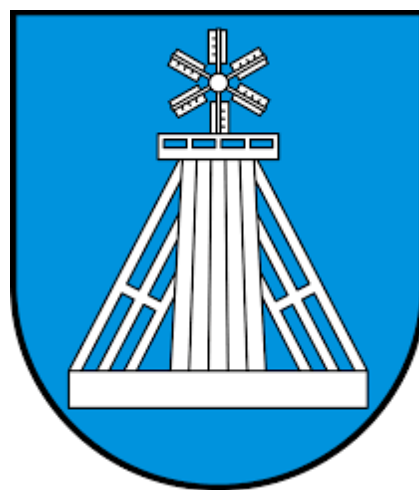


2022

**Diagnoza lokalnych zagrożeń
społecznych
Gmina Miejska
Ciechocinek**



Nowe Horyzonty

SPIS TREŚCI

WSTĘP.....	4
LOKALNE ZAGROŻENIA SPOŁECZNE W GRUPIE DOROSŁYCH MIESZKAŃCÓW.....	5
GRUPA BADANA.....	5
CEL BADANIA.....	6
PROBLEMY SPOŁECZNE W OPINII MIESZKAŃCÓW W KONTEKŚCIE UZALEŻNIEŃ.....	7
SPOŻYWANIE ALKOHOLU ORAZ ZWIĄZANE Z NIM INNE PROBLEMY SPOŁECZNE.....	9
SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: NIKOTYNA.....	13
SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: NARKOTYKI I DOPALACZE.....	14
UZALEŻNIENIE OD GIER HAZARDOWYCH.....	16
UZALEŻNIENIE OD INTERNETU I TELEFONU.....	19
PRZEMOC W RODZINIE.....	21
PRZEKONANIA DOTYCZĄCE WYCHOWANIA DZIECI.....	22
POTRZEBA REALIZACJI DZIAŁAŃ PROFILAKTYKI UZALEŻNIEŃ ORAZ OCENA ZASOBÓW GMINY MIEJSKIEJ CIECHOCINEK W OPINII JEJ MIESZKAŃCÓW.....	24
BADANIA SPRZEDAWCÓW NAPOJÓW ALKOHOLOWYCH.....	28
GRUPA BADANA.....	28
CEL BADANIA.....	28
WYNIKI BADAŃ.....	29
PROBLEMY SPOŁECZNE W ŚRODOWISKU DZIECI I MŁODZIEŻY.....	36
METODOLOGIA.....	36
CEL BADANIA.....	36
CHARAKTERYSTYKA GRUPY BADANEJ.....	37
WYNIKI.....	37
RELACJE Z RODZICAMI, NAUCZYCIELAMI ORAZ RÓWIEŚNIKAMI.....	37
SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: ALKOHOL.....	40
SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: PAPIEROSY.....	45
SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: NARKOTYKI I DOPALACZE.....	47
UZALEŻNIENIA BEHAWIORALNE: INTERNET, SMARFON, CYBERPRZEMOC.....	50
UZALEŻNIENIA BEHAWIORALNE: HAZARD.....	57
PRZEMOC.....	61

CZAS WOLNY.....	63
PROBLEMY I ODCZUCIA ZWIĄZANE Z EDUKACJĄ ZDALNĄ W CZASIE PANDEMII COVID-19	65
PODSUMOWANIE.....	67

WSTĘP

Raport ma na celu przedstawienie wyników badań ankietowych przeprowadzonych w pierwszym kwartale 2022 roku. Obejmuje on podstawowe problemy społeczne związane z nadużywaniem alkoholu, nikotyny, dopalaczy i narkotyków oraz uzależnieniami behawioralnymi a także postawami społecznymi wobec powyższych

zjawisk. Dane dotyczące lokalnych zagrożeń społecznych uzyskane zostały w drodze anonimowych badań ankietowych przeprowadzonych w Gminie Miejskiej Ciechocinek wśród trzech grup reprezentujących trzy lokalne środowiska:

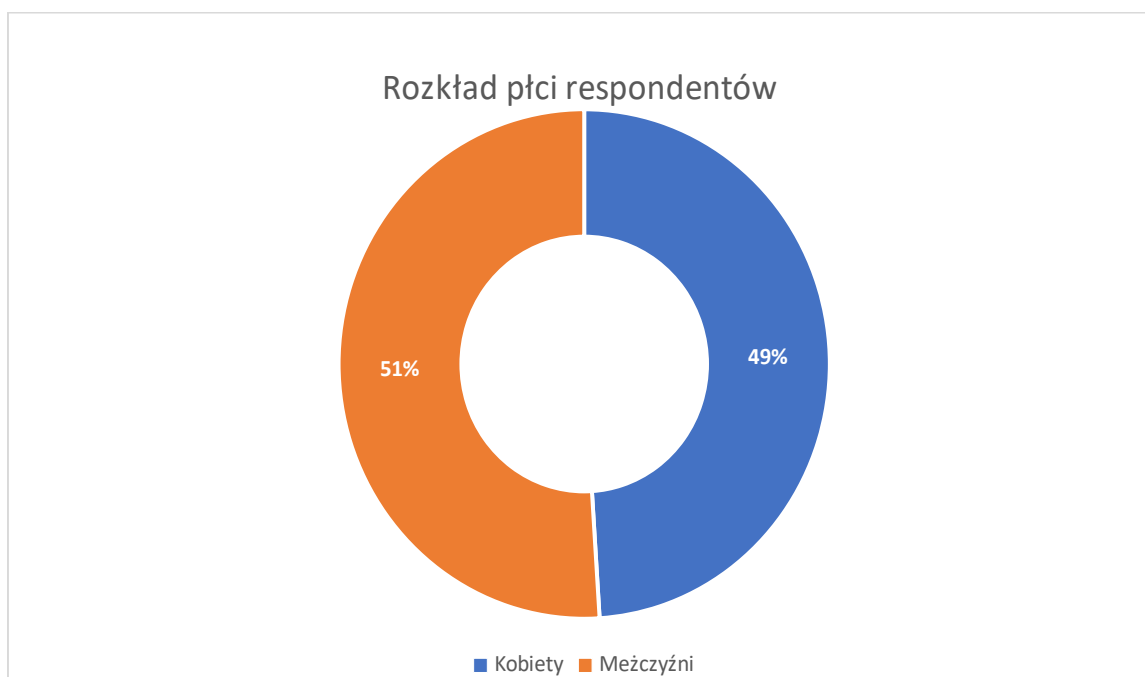
- a) dorośli mieszkańcy,
- b) dzieci i młodzież szkolna,
- c) sprzedawcy i właściciele punktów sprzedaży alkoholu.

LOKALNE ZAGROŻENIA SPOŁECZNE W GRUPIE DOROSŁYCH MIESZKAŃCÓW

GRUPA BADANA

Badania obejmowały mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek, którzy ukończyli osiemnasty rok życia, metoda zastosowana w badaniu to klasyczny kwestionariusz ankiety (papier – ołówek). Respondenci byli informowani o anonimowym charakterze ankiety oraz możliwości rezygnacji z badania w dowolnym momencie.

W badaniu wzięło udział 151 osób, w tym 77 mężczyzn oraz 74 kobiet. Średnia wieku respondentów wyniosła 36,7 lat.



CEL BADANIA

Celem badania była identyfikacja zagrożeń społecznych w środowisku lokalnym, w szczególności obejmujących:

- postawy społeczne dotyczące problemów istotnych w środowisku lokalnym;
- zagadnienia związane z substancjami psychoaktywnymi, takimi jak narkotyki i dopalacze;
- zagadnienia związane ze spożywaniem alkoholu, postawami wobec alkoholu oraz problematyką uzależnienia;
- zagadnienia związane z uzależnieniem od papierosów oraz e-papierosów;
- zagadnienia związane z uzależnieniem od hazardu;
- zagadnienia związane z przemocą w rodzinie;
- zagadnienia związane z uzależnieniami od czynności związanych z nowymi technologiami.

**PROBLEMY SPOŁECZNE W OPINII MIESZKAŃCÓW
W KONTEKŚCIE UZALEŻNIEŃ**

W pierwszej części badania poprosiliśmy o ocenę ważności różnych problemów społecznych w środowisku lokalnym. Przyjętą w tych badaniach miarą ważności jest odsetek respondentów, którzy wskazują dany problem jako bardzo ważny. Poniższa tabela przedstawia rozkład odpowiedzi uzyskanych w badaniu mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek. Można zauważyć, że wszystkie z zaproponowanych problemów są dla respondentów w porównywalnym stopniu bardzo i raczej istotne – każdy uzyskał wskazanie powyżej 85%.

<i>Ocena ważności lokalnych problemów społecznych przez badanych mieszkańców</i>				
<i>Problem</i>	<i>Bardzo istotny</i>	<i>Raczej istotny</i>	<i>Raczej nieistotny</i>	<i>Zdecydowanie nieistotny</i>
Zanieczyszczenie powietrza (smog)	51%	43%	6%	0%
Uzależnienia behawioralne (hazard, uzależnienie od Internetu, smartfonów)	48%	45%	7%	0%
Uzależnienie od alkoholu	44%	48%	8%	0%
Bezrobocie	46%	48%	5%	1%
Bieda, ubóstwo	36%	56%	8%	0%
Bezdomność	40%	54%	6%	0%
Przestępczość	40%	55%	5%	0%
Kryzys rodziny	42%	52%	6%	0%
Uzależnienie od narkotyków, dopalaczy	37%	53%	10%	0%
Kryzys norm moralnych	39%	46%	15%	0%

Następnie poproszono badanych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek o określenie rozpowszechnienia poszczególnych uzależnień zamieszczonych w poniższej tabeli. Respondenci dokonywali subiektywnej oceny zaprezentowanych uzależnień od bardzo powszechnego zjawiska do jego braku.

Szczegółowy rozkład deklaracji przedstawia poniższa tabela.

	Bardzo powszechne	Dość powszechne	Dość rzadkie	Bardzo rzadkie	Nie występuje
Alkoholizm	64%	21%	13%	2%	0%
Narkomania	59%	28%	12%	1%	0%
Nikotynizm	56%	35%	8%	1%	0%
Zakupoholizm (uzależnienie od zakupów)	46%	45%	8%	1%	0%
Pracoholizm (uzależnienie od pracy)	41%	50%	9%	0%	0%
Siecioholizm (uzależnienie od Internetu)	29%	59%	11%	1%	0%
Uzależnienie od hazardu	26%	57%	15%	2%	0%
Zaburzenia odżywiania	26%	62%	11%	1%	0%

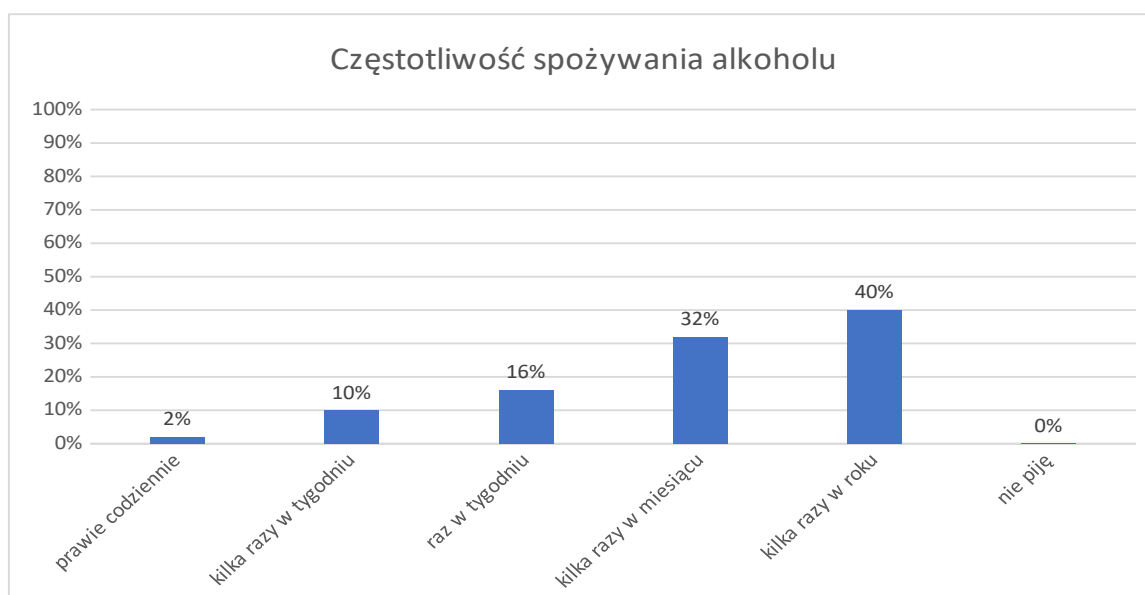
Jak wynika z powyższej tabeli, mieszkańcy Gminy Miejskiej Ciechocinek uznają wszystkie z wymienionych uzależnień za powszechnie występujące zjawisko – każde z zaproponowanych uzależnień otrzymało powyżej 80% wskazań, w łącznej ocenie bardzo i dość powszechne.

SPOŻYWANIE ALKOHOLU ORAZ ZWIĄZANE Z NIM INNE PROBLEMY SPOŁECZNE

Przyjęto się sądzić, że Polacy piją alkohol często, w dużych ilościach. Należałoby więc wnioskować, że istnieje społeczne przyzwolenie, norma, która nie potępia częstego spożywania alkoholu, lecz przeciwnie – czyni je społecznie akceptowalnym wzorem postępowania.¹ Jak wynika z badania przeprowadzonego w 2019 roku przez CBOS wśród Polaków powszechny jest pogląd, że nadużywanie alkoholu jest w naszym kraju dużym problemem (91%). Tylko 6% badanych uważa, że jest to mały problem, a 3% nie ma zdania w tej sprawie².

W przeprowadzonej ankiecie zbadano postawy i przekonania dorosłych mieszkańców gminy miejskiej na temat alkoholu.

Pierwszą kwestią była **częstotliwość spożywania alkoholu**. Żaden z respondentów nie zadeklarował **abstynencji**. Największa liczba badanych przyznała, że spożywa alkohol **kilka razy w roku (40%)** oraz **kilka razy w miesiącu (32%)**. 2% osób przyznało się do niemal codziennego spożywania alkoholu, a 10% pije kilka razy w tygodniu.

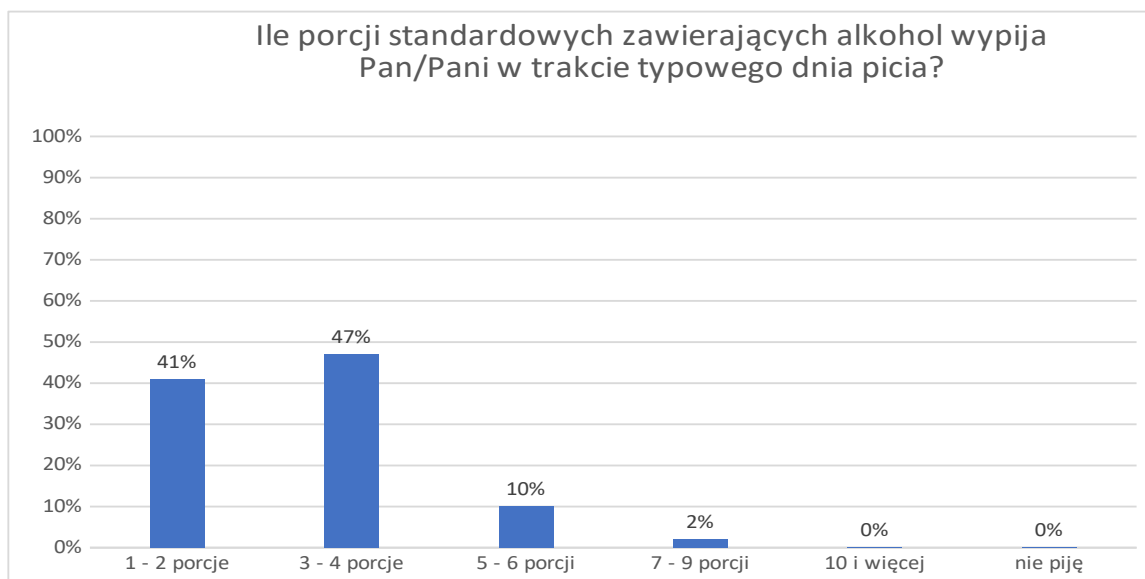


¹ Centrum Badania Opinii Społecznej, *Komunikat z badań: Postawy wobec wybranych substancji psychoaktywnych*, Warszawa, marzec 2007.

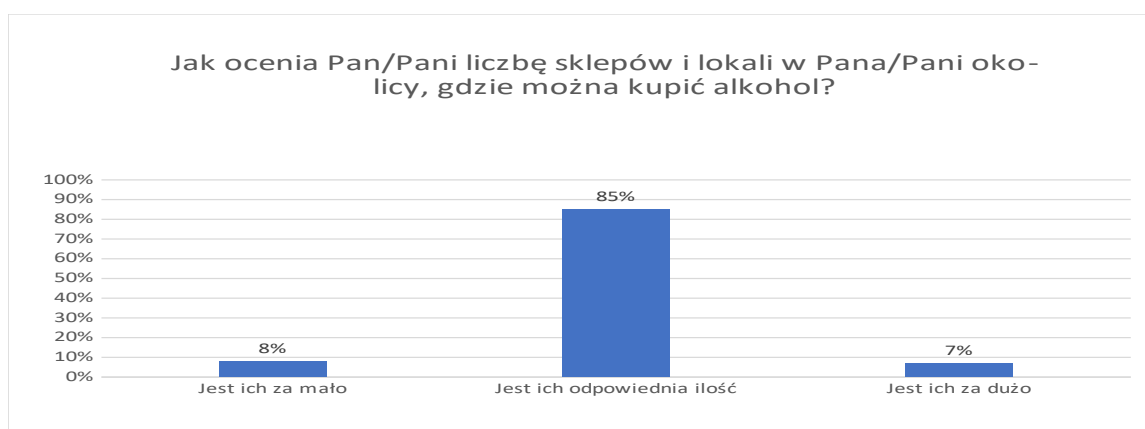
² Komunikat CBOS „Konsumpcja alkoholu w Polsce”, grudzień 2019 (oprac. M. Bożewicz).

Oprócz częstotliwości spożywania alkoholu ważne są także jego ilości. Porcja standardowa alkoholu (tzn. 10g czystego, 100% alkoholu) zawarta jest w ok. 250 ml piwa o mocy 5% (pół butelki), w ok. 100 ml wina o mocy 12% (jeden kieliszek wina) oraz w ok. 30 ml wódki o mocy 40% (mały kieliszek wódki).

Badani deklarowali najczęściej, że spożywają jednorazowo 1-2 (41%), 3-4 porcje alkoholu (47%) oraz 5-6 porcji (10%).



8% mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek uważa, że w okolicy znajduje się zbyt mała liczba punktów, w których można kupić alkohol a dla 7% ankietowanych takich miejsc jest za dużo. Jednocześnie 85% respondentów deklaruje, że na terenie gminy miejskiej jest ich odpowiednia liczba.



Zachowania związane z piciem alkoholu są w dużej mierze zależne od postaw, czyli chociażby wiedzy na temat szkodliwego działania alkoholu, emocji i motywacji, które towarzyszą jego spożywaniu.

Pierwsze z pytań w tej części dotyczyło mitu, jakoby alkohol zawarty w „słabszych” napojach (piwie, winie) był mniej szkodliwy niż ten zawarty w wysokoprocentowych napojach (np. w wódce). Wyniki świadczą o tym, że to błędne przekonanie nie jest rozpowszechnione wśród dorosłej społeczności Gminy Miejskiej Ciechocinek, ponieważ **łącznie 99% mieszkańców nie zgodziło się z tym twierdzeniem.**

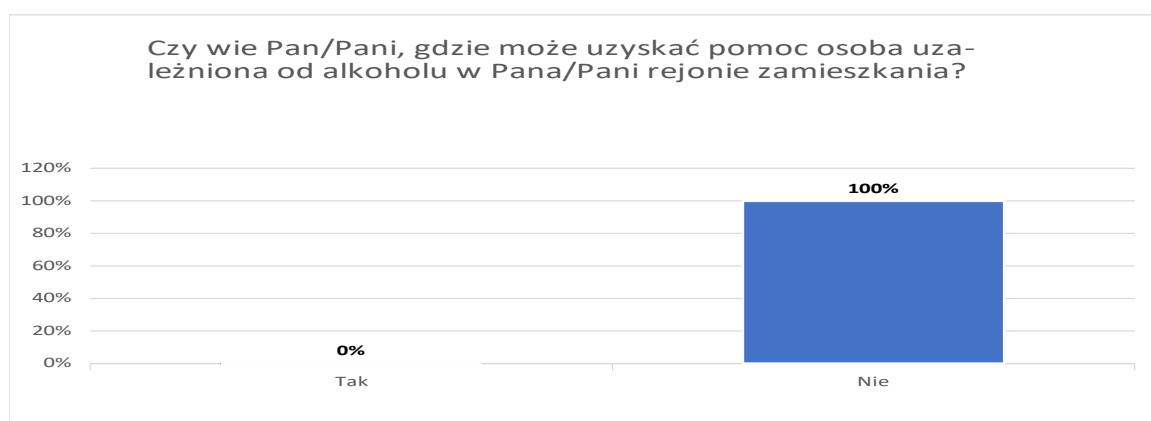
Kolejne pytanie badające postawy względem alkoholu dotyczyło dostępności i kontroli sprzedaży alkoholu. **Łącznie 100% mieszkańców uważa, że należy lub raczej należy ograniczać dostęp do napojów alkoholowych bądź kontrolować jego sprzedaż.** Jednocześnie, łącznie **100% respondentów ocenia osoby pijące alkohol jako zagrażające bezpieczeństwu w środowisku lokalnym.** Łącznie 75% respondentów przychyliła się do stwierdzenia, że osoby nieletnie mogą z łatwością kupić alkohol w lokalnych sklepach.

100% respondentów uważa, że **kobiety w ciąży nie mogą pić bezpiecznie nawet niewielkich ilości alkoholu.** również 100% badanych twierdzi, że **alkohol nie pomaga w trudnych sytuacjach życiowych.** Łącznie 100% badanych mieszkańców **nie zgadza się z tym, aby prowadzić samochód po spożyciu nawet niewielkich ilości alkoholu.**

<i>Twierdzenie</i>	<i>Zdecydowanie zgadzam się</i>	<i>Raczej zgadzam się</i>	<i>Raczej nie zgadzam się</i>	<i>Zdecydowanie nie zgadzam się</i>
Alkohol zawarty w piwie jest mniej groźny niż ten zawarty w wódce.	1%	0%	0%	99%
Dostęp do alkoholu powinien być ograniczony lub kontrolowany.	99%	1%	0%	0%
Osoby pijące alkohol zagrażają bezpieczeństwu w moim środowisku lokalnym.	99%	1%	0%	0%
Osoby nieletnie mogą z łatwością kupić alkohol w lokalnych sklepach.	1%	74%	25%	0%
Picie alkoholu pomaga w trudnych sytuacjach życiowych.	0%	0%	0%	100%

Prowadzenie samochodu po niewielkiej ilości alkoholu jest bezpieczne.	0%	0%	0%	100%
Kobiety w ciąży mogą bezpiecznie pić niewielkie ilości alkoholu.	0%	0%	0%	100%

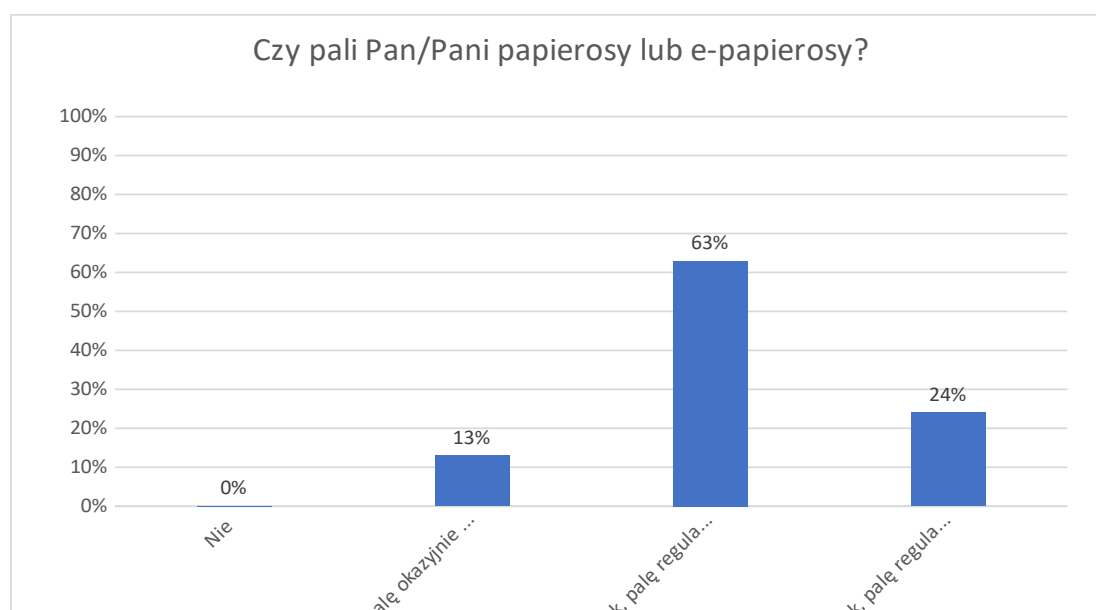
Zapytaliśmy również mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek, czy wiedzą, gdzie może otrzymać pomoc osoba uzależniona od alkoholu – **wszyscy z badanych wskazali, że nie posiadają takiej wiedzy.**



SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: NIKOTYNA

Używanie tytoniu u większości osób prowadzi do uzależnienia, zarówno psychicznego, jak i fizycznego. Sprawia to zawarta w nim nikotyna, psychoaktywny alkaloid o potencjalnie uzależniającym, porównywalnym do tego, jaki posiada kokaina czy opiaty, a przewyższającym pod tym względem alkohol, amfetaminę czy marihuanę.³

Okazuje się, że uzależnienie od nikotyny jest powszechnym problemem wśród badanych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek. 63% ankietowanych mieszkańców wskazało, że regularnie pali papierosy, a 24% deklaruje regularne palenie e-papierosów, natomiast **13% pali wyroby tytoniowe okazjonalnie**.

