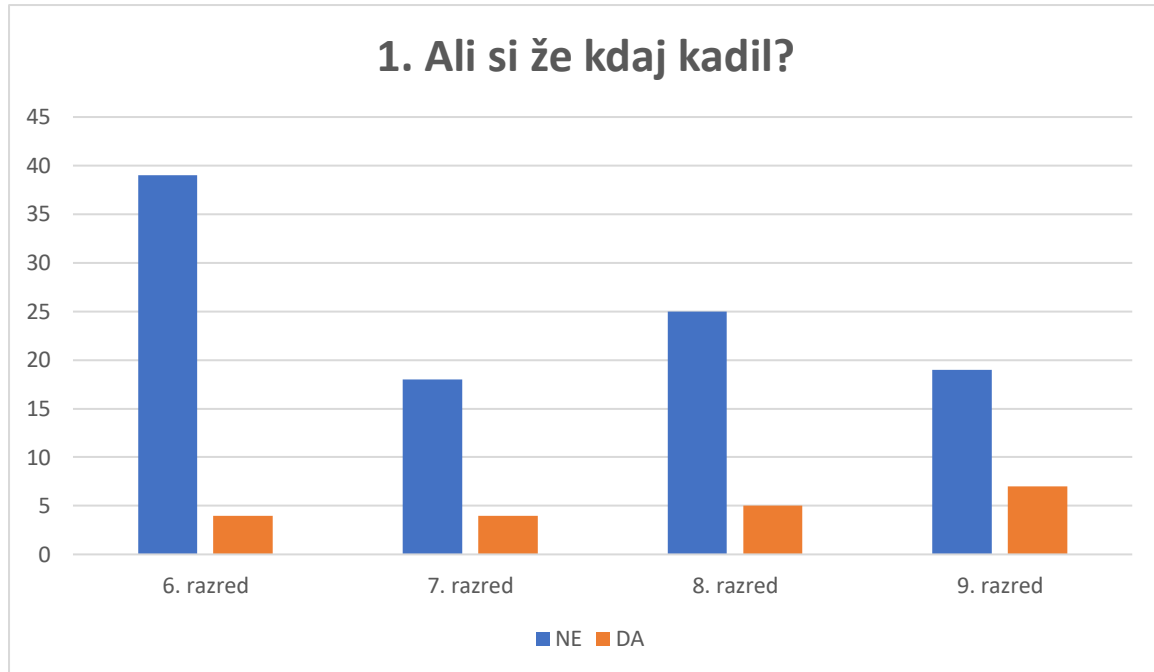
Prenehanje

Skupna točka vsem odvisnostim je, da odvisni zatrjuje, da lahko kadarkoli preneha z odvisnim vedenjem, a tega zaradi različnih razlogov ne naredi. Vendar če odvisni čuti potrebo po stvari, od katere je domnevno odvisen, ko je ne uživa ali ne zmore prenehati z določenim vedenjem za neomejeno obdobje in ob tem občuti stisko, imenovano abstinenčno krizo, potem nedvomno gre za odvisnost.

Pri odvisnostih ne gre le za vedenjski ali prehrambeni ali aktivnostni problem, pač pa gre za spremembe v možganskih jedrih, ki nas silijo v ponavljanje določene vrste vedenja z namenom doseči ugodje. Zato odvisnosti pogosto ne more premagati posameznik sam, pač pa potrebuje vsaj močno podporo. Bilo bi koristno, da se zateče po pomoč strokovno usposobljene osebe v psihoterapiji.

Dobro je tudi, če se posameznik vključi v podporne skupine, ki mu nudijo tolažbo v trenutkih, ko se zdi, da je v svojem breznu sam, ali da se v podporne skupine vključijo njegovi svojci, ki se bodo na ta način lažje soočali s težavami in bodo lažje nudili podporo obolelemu. (Konsulta, 2022)

5. ANALIZA IN INTERPRETACIJA REZULTATOV



Analiza: Spričo grafa lahko ugotovimo, da večina učencev OŠ Hudinja še nikoli ni kadila. Prav tako je moč razbrati, da se število učencev, ki so kadarkoli poskusili kaditi, z odraščanjem povečuje. Odstotek učencev 6. razreda, ki so že poskusili kaditi, je neprimerno manjši kot odstotek učencev 9. razreda. Če je v 6. razredu kadila slaba desetina učencev, ta delež v 9. razredu naraste. Opazimo namreč trikratni porast. Glede na oba preostala razreda je le-ta premo-sorazmeren.

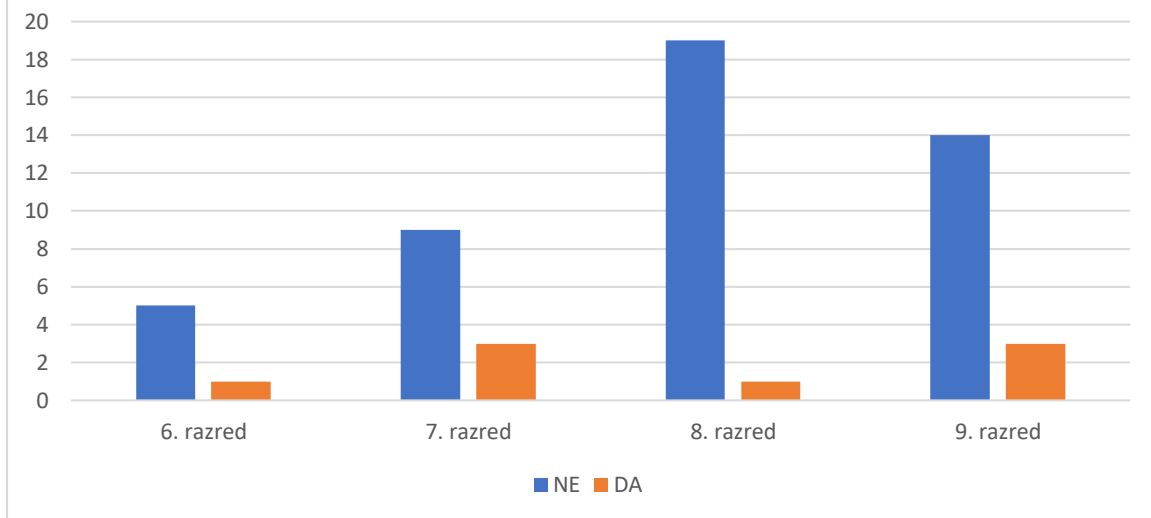
Interpretacija: Večina učencev na OŠ Hudinja še ni poskusila kaditi, kar kaže na to, da so otroci ozaveščeni in seznanjeni z negativnimi posledicami kajenja. Kljub temu pa opazimo porast pri učencih 9. razreda, kar pomeni, da ne glede na boljšo ozaveščenost, višjo starost in posledično zrelost, svetonazorskost, občo razgledanost, obsežnejšo vsebinsko poglobljenost in izkušnje, mladostniki v višjih razredih že prvič posežejo po cigaretu. Razlogov je več. En razlog je lahko vznik uporniškega duha, ki izhaja iz povečane senzibilnosti začasa pubertete, kakor to v svoji knjigi opiše Dr. Frank Lawlis (Lawlis 2013, str. 41). Seveda pa ima tudi socialno okolje oz. pritisk družbe velik vpliv, kakor med drugimi potrjujejo številni strokovnjaki na to temo. Pritisk sovrstnikov po mnenju Liu in ostalih znatno poveča možnost za to, da se potencialno razvije odvisnost. Liu in ostali avtorji pravijo, da v primeru, da imaš sovrstnike, ki kadijo, je 4.3x večja verjetnost, da boš tudi sam kadil (Liu et al., 2017).