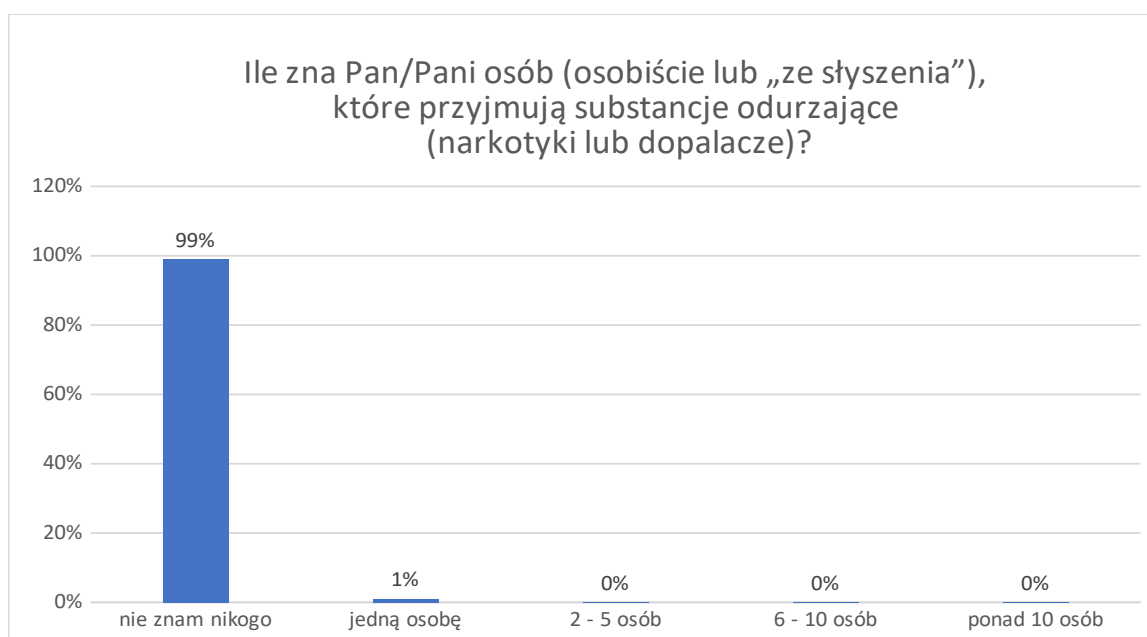


³ Siemińska A., Kiedy zaczyna się uzależnienie od nikotyny? [za:] www.pneumonologia.viamedica.pl

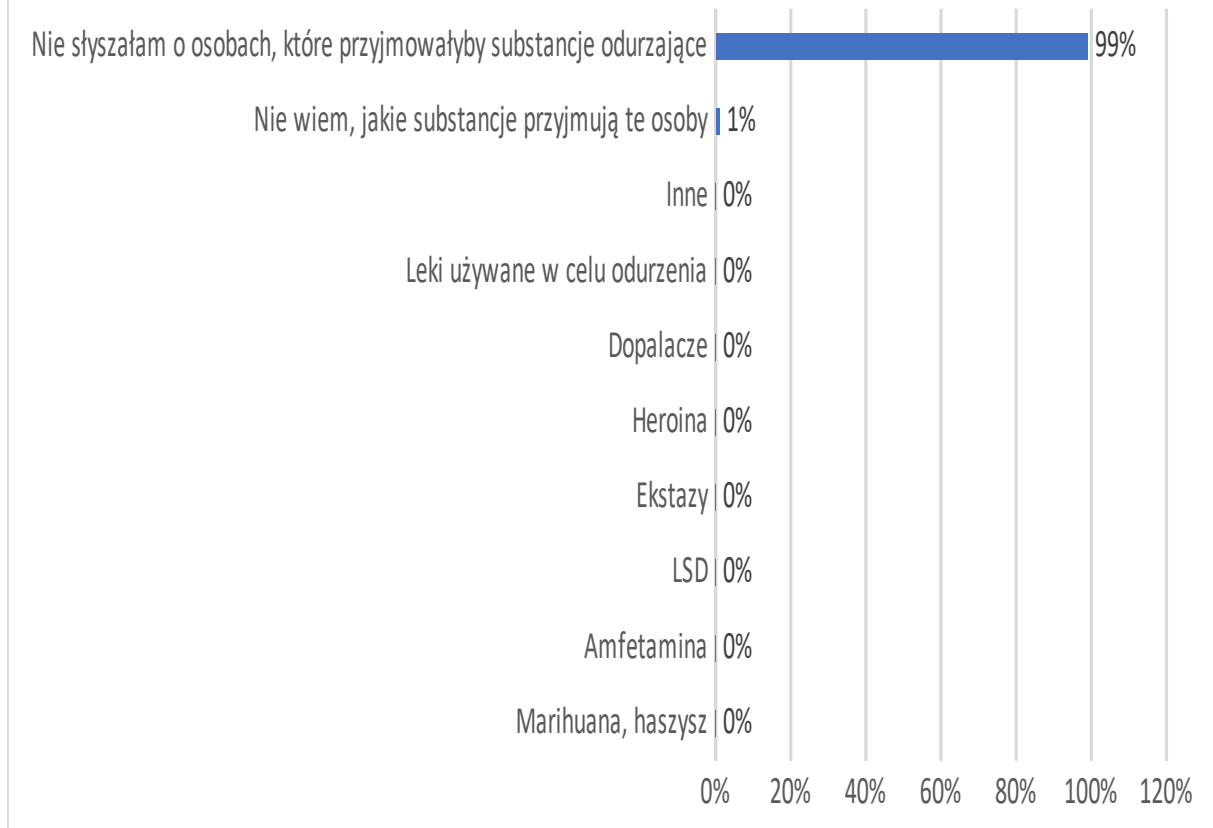
SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: NARKOTYKI I DOPALACZE

Badanie rozpoczęliśmy od pytania niezagrażającego, tj. niebudzącego oporu oraz motywujące do wyrażenia swojego rzeczywistego stanowiska. Dotyczy ono osób zażywających narkotyki i dopalacze w najbliższym środowisku badanych osób. Poniższy wykres prezentuje otrzymane wyniki.

1% badanych zna co najmniej jedną osobę zażywającą narkotyki lub dopalacze. Natomiast 99% badanych twierdzi, że nie ma w swoim otoczeniu osób przyjmujących substancje odurzające. Mieszkańcy, którzy zadeklarowali, że znają osoby przyjmujące narkotyki wskazali, że nie wiedzą jakie substancje przyjmują te osoby.



Jakie substancje odurzające są najczęściej przyjmowane przez osoby, które znasz? (pytanie wielokrotnego wyboru)



100% respondentów nie wie, gdzie może nabyć substancje psychoaktywne takie, jak narkotyki czy dopalacze.



Uzależnienie od hazardu należy do uzależnień behawioralnych i jest definiowane, jako powtarzające się działanie, które nie może być kontrolowane i jest ze szkodą dla osoby uzależnionej, jej wartości, zobowiązań społecznych, zawodowych, ekonomicznych i rodzinnych, oraz związanych z naruszaniem norm społecznych i prawa. Jest określane jako patologiczny hazard, nałogowe granie, hazard przymusowy.

Bywa

nazywane ukrytym nałogiem, bowiem w przeciwieństwie do innych uzależnień nie wywołuje widocznych dla otoczenia symptomów i można go dość łatwo ukryć. O diagnozie tego zaburzenia nie decyduje rodzaj uprawianej gry, lecz sposób grania, który z czasem staje się sensem życia dla osoby uzależnionej i główną motywacją życiową. Aktywność związana z graniem jest dominującą aktywnością, która często prowadzi do utraty pracy, rodziny, dóbr materialnych i marginalizacji społecznej. Bez względu na ponoszone koszty nałogowy hazardzista wraca do gry.

W Polsce problem patologicznego uzależnienia narasta i choć staje się coraz bardziej powszechny, to świadomość społeczna konieczności leczenia tej choroby,

jak

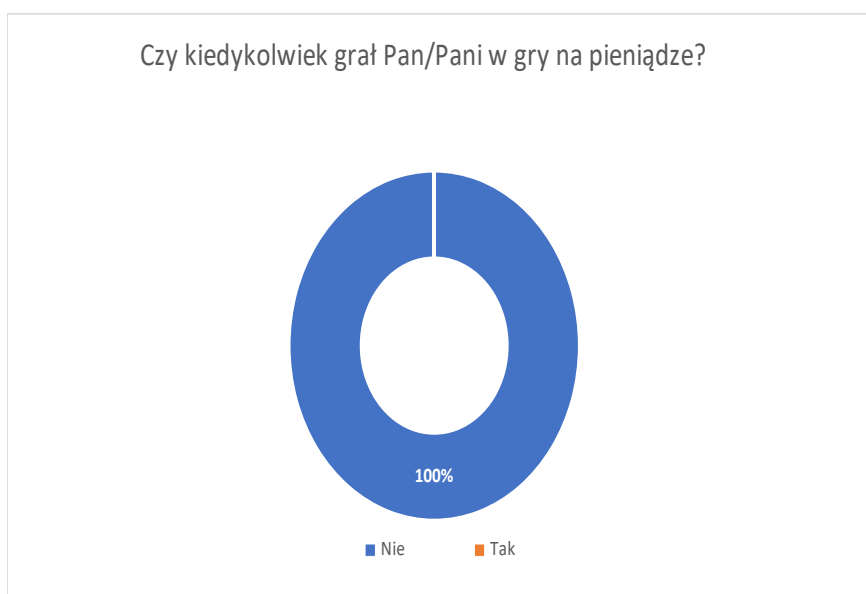
i samych form pomocowych pozostaje ciągle marginalna. Ocenia się, że ponad 380 tys. osób może być uzależnionych od gier hazardowych, a około 200 tys. jest narażonych na ryzyko uzależnienia. Uważa się, że ponad 6 mln osób cierpi i doświadcza negatywnych skutków uzależnienia swoich dzieci, rodziców, partnerów. Niebezpiecznym jest to, że inicjacja hazardowa dotyka osoby w coraz młodszym wieku. We współczesnym świecie, zagrożenie ryzykiem nałogu hazardowego jest związane z preferowanym sposobem spędzania relaksacyjnego czasu i łatwym dostępem do nowych typów hazardu np. internetowego czy publiczne miejsca pełne elektronicznych gier.⁴

O hazardzie mówi się, że jest to ukryty nałóg, ponieważ nie widać od razu wyraźnych symptomów uzależnienia. Niestety, uzależnienie od hazardu często współwystępuje z innymi problemami, jak nadużywanie alkoholu czy narkotyków. Pierwsze kroki

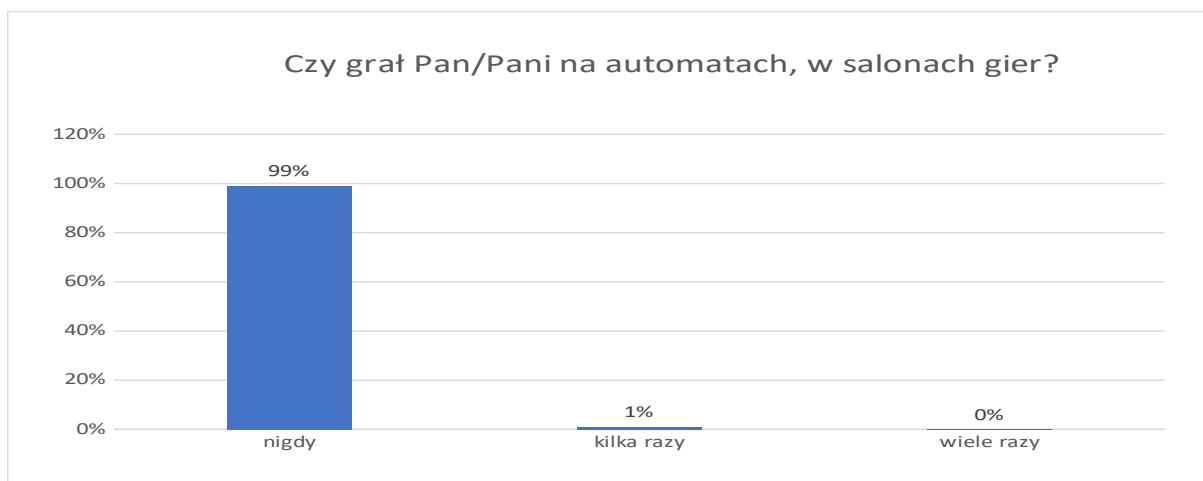
⁴ www.salusprodomo.pl

w świecie hazardu, to zwykle korzystanie z gier internetowych, automatów czy zakładów bukmacherskich. Zapytaliśmy mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek o ich doświadczenia z tego typu formami rozrywki.

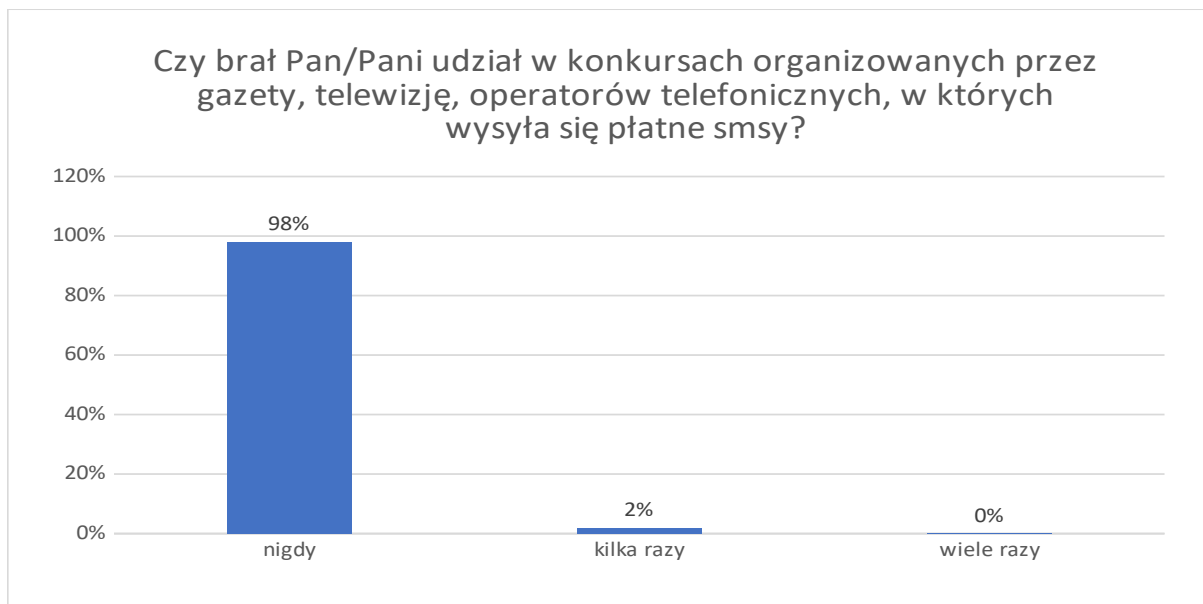
Respondenci zostali zapytani o ich osobiste doświadczenia związane z graniem w gry hazardowe. Jak wynika z przeprowadzonych badań, **żaden z dorosłych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek nie potwierdza, że ma za sobą doświadczenia w grach, gdzie można wygrać pieniądze.**



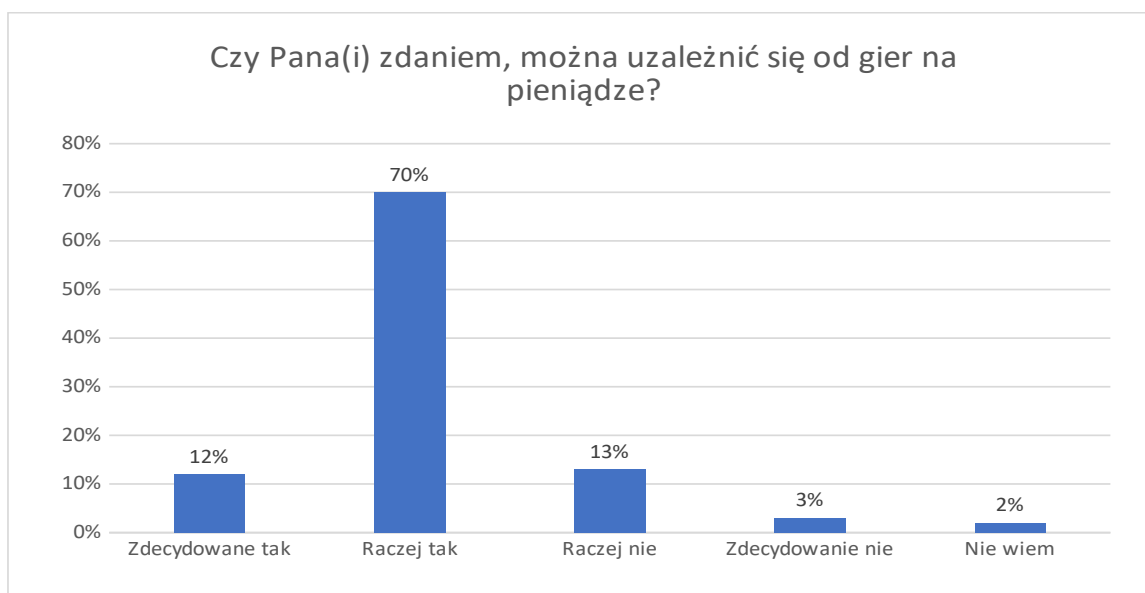
1% mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek deklaruje, że kilkakrotnie grało na automatach w salonach gier. Natomiast 99% wskazuje, że nie miało nigdy do czynienia z taką formą hazardu.



Jeżeli chodzi o konkursy organizowane przez telewizję, gazety czy operatorów telefonicznych, polegające na wysyłaniu płatnych smsów, badania wskazują, że wśród ankietowanych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek nie są one popularne – 98% nigdy nie brało w nich udziału.



82% ankietowanych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek jest zdania, że od grania w gry hazardowe na pieniądze można się uzależnić. Przeciwnego zdania jest 16% respondentów, a 2% nie ma zdania w tym temacie.

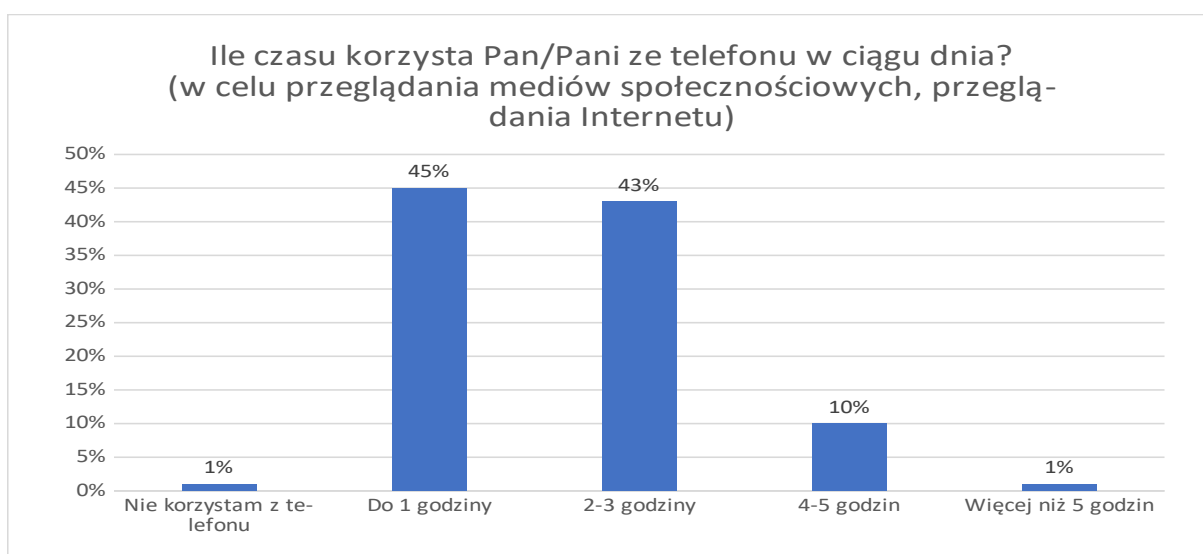


UZALEŻNIENIE OD INTERNETU I TELEFONU

Problematyka nieprawidłowego korzystania z Internetu i komputera (w tym, nadużywanie) staje się coraz powszechniejszym zagadnieniem. Komputer i Internet oferują szeroki wachlarz aktywności – zarówno prorozwojowych (dostęp do wiedzy), jak i patologicznych (m.in. dostęp do treści pornograficznych). Jedną z najbardziej rozpowszechnionych aktywności, które można wykonywać będąc online, jest granie w gry czy korzystanie z portali społecznościowych. Mimo że odpowiedzialne korzystanie

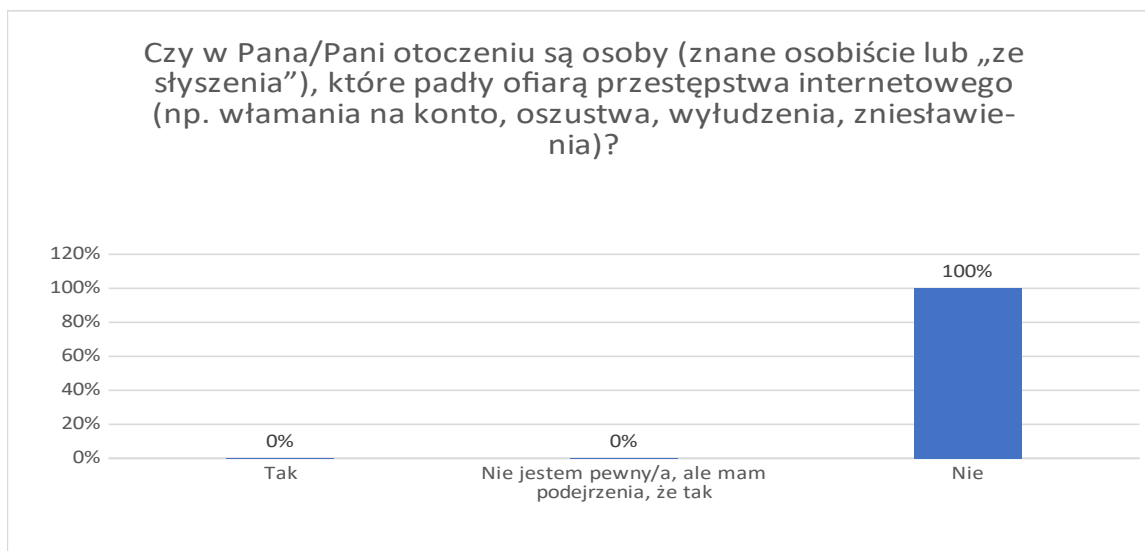
z komputera i Internetu, nawet przez dzieci, niesie ze sobą wiele korzyści, to należy jednak zwrócić uwagę na potencjalne zagrożenia wynikające z nadmiernego, pozbawionego kontroli zaangażowania. Poza skrajnymi przykładami niebezpieczeństwa, jakie wiąże się z nielegalnym użytkowaniem Internetu, pozostaje obszar związany z negatywnymi konsekwencjami dla rozwoju psychospołecznego dzieci i młodzieży. Spędzanie coraz większej ilości czasu przed monitorem komputera ma konsekwencje dla zdrowia fizycznego, ale także dla rozwoju emocjonalnego i społecznego.⁵

Z odpowiedzi uzyskanych od ankietowanych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek wynika, iż **45% z nich korzysta ze smartfonu do 1 godziny dziennie**, co można uznać za rozsądny czasokres. Niepokojące są wskazania **łącznie 11% badanych**, którzy deklarują czas przeznaczony na korzystanie z telefonu **powyżej 5 godzin dziennie**.

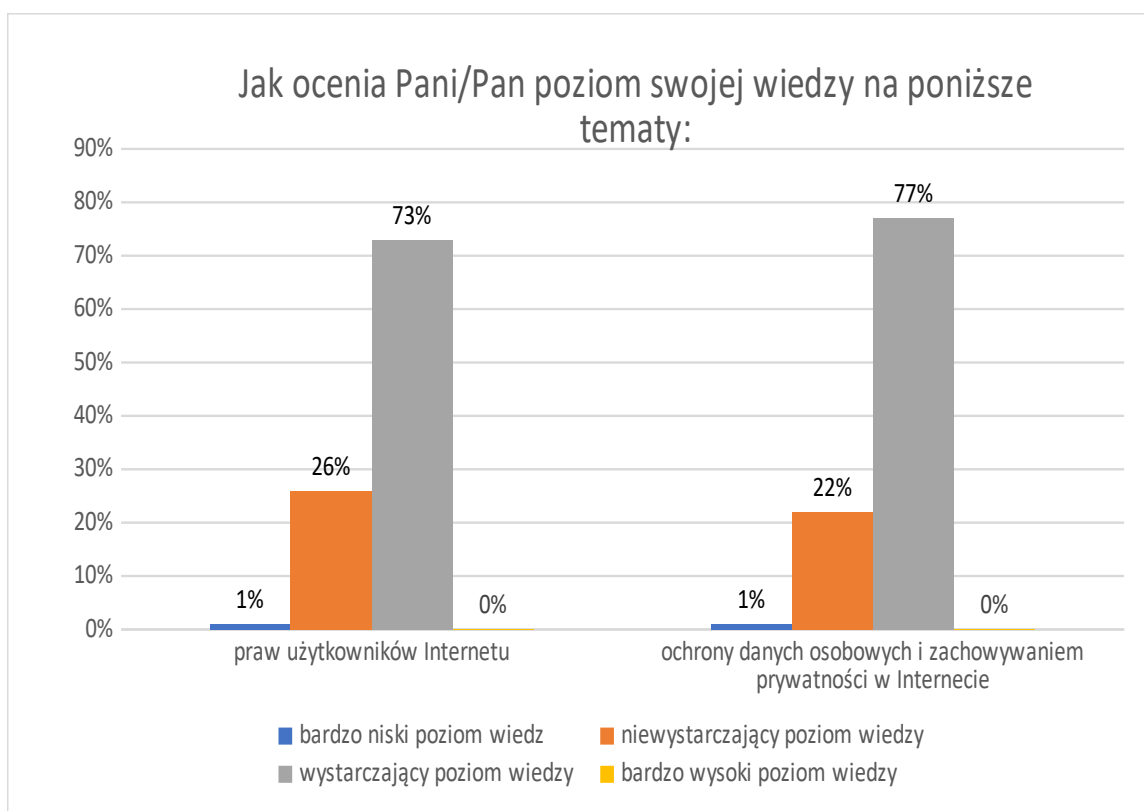


⁵ Rowicka M., *Uzależnienia behawioralne. Praktyka i teoria*, Minister Zdrowia, Krajowe Biuro do spraw Przeciwdziałania Narkomanii, Warszawa 2015

Badania wykazały, że cyberprzemoc w lokalnej społeczności w zasadzie nie stanowi problemu. Mianowicie, **100% badanych nie ma w swoim otoczeniu osoby, które padły ofiarą przestępstwa internetowego** (np. włamania na konto, oszustwa, wyłudzenia, zniesławienia).



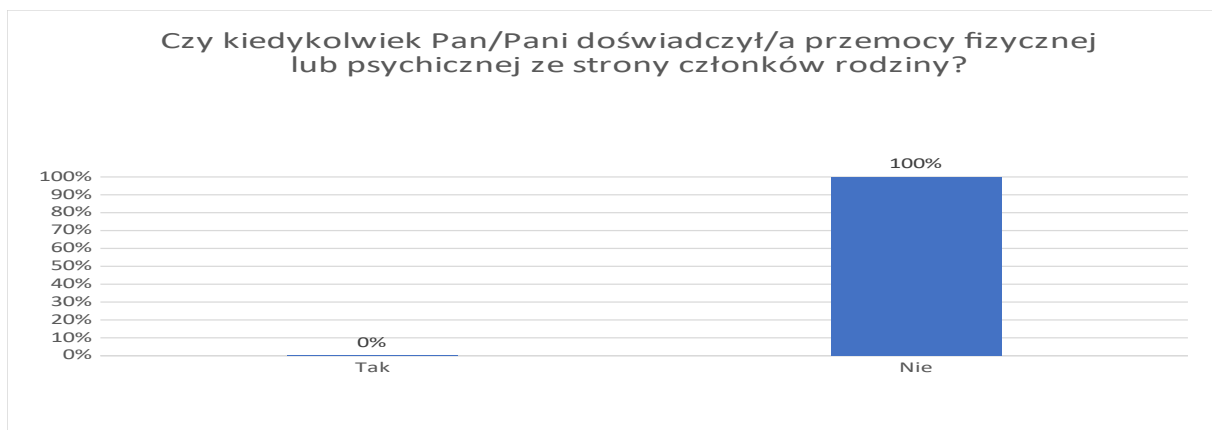
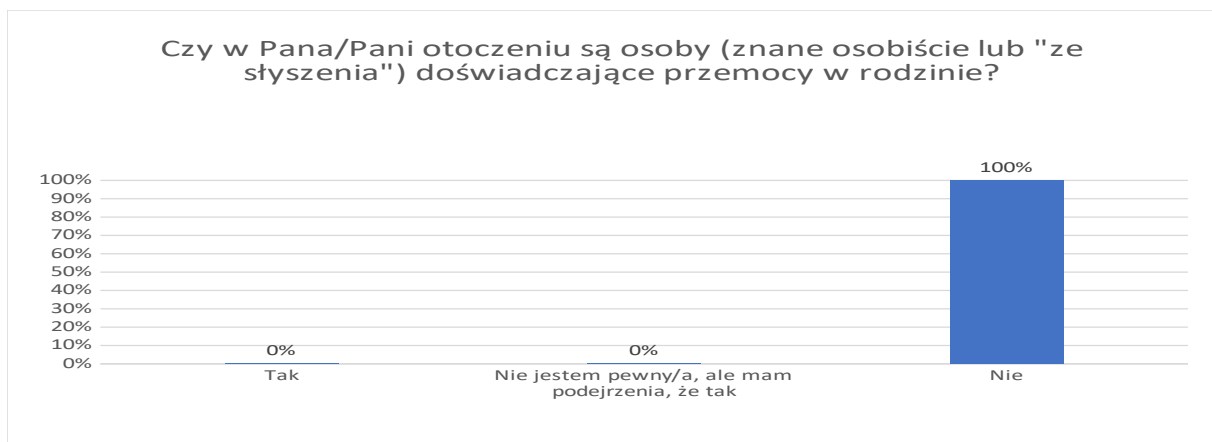
Zdecydowana większość badanych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek ocenia swój poziom wiedzy na wystarczający w kwestiach: praw użytkownika Internetu oraz ochrony danych osobowych i zachowania prywatności w sieci.