Analiza: Pri tem grafu zasledimo, da je večina učencev, ki so na prvo vprašanje odgovorili pritrdilno, poskusila kaditi samo enkrat. Tistih, ki so kajenje poskusili večkrat je največ v 6. razredu in 9. razredu. Glede na to, da so v 6. razredu na to vprašanje odgovorili samo štirje učenci - kar je najmanj izmed vseh razredov - lahko ugotovimo, da je poskusov kajenja v nižjih razredih zelo malo. Le-ti v višjih razredih premo-sorazmerno naraščajo.

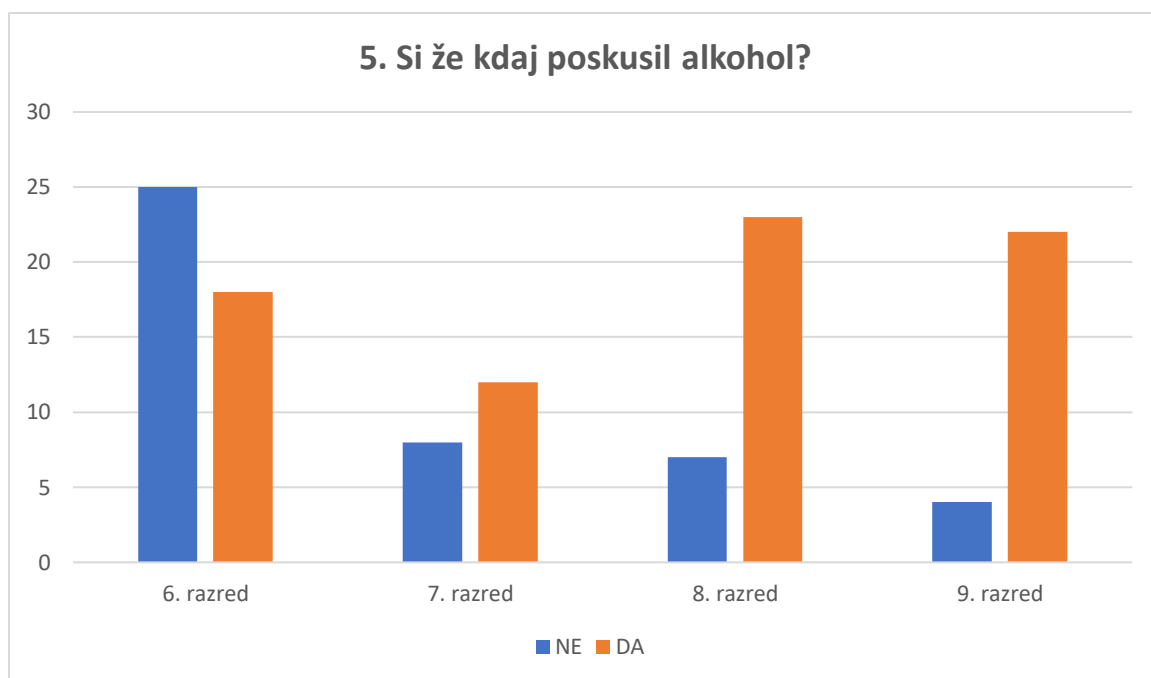
Interpretacija: Tudi pri tem grafu odgovori sovpadajo s prejšnjim vprašanjem. Odgovore 6. razredov težko interpretiramo, saj jih je reprezentativno premalo. Večina namreč na to vprašanje ni odgovorila, saj je že pri prejšnjem vprašanju odgovorila z "ne". Pri ostalih razredih je jasno razvidno, da je večina kajenje samo poskusila in tako ne moremo govoriti o odvisnosti. Kaže pa se porast enkratnih kadilcev v višjih razredih. Tako smo prišli do ugotovitve, da kajenje na OŠ Hudinja ni prisotno, očitno pa število prvih poskusov v višjih razredih – tu odstopata predvsem 8. In 9. razred – narašča. Glede na graf v 9. razredih nekateri – zavrlo majhnega reprezentativnega vzorca še vseeno samo dva – tudi pogosteje eksperimentiranje s kajenjem; vsaj v primerjavi s predhodnimi razredi, kjer večih poskusov kajenja med anketiranci ni. To naraščajočo drznost lahko pripišemo uporniškemu duhu in pritisku družbe, kot je bilo na podlagi teorije argumentirano podprto že ob interpretaciji prejšnjega vprašanja.

4. Ali se ti zdi, da se je tvoja navada glede kajenja v času pandemije kaj spremenila?



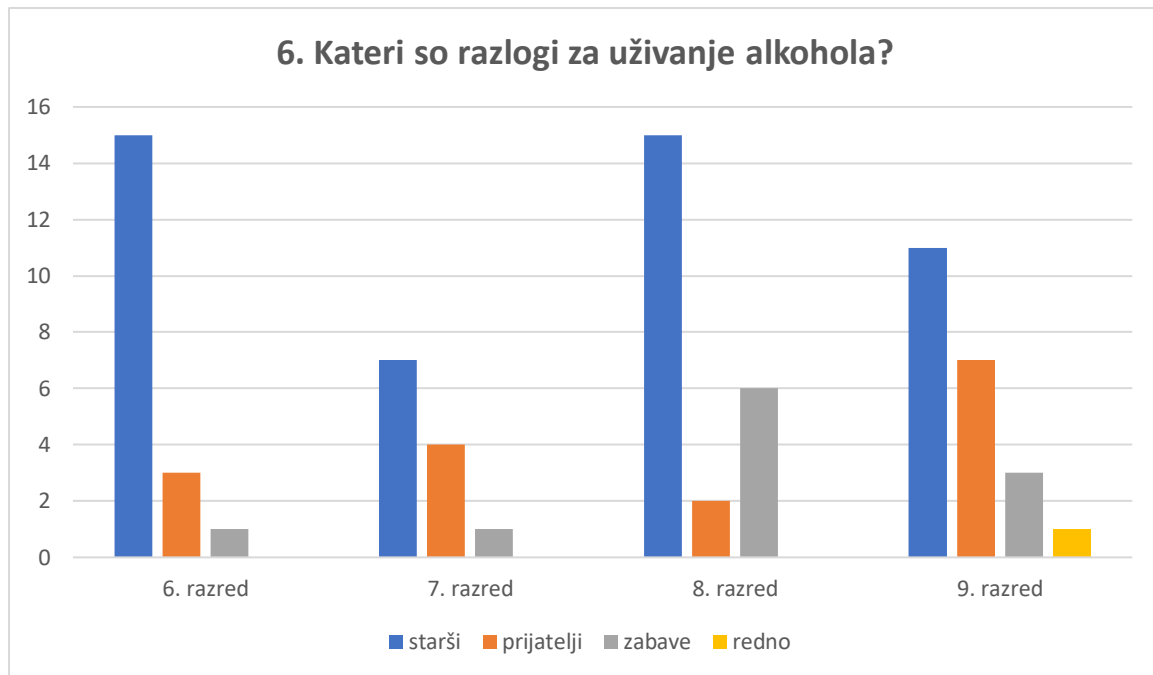
Analiza: Kot lahko razberemo iz grafa, so na to vprašanje večinsko odgovarjali samo učenci 8. in 9. razreda, medtem ko je bilo odgovorov na to vprašanje pri preostalih dveh razredih sorazmerno malo. Na podlagi grafa lahko zaključimo, da se spremembe kadilskih navad začnejo pojavljati že v sedmem razredu. Glede na graf se navade v 9. razredu že ustalijo.