PRZEMOC W RODZINIE

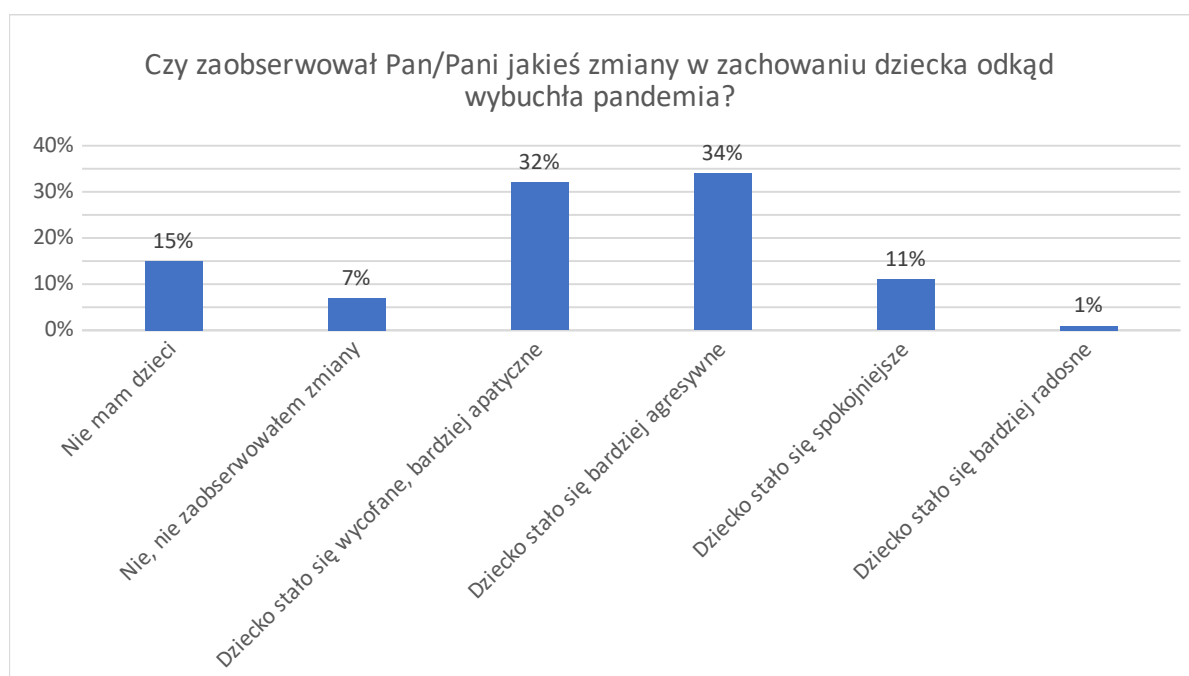
Przemoc, zarówno ta fizyczna, jak i psychiczna, jest zjawiskiem dość powszechnym w polskiej społeczności. Jest to zjawisko niezwykle trudne do zbadania, ponieważ osoby doświadczające przemocy w różny sposób zniekształcają swoje doświadczenia, np. racjonalizując zachowanie sprawcy lub go usprawiedliwiając. Z tego względu zbadaliśmy rozpowszechnienie przemocy fizycznej oraz psychicznej w środowisku lokalnym bez kierowania bezpośredniego pytania o bycie ofiarą lub sprawcą przemocy w rodzinie.

100% badanych wskazało, że nie ma w swoim otoczeniu osób doświadczających przemocy w rodzinie. Podobnie wszyscy ankietowani jednogłośnie wskazują, że nie doświadczyli nigdy przemocy fizycznej ani psychicznej ze strony najbliższych. Należy pamiętać, że przemoc w rodzinie jest w dużej mierze zjawiskiem ukrytym i wiele osób doznających przemocy w rodzinie nie zgłasza się po pomoc, ani też nie sygnalizuje, że jej doświadcza.



PRZEKONANIA DOTYCZĄCE WYCHOWANIA DZIECI

Ważną kwestią jest obserwacja zmian zachodzących w zachowaniu dzieci w okresie od kiedy wybuchła pandemia. **7% ankietowanych nie zauważa zmian zachowania, jednak 32% stwierdza, że dziecko stało się bardziej wycofane i apatyczne. Co więcej zdaniem 34% dziecko stało się bardziej agresywne. Należy jednak zwrócić uwagę, że 11% respondentów stwierdziło, że od wybuchu pandemii ich dzieci stały się spokojniejsze.**

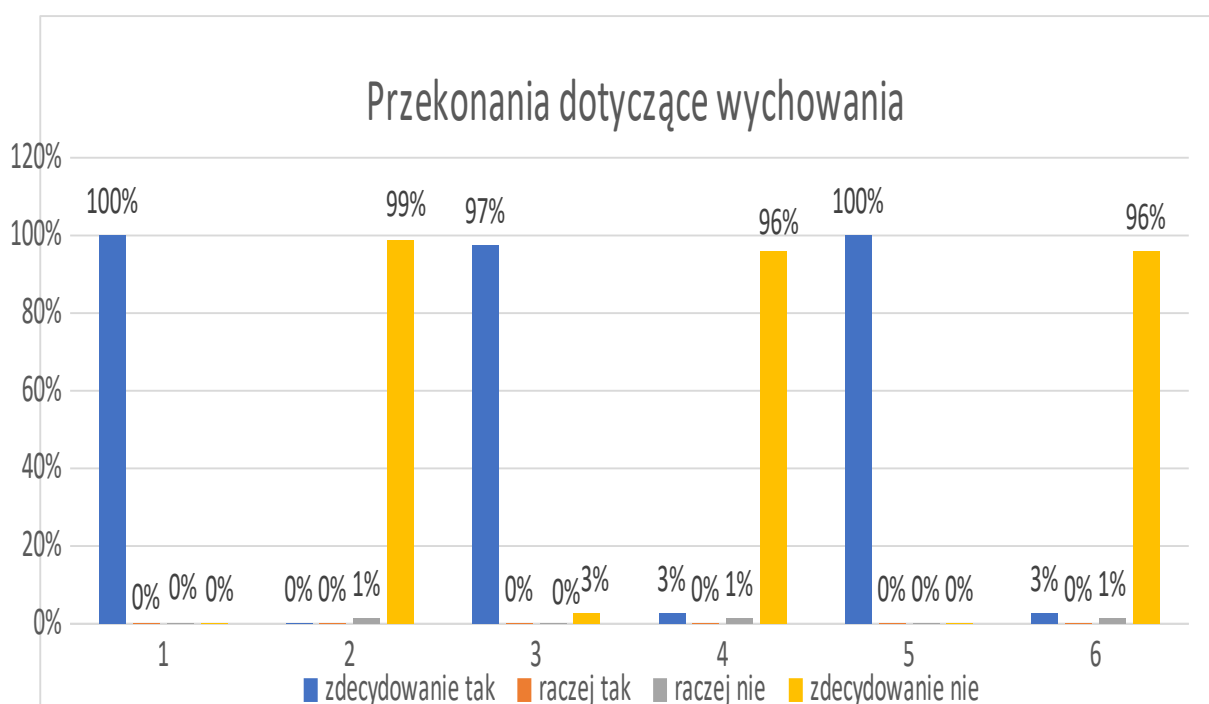


Respondenci otrzymali propozycje sześciu stwierdzeń dotyczących wychowania dzieci, z którymi mogli się zgodzić bądź też nie. **Poniższe wartości pozwalają sądzić, że większość badanych nie przejawia postaw wychowawczych, które są charakterystyczne dla tradycyjnego, tj. konserwatywnego wychowania.**

Stwierdzenie „**Aby prawidłowo wychować dziecko, należy od czasu do czasu dawać klapsa**” spotkało się z negacją **łącznie 100% mieszkańców**. Dodatkowo 100% badanych zdecydowanie lub raczej nie zgadza się ze stwierdzeniem, że stosowanie kar fizycz-

nych hartuje dziecko i pozwala mu lepiej radzić sobie w przyszłości. **97% badanych zgadza się, aby kary fizyczne były zakazane prawem.**

Kolejne twierdzenie: „Dziecko powinno bać się rodziców, wtedy łatwiej o posłuszeństwo i szacunek” spotkało się z negacją 100% respondentów. Respondenci zgadzają się również ze stwierdzeniem „łagodne kary fizyczne nie są przemocą w rodzinie” – 100%. Według respondentów bicie dziecka nie jest oznaką bezradności rodziców – łącznie 97%.



1 - Aby prawidłowo wychować dziecko, należy od czasu do czasu dawać klapsa.

2 - Dziecko powinno bać się rodziców, wtedy łatwiej o posłuszeństwo i szacunek.

3 - Stosowanie kar fizycznych powinno być zakazane prawem.

4 - Kary fizyczne hartują dziecko i pozwalają mu lepiej radzić sobie w przyszłości.

5 - Łagodne kary fizyczne nie są przemocą w rodzinie

6 - Bicie dziecka jest oznaką bezradności rodziców

POTRZEBA REALIZACJI DZIAŁAŃ PROFILAKTYKI UZALEŻNIEŃ ORAZ OCENA ZASOBÓW GMINY MIEJSKIEJ CIECHOCINEK W OPINII JEJ MIESZKAŃCÓW

Zgodnie z ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi prowadzenie działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych oraz integracji społecznej osób uzależnionych od alkoholu należą do zadań własnych gminy. Ponadto zgodnie z art. 10 ust. 1 Ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii, również przeciwdziałanie narkomanii należy do zadań własnych gminy. Podstawą tych działań jest zaś Gminny Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii. Elementem gminnego programu mogą być również zadania związane z przeciwdziałaniem uzależnieniom behawioralnym⁶

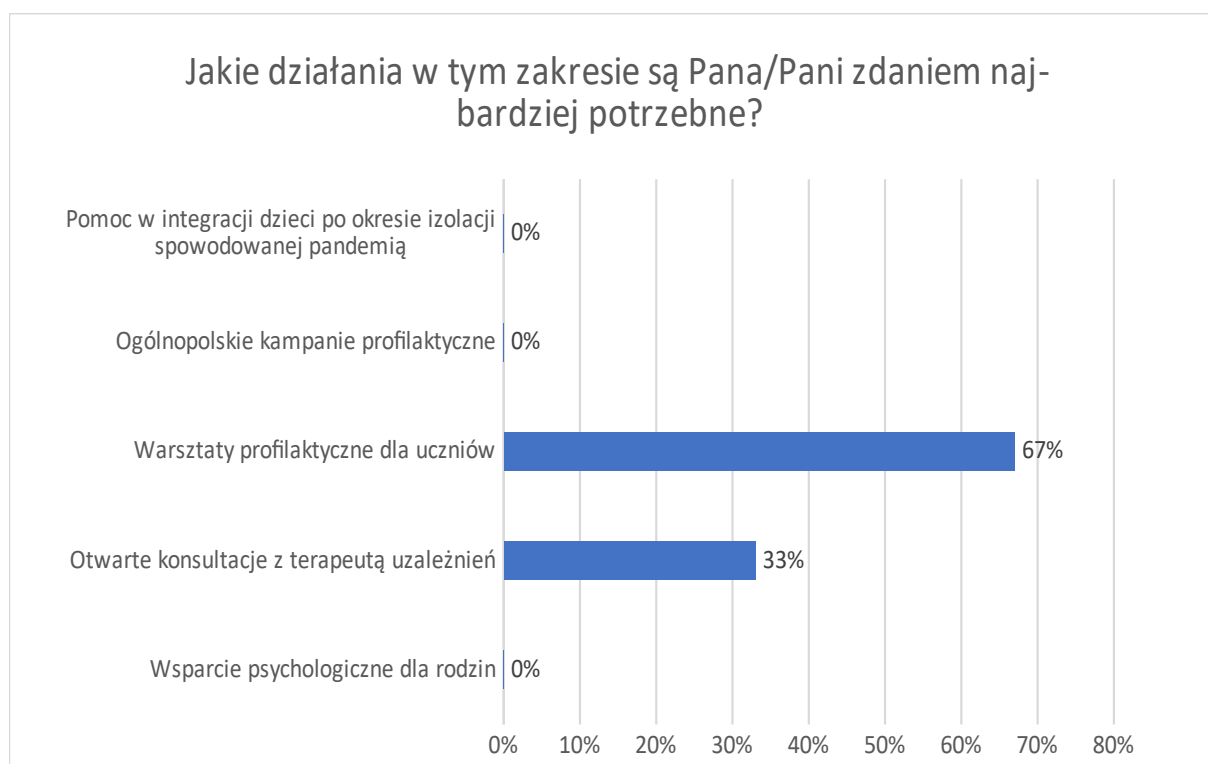
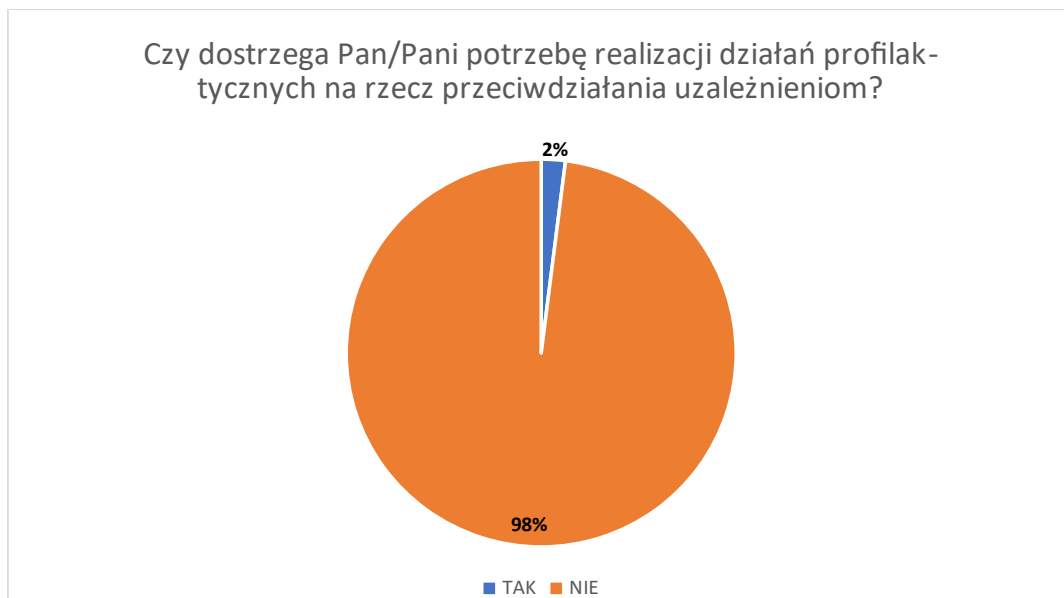
Mieszkańcy Gminy Miejskiej Ciechocinek zostali zapytani o to czy widzą potrzebę realizacji działań z zakresu profilaktyki uzależnień oraz o to, jakie działania w tym obszarze są w ich opinii najbardziej potrzebne.

Jak wynika z przeprowadzonych badań **tylko 2% mieszkańców dostrzega potrzebę realizacji działań z zakresu profilaktyki uzależnień**. Świadczy to o niskim poziomie wiedzy mieszkańców na temat tego, jak istotne jest ograniczanie rozmiarów używania lub nadużywania substancji psychoaktywnych (alkohol, nikotyna, narkotyki, nowe substancje psychoaktywne, leki) oraz zapobieganie różnorodnym szkodom zdrowotnym i społecznym, które są z tym związane, takim jak: groźne choroby i infekcje, wypadki drogowe, zatrucia i przedawkowania, uzależnienia, niepełnosprawność, marginalizacja, konflikty z prawem, problemy młodych ludzi w uzyskaniu zatrudnienia, akty agresji, problemy w relacjach z innymi, problemy w nauce i inne destrukcyjne lub szkodliwe czyny popełniane pod wpływem substancji psychoaktywnych oraz w związku z nimi.

Respondenci, którzy dostrzegają potrzebę realizacji działań z zakresu profilaktyki uzależnień zostali poproszeni o wskazanie, które z owych działań są w ich opinii

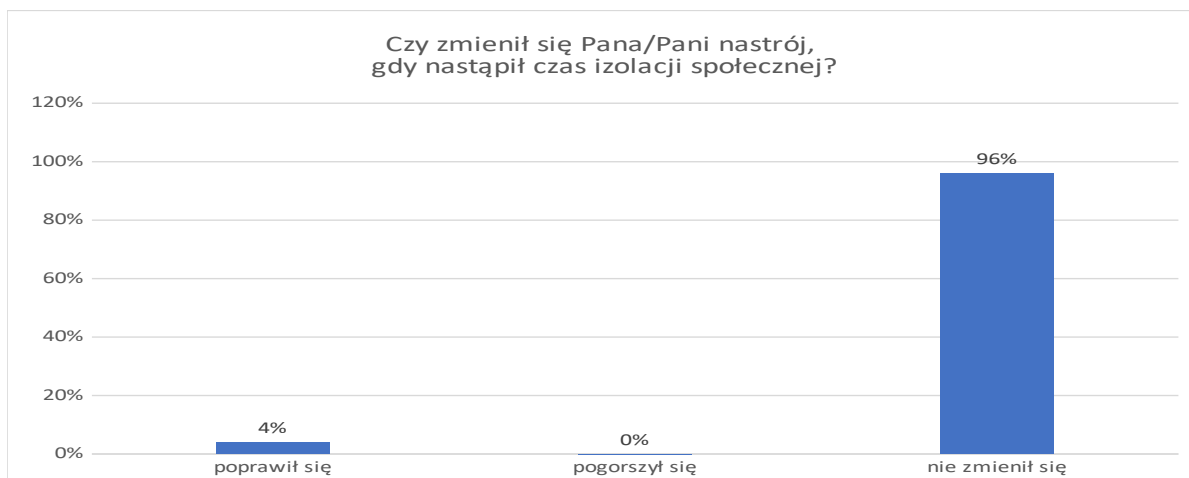
⁶ Na podstawie przepisów Ustawy z dnia 17 grudnia 2021 r. o zmianie ustawy o zdrowiu publicznym oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. 2021 poz. 2469)

najbardziej potrzebne. Badani wskazali na potrzebę **prowadzenia warsztatów profilaktycznych dla uczniów (67%), otwartych konsultacji terapeuty uzależnień (33%)**



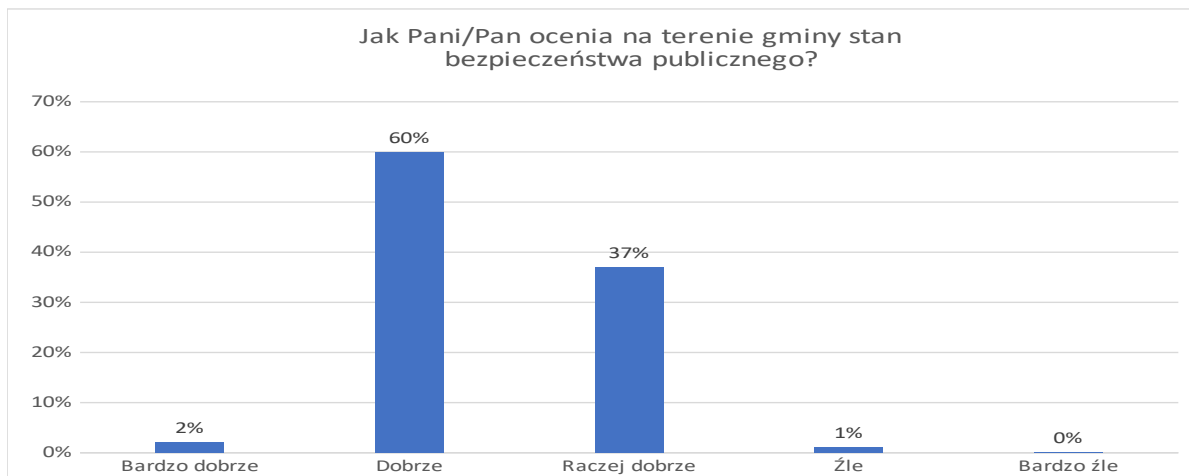
Jedno z pytań skierowanych do mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek dotyczyło oceny zmian ich nastroju w okresie, od kiedy nastął czas izolacji społecznej

i wprowadzenia różnorodnych obostrzeń - 96% **nie zauważa różnicy, a w opinii 4% nastrój się poprawił.**



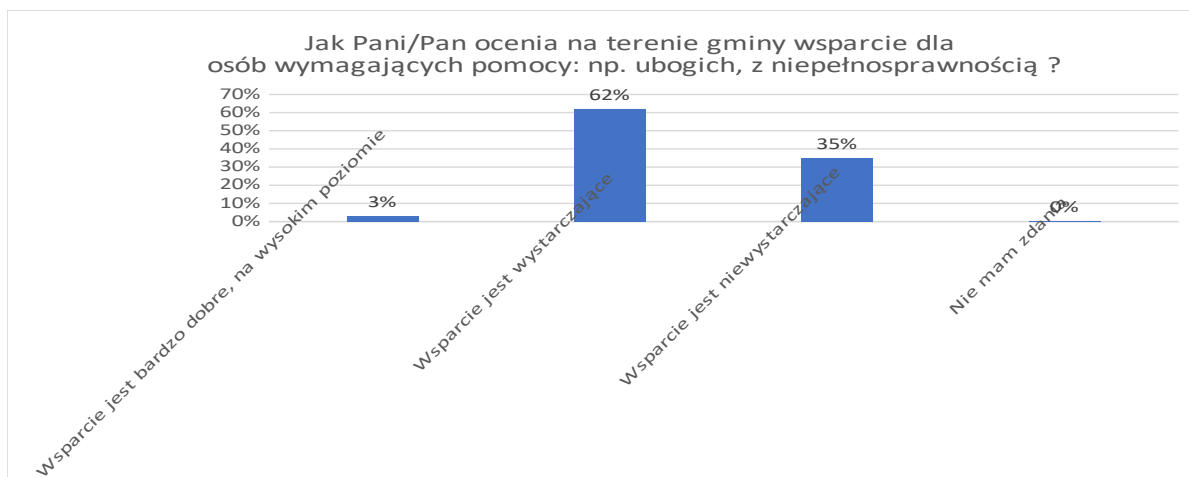
Ostatnie 3 pytania ankiety skierowanej do dorosłych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek dotyczyły oceny zasobów społecznych i poczucia bezpieczeństwa respondentów.

99% badanych ocenia stan bezpieczeństwa publicznego jako zadowalający.⁷

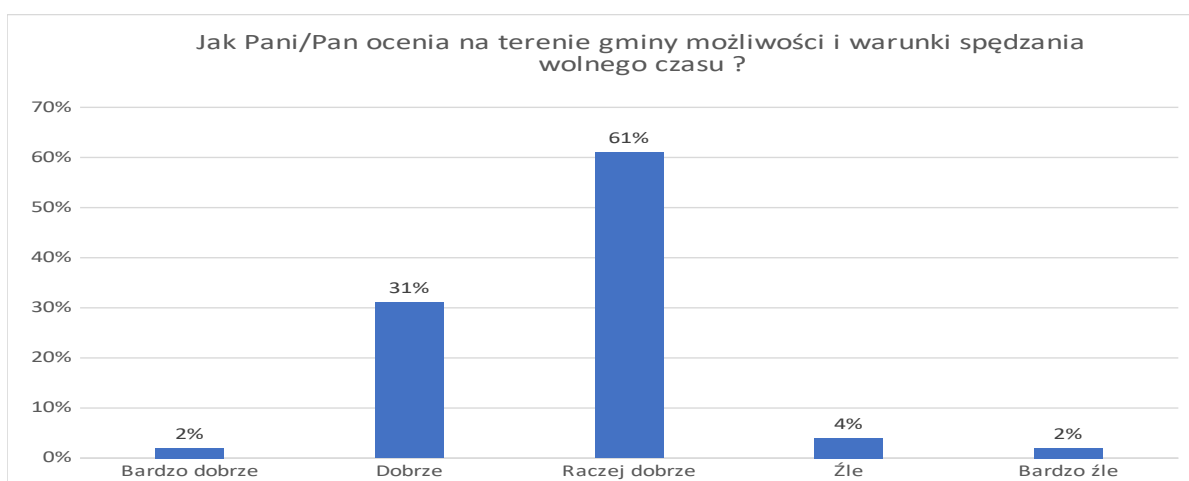


Jednym z ważniejszych działań prowadzonych przez jednostki miejsko-gminne jest pomoc i udzielanie wsparcia osobom potrzebującym, zwłaszcza niepełnosprawnym czy ubogim. **Mieszkańcy Gminy Miejskiej Ciechocinek oceniają tę pomoc w swoim otoczeniu jako wystarczającą (62%), a 35% uważa, że wsparcie jest niewystarczające.**

⁷ Suma odpowiedzi: bardzo dobrze, dobrze i raczej dobrze.



Czas pozostający dorosłym jak i dzieciom po wykonaniu obowiązków szkolnych, zawodowych itp. jest nazywany czasem wolnym. Mieszkańcy Gminy Miejskiej Ciechocinek uważają, że lokalne środowisko zapewnia w bardzo dobrym i dobrym stopniu możliwości i warunki spędzenia czasu wolnego.



Niewątpliwie ważną grupą, która może zarysować szczególny obraz problemów związanych z alkoholem występujących w gminie miejskiej są sami pracownicy punktów sprzedaży alkoholu, spotykający się codziennie w swojej pracy z konsumentami tego napoju. Ich postawy wobec osób nabywających/konsumujących alkohol oraz przestrzeganie prawa w zakresie sprzedaży alkoholu mogą w znaczącym stopniu przyczynić się do ograniczenia problemów związanych z nadużywaniem alkoholu zarówno przez nieletnich jak i dorosłych.

GRUPA BADANA

Badanie zostało przeprowadzone wśród sprzedawców napojów alkoholowych w punktach sprzedaży na terenie Gminy Miejskiej Ciechocinek. Grupa badana stanowiła 17 kobiet i 3 mężczyzn. 19 z respondentów to pracownicy punktów sprzedaży alkoholu natomiast 1 osoba to jego właściciel. Średnia wieku respondentów to 43 lata.

CEL BADANIA

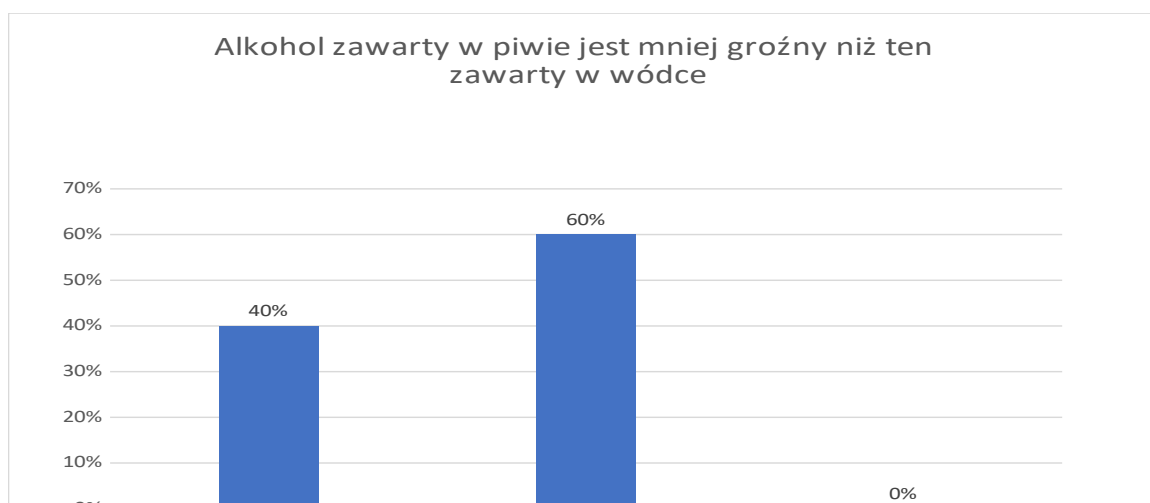
Ten obszar przeprowadzonych badań miał na celu poznanie postawy sprzedawców napojów alkoholowych względem następujących zagadnień:

- sprzedaży alkoholu osobom nieletnim,
- sprzedaży alkoholu osobom nietrzeźwym,
- spożywania alkoholu w miejscu jego sprzedaży,
- nieprzyjemnych sytuacji zainicjowanych przez osoby spożywające alkohol.