Interpretacija: Iz grafov je moč razbrati, da so učenci 8. in 9. razredov bolj pripravljeni odgovoriti na to vprašanje. To izhaja iz dejstva, da o tem bolj razmišljajo in in so pogosteje soočeni s tem vprašanjem. Prav tako njih to vprašanje bolj zadeva, saj v 6. in 7. razredu kajenje praktično še ni prisotno. Navade učencev glede kajenja se tudi na OŠ Hudinja začnejo spreminjati v 9. razredu, kar sovпада s številnimi študijami, ki potrjujejo, da najvišji porast kajenja nastopi ravno pri otrocih, starih 14 let (Evardsson et al, 2009).



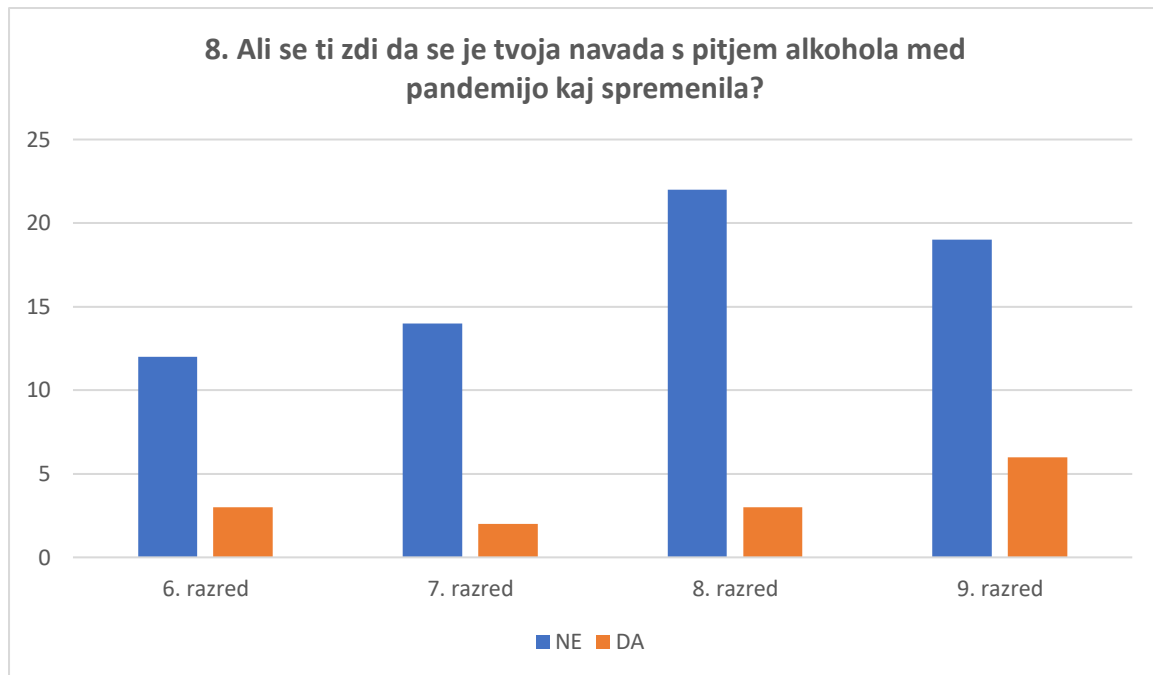
Analiza: Za razliko od kajenja je seznanitev z alkoholom v obdobju mladostništva pri vseh razredih pogostejša. Medtem ko je pri učencih 6. razreda več takih otrok, ki še nikoli niso poskusili alkohola, je pri ostalih razredih odstotek tistih, ki so se z alkoholom že поблиžje soočili, višji od deleža otrok, ki alkohola še nikoli niso poskusili. Pri otrocih 6. razreda je razmerje tistih, ki so že poskusili alkohol do tistih, ki ga še niso, 4:5, nakar v nadaljnjih razredih to razmerje narašča - v 7. razredu polagoma (razmerje 3:2), v 8. (4:1) in 9. razredu (5:1) pa ta delež že strmo naraste. Prelomnica v rabi alkohola pri najstnikih je na podlagi grafa med 7. in 8. razredom.

Interpretacija: Očitno je, da je alkohol med mladimi bolj prisoten. Poskusili so ga namreč skoraj vsi učenci od 7. razreda dalje. Le pri 6. razredih je raba še manj prisotna. Zanimiva je primerjava med alkoholom in kajenjem, saj so otroci alkoholu očitno bolj naklonjeni. To lahko pripišemo kulturni promociji alkohola v Sloveniji (Lovrečič & Lovrečič, 2014). Zvoljo tega je odnos mladih do alkohola tudi manj odklonilen. Nadaljni razlog pa je slab zgled starejših oz. staršev. Če izhajamo iz britanske študije, ugotovimo, da eden od šestih staršev ponudi otroku prvo pijačo oz. na nezaveden način pitje alkohola celo promovira (Percy & Iwaniec, 2008).



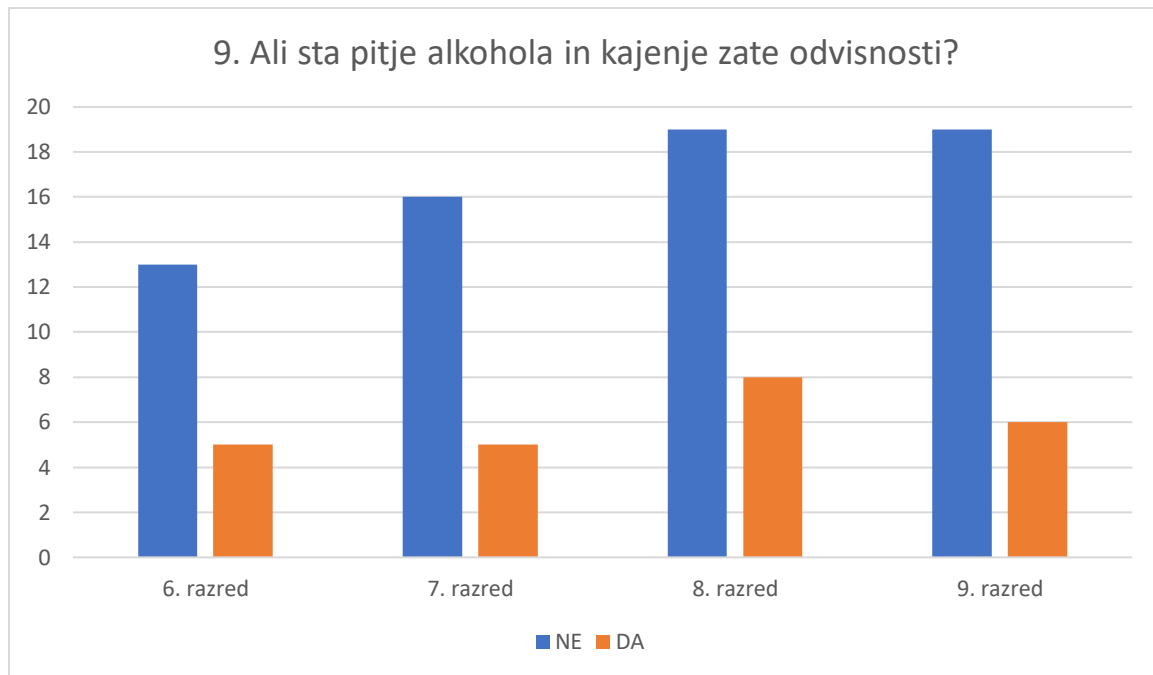
Analiza: Temelječ na zgornjem grafu je moč ugotoviti razloge oz. prve dejavnike ter osebe, ki vplivajo na to, da mladostniki poskusijo alokohol. Pri vseh razredih so starši spremljevalci in obenem najpogostejši razlog otroškega pitja alkoholne pijače. Naslednji najpogostejši vzrok za pitje so prijatelji, katerih vpliv znatno naraste v 9. razredu. Nato sledijo še zabave, katerih odstotek močno poskoči pri učencih 8. razreda in je višji od deleža vpliva prijateljev.