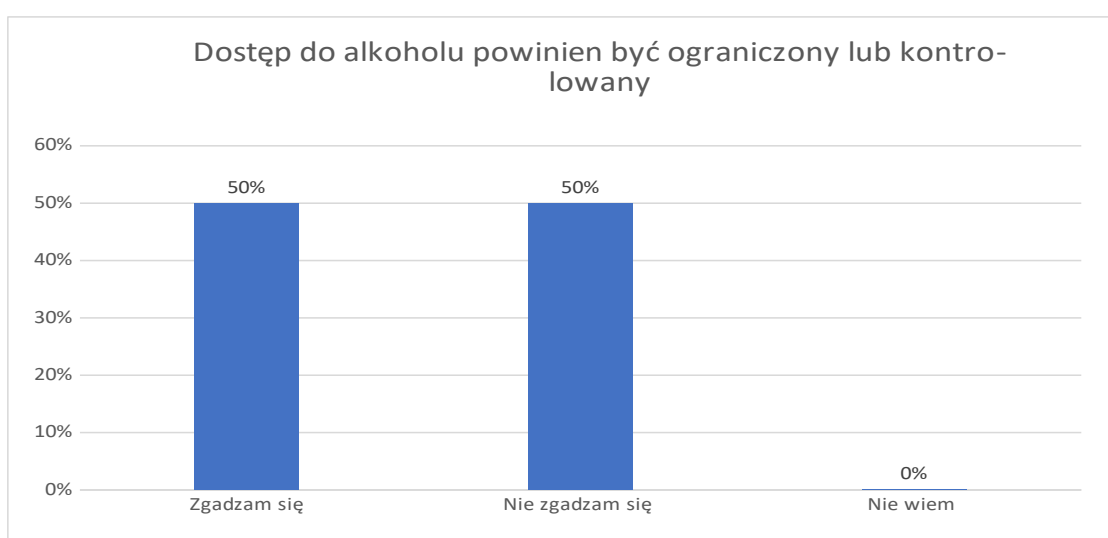
WYNIKI BADAŃ

Jednym z pierwszych zagadnień poruszonych w kwestionariuszu ankiety dla sprzedawców alkoholu było określanie poziomu świadomości na temat niebezpieczeństw wynikających z zawartości alkoholu w poszczególnych rodzajach napojów alkoholowych.

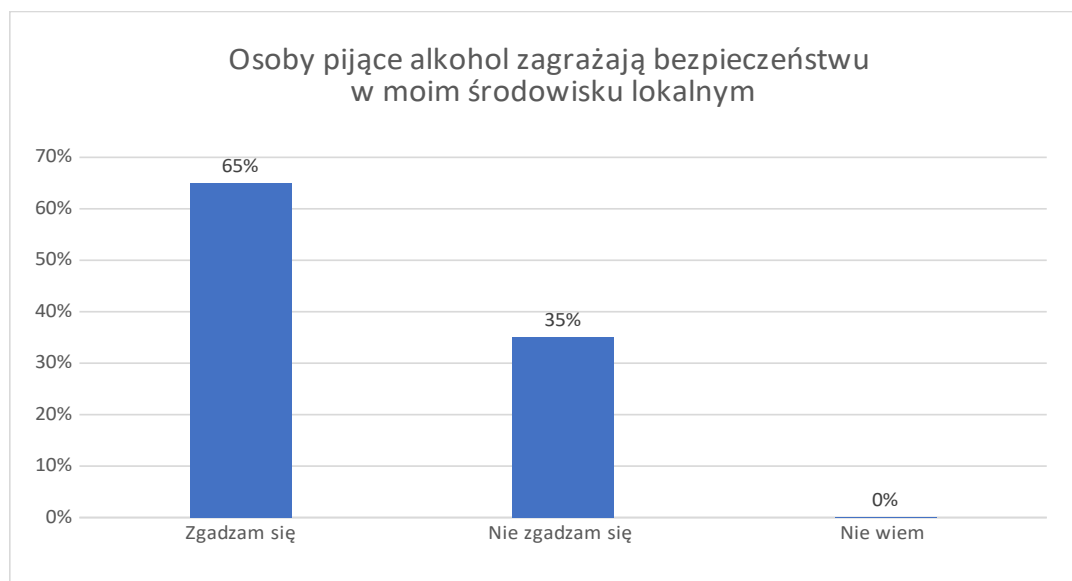
60% badanych sprzedawców napojów alkoholowych wskazało, że nie zgadza się z twierdzeniem, aby alkohol zawarty w piwie był mniej groźny niż ten zawarty w wódce. Świadczy, to o **średnim** poziomie świadomości badanych na temat szkodliwości napojów o potencjalnie niższej zawartości procentowej alkoholu.



Połowa sprzedawców Gminy Miejskiej Ciechocinek (50%) uważa, że dostęp do napojów alkoholowych powinien być ograniczony lub kontrolowany.



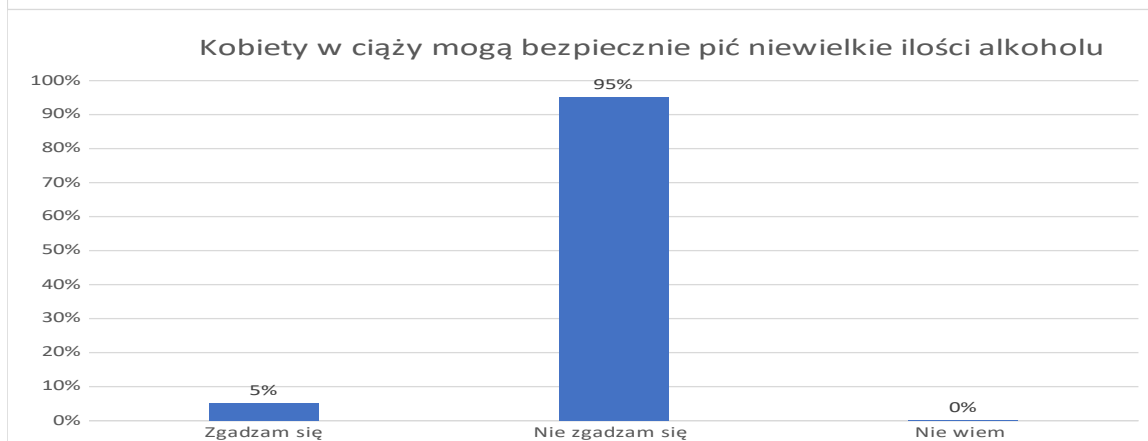
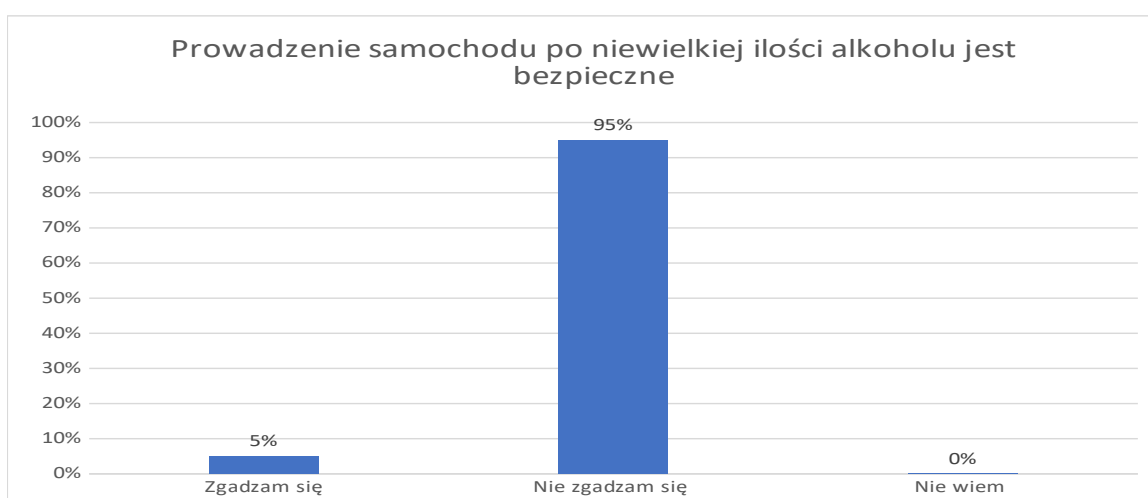
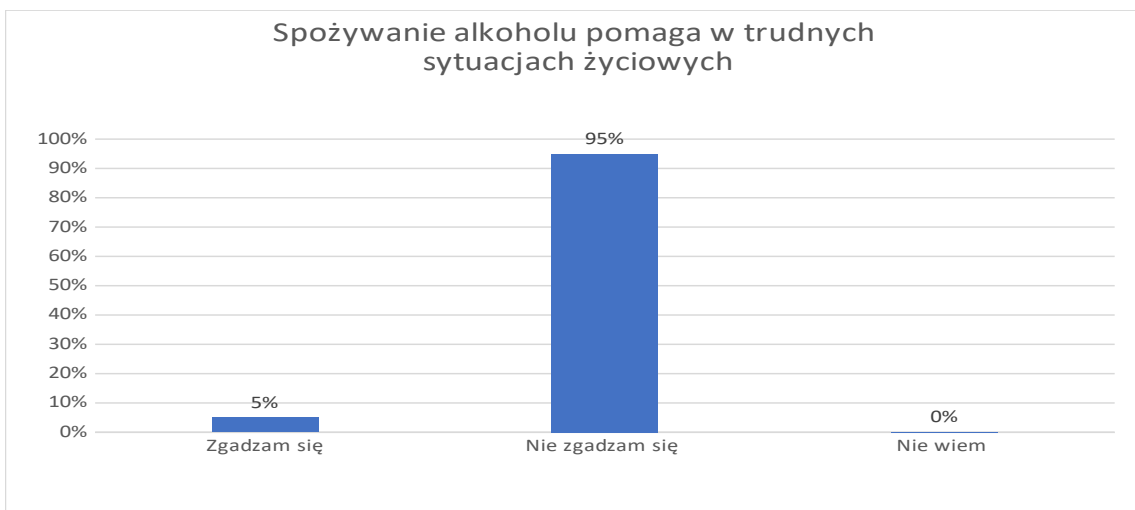
Zaledwie 35% badanych respondentów uważa, że osoby, które piją alkohol zagrażają bezpieczeństwu w ich lokalnym środowisku.



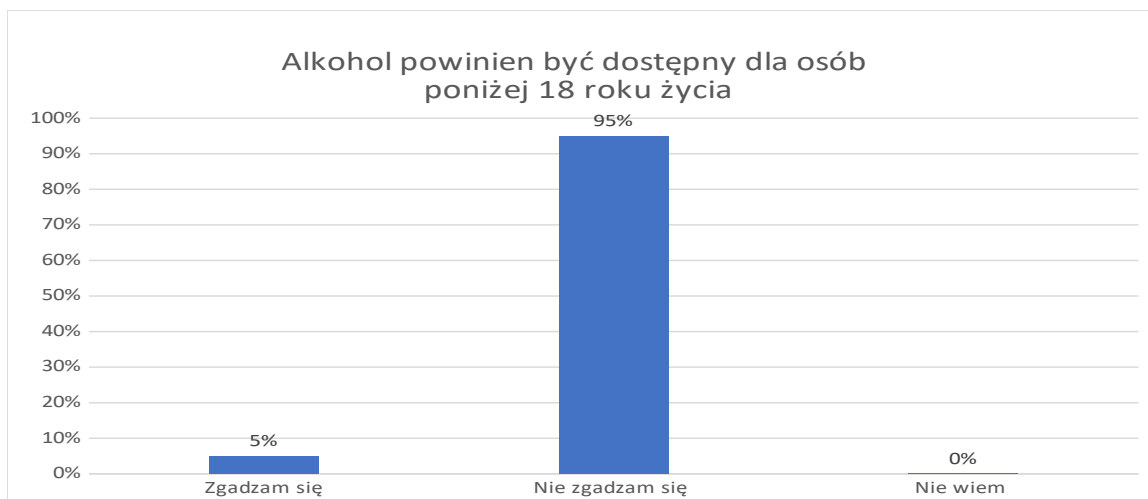
Kolejne pytanie dotyczyło subiektywnej oceny dostępności alkoholu dla osób poniżej 18 roku życia. **85% sprzedawców zgadza się ze stwierdzeniem, że osoby małoletnie mają łatwy dostęp do alkoholu.**



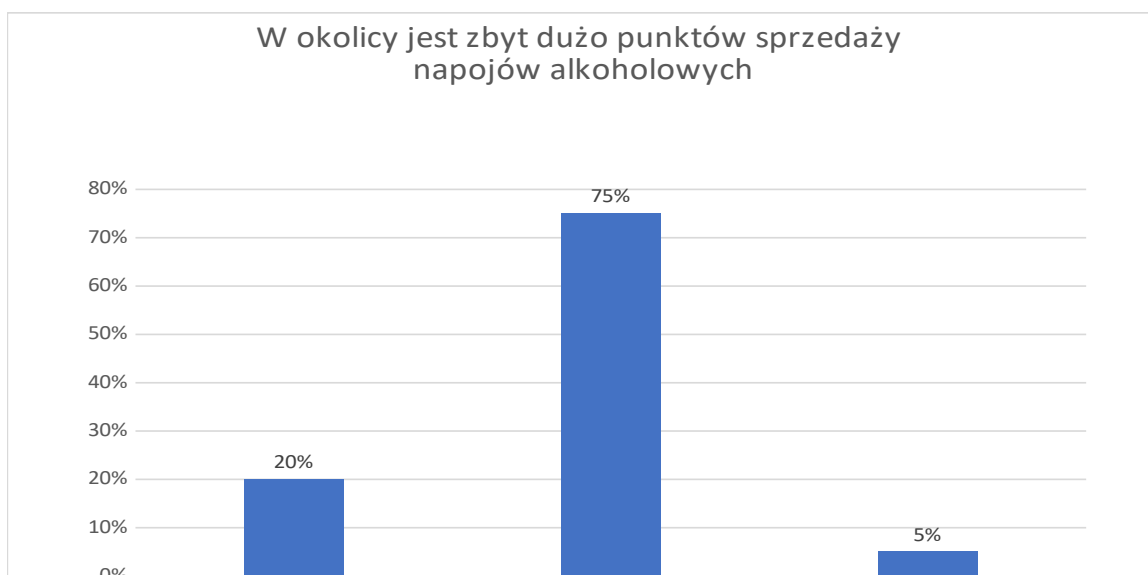
95% sprzedawców nie zgadza się ze stwierdzeniem, aby spożywanie alkoholu pomagało w trudnych sytuacjach życiowych. Co więcej, 95% badanych odpowiedziało, że prowadzenie samochodu po niewielkiej ilości alkoholu nie jest bezpieczne. Również 95% sprzedawców nie zgodziło się ze stwierdzeniem, że kobiety w ciąży mogą bezpiecznie pić niewielkie ilości alkoholu.



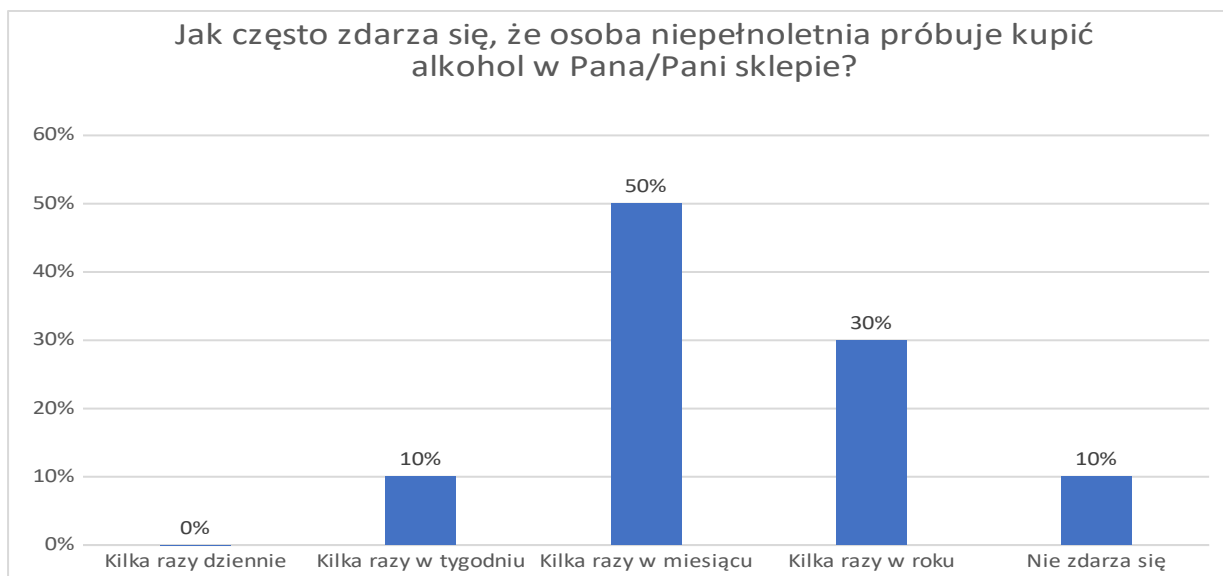
95% sprzedawców napojów alkoholowych w Gminie Miejskiej Ciechocinek **uważa, że alkohol nie powinien być dostępny dla osób poniżej 18 roku życia.**



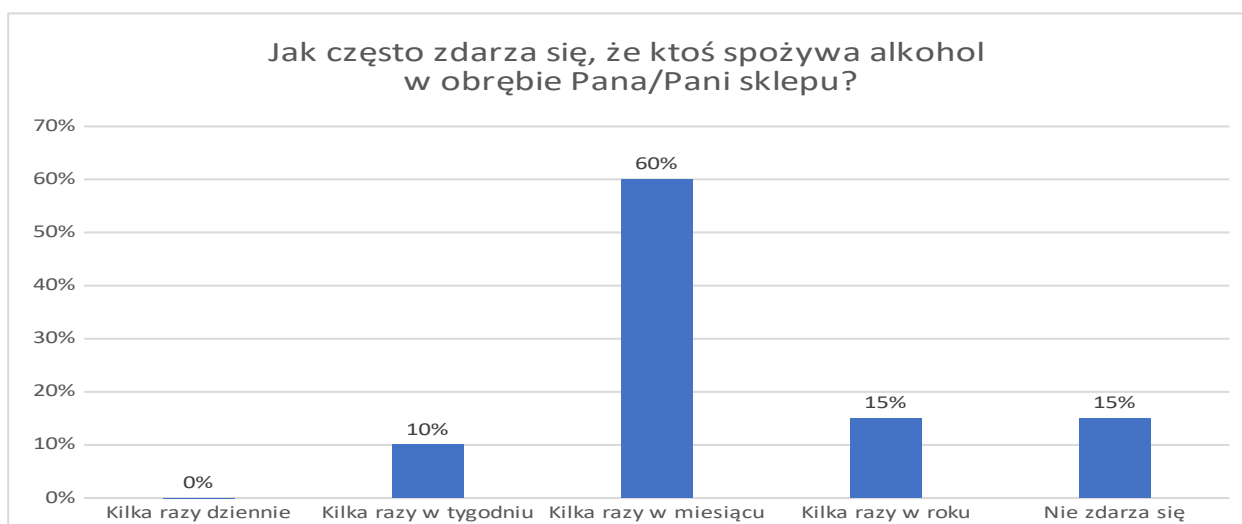
75% badanych nie zgadza się ze stwierdzeniem, aby w okolicy było zbyt dużo punktów sprzedających alkohol, natomiast 20% wyraziło zdanie przeciwne.



Sprzedawcy napojów alkoholowych w Gminie Miejskiej Ciechocinek deklarują, że przypadki **próby kupna alkoholu przez osobę poniżej 18 roku życia zdarzają się najczęściej kilka razy w miesiącu (50%)**. Zdaniem **10% ankietowanych taka sytuacja się nie zdarza**.



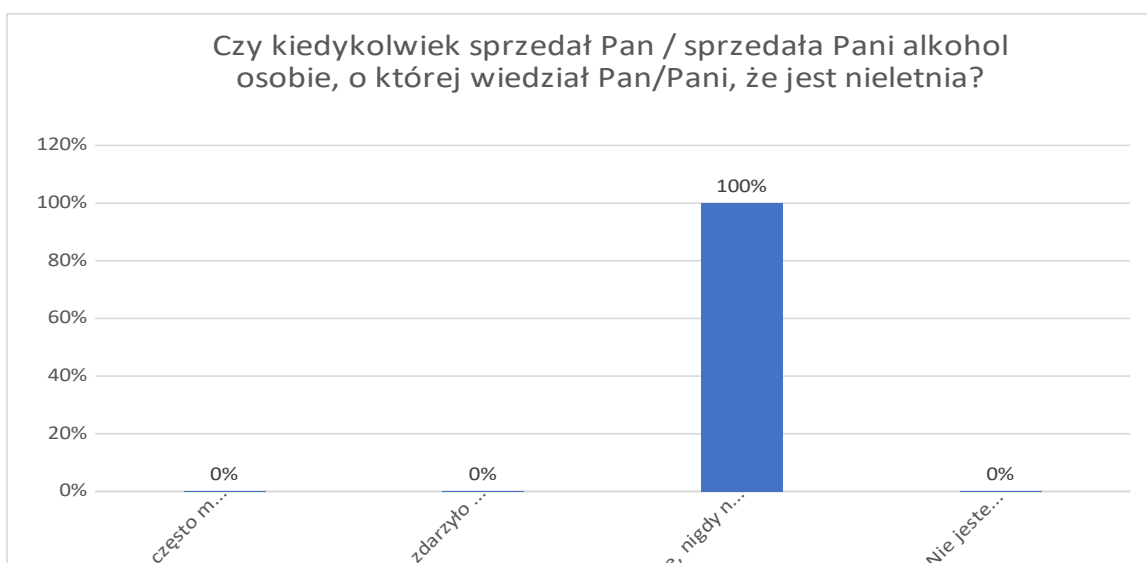
Spożywanie alkoholu w obrębie punktu sprzedaży wydaje się być rzadkim zjawiskiem. 60% badanych stwierdziło, że zdarza się to kilka razy w miesiącu, a kolejne 15% wskazało, że kilka razy w roku. 15% deklaruje, że taka sytuacja nie ma miejsca.



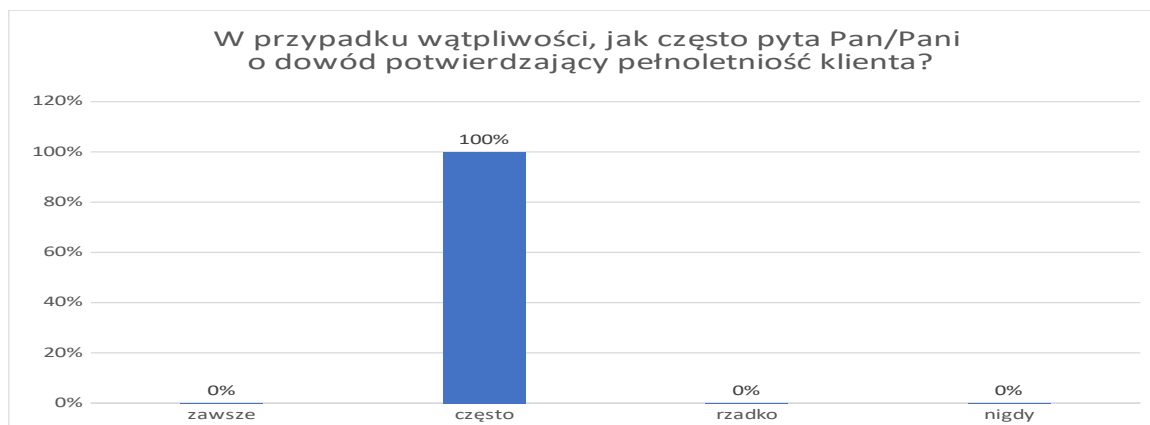
95% ankietowanych sprzedawców przyznaje, że w ciągu ostatnich 3 miesięcy nie miało miejsca nieprzyjemne zajście związane ze spożywaniem alkoholu w obrębie sklepu.



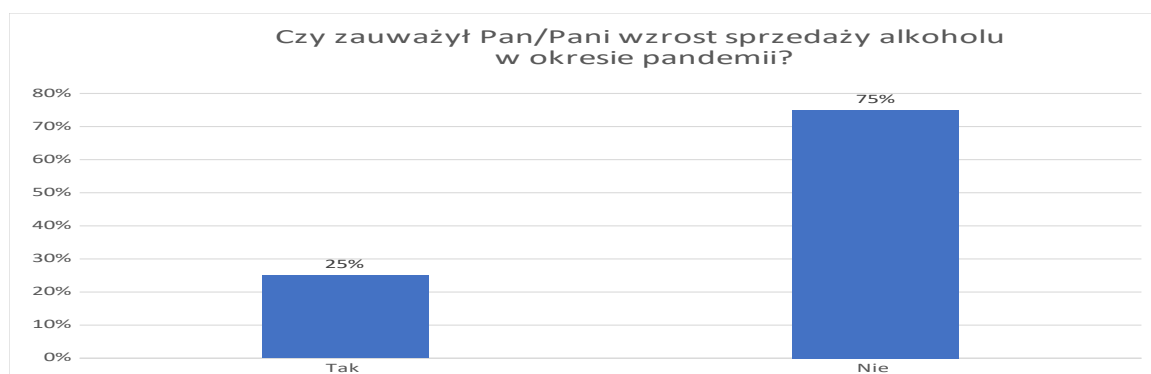
100% sprzedawców napojów alkoholowych z Gminy Miejskiej Ciechocinek deklaruje, że nigdy nie sprzedała alkoholu osobie, która budziła wątpliwości co do pełnoletniości.



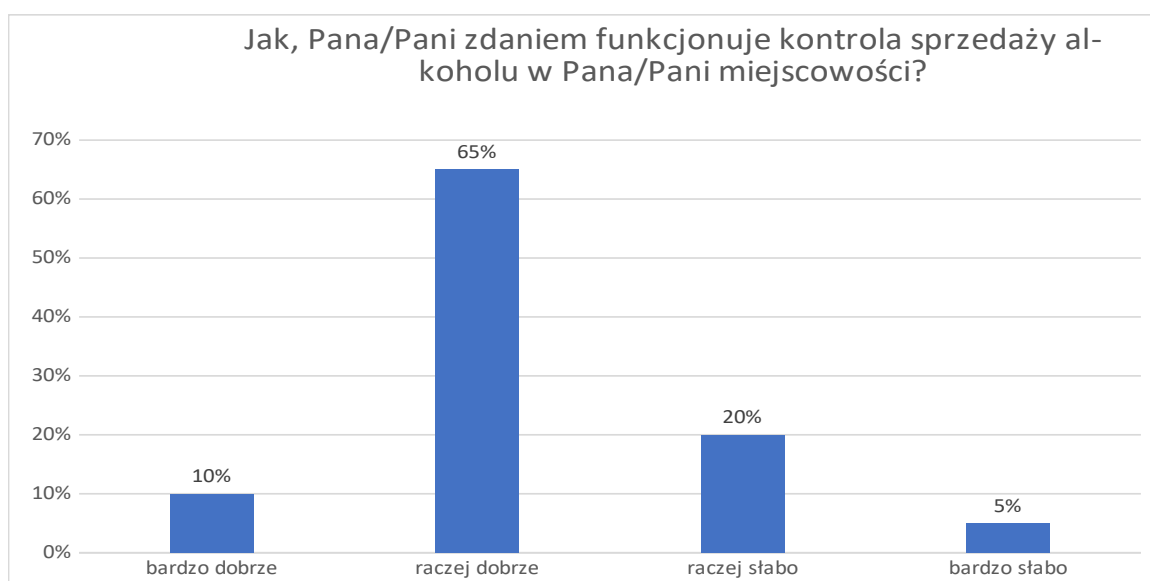
W przypadku wątpliwości, co do wieku tylko **100% badanych często sprawdza dowody potwierdzające wiek kupującego.**



25% ankietowanych sprzedawców zauważa wzrost sprzedaży alkoholu w porównaniu z okresem sprzed pandemii.