Interpretacija: S pomočjo analize grafa smo prišli do ugotovitve, da so starši vodilni oz. glavni faktor, ki prispeva k uživanju alkohola mladostnikov. V vseh razredih je namreč stolpec s starši, ki so očitno poglavitni vzvod za otroško poseganje po alkoholu, najvišji. Iz tega lahko izpeljemo teorijo, da zgledi vlečejo, nakar otroci po zgledu staršev tudi sami posežejo po alkoholu. Pri starejših otrocih – predvsem je to vidno pri učencih 9. razreda – pa imajo nanje velik vpliv tudi sovrstniki. T. i. peer pressure je termin iz angleščine, ki je vsem poznan, in je eden izmed razlogov, zakaj se otroci ne odločajo vedno razumsko in v skladu z lastnimi moralnimi načeli oz. tistimi, ki so jim jih privzgojili starši ter jih družba konsenzualno dojema kot prave.



Analiza: Glede na pričujoči graf lahko sklenemo, da se navade glede pitja alkohola med osnovnošolci OŠ Hudinja ne spreminjajo. Graf kaže največje spremembe pri učencih 9. razreda, kjer so se navade spremenile skoraj $\frac{1}{3}$ učencev. V 8. in 7. razredu je ta delež $\frac{1}{7}$, medtem ko je bilo pri 6. razredu na to vprašanje premalo odgovorov, da bi lahko karkoli sklepali. To lahko pripišemo dejstvu, da veliko otrok 6. razreda še nikoli ni poskusilo alkoholne pijače.

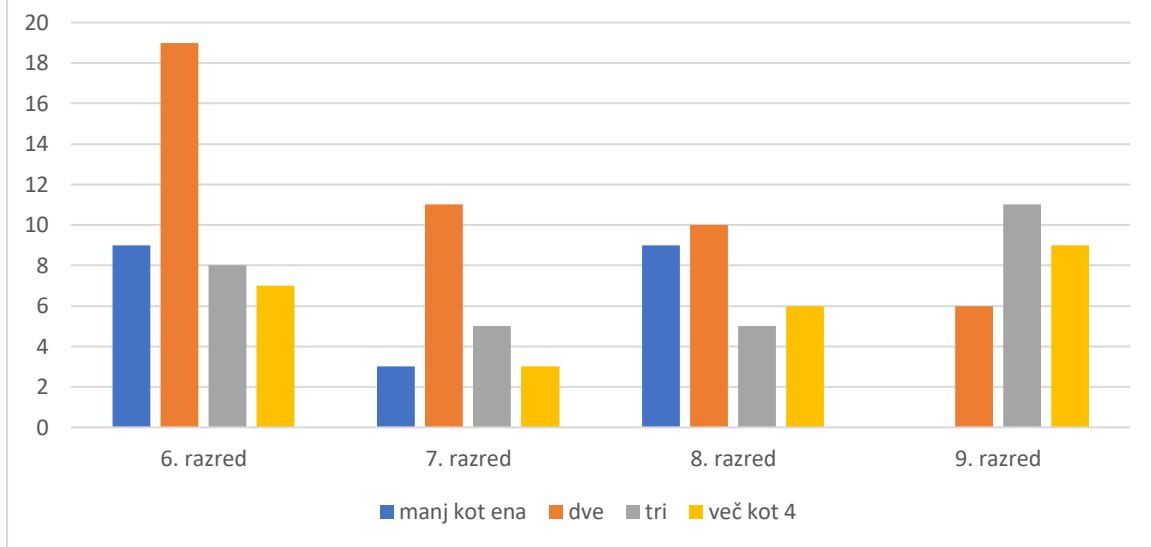
Interpretacija: Tudi iz tega grafa lahko razberemo, da je največja sprememba v navadi pitja alkohola vidna pri učencih 9. razredov. Eden izmed znakov oz. stranskih učinkov pubertete je tudi povečan obseg uživanja substanc, kot je med drugim tudi alkohol. Ker pa je pri alkoholu še veliko drugih družbeno podpornih dejavnikov (glej prejšnjo interpretacijo), je rezultat pričakovan.



Analiza: Zgornji graf nakazuje, da za otroke alkohol in kajenje nista odvisnosti. Delež otrok, ki sovpadajo s tem prepričanjem, je v vseh razredih podoben.

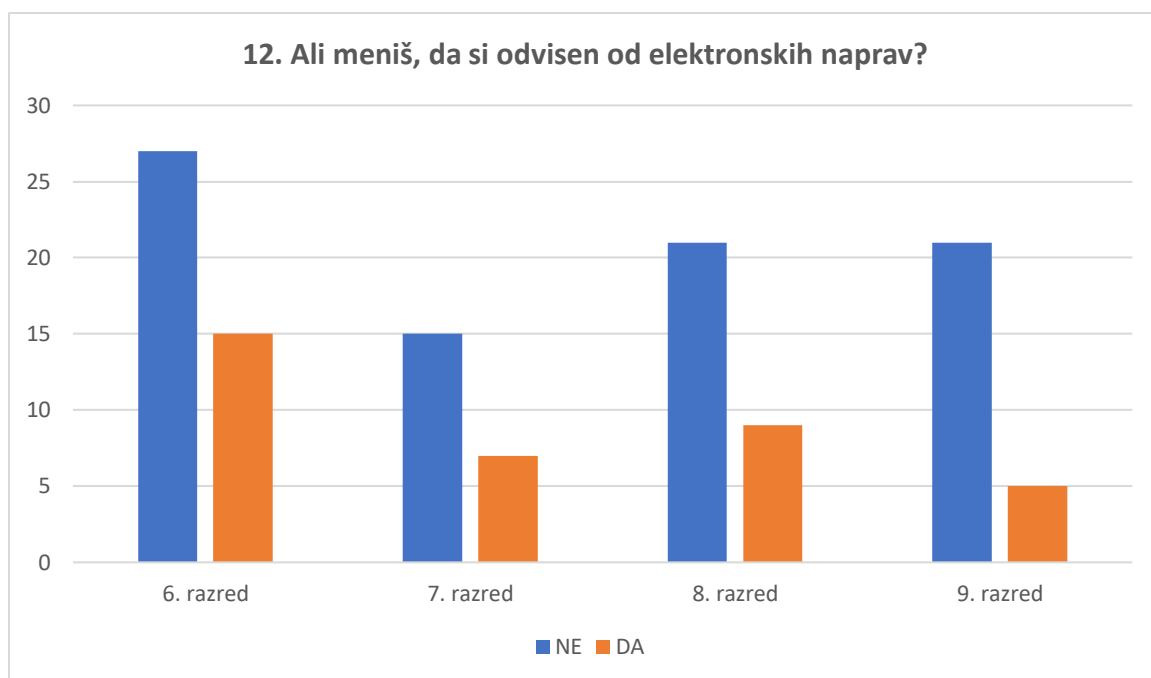
Interpretacija: Presenetljivo je dognanje, da za večino otrok alkohol in kajenje nista odvisnosti. Če je to za učence 6. In 7. razreda še pričakovano, saj le-ti s pojmom odvisnosti še niso dobro seznanjeni in o tem poučeni, je pri učencih obeh višjih razredov to drugače. Iz tega lahko sklepamo, da učenci višjih razredov odvisnosti ne dojemajo resno oz. jo morda celo zanikajo (Turnbridge). Vse zavoljo bioloških sprememb, ki se zgodijo začasa pubertete, ko se v možganih najstnika odvijajo enormne spremembe, t. i. "rewiring", pri čemer najstniki postanejo impulzivnejši, eksperimentirajo zunaj izkustvenih meja, njihove misli pa jim govorijo, da negativne posledice niso pomembne.

11. Koliko ur na dan približno uporabljaš elektronske naprave (telefon, računalnik, televizor ipd.)?



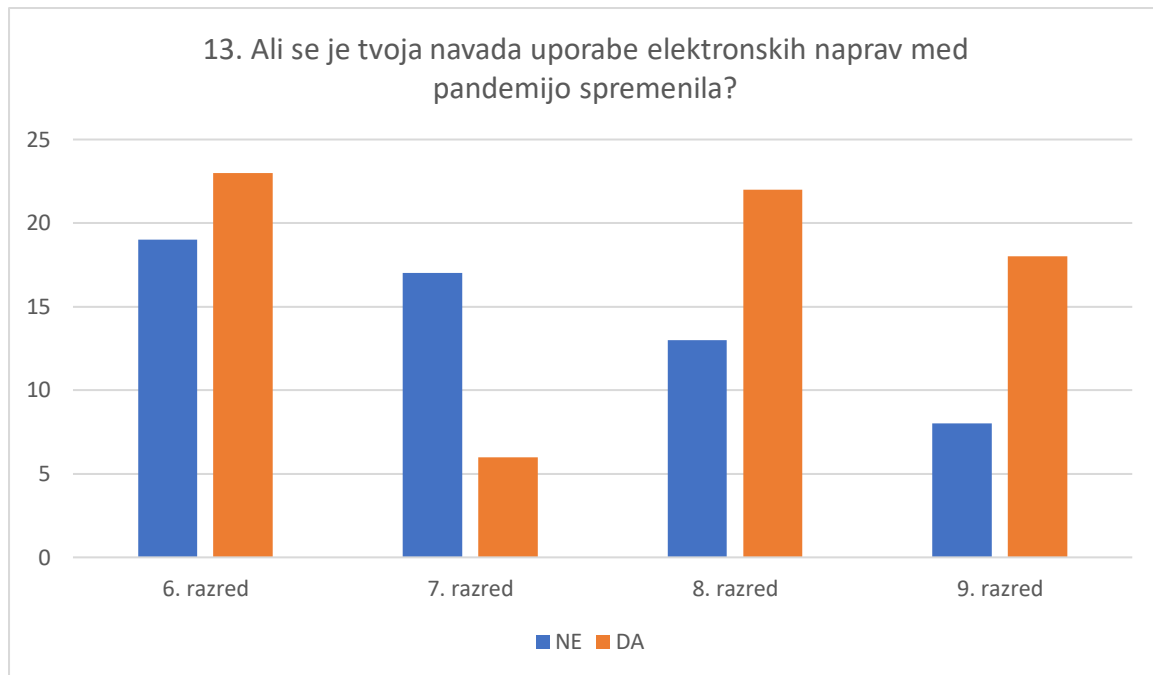
Analiza: Izhajajoč iz grafa lahko ugotovimo, da mladostniki časovno gledano preživijo na elektronskih napravah večinoma več kot eno uro dnevno. V 6. razredih izstopa raba elektronskih naprav 2 uri dnevno, kar velja tudi za učence 7. in 8. razreda. V 9. razredu ni nikogar, ki bi elektronske naprave uporabljal manj kot eno uro dnevno, je pa v primerjavi z ostalimi razredi več otrok, ki uporabljajo el. naprave tri ure ali več. Kot je moč razbrati iz grafa, v 9. razredih uporaba elektronskih naprav narašča.

Interpretacija: Ugotavljamo, da mladostniki veliko časa preživijo na elektronskih napravah. Od 6. do 8. razreda največ otrok preživi na el. napravah dve uri dnevno, medtem ko v 9. razredu največji delež preživi pred el. napravami 3 ure. Če je pri 6. razredu še moč opaziti, da je ločnica 2 uri, v naslednjih razredih uporaba el. naprav narašča in v 9. razredu doseže vrh. Iz tega lahko sklepamo, da v nižjih razredih starši določijo časovno omejitev rabe el. naprav - kar sovпада z uradnimi priporočili Ameriške Pediatrične Akademije, saj le-ta priporoča za otroke največ dve uri izpostavljenosti zaslonu dnevno (Pediatrics - AAP) - medtem ko je tega nadzora kasneje vse manj. Zanimivo je tudi to, da nihče izmed učencev 9. razredov ne preživi pred el. napravami manj kot eno uro dnevno. V tem primeru že lahko govorimo o nevarnosti zasvojenosti.