Ostatnie badane zagadnienie dotyczyło subiektywnej oceny funkcjonowania kontroli punktów sprzedaży alkoholu w Gminie Miejskiej Ciechocinek. **Łącznie 75% badanych oceniło jej funkcjonowanie raczej dobrze i bardzo dobrze.**



PROBLEMY SPOŁECZNE W ŚRODOWISKU DZIECI I MŁODZIEŻY

METODOLOGIA

Badanie przeprowadzono metodą CAWI (ang. *Computer-Assisted Web Interview* – wspomagany komputerowo wywiad przy pomocy strony WWW (wykorzystane narzędzie badawcze to program CORIGO rekomendowany przez ORE) – technika zbierania informacji w ilościowych badaniach rynku i opinii publicznej, w której respondent jest proszony o wypełnienie ankiety w formie elektronicznej. Użycie tej metody pozwala na efektywne badanie postaw uczniów. Forma ankiety internetowej jest dla dzieci i młodzieży atrakcyjna oraz pozwala na upewnienie się, że na wszystkie pytania zostanie udzielona odpowiedź.

CEL BADANIA

Podstawowym celem przeprowadzonych badań była analiza postaw i przekonań wobec substancji psychoaktywnych:

- alkoholu,
- narkotyków,
- dopalaczy,
- zagadnienia związane z uzależnieniami behawioralnymi.

CHARAKTERYSTYKA GRUPY BADANEJ

W badaniu wzięli uczniowie klas Szkół Podstawowych Gminy Miejskiej Ciechocinek w przedziale wiekowym: klas 4 – 6 oraz 7 – 8.

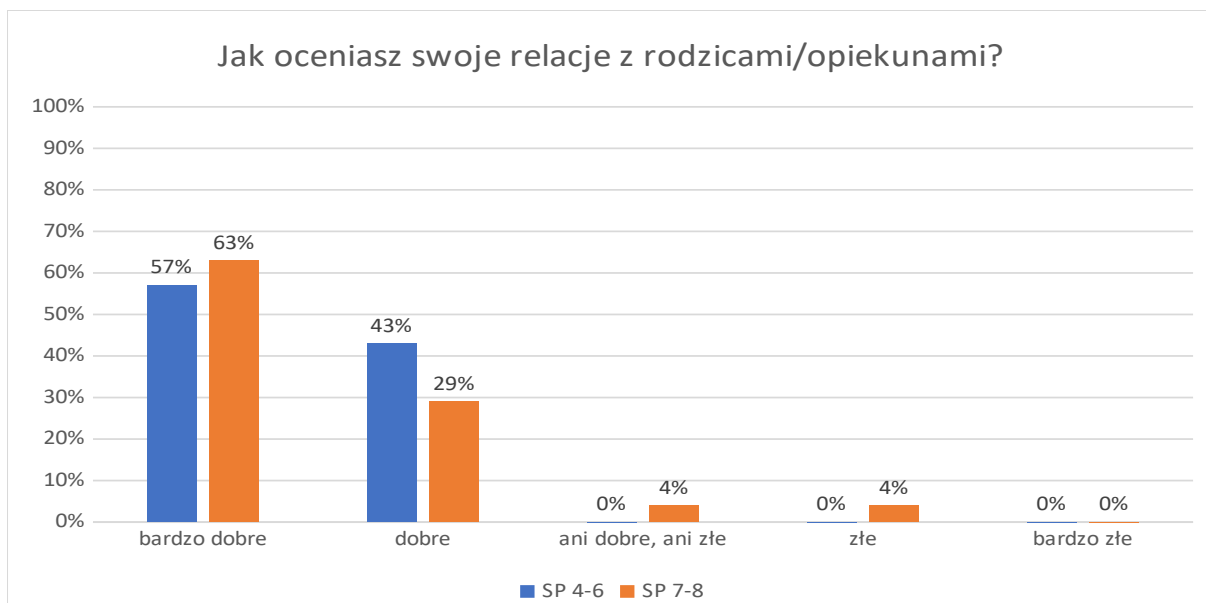
<i>Liczebność grup badanych</i>	
Szkoły Podstawowe - uczniowie klas 4-6 (SP4-6)	42
Szkoły Podstawowe - uczniowie klas 7-8(SP 7-8)	48
ŁĄCZNIE	90

WYNIKI

RELACJE Z RODZICAMI, NAUCZYCIELAMI ORAZ RÓWIEŚNIKAMI

Rozwijanie pozytywnych relacji międzyludzkich w okresie dorastania jest jednym z kluczowych elementów sprzyjających skuteczności programów profilaktycznych. Czynnikiem chroniącym przed podejmowaniem zachowań ryzykownych i niepożądanych u dzieci i młodzieży są niewątpliwie dobre relacje z osobami dorosłymi, którzy stanowią dla nich oparcie i źródło wiedzy.

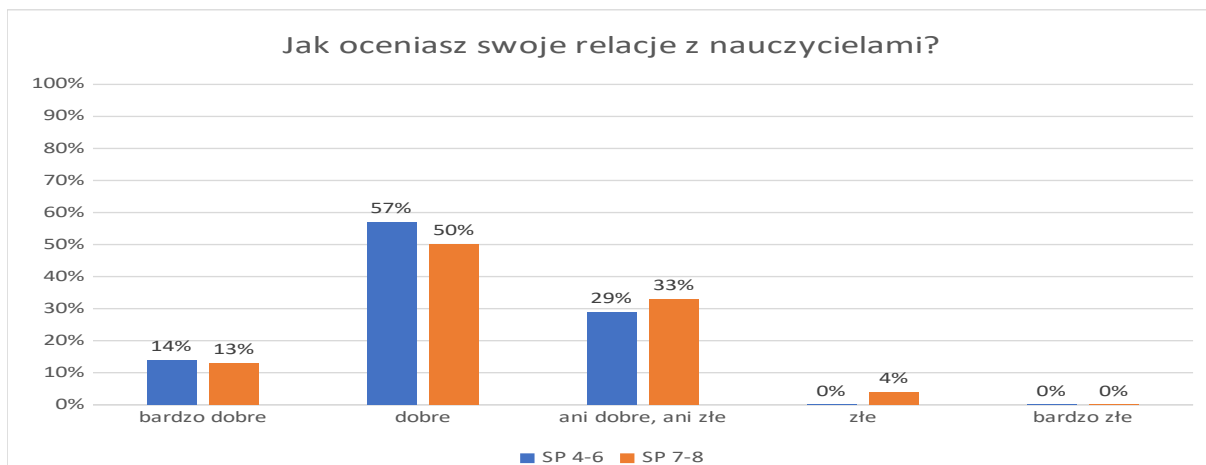
Uczniowie w Gminie Miejskiej Ciechocinek deklarują bardzo dobre lub dobre relacje z opiekunami: SP 4-6: łącznie 100%; SP 7-8: łącznie 92%. Pozytywne relacje rodzinne i umiejętne postępowanie wychowawcze rodziców jest jednym z silniejszych czynników chroniących dorastające dzieci przed angażowaniem się w zachowania ryzykowne/problemowe.



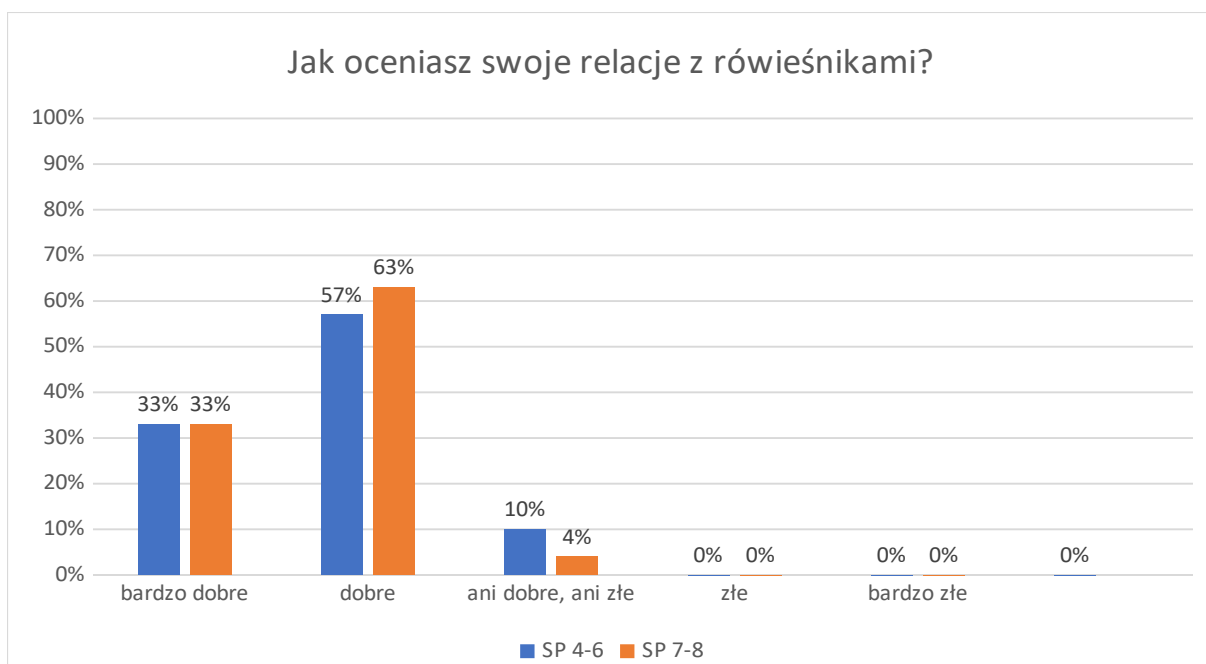
Klimat szkoły jest jednym z tych elementów środowiska społecznego, które w istotny sposób mogą modyfikować procesy socjalizacyjne i rozwojowe. Wiele badań wskazuje na to, że pozytywny klimat szkoły należy do istotnych czynników wspierających karierę szkolną dzieci i młodzieży, a także należy do czynników chroniących przed zachowaniami ryzykownymi. Dobry klimat w szkole sprzyja przystosowaniu uczniów do wymagań i obowiązków szkolnych; wiąże się z lepszymi wynikami w nauce, wyższą motywacją do uczenia się, większym zaangażowaniem uczniów w pracę na lekcjach, wyższymi wskaźnikami frekwencji oraz mniejszymi wskaźnikami „wypadania” uczniów z systemu szkolnego. Badacze przedmiotu wskazują także na związki dobrego klimatu szkoły z korzystnymi postawami uczniów wobec szkoły, wobec działalności prospołecznej w szkole, a także z zadowoleniem z siebie i poczuciem własnej wartości. Dodatkowo, wyniki badań mówią o tym, że postrzeganie przez uczniów swoich związków ze szkołą i z nauczycielami jako przeważnie pozytywnych jest związane z mniejszym rozpowszechnieniem zachowań ryzykownych młodzieży, w tym: używania substancji psychoaktywnych, stosowania przemocy, ryzykownych zachowań seksualnych oraz zaburzeń emocjonalnych i zachowania⁸.

⁸ K. Ostaszewski, *Zachowania ryzykowne młodzieży w perspektywie mechanizmów resilience*, Warszawa 2014.

Ważnym elementem relacji uczniów ze szkołą jest jakość kontaktów z nauczycielami. Jak wynika z przeprowadzonych badań, uczniowie z Gminy Miejskiej Ciechocinek mają w większości bardzo **dobre i dobre relacje z nauczycielami: SP 4-6: łącznie 71%; SP 7-8: łącznie 63%.**



Kolejnym istotnym elementem są relacje z **rówieśnikami** – uczniowie z **Gminy Miejskiej Ciechocinek relacje z rówieśnikami oceniają w większości bardzo dobrze lub dobrze- SP 4-6: łącznie 90%; SP 7-8: łącznie 96%.**



Powyższe wyniki wskazują na korzystną atmosferę wychowawczą oraz przyjazne środowisko szkolne w Gminie Miejskiej Ciechocinek, co stanowi niezwykle istotny czynnik chroniący przed podejmowaniem zachowań ryzykownych i niepożądanych u dzieci i młodzieży.

SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: ALKOHOL

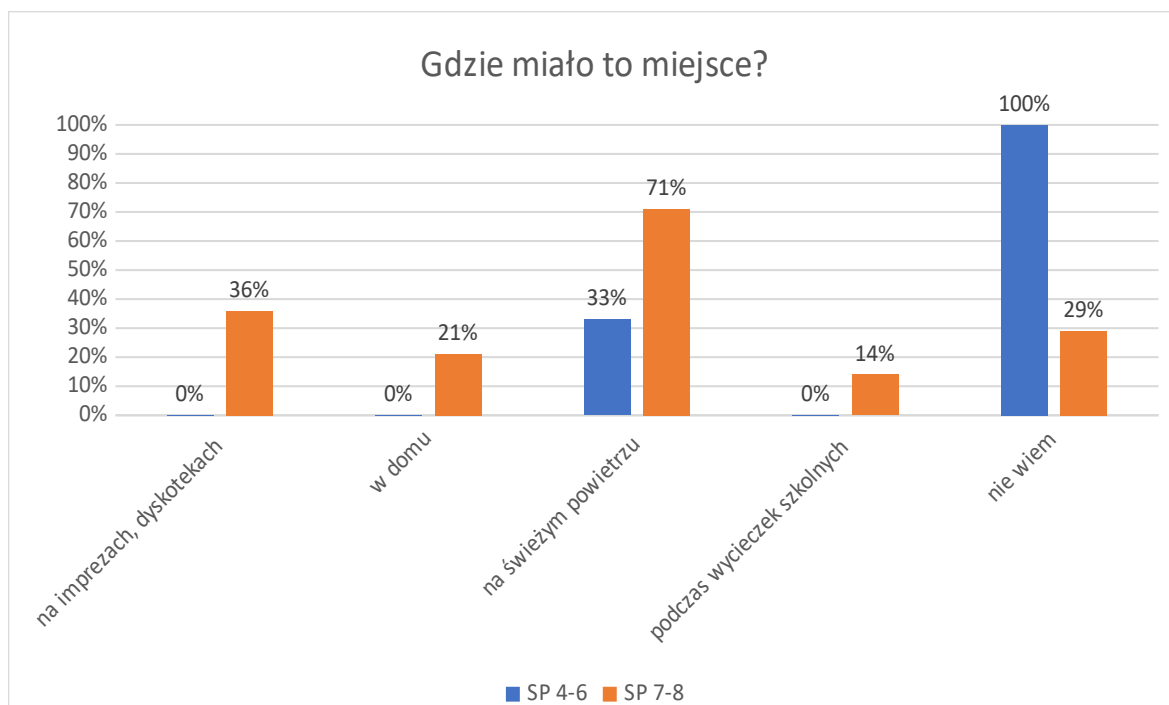
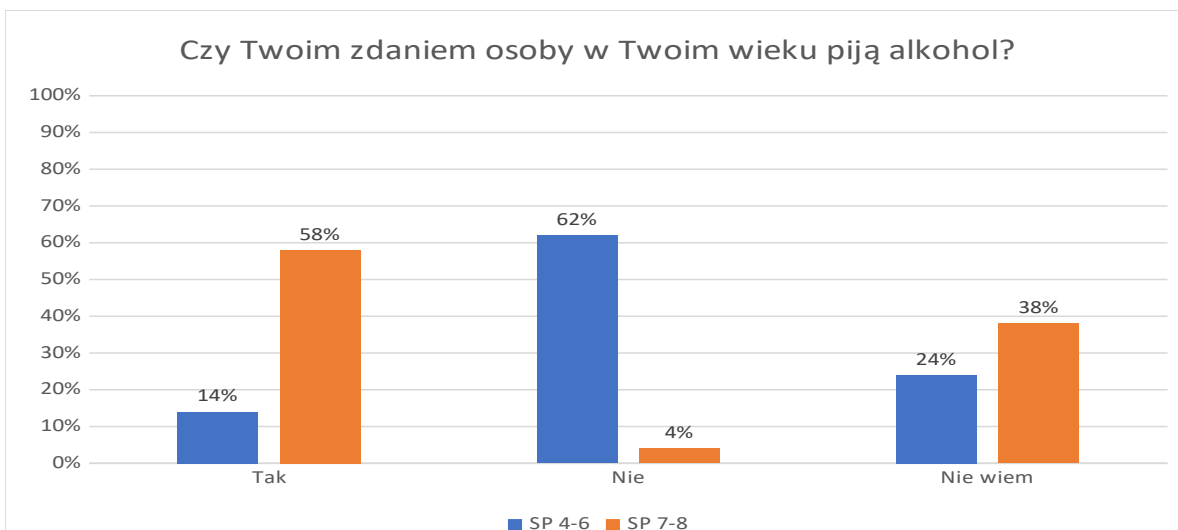
Ekspansja i globalizacja mediów i rynków w dużym stopniu kształtuje poglądy i wartości młodzieży, jej wybory i zachowania. Młodzi ludzie w obecnej rzeczywistości mają więcej swobody, większe możliwości i częściej dysponują własnymi środkami pieniężnymi. Jednocześnie, grupa ta jest coraz bardziej narażona na oddziaływanie presji zewnętrznej, technik sprzedaży i marketingu, których agresywność w odniesieniu do towarów konsumpcyjnych i potencjalnie szkodliwych substancji, takich jak alkohol i inne substancje psychoaktywne, stale rośnie.

Jak wynika z badań ESPAD (Europejski Program Badań Ankiety w Szkołach na temat Używania Alkoholu i Narkotyków) z 2019 roku napoje alkoholowe są najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną wśród młodzieży. Chociaż raz w ciągu całego swojego życia piło 80,0% uczniów z młodszej grupy i 92,8% uczniów z starszej grupy. Picie napojów alkoholowych jest na tyle rozpowszechnione, że w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem piło 46,7% piętnasto-szesnastolatków i 76,1% siedemnasto-osiemnastolatków. Najbardziej popularnym napojem alkoholowym wśród całej młodzieży jest piwo, a najmniej – wino. Wysoki odsetek badanych przyznaje się do przekraczania progu nietrzeźwości. W czasie ostatnich 30 dni przed badaniem, chociaż raz upiło się 11,3% uczniów z młodszej kohorty i 18,8% ze starszej grupy wiekowej.

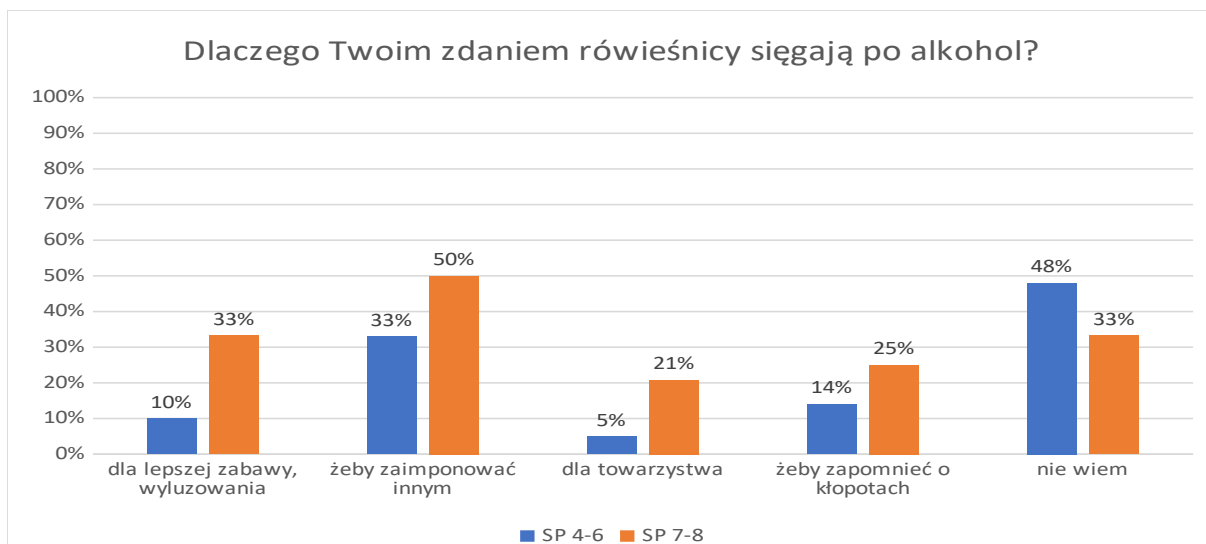
W czasie całego życia ani razu nie upiło się tylko 66,7% uczniów młodszych i 43,4% uczniów starszych. W ciągu miesiąca poprzedzającego badanie: 74% (72% w 2016) uczniów przynajmniej raz piło piwo, 62% (63% w 2018) – wódkę i inne mocne alkohole, a 43% (41% w 2016) – wino⁹.

W pierwszej kolejności uczniowie zostali poproszeni o subiektywną ocenę, czy ich rówieśnicy spożywają alkohol. **14% uczniów klas 4-6 oraz 58% uczniów klas 7-8 przyznało, że ich rówieśnicy piją alkohol.** Następnie badanych zapytano o to, w jakich miejscach ich koledzy/ koleżanki spożywają alkohol. Uczniowie wskazywali najczęściej na imprezy/dyskoteki (SP 7-8: 36%) oraz na świeżym powietrzu (SP 4-6: 33%; SP 7-8: 41%).

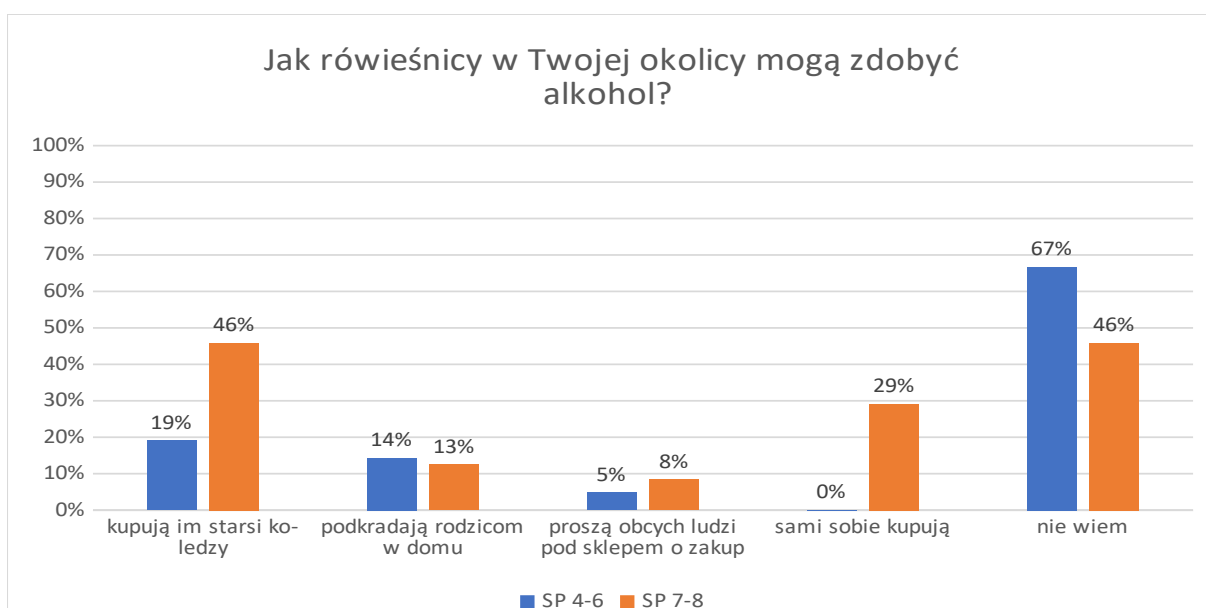
⁹ J. Sierostawski, *Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych ESPAD przeprowadzonych w 2019 roku*, Warszawa 2020.



Jeżeli chodzi o przyczyny z jakich młodzi ludzie sięgają po alkohol, respondenci wskazywali najczęściej na chęć zaimponowania innym (SP 4-6: 33%, SP 7-8: 50%), oraz dla towarzystwa (SP 4-6: 5%, SP 7-8: 21%). Niepokojące są motywy sięgania po alkohol przez młodych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek związane z piciem, aby zapomnieć o kłopotach (SP 4-6: 14%, SP 7-8: 25%).

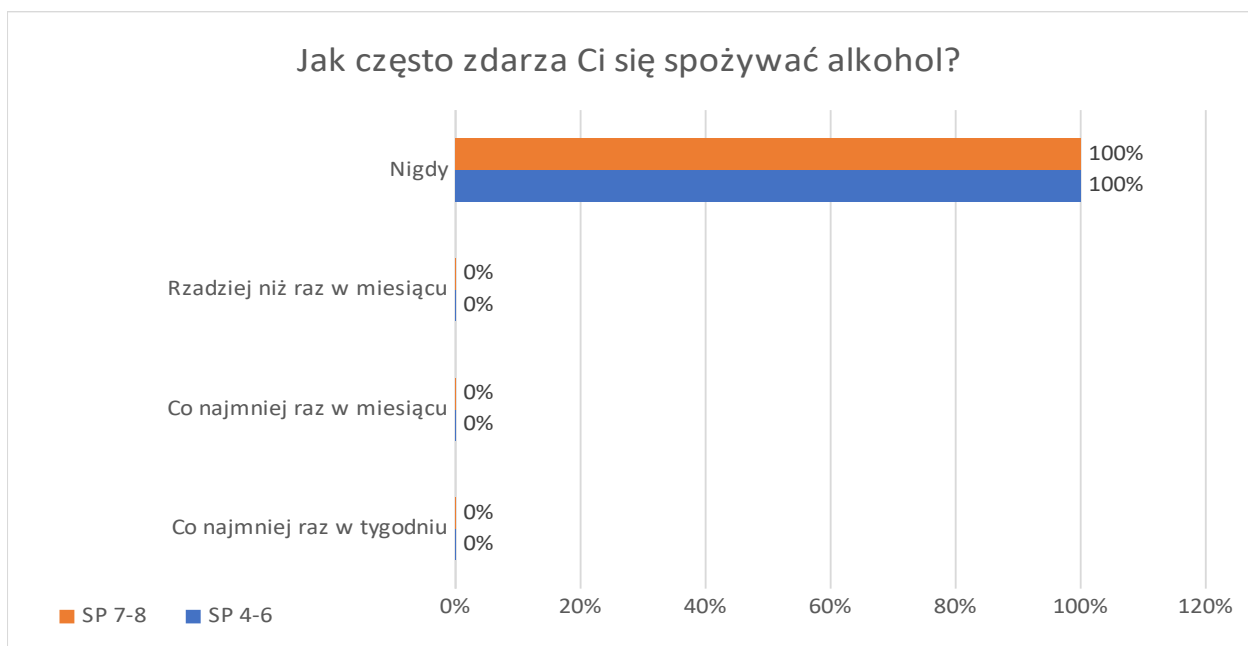


Zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa w Polsce obowiązuje zakaz sprzedaży i podawania alkoholu osobom nieletnim¹⁰. Zapytano zatem uczniów ze szkół podstawowych o źródło pozyskiwania alkoholu przez ich rówieśników, którzy są przecież niepełnoletni. **Badani wskazywali najczęściej, że nie wiedzą w jaki sposób ich koledzy/ koleżanki zdobywają alkohol** (SP 4-6: 67%, SP 7-8- 46%). Jednakże, ci uczniowie, którzy posiadają taką wiedzę przyznawali, że alkohol kupują im starsi koledzy (SP 4-6: 19%, SP 7-8: 46%), podkradają go rodzicom (SP 4-6: 14%, SP 7-8: 13%), proszą obcych ludzi pod sklepem o jego zakup (SP 4-6: 5%, SP 7-8: 8%), czy też nawet kupują go sami (SP 7-8: 29%).

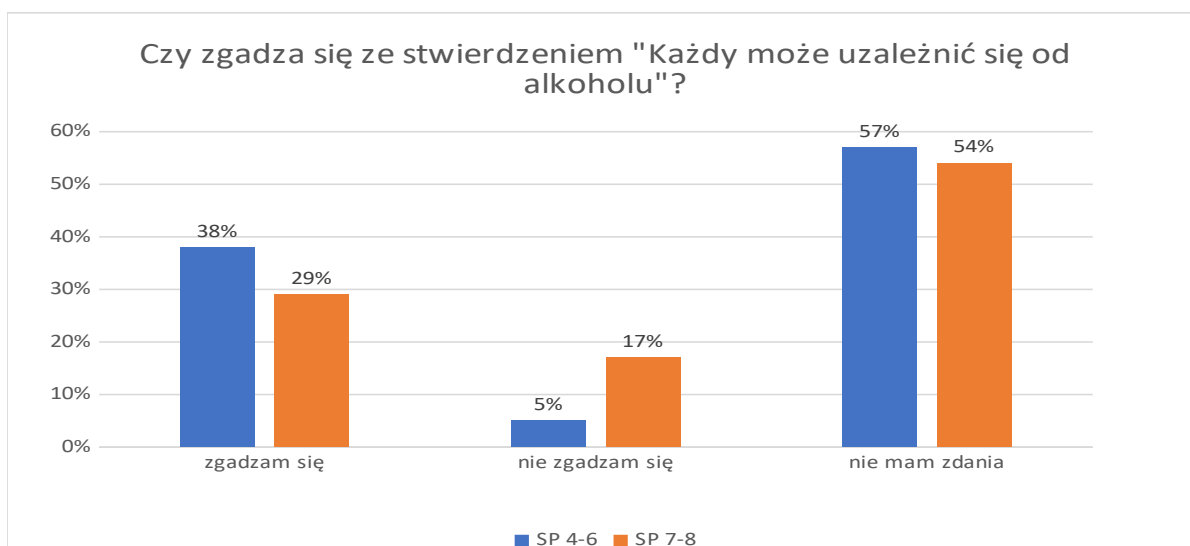


¹⁰ Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.

Jak wynika z przeprowadzonych badań żaden z ankietowanych uczniów szkół podstawowych Gminy Miejskiej Ciechocinek **nigdy nie pił alkoholu**.

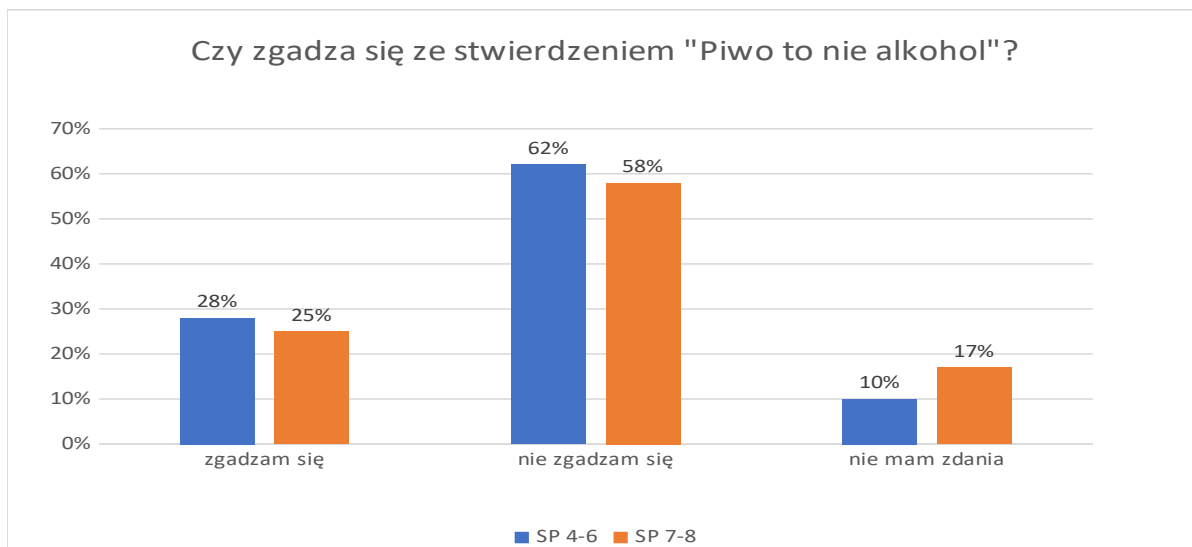


38% uczniów klas 4-6 oraz 29% klas 7-8 Gminy Miejskiej Ciechocinek ma świadomość na temat spożywania alkoholu i stwierdza, iż każdy może uzależnić się od alkoholu. Jednakże, nie można bagatelizować faktu, iż ponad połowa ankietowanych nie ma wiedzy na temat konsekwencji nadmiernego spożywania alkoholu.

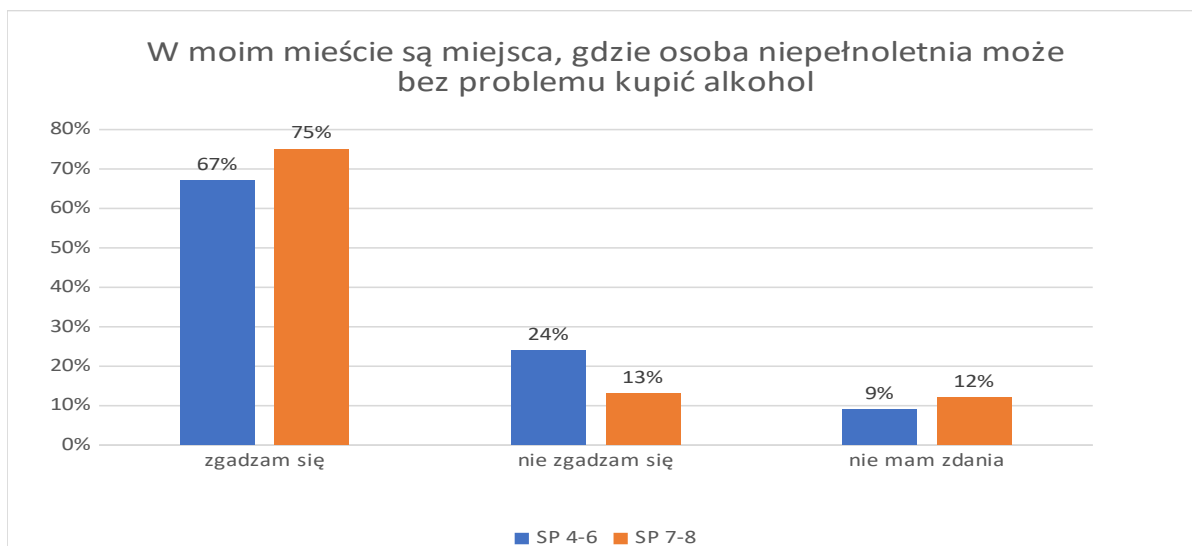


Spora liczba uczniów szkół podstawowych w Gminie Miejskiej Ciechocinek przyjmuje konstruktywną opinię na temat napojów o niskiej procentowej zawartości alkoholu (piwo). 62% SP 4-6 oraz 58% SP 7-8 nie zgadza się z twierdzeniem, że piwo to nie alko-

hol. Należy zwrócić szczególną uwagę, że ¼ uczniów w każdej grupie wiekowej uważa, że piwo to nie alkohol.



Wydaje się, że alkohol w Gminie Miejskiej Ciechocinek jest dość łatwo dostępny dla uczniów szkół podstawowych, ponieważ **uczniowie z każdej badanej grupy zadeklarowali, iż zna takie miejsca w swojej okolicy, gdzie osoba niepełnoletnia może bez problemu kupić alkohol.**

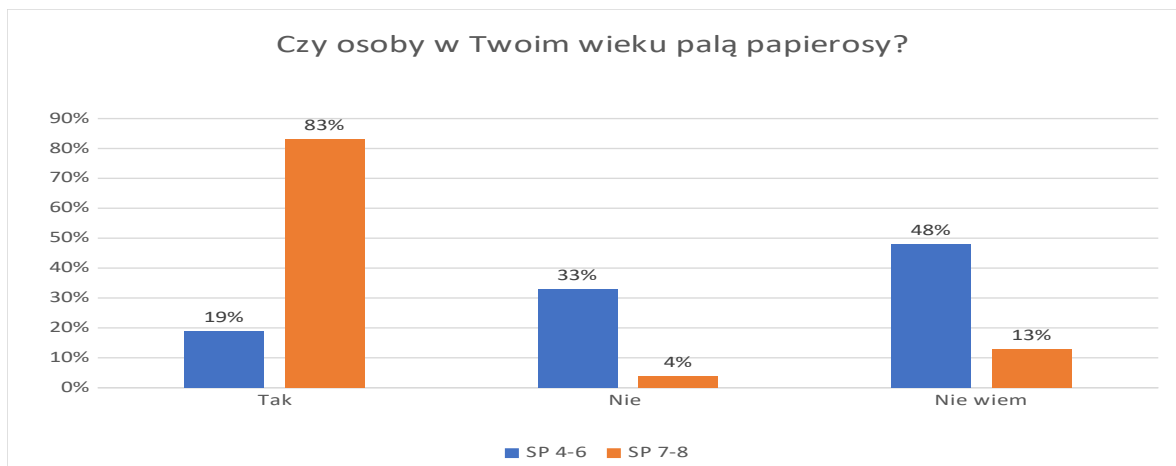


SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: PAPIEROSY

Jak wynika z badania ESPAD palenie tytoniu jest wśród uczniów z polskich szkół zachowaniem mniej powszechnym niż spożywanie alkoholu. Chociaż raz w życiu paliło 49,9% uczniów z młodszej i 65,5% uczniów ze starszej grupy. W czasie ostatnich 30 dni przed badaniem paliło 23,0% uczniów z grupy młodszej i 35,5% ze starszej.

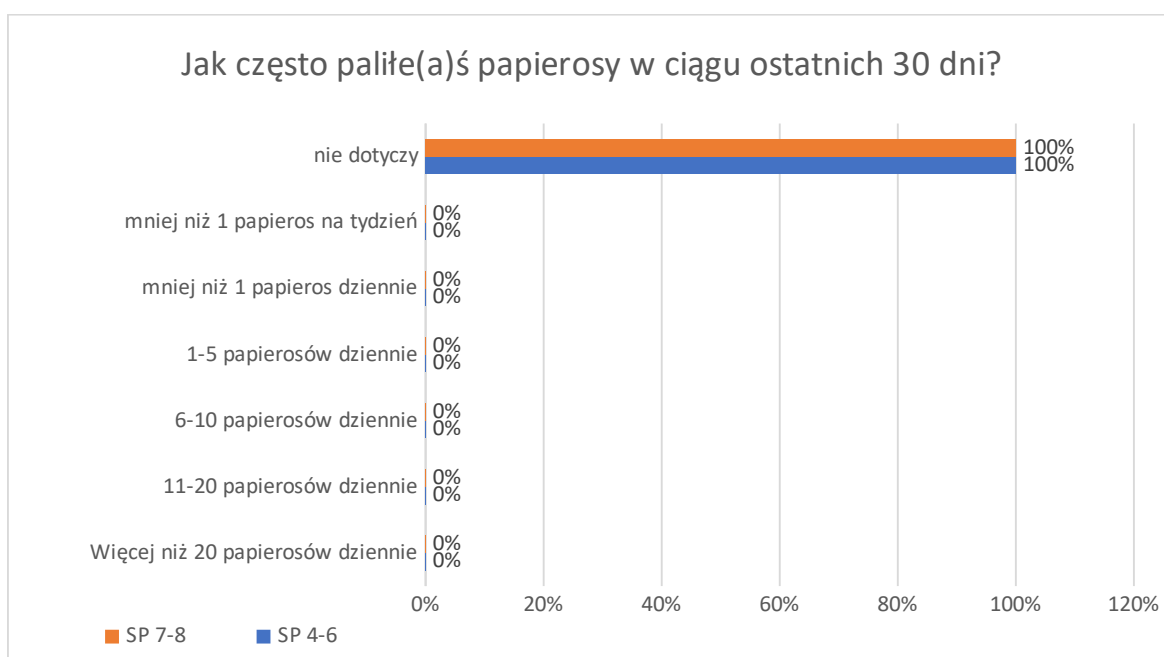
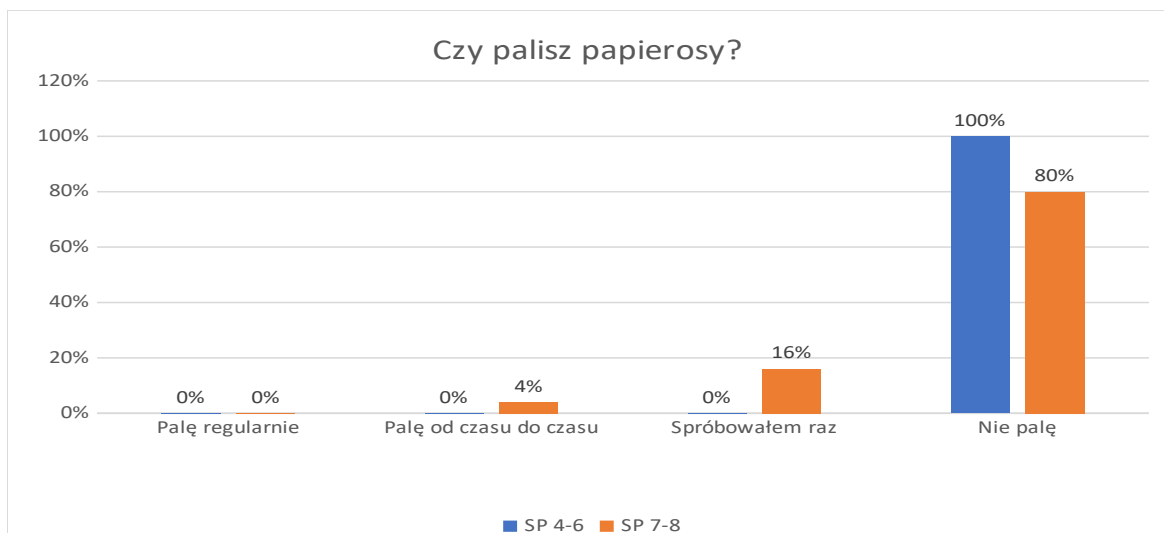
Mimo słabnącej popularności papierosy w naszym społeczeństwie są wciąż atrakcyjną używką dla młodzieży. Zapytano więc uczniów czy ich rówieśnicy palą papierosy oraz czy sami kiedykolwiek próbowali papierosa.

Jak wynika z przeprowadzonych badań, uczniowie często nie wiedzą, czy ich rówieśnicy palą papierosy SP 4-6: 48%, SP 7-8: 13%. Jednakże 19% młodszych i 83% starszych uczniów wskazało, że osoby w ich wieku palą papierosy. Pozostałe 33% uczniów klas 4-6 oraz 4% uczniów klas 7-8 odpowiedziało, że ich rówieśnicy nie palą papierosów.



Następnie zapytano ankietowanych o to, czy sami palą papierosy. **Inicjację nikotynową ma za sobą 2% uczniów klas 4-6 oraz 4% uczniów klas 7-8, z czego 2% uczniów młodszych i 3% starszych deklaruje, że spróbowali palenia tylko raz.**

Wszyscy uczniowie deklarujący, że mają za sobą inicjację nikotynową przyznali, że w ciągu ostatnich 30 dni przed badaniem nie palili papierosów.

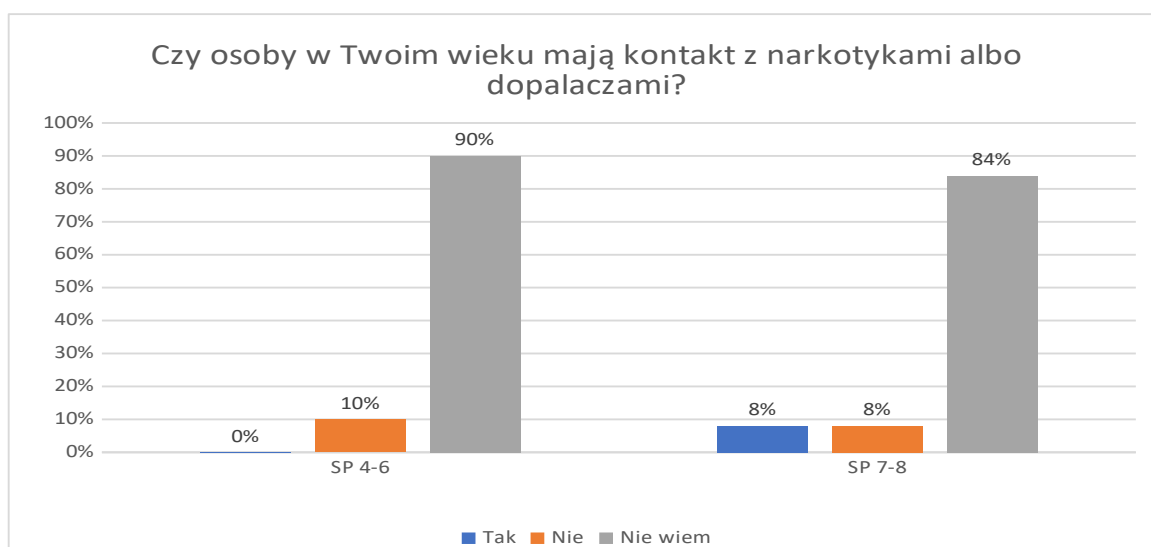


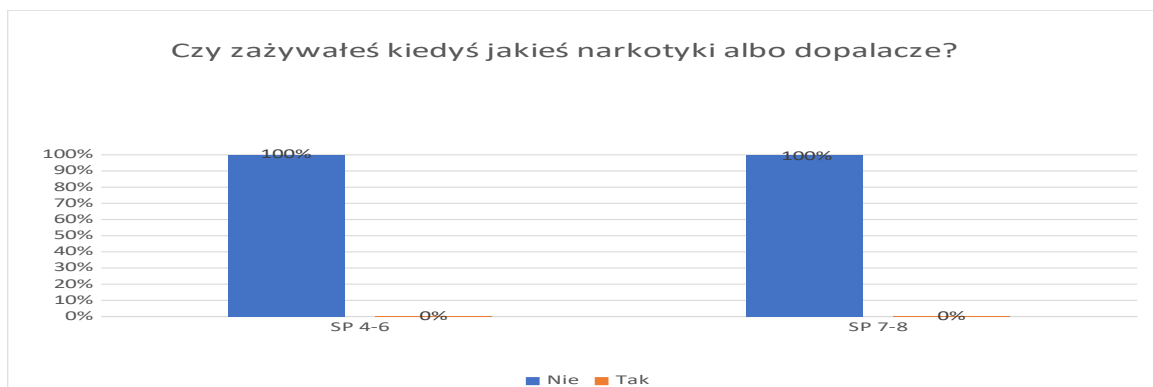
SUBSTANCJE PSYCHOAKTYWNE: NARKOTYKI I DOPALACZE

Wyniki badania ESPAD wskazują na znacznie niższy poziom rozpowszechnienia używania wśród polskiej młodzieży substancji nielegalnych (narkotyki, dopalacze), niż legalnych, zwłaszcza alkoholu i tytoniu. Większość badanych nigdy po substancje nielegalne nie sięgała. Wśród tych, którzy mają za sobą takie doświadczenia większość stanowią osoby, które co najwyżej eksperymentowały z marihuaną lub haszyszem. Chociaż raz w ciągu całego życia używało tych substancji 21,4% młodszych uczniów i 37,0% starszych uczniów.

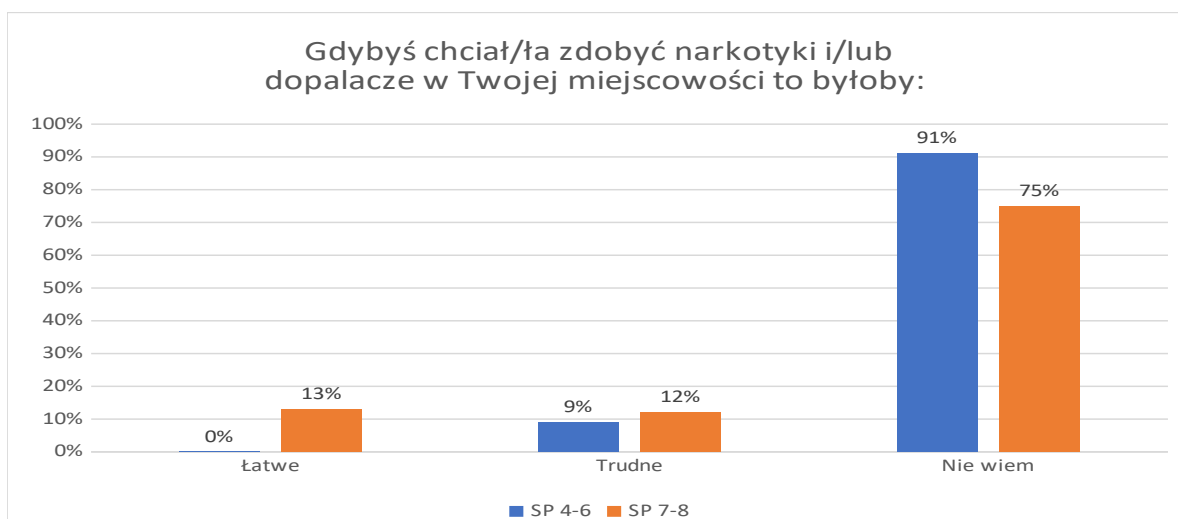
Na drugim miejscu pod względem rozpowszechnienia używania substancji nielegalnych wśród uczniów gimnazjów jest amfetamina (4,2%), a wśród uczniów szkół wyższego poziomu – ecstasy (5,1%). Aktualne, okazjonalne używanie substancji nielegalnych, czego wskaźnikiem jest używanie w czasie ostatnich 12 miesięcy, także stawia marihuanę lub haszysz przetwory konopi na pierwszym miejscu pod względem rozpowszechnienia. W klasach trzecich gimnazjów używa tych środków ponad 16,7% uczniów, w klasach drugich szkół ponadgimnazjalnych – 29,6%.

Wyniki badań wskazują, że niektórzy uczniowie mogą przejawiać problemy związane z przyjmowaniem narkotyków: 8% uczniów klas 7-8 wskazuje, że ich rówieśnicy mają kontakt z narkotykami albo z dopalaczami. Jednakże wszyscy uczniowie Gminy Miejskiej Ciechocinek przyznają, że nigdy nie przyjmowali substancji takich jak narkotyki i dopalacze.



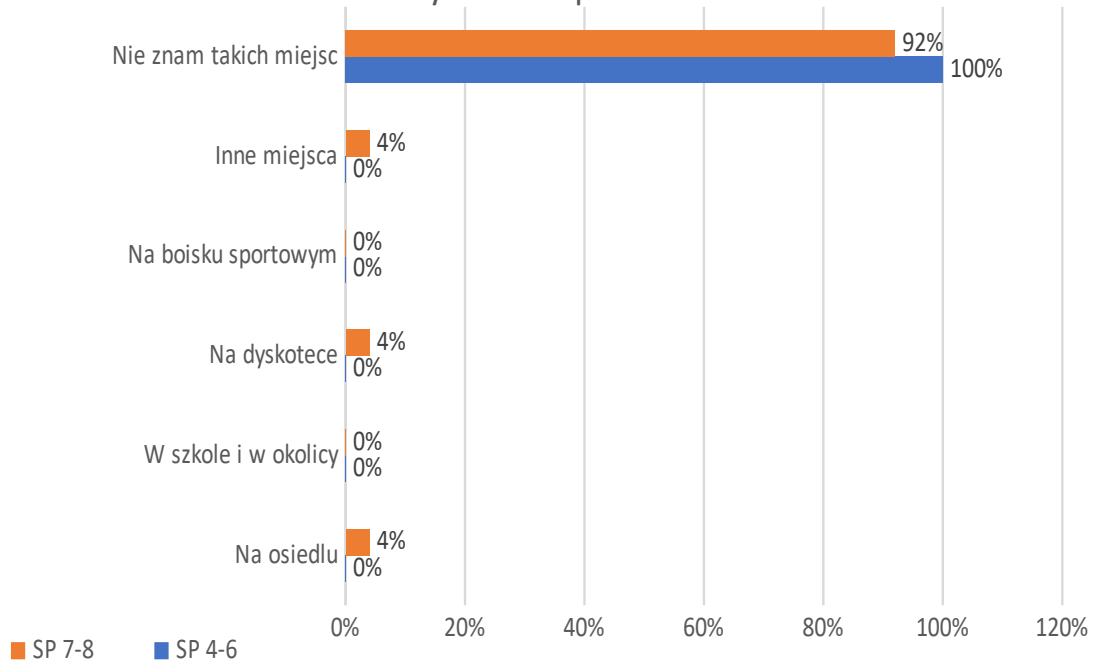


Jeżeli chodzi o subiektywną ocenę dostępności narkotyków i dopalaczy, to uczniowie w większości **wskazywali, że nie wiedzą czy zdobycie narkotyków lub dopalaczy byłoby łatwe/trudne** (SP 4-6: 91%; SP 7-8: 75%). Jednakże, **13% uczniów klas 7-8 twierdzi, że byłoby to łatwe**, a **9% uczniów klas 4-6 oraz 12% uczniów klas 7-8 zaznaczyło, że byłoby to trudne**. Może to oznaczać, że ci uczniowie lub ich znajomi dokonywali już próby zakupu narkotyków lub dopalaczy.



Kolejno, zapytano uczniów, czy znają w swojej miejscowości miejsca, w których można kupić narkotyki lub dopalacze. Większość badanych nie posiada takiej wiedzy (SP 4-6: 100%), **aczkolwiek pojawiły się odpowiedzi uczniów wskazujące, gdzie można nabyć te substancje, ankietowani wymienili: na osiedlu i na dyskotecie**.

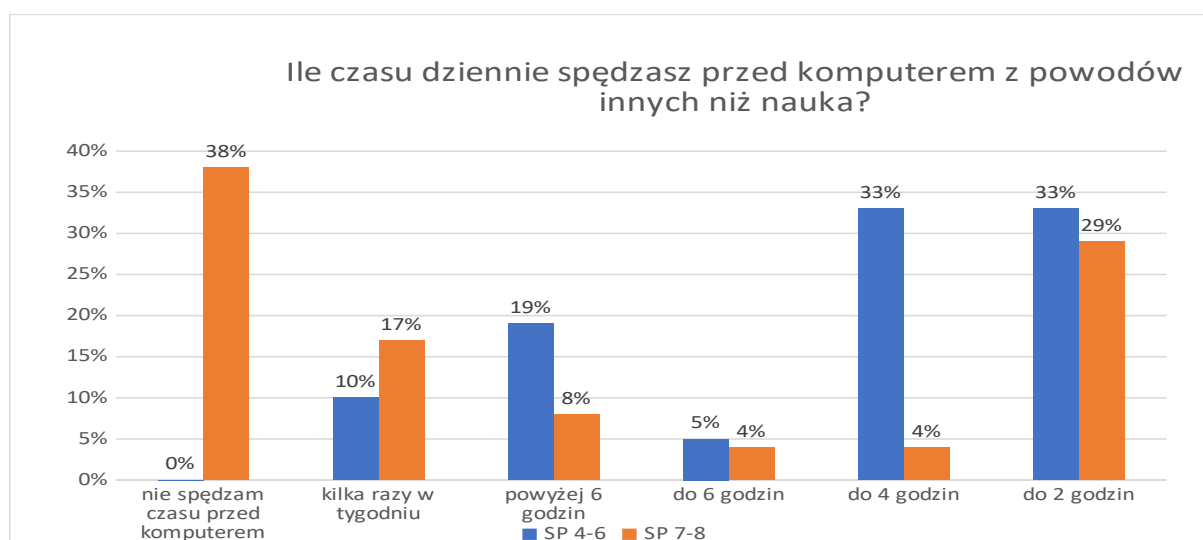
Czy znasz miejsca w swojej miejscowości gdzie można kupić narkotyki lub dopalacze?