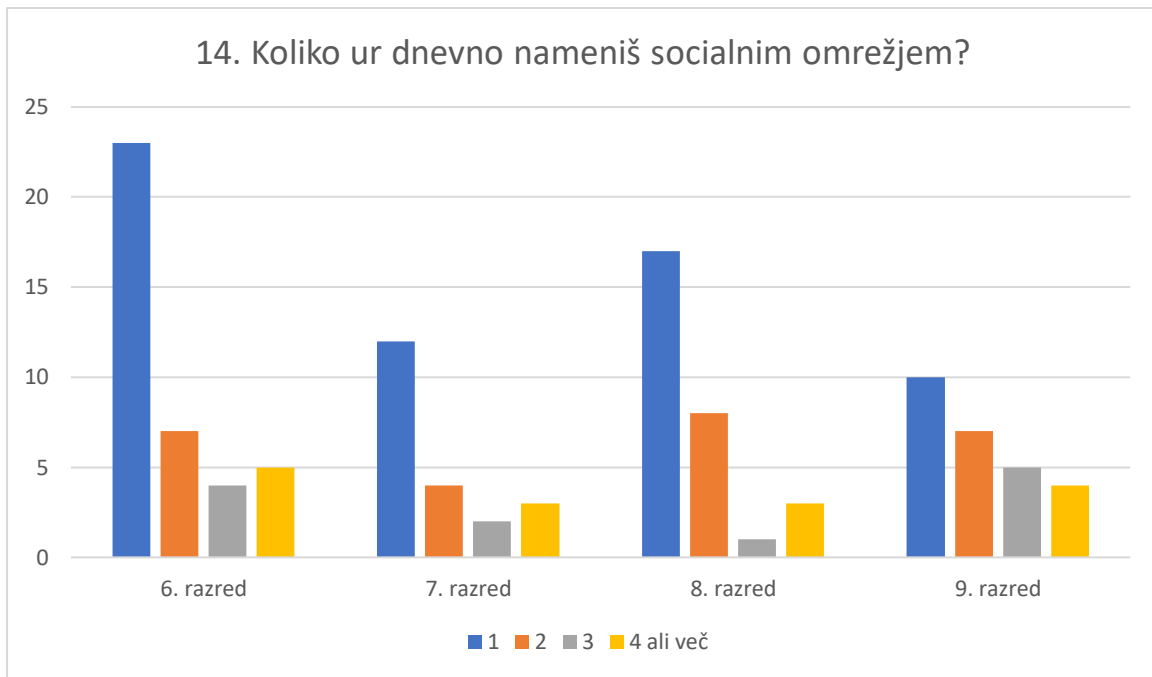
Analiza: Večina anketirancev meni, da tudi od elektronskih naprav ni odvisna. Takšno prepričanje velja za vse razrede. Četudi učenci – glede na odgovore prejšnjega vprašanja – uporabljajo elektronske naprave največ ur dnevno, jih največji delež meni, da od elektronskih naprav niso odvisni. Od 6. do 9. razreda je razmerje med tistimi, ki menijo, da niso odvisni od elektronskih naprav in tistimi, ki menijo nasprotno, pribl. 2:1. Pri učencih 9. razreda se število takšnih, ki odvisnost zanikajo, podvoji.

Interpretacija: Tudi v tem primeru je vredno omeniti dejstvo, da otroci zanikajo odvisnost od el. naprav, četudi jih večina uporablja čezmerno.



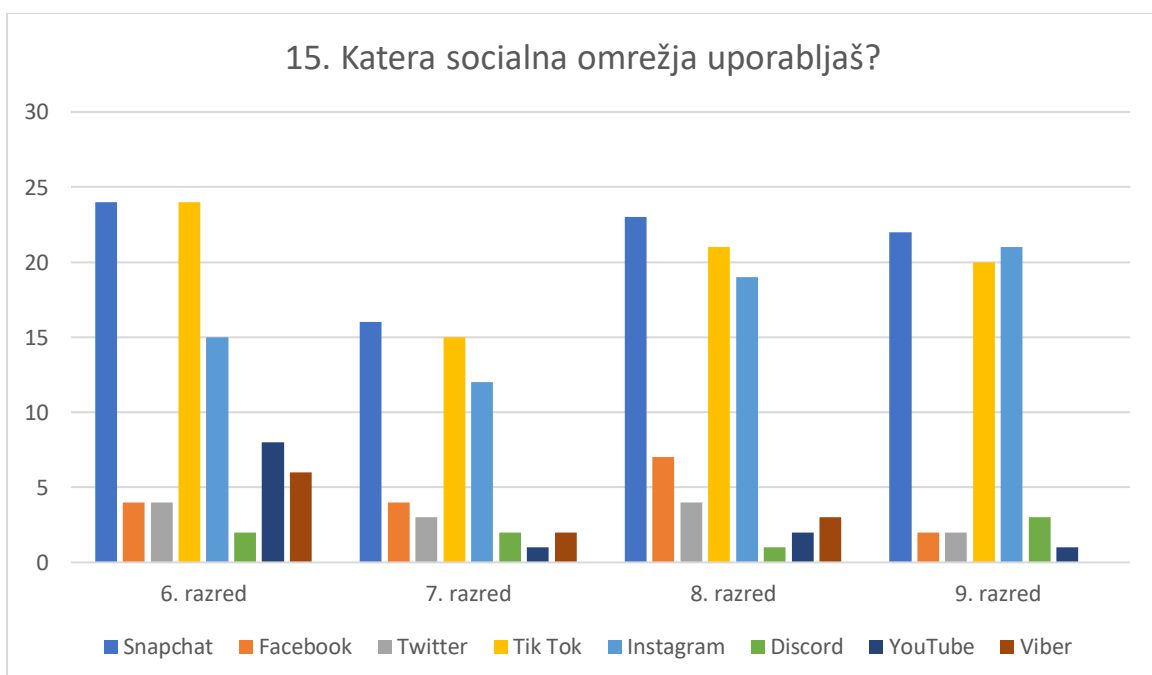
Analiza: Na vprašanje, ali se je navada uporabe elektronskih naprav učencev med pandemijo spremenila je velik delež otrok odgovoril pritrdilno. Samo v 7. razredih je razmerje obratno. 2/3 učencev namreč trdi, da se njihove navade niso spremenile, medtem ko učenci ostalih razredov trdijo obratno. Razmerje v korist pritrdilnemu odgovoru je vidno pri učencih 9. razreda, saj jih je dvakrat več na vprašanje odgovorilo pritrdilno.

Interpretacija: Večina učencev je na to vprašanje odgovorila pritrdilno, saj so bili zavrlo epidemije in posledičnega šolanja na daljavo otroci primorani uporabljati el. naprave. Zavrlo tega so se njihove navade tudi spremenile. Vpliv na odvisnosti od elektronskih naprav lahko pripišemo tako tudi epidemiji. Uporaba el. naprav je zaradi epidemija torej večja, čemur pritrjujejo tudi najnovejše študije (Ofcom, 2022).

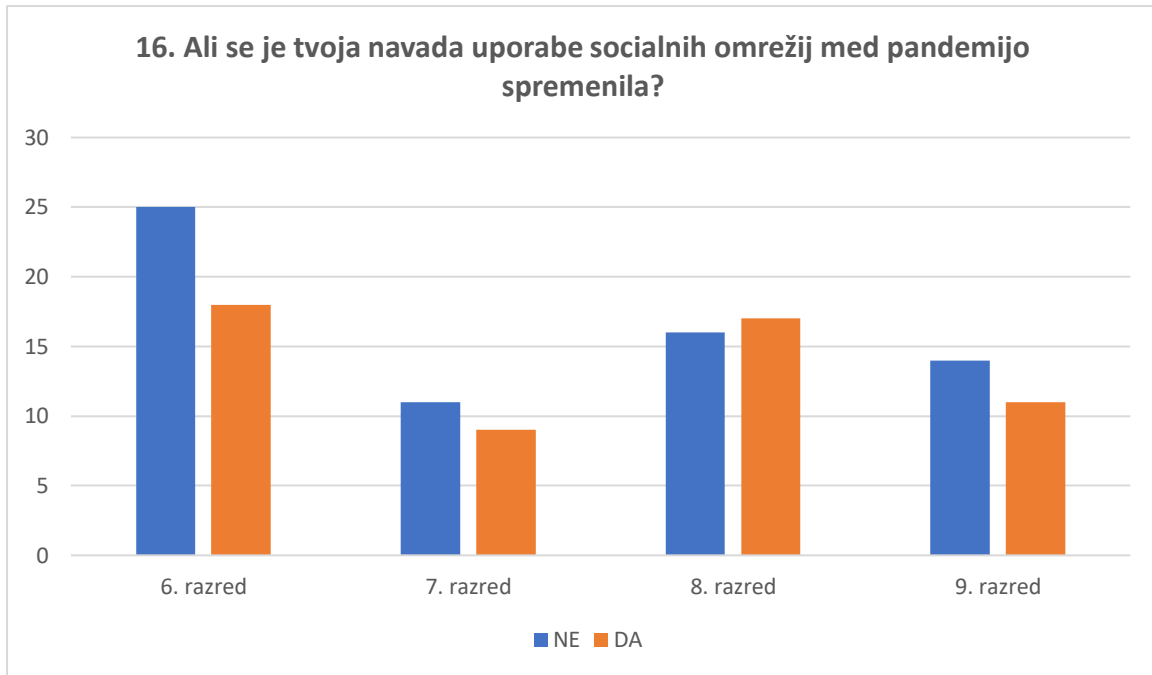


Analiza: Iz tega grafa lahko razberemo, da večina otrok socialnim omrežjem nameni eno uro; ne glede na razred. Medtem ko v 6. razredu večina nameni socialnim omrežjem eno uro, je v ostalih razredih – sploh pa v devetem – časovna distribucija bolj enakomerna. V višjih razredih je namreč vedno več takih, ki na socialnih omrežjih preživijo več kot eno uro.

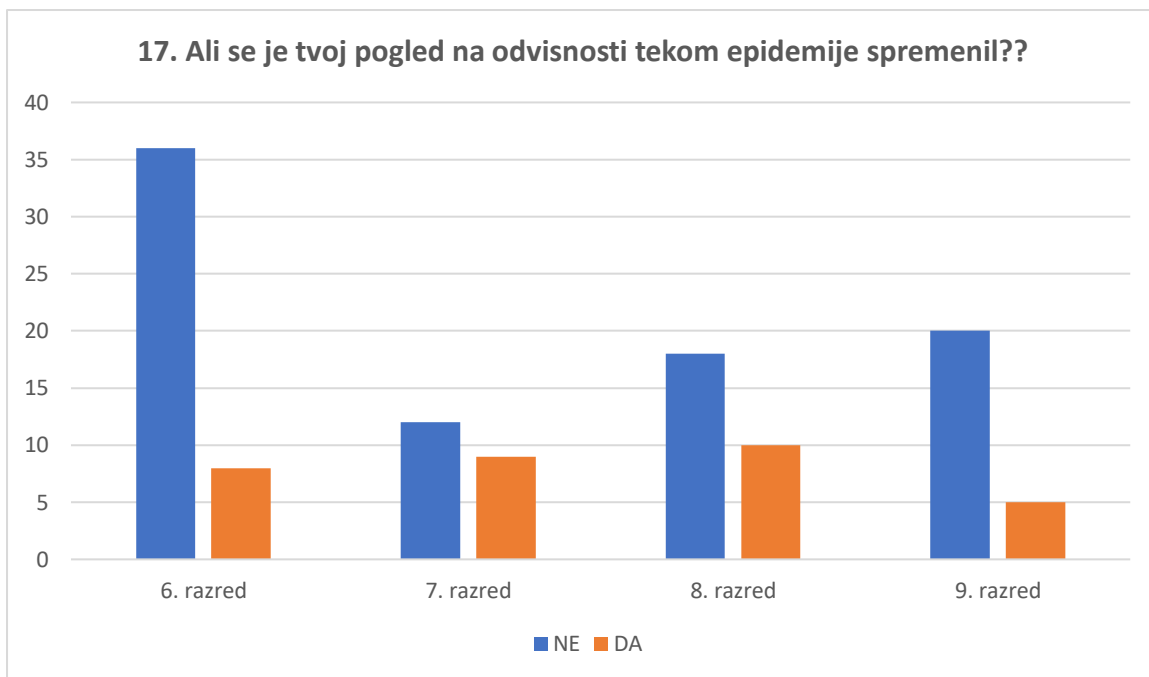
Interpretacija: Socialni mediji so poglavitni razlog, zakaj otroci preživijo toliko časa pred el. napravami. Predstavljajo namreč prostor za zabavo, vzpostavljanje socialnih stikov ter samopotrjevanje. Iz grafa je razvidno, da starejši otroci namenijo socialnim omrežjem več časa kot mlajši.



Analiza: Na vprašanje, katera socialna omrežja uporabljajo mladostniki, jih je največ odgovorilo, da uporabljajo Snapchat, ki mu sledita Tik Tok in Instagram. Najbolj priljubljeni socialni omrežji v 6. razredih sta skupaj na prvem mestu Tik Tok in Snapchat. Na prvih mestih sta isti omrežji tudi v 7. in 8. razredu, medtem ko je v 9. razredu Instagram bolj priljubljen od Tik Toka. Manj priljubljeni so YouTube, Twitter, Discord, Facebook ter Viber.

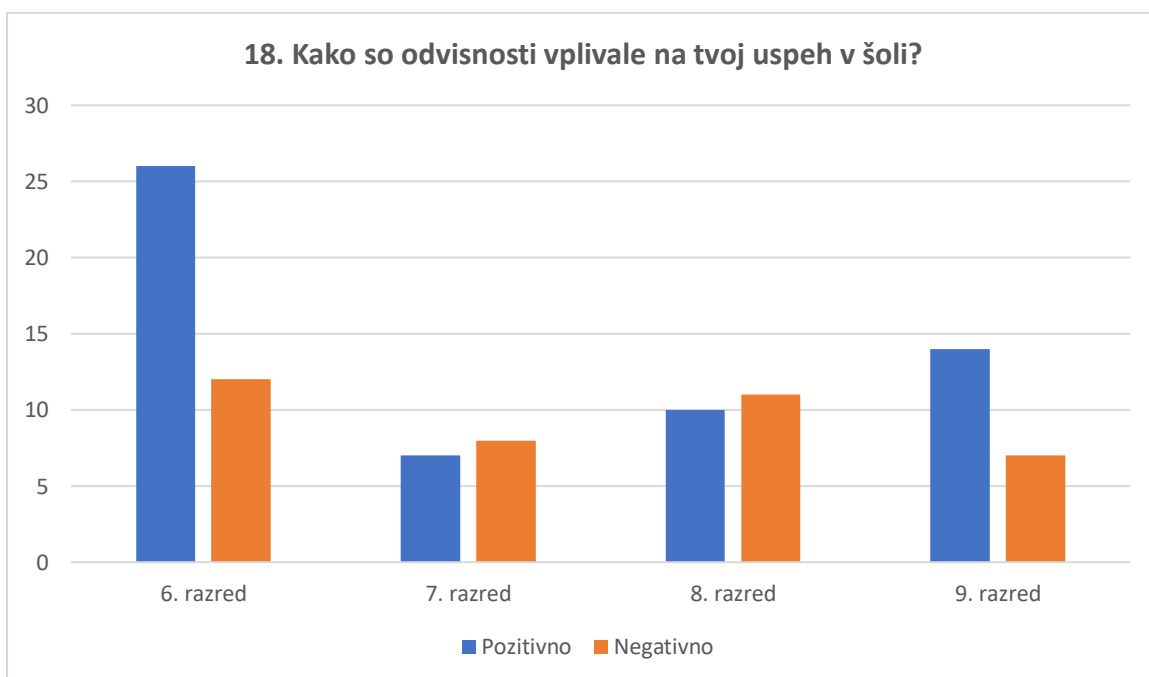


Iz tega grafa lahko razberemo, da je mnenje, ali se je navada uporabe socialnih omrežij med pandemijo spremenila, deljeno. V vseh razredih razen v 8. razredu malo več kot polovica učencev meni, da se ta navada ni spremenila. V 8. razredu pa le en učenec več meni, da so se tovrstne navade spremenile. Pri tem vprašanju izrazitih odstopanj ni.