UZALEŻNIENIA BEHAWIORALNE: INTERNET, SMARFON, CYBERPRZEMOC

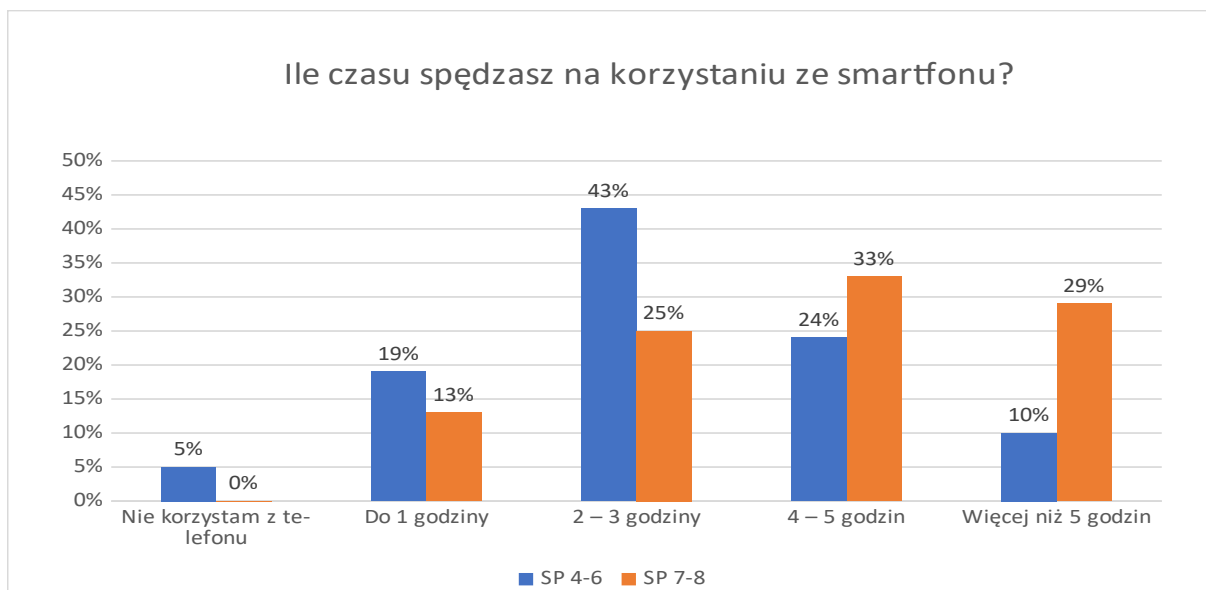
Problematyka nieprawidłowego korzystania z Internetu i komputera (w tym, nadużywanie) staje się coraz powszechniejszym zagadnieniem. Komputer i Internet oferują szeroki wachlarz aktywności – zarówno prorozwojowych (dostęp do wiedzy), jak i patologicznych (m.in. dostęp do treści pornograficznych). Jedną z najbardziej rozpowszechnionych aktywności, które można wykonywać będąc online, jest granie w gry czy korzystanie z portali społecznościowych. Mimo że odpowiedzialne korzystanie z komputera i Internetu, nawet przez dzieci, niesie ze sobą wiele korzyści, to należy jednak zwrócić uwagę na potencjalne zagrożenia wynikające z nadmiernego, pozbawionego kontroli zaangażowania. Poza skrajnymi przykładami niebezpieczeństwa, jakie wiąże się z nielegalnym użytkowaniem Internetu, pozostaje obszar związany z negatywnymi konsekwencjami dla rozwoju psychospołecznego dzieci i młodzieży. Spędzanie coraz większej ilości czasu przed monitorem komputera ma konsekwencje dla zdrowia fizycznego, ale także dla rozwoju emocjonalnego i społecznego.¹¹

Niepokojący wydaje się być fakt, że starsi uczniowie szkół podstawowych Gminy Miejskiej Ciechocinek najczęściej spędzają przed komputerem powyżej 6 godzin dziennie (SP 7-8: 19%). Z kolei młodszy uczniowie najczęściej spędzają na korzystaniu z komputera do łącznie do 4 godzin dziennie (SP 4-6: 66%).



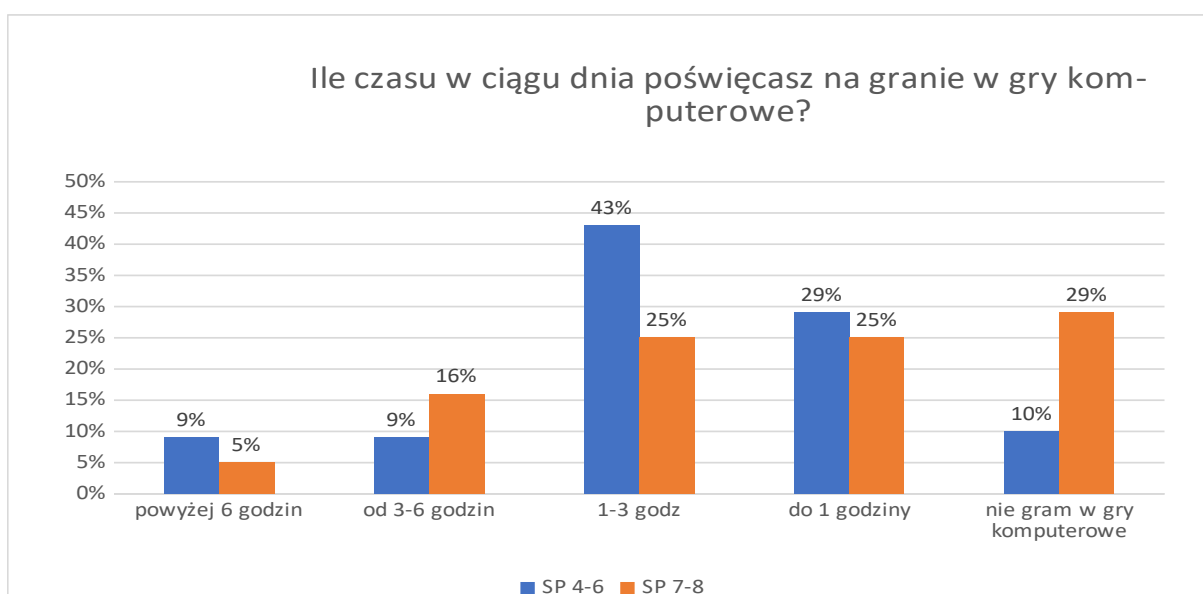
¹¹ Rowicka M., *Uzależnienia behawioralne. Praktyka i teoria*, Minister Zdrowia, Krajowe Biuro do spraw Przeciwdziałania Narkomanii, Warszawa 2015

W przypadku korzystania ze smartfonu uczniowie młodsi deklarują najczęściej czas do 3 godzin dziennie (43%), natomiast uczniowie starsi wskazali na czas powyżej 4 godzin dziennie (łącznie 62%).



Zapytaliśmy uczniów, ile czasu w ciągu dnia poświęcają na granie w gry komputerowe. Optymistyczne są wskazania 10% uczniów klas 4-6 oraz 29% uczniów klas 7-8 mówiące, że nie grają w gry komputerowe. Z kolei warto zwrócić uwagę, że najwięcej czasu na gry komputerowe poświęcają uczniowie młodszych klas.

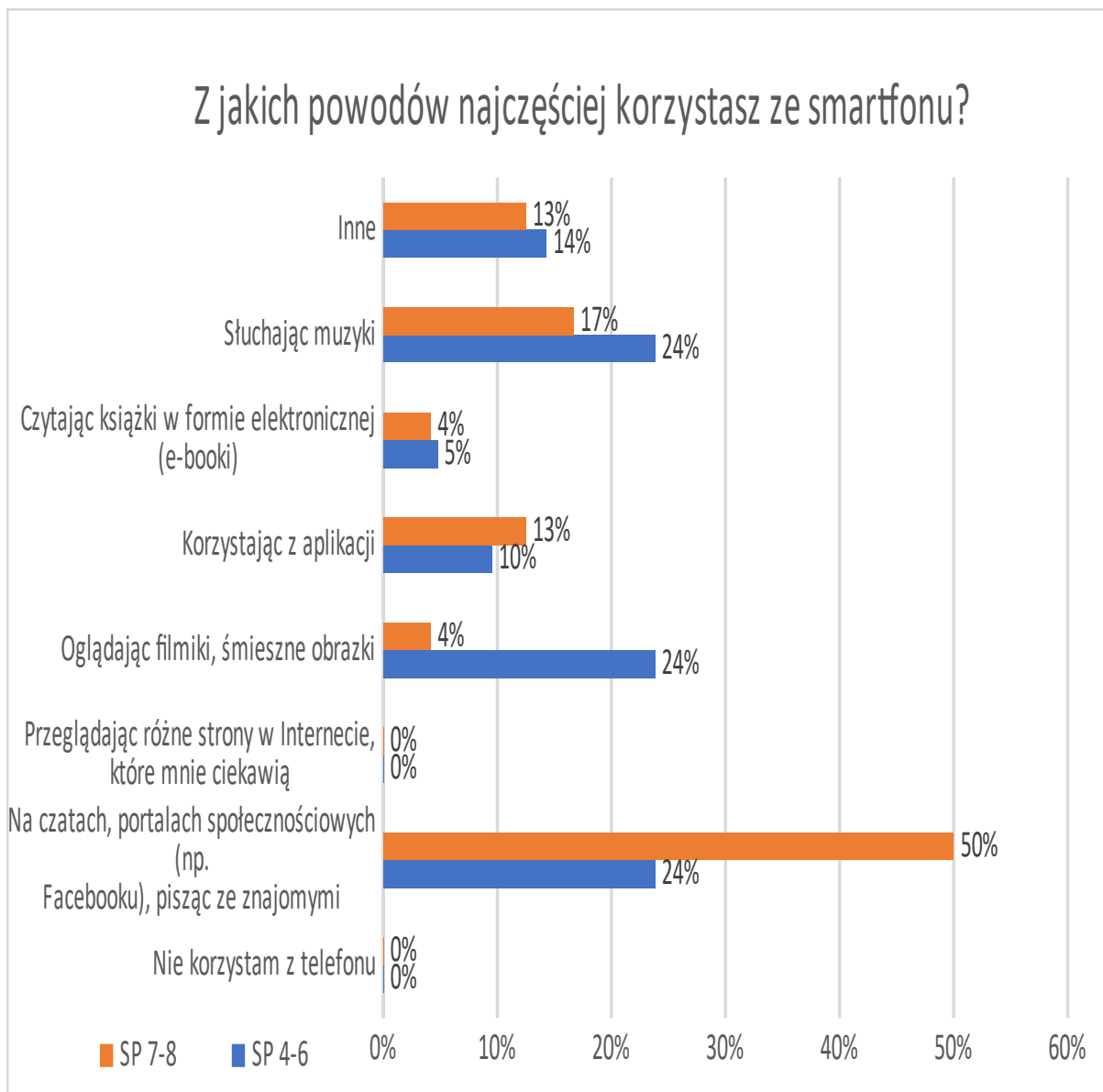
Należy tutaj zaznaczyć, że dzieci i młodzież, tak samo jak dorośli, nie zawsze potrafią dokonać „uczciwej” samooceny swoich negatywnych przyzwyczajzeń czy nawyków, dlatego należy mieć na uwadze, że ten odsetek w rzeczywistości może być jeszcze wyższy.



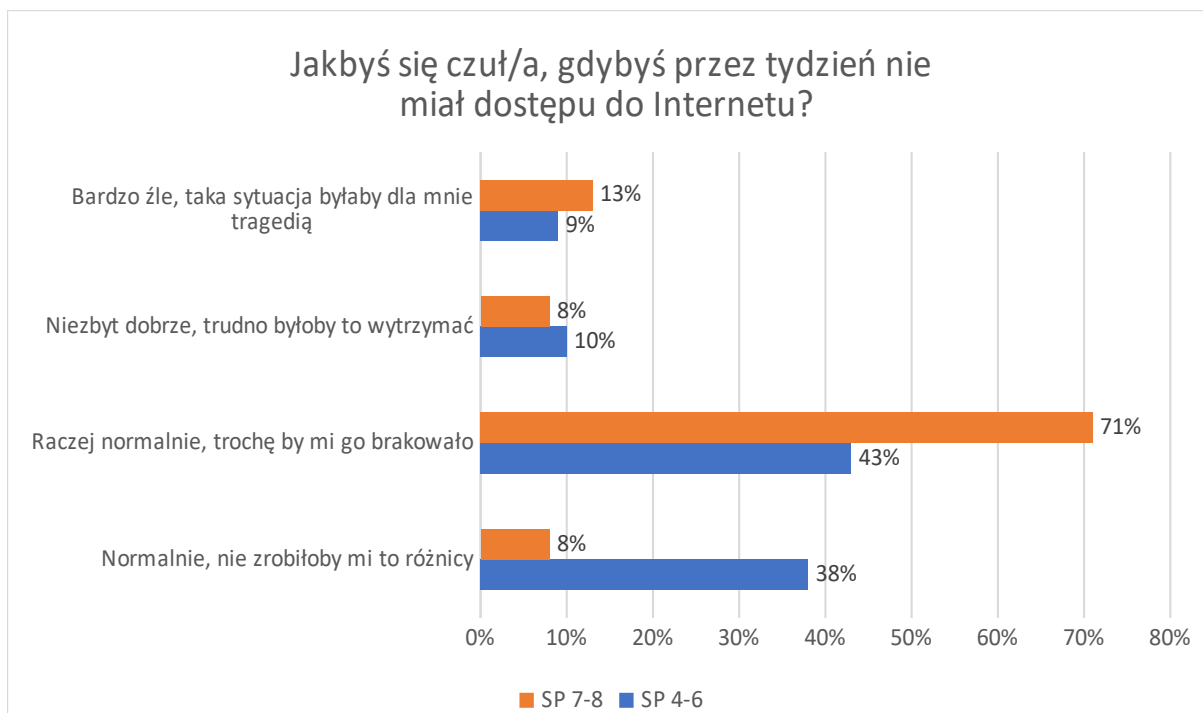
Jeżeli chodzi o **powody korzystania ze smartfonu** uczniowie wskazywali kolejno na:

- **SP 4-6:** oglądanie śmiesznych filmików (24%), słuchanie muzyki (24%), portale społecznościowe (24%).

- **SP 7-8:** portale społecznościowe (50%), słuchanie muzyki (17%) oraz korzystanie z aplikacji (13%).



Łącznie **81% uczniów klas 4-6** oraz **79% uczniów klas 7-8** deklaruje, że **brak dostępu do Internetu nie miałby dla nich znaczenia lub też wpływ ten byłby niewielki**. Aczkolwiek, spora część uczniów, szczególnie starszych przyznaje, że **odczułaby brak dostępu do Internetu (SP 4-6 – 10%; SP 7-8 – 8%)**. Jednocześnie 9% uczniów klas 4-6 oraz 13% klas 7-8 stwierdziło, że **korzystanie z Internetu jest dla nich na tyle istotne, że brak takiej możliwości odczuli by bardzo negatywnie**.

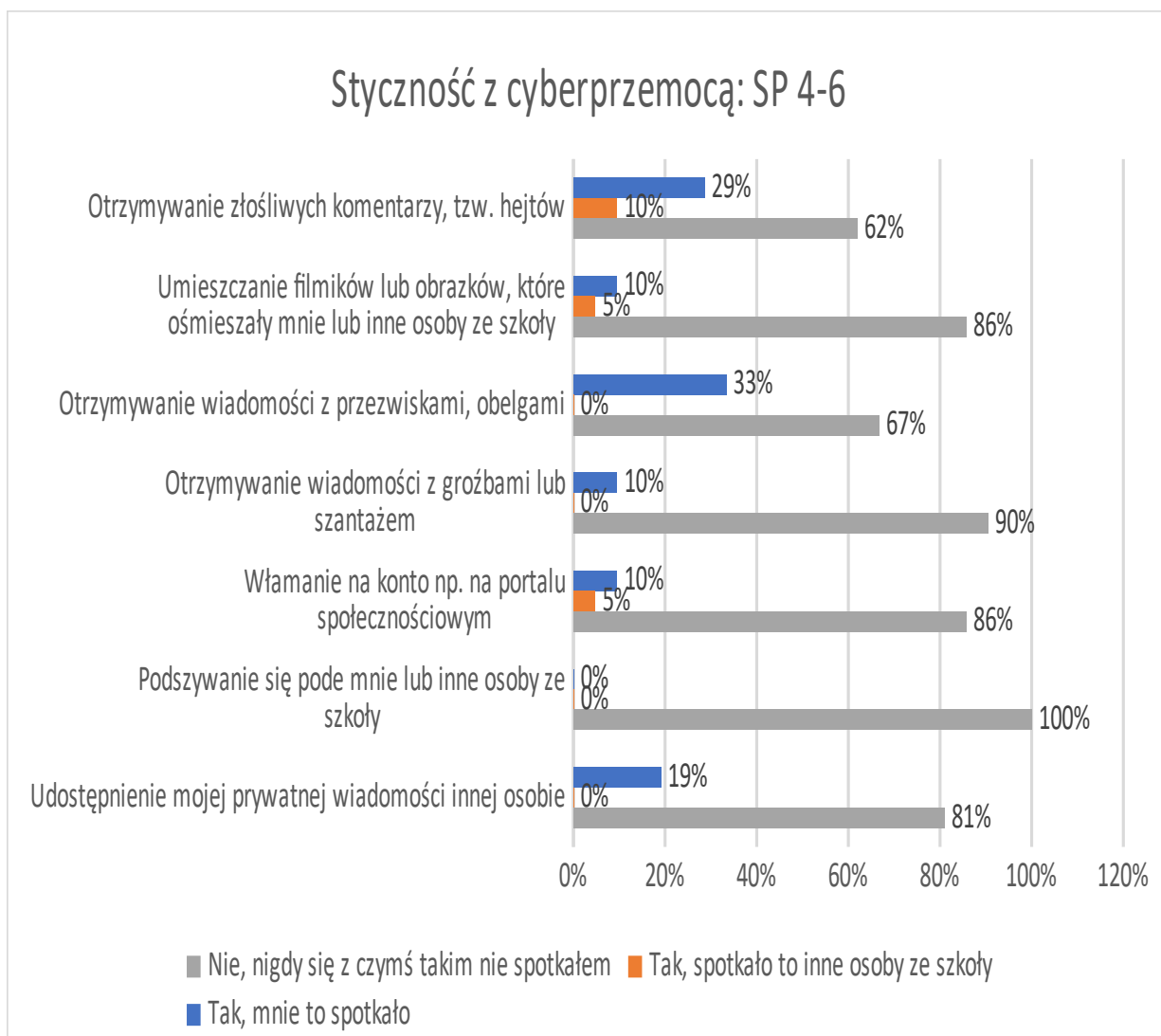


Internet jako nieocenione narzędzie komunikacji, edukacji oraz rozrywki jest atrakcyjnym medium. Należy jednak pamiętać, że korzystanie z Internetu może wiązać się z występowaniem licznych zagrożeń: przestępstw internetowych, cyberbullyingu, stalkingu, sekstingu, szantażu, podszywania się, hatingu. W badaniu postanowiliśmy sprawdzić doświadczenia związane z cyberprzemocą. Wyniki badań wskazują, że uczniom Gminy Miejskiej Ciechocinek nie są obce wymienione poniżej doświadczenia.

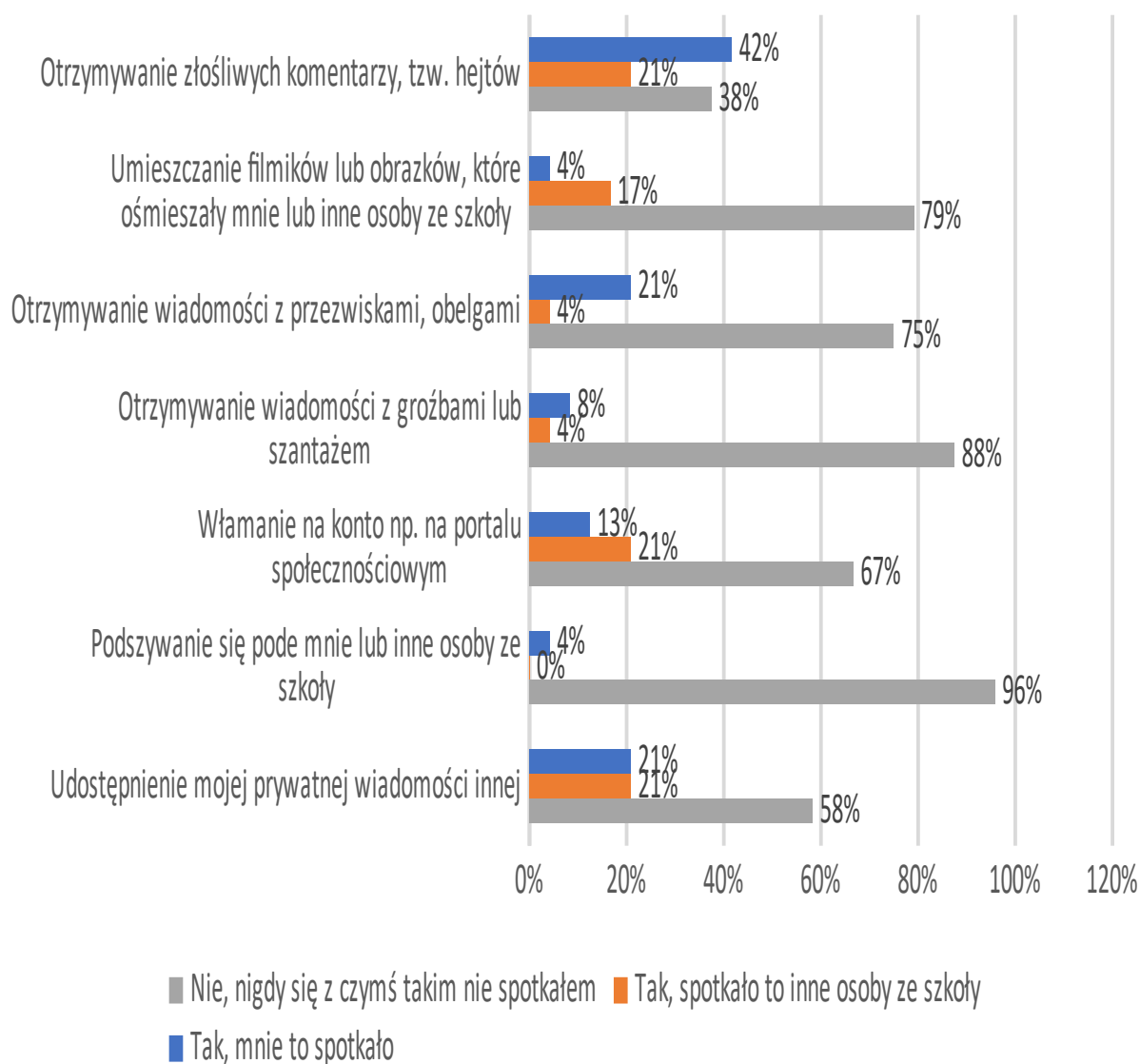
29% uczniów SP 4-6 oraz 42% uczniów klas SP 7-8 doświadczyło w przestrzeni internetowej zjawiska hatingu, nazywanego potocznie przez uczniów „hejtowaniem”. Polega ono na otrzymywaniu obraźliwych komentarzy atakujących bezpośrednio osobę. Komentarze takie są widoczne publicznie w serwisach społecznościowych i często występują w formie zmasowanej – jeden negatywny komentarz powoduje falę kolejnych. Dla dorastającej młodzieży doświadczenie hatingu może być niezwykle traumatyczne. Okres dojrzewania jest czasem, gdy środowisko rówieśnicze stanowi najmocniejszy punkt odniesienia. Odrzucenie, a wręcz nienawiść ze strony innych młodych osób może stanowić zagrożenie dla poczucia własnej wartości i rozwijającej się tożsamości.

Uczniowie dość często otrzymywali wiadomości z obelgami (SP 4-6 -33%; SP 7-8- 21%) oraz często padali też ofiarami włamania na konto (SP 4-6 -10%; SP 7-8 - 13%).

Wskazuje to na konieczność szerokiej edukacji z zakresu bezpiecznego korzystania z Internetu: wspierania świadomości prawnej, umiejętności ochrony przez niebezpiecznymi sytuacjami, wiedzy dotyczącej ochrony własnych danych.

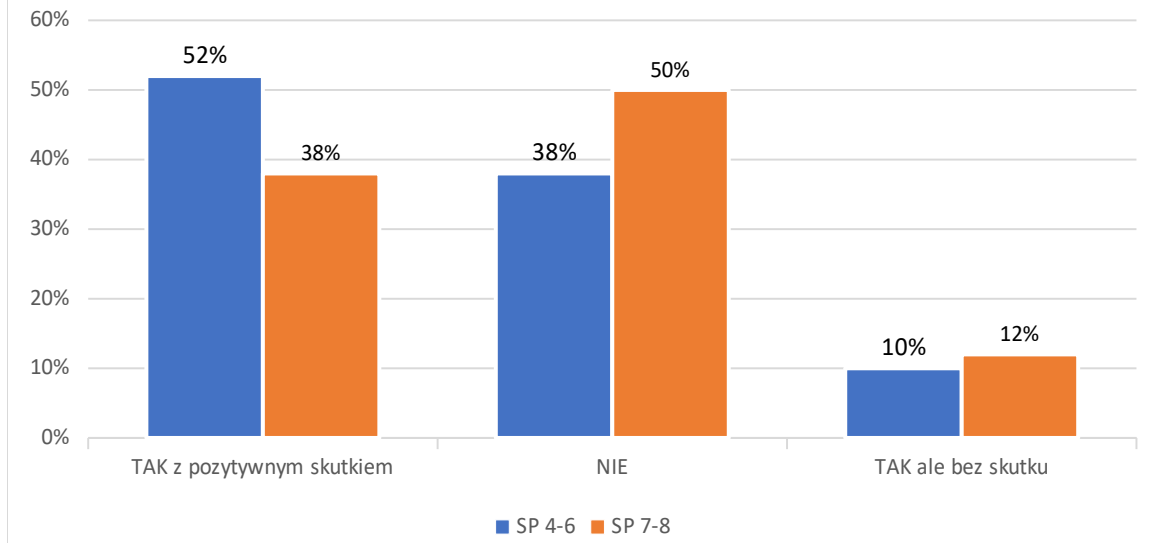


Styczność z cyberprzemocą: SP 7-8



Samemu ciężko jest stwierdzić, czy czas spędzany przed ekranem komputera wymyka się spod kontroli. Najczęściej zauważają to najbliżsi i ich spostrzeżeń nie należy lekceważyć. **Zapytaliśmy uczniów, czy podejmowali próby ograniczenia czasu poświęcanego na surfowanie po Internecie.** Okazuje się, że 52% uczniów klas SP 4-6 oraz 38% klas SP 7-8 z pozytywnym skutkiem ograniczyło czas poświęcany na korzystanie z Internetu.

Czy podejmowałeś/aś próby ograniczenia czasu poświęcanego na „surfowanie” po Internecie?