Analiza: Na vprašanje spremembe pogleda na odvisnosti tekom epidemije je večina učencev odgovorila, da se njihov pogled na odvisnosti ni spremenil. Še najmanj prepričljivo podporo temu odgovoru vidimo pri učencih 7. razreda. Vsi ostali so skorajda enoglasno odgovorili z NE.

Interpretacija: Iz tega lahko sklepamo, da mladostniki v večini o odvisnostih aktivno ne razmišljajo, četudi odstotek takih, ki so pri tem vprašanju odgovorili z "DA", v 7. in 8. razredih ni zanemarljiv.



Analiza: Na vprašanje, kako so odvisnosti vplivale na uspeh učencev, so le-ti odgovorili različno. 6. in 9. razredi so odgovorili, da so odvisnosti na njihov uspeh vplivale pozitivno, medtem ko so učenci 7.

in 8. Razreda večinsko odgovorili ravno nasprotno. V 6. razredu je 2/3 učencev odgovorila s "pozitivno", 1/3 pa z "negativno". V 7. in 8. razredu razredu je le en učenec več odgovoril z "negativno", medtem ko je razmerje učencev 9. razreda enako kot pri 6. razredu.

Interpretacija: Glede na graf so se učencem 6. In 9. razreda med epidemijo ocene zvišale, medtem ko so se glede na odgovore učencev ostalima razredoma ocene znižale. Tako pridemo do ugotovitve, da je na ocene nekaterih otrok pouk na daljavo imel pozitiven učinek, na ocene drugih pa negativen. So pa tu še številni faktorji, ki jih je treba vzeti v ozir.

6. UGOTOVITVE IN ZAKLJUČEK

HIPOTEZE

1. Manj kot polovica učencev je kadila. **DRŽI**

Ta hipoteza je potrjena, saj smo ugotovili, da kadi manj kot ½ učencev na šoli.

2. Manj kot polovica učencev je poskusila alkohol. **NE DRŽI**

Razen v 6. razredu je v vseh ostalih razredih vsaj polovica učencev že poskusila alkohol.

3. Učenci elektronske naprave v povprečju uporabljajo več kot dve uri na dan. **DRŽI**

Ta hipoteza je potrjena, saj smo ugotovili, da večina na učencev na šoli el. naprave uporablja dnevno dve uri ali več.

4. Odvisnosti so se v času epidemije spremenile, epidemija je na učence vplivala negativno.

DELNO DRŽI

Ugotovili smo, da je na učence 6. in 9. razreda epidemija vplivala pozitivno, na preostala dva razreda pa negativno.

5. Na odvisnosti, navade učencev najbolj vpliva družba. **NE DRŽI V CELOTI**

Ugotovili smo namreč, da npr. na prvo uživanje alkohola vplivajo v največji meri starši, res pa je, da je družba oz. t. i. »peer pressure« velik faktor.

6. Učenci navad ne dojemajo kot odvisnosti. **DRŽI**

Ugotovili smo, da se večini učencev zdi normalno, da so toliko časa pred ekrani, tudi uživanja alkohola in kajenja pa ne dojemajo kot nekaj pretirano nevarnega.

7. Elektronske naprave uporabljajo za preživljanje na družabnih omrežjih. **DRŽI**

V veliki meri učenci el. naprave uporabljajo za preživljanje na družabnih omrežjih.

Ugotovili smo, da večina hipotez drži. Zanimivo se nam je zdelo, da so učenci prvič poskusili alkohol s starši in ne s prijatelji. Osredotočili bi se lahko bil samo na eno odvisnost, a smo se odločili pokriti vse tri zavoľo celostne analize. V nadaljnjih raziskavah bi lahko proučevali, zakaj so se učenci odločili za pitje alkohola ter kajenje. Prav tako bi lahko naredili raziskavo o tem, ali učenci zlorabo drog obžalujejo. Možnih raziskav je torej na pretek.

7. VIRI

Lawlis Dr., F., 2013. *Not My Child: A Progressive and Proactive Approach for Healing Addicted Teenagers and Their Families Hardcover*. [Accessed 9 March 2022].

Jiaying Liu, Siman Zhao, Xi Chen, Emily Falk, Dolores Albarracín. The Influence of Peer Behavior as a Function of Social and Cultural Closeness: A Meta-Analysis of Normative Influence on Adolescent Smoking Initiation and Continuation.. *Psychological Bulletin*, 2017; DOI: [10.1037/bul0000113](https://doi.org/10.1037/bul0000113)

A;, E. I. L. L. H. (n.d.). *When do adolescents become smokers? annual seven-year population-based follow-up of tobacco habits among 2000 Swedish pupils--an open cohort study*. *Scandinavian journal of primary health care*. Retrieved March 10, 2022, from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19052959/>

Lovrečič, B. & Lovrečič, M., 2014. Tvegana in škodljiva raba alkohola predstavljata velik zdravstveni problem. In: M. Zorko, ed. *Alkohol v Sloveniji*. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, pp. 38-54

Percy A & Iwaniec D, 2008. ANTECEDENTS OF HAZARDOUS TEENAGE DRINKING: ANALYSIS OF THE 1970 BRITISH COHORT STUDY. CLS – Centre for longitudinal studies.

Teen addiction & the adolescent brain. Turnbridge. (2021, January 26). Retrieved March 10, 2022, from <https://www.turnbridge.com/news-events/latest-articles/why-are-teens-so-vulnerable-to-addiction/#>

Ghose, T. (2013, October 28). *Pediatricians: No more than 2 hours screen time daily for kids*. *Scientific American*. Retrieved March 10, 2022, from <https://www.scientificamerican.com/article/pediatricians-no-more-than-2-hour-screen-time-kids/>

Children and parents - ofcom. (n.d.). Retrieved March 10, 2022, from https://www.ofcom.org.uk/data/assets/pdf_file/0024/134907/children-and-parents-media-use-and-attitudes-2018.pdf

OSTALI VIRI

http://konoplja.org/web/Prosti_tek/Clanki/Clanki_zasvojenost_odvisnost.htm

<https://zonacritica.mx/sl/post/kaj-je-odvisnost-v-psihologiji-vrste-stopnje-nastajanja-in-preprecevanje-pri-mladostnikih-in-odraslih>

<https://vizita.si/zdravje/kako-nehati-kaditi.html>

<http://www.drmed.org/wp-content/uploads/2014/06/l-301-19.pdf>

<https://www.abczdravja.si/psihologija/kajenje-med-mladimi/>

<https://www.knjiznica-celje.si/raziskovalne/4200804932.pdf>

<http://www.psihoterapija-konsulta.si/odvisnost>

<https://lusy.fri.uni-lj.si/ucbenik/book/1503/index6.html>