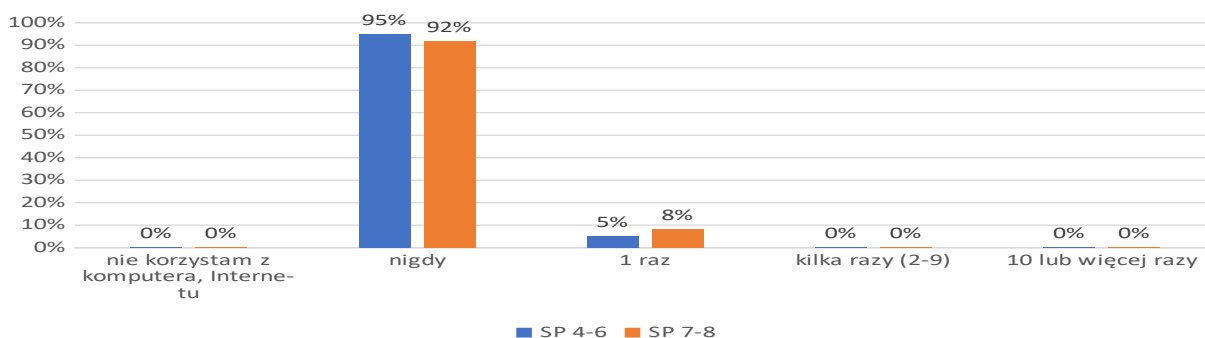
UZALEŻNIENIA BEHAWIORALNE: HAZARD

Hazard wydaje się być rozrywką zarezerwowaną dla dorosłych, jednakże w różnorodne gry hazardowe coraz częściej uwikłane są również dzieci i młodzież. Z badań przeprowadzonych w 2018 roku przez CBOS wynika, że w grupie młodzieży częściej narażeni na uzależnienie od gier hazardowych są chłopcy niż dziewczęta. Jednocześnie ponad połowa nieletnich nie rozmawia z rodzicami, o tym, że gra na pieniądze. Choć, w porównaniu z deklaracjami sprzed 2 lat, mniej młodych ludzi gra na pieniądze i mniej spośród nich jest zagrożonych uzależnieniem od hazardu, to w przypadku 10% chłopców zauważono symptomy wskazujące na wysoki stopień ryzyka uzależnienia od hazardu. Na tle danych zebranych w 2016 roku widoczny jest spadek zainteresowania hazardem. Jednocześnie poprzedni wynik był wyższy niż wykazany w badaniu w 2013 roku. Jak tłumaczą autorzy raportu „Młodzież 2018” – to swego rodzaju „falowanie” zainteresowania hazardem wśród młodzieży charakterystyczne jest dla niemal wszystkich gier uwzględnionych w badaniu – wyjątek stanowią jedynie konkursy SMS-owe, w przypadku których od 2010 roku notujemy trwały trend spadkowy”. Podobnie jak w latach ubiegłych, najpopularniejszą wśród młodzieży grą typu hazardowego jest Lotto, w które grywa więcej niż co czwarty młody człowiek (28%)¹².

Uczniowie z Gminy Miejskiej Ciechocinek w sporej większości (SP 4-6: 95%, SP 7-8: 92%) nie mają doświadczenia z internetowymi grami na pieniądze. Jednakże 5% młodszych oraz 8% starszych uczniów miało do czynienia z taką formą hazardu.

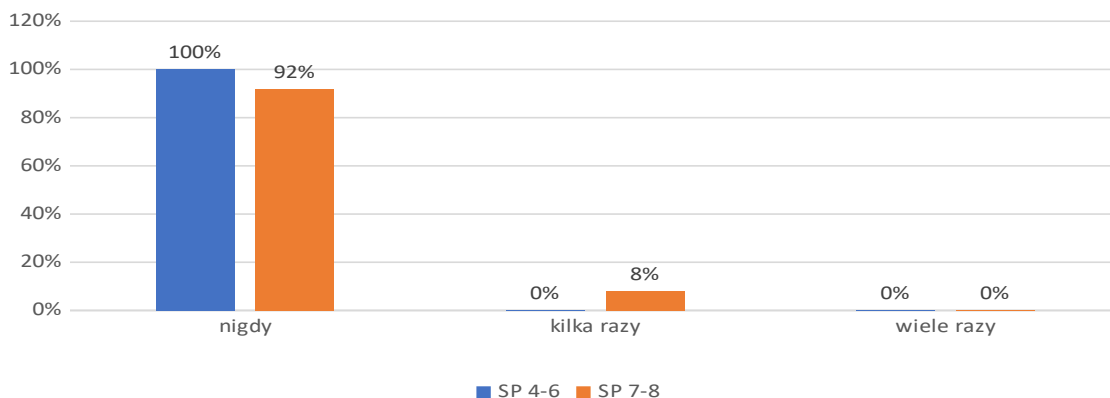
¹² CBOS, *Młodzież 2018*, Warszawa 2019.

Grałeś/aś w jakiegokolwiek gry internetowe na pieniądze?



Jeżeli chodzi o konkursy polegające na wysyłaniu płatnych smsów organizowane przez telewizję, gazety czy operatorów telefonicznych, badania wskazują, że wśród młodzieży Gminy Miejskiej Ciechocinek nie są one popularne – 100% uczniów klas 4-6 oraz 92% uczniów 7-8 nigdy nie brało w nich udziału.

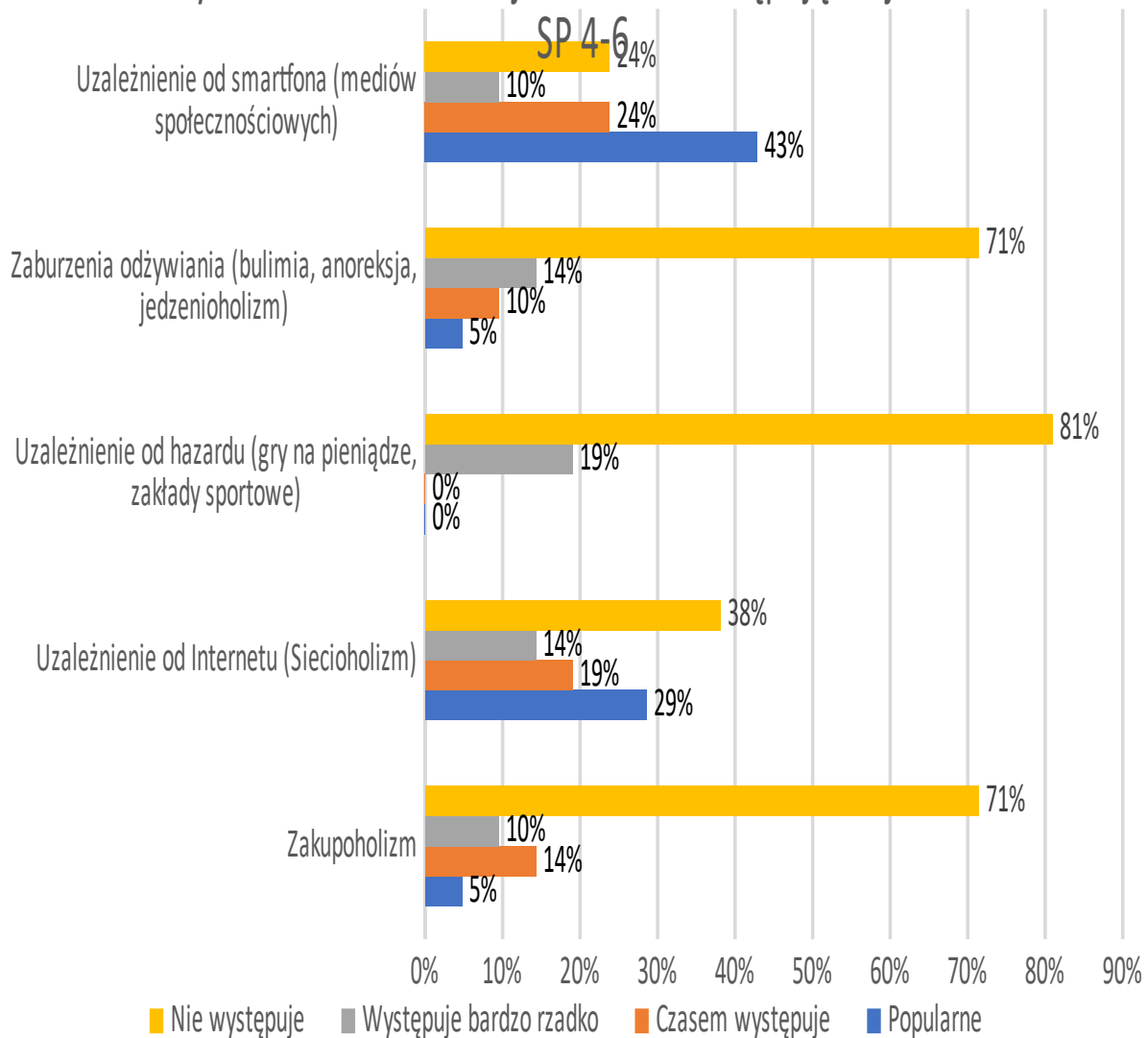
Czy brałeś/aś udział w konkursach organizowanych przez gazety, telewizję, operatorów telefonicznych, w których wysyła się płatne smsy?



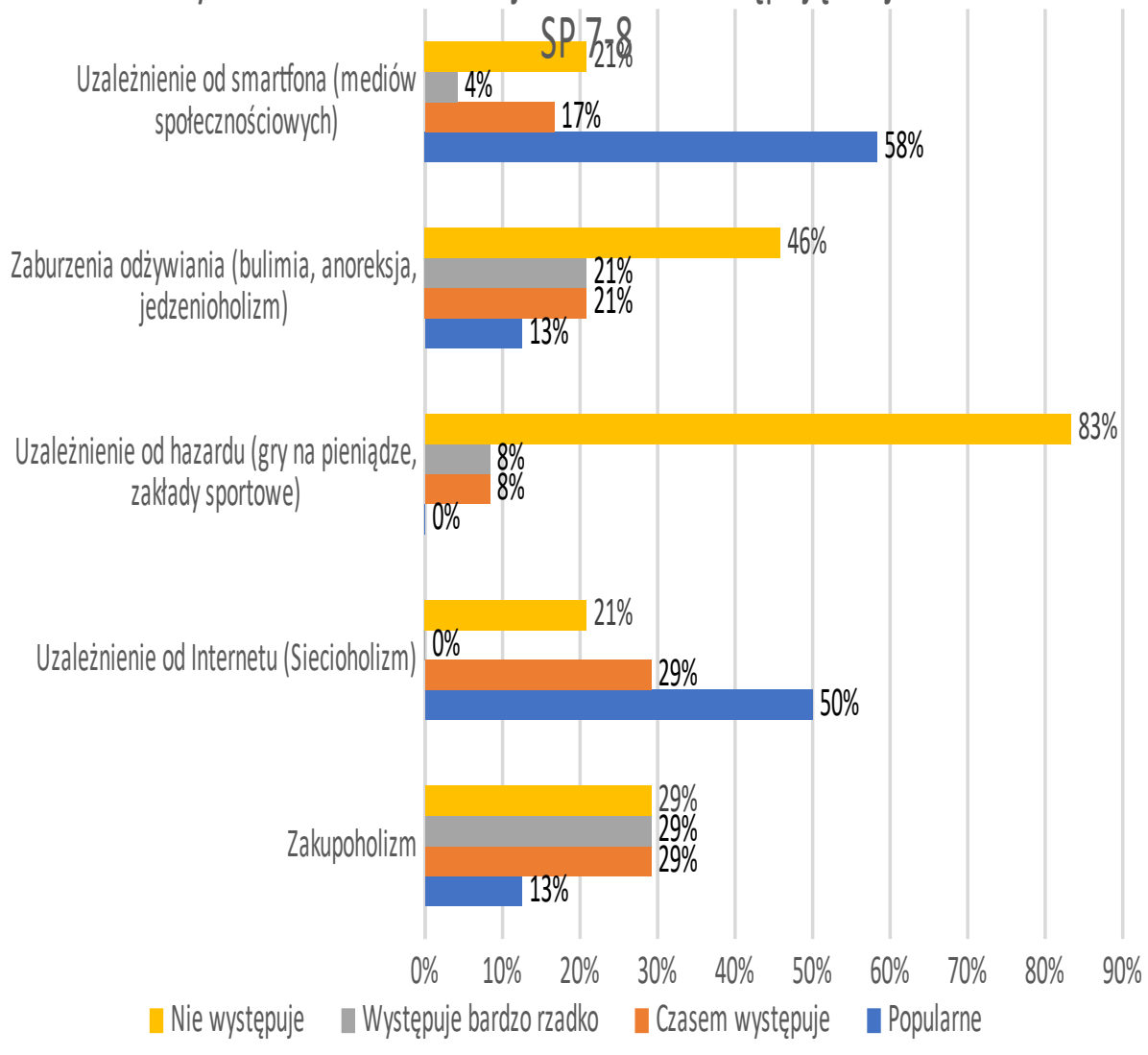
Na koncie poprosiliśmy również uczniów o wyrażenie swojej opinii na temat różnego rodzaju uzależnień. Respondenci dokonywali subiektywnej oceny zaprezentowanych uzależnień od bardzo powszechnego zjawiska do jego braku.

Szczegółowy rozkład deklaracji przedstawiają poniższe wykresy.

Czy w Twoim otoczeniu jest obecne następujące zjawisko?



Czy w Twoim otoczeniu jest obecne następujące zjawisko?

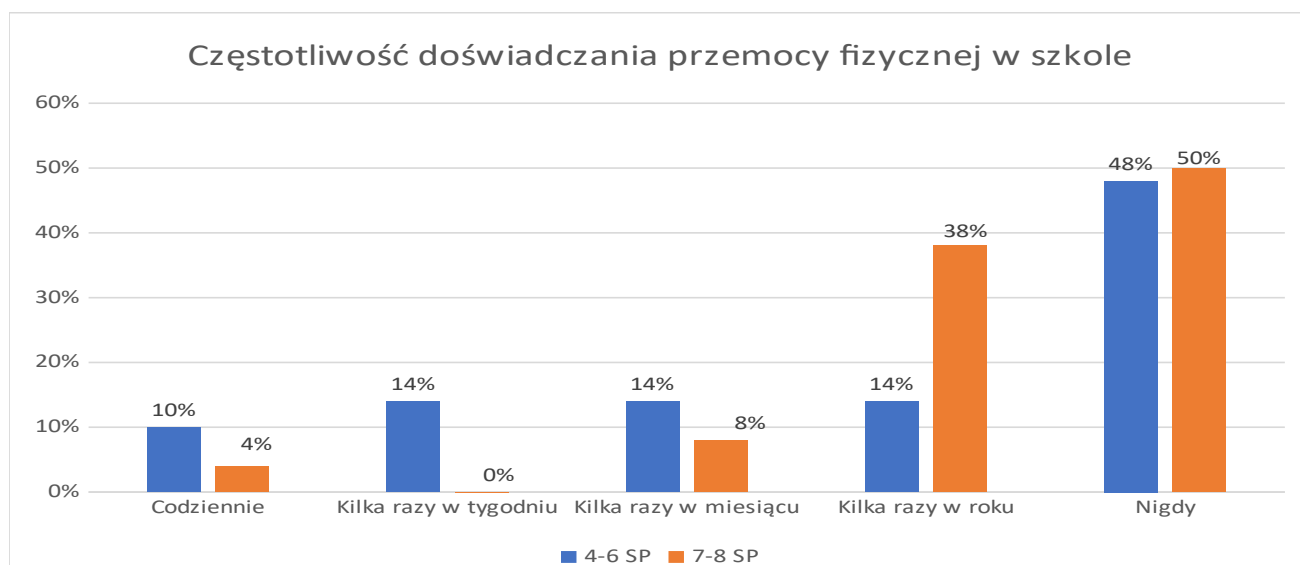


PRZEMOC

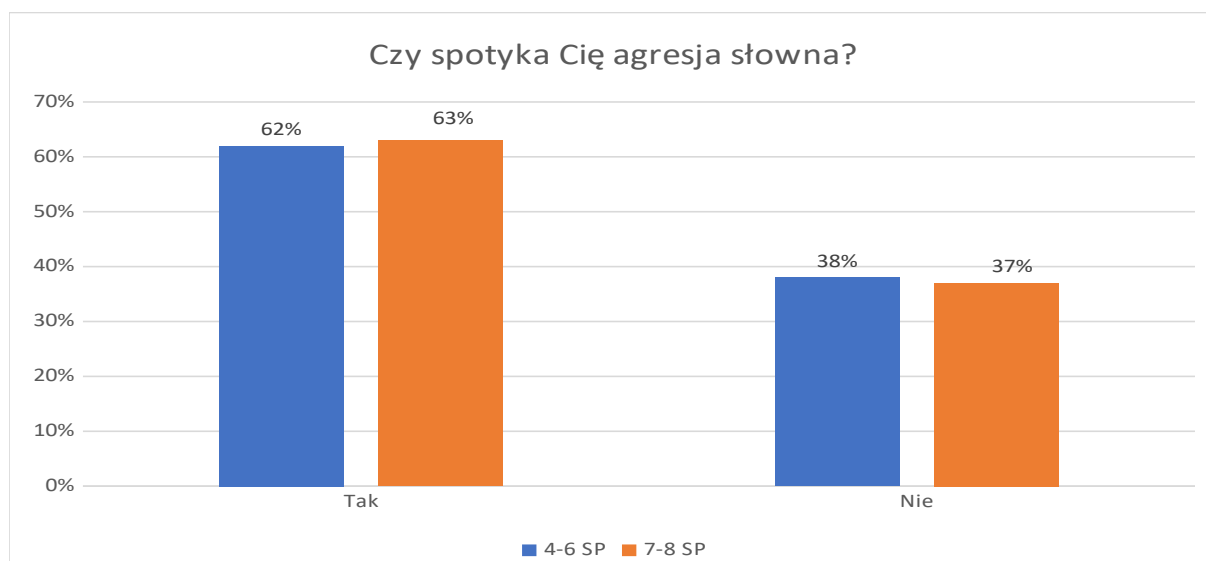
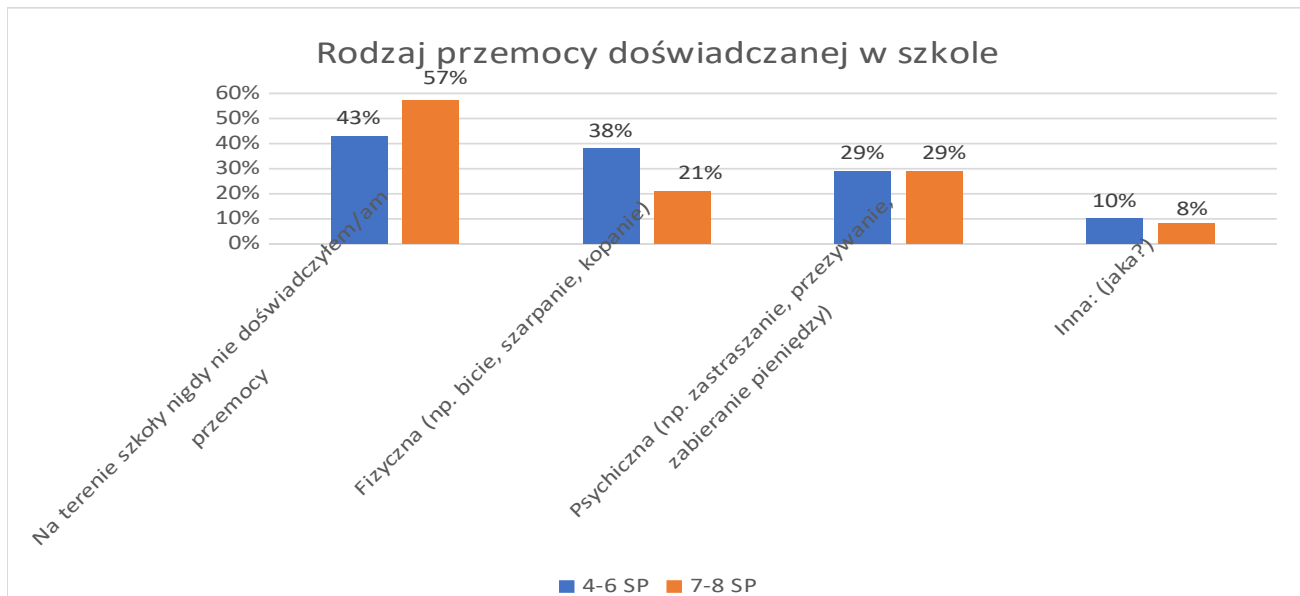
Zjawisko przemocy w środowisku młodych ludzi staje się problemem coraz bardziej aktualnym i wymagającym podjęcia odpowiednich rozwiązań. Agresja ujawniająca się w szkole często ma swoje źródła w przemocy domowej, kiedy rodzice uczą swoje dzieci niewłaściwych wzorców reagowania i podejmowania kontaktów z innymi ludźmi. Przeprowadzone ankiety w Gminie Miejskiej Ciechocinek pozwalają przyjrzeć się dokładniej nasileniu zjawiska agresji w środowisku szkolnym. W ankiecie wytłumaczyliśmy uczniom, że przemoc może mieć formę fizyczną (np. bicie, popychanie) lub psychiczną (np. przezywanie, straszenie, wykluczanie z grupy). Zapytaliśmy ich, jak często doświadczają jakichkolwiek form przemocy.

Spora część uczniów deklaruje, że nie są ofiarami przemocy fizycznej doświadczanej ze strony innych uczniów (48% 4-6 SP; 50% 7-8 SP).

Niepokojące, wydają się dane, że jest grupa uczniów, która przyznaje, iż **codziennie doświadcza w szkole przemocy fizycznej (10% 4-6 SP; 4% 7-8 SP)**. Należy również zwrócić uwagę za fakt, że we wszystkich badanych grupach uczniów pojawiły się deklaracje mówiące o doświadczaniu przemocy w szkole: kilka razy w tygodniu, kilka razy w miesiącu, kilka razy w roku w miesiącu i roku.



Zapytaliśmy też uczniów o rodzaj doświadczanej przez nich przemocy w szkole. Wyniki wskazują, że zarówno młodsi uczniowie jak i starsi są najczęściej ofiarami przemocy psychicznej. Niepokojące są też wskazania 62% uczniów klas SP 4-6 oraz 63% klas 7-8 mówiące o doświadczaniu agresji słownej ze strony rówieśników.



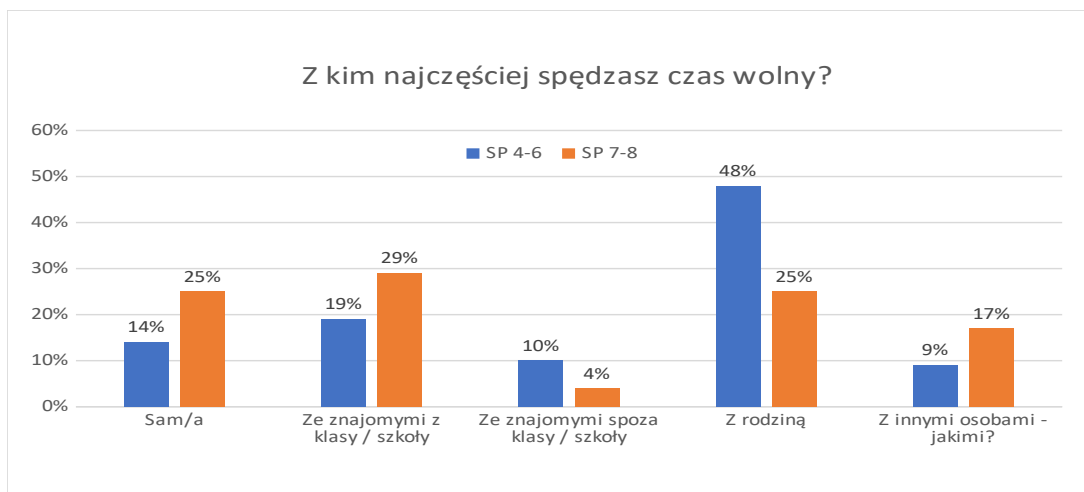
CZAS WOLNY

Wśród ulubionych sposobów spędzania czasu wolnego młodzieży dominują spotkania z przyjaciółmi i znajomymi (86%). Popularną aktywnością towarzyską są też wyjścia do dyskotek i klubów (19%), jednak miłośników tego typu rozrywki po raz kolejny ubyło. Blisko jedna trzecia badanych (31%) najchętniej przeznaczą wolny czas na uprawianie sportu, które jest minimalnie mniej popularne niż dwa lata temu. Po jednej czwartej uczniów lubi spędzać czas grając w gry komputerowe (25%) lub surfując w Internecie (25%), a jedna dziesiąta (10%) – na udzielaniu się w serwisach społecznościowych. Podobne jak przed dwoma laty odsetki uczniów preferują spędzać wolny czas z książką (17%) lub przed telewizorem (18%). Około jednej ósmej (13%) poświęca czas na aktywności artystyczne, a nieco mniej (9%) chodzi na koncerty. „Nic nierobienie” – spanie, leżenie, odpoczywanie – stanowi preferowaną formę spędzania czasu wolnego niemal jednej trzeciej młodzieży (29%), a jej popularność utrzymuje się od dwóch lat na wyższym niż wcześniej poziomie.¹³

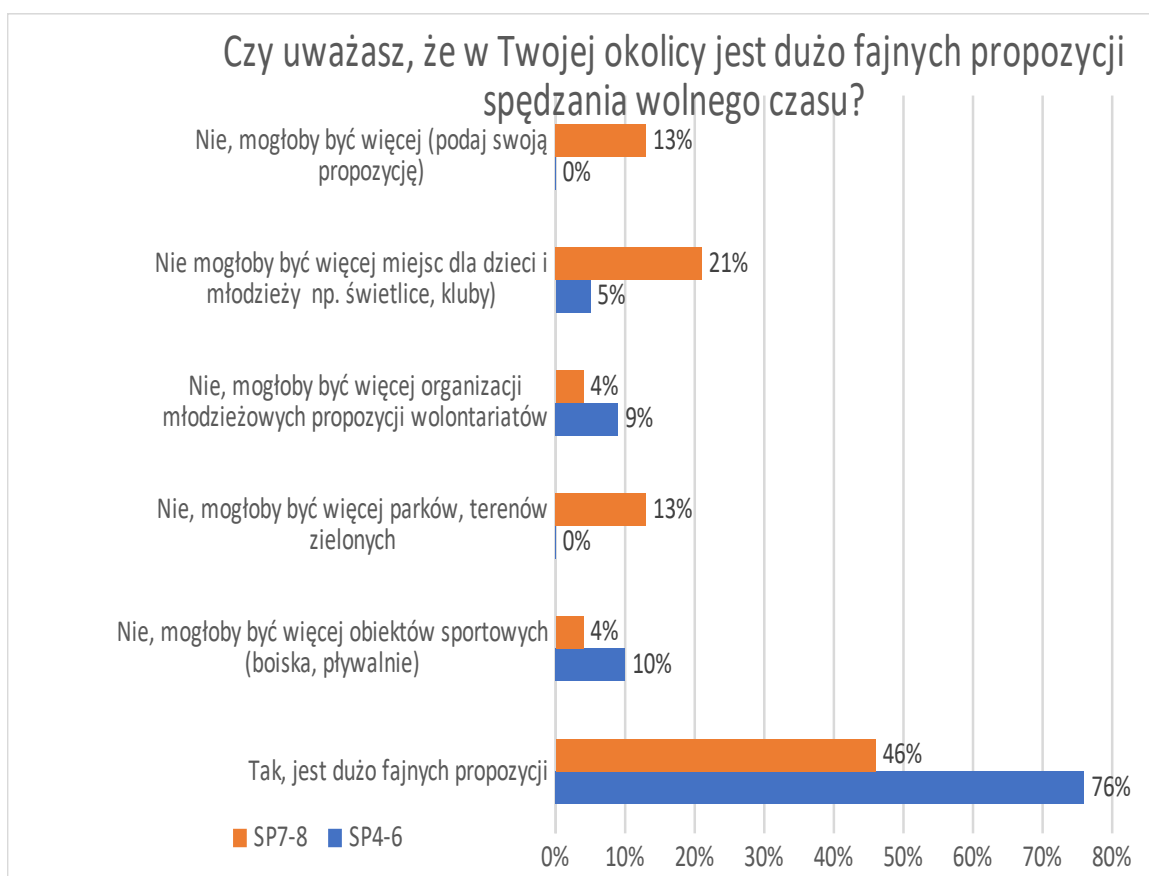
Czas wolny to czas, który pozostaje do dyspozycji dziecka po wypełnieniu obowiązków szkolnych i domowych, na odpoczynek, regenerację fizyczną i psychiczną organizmu, ale także na zabawę oraz rozwój zdolności i zainteresowań.

Uczniowie Gminy Miejskiej Ciechocinek najwięcej czasu wolnego spędzają: ze znajomymi klasy (SP 4-6: 19%; SP 7-8: 29%) oraz rodziną (SP 4-6: 49%; SP 7-8: 25%).

¹³ Centrum Badania Opinii Społecznej, Komunikat z badań: Młodzież 2018, Warszawa 2019 (dostęp: 5.10.2020 r.)



Uczniowie uważają również, że w okolicy jest wiele atrakcyjnych propozycji spędzania wolnego czasu, jednak zaznaczają, iż mogłoby pojawić się więcej: miejsc dla dzieci i młodzieży (świetlice, kluby), parków i terenów zielonych



PROBLEMY I ODCZUCIA ZWIĄZANE Z EDUKACJĄ ZDALNĄ W CZASIE PANDEMII COVID-19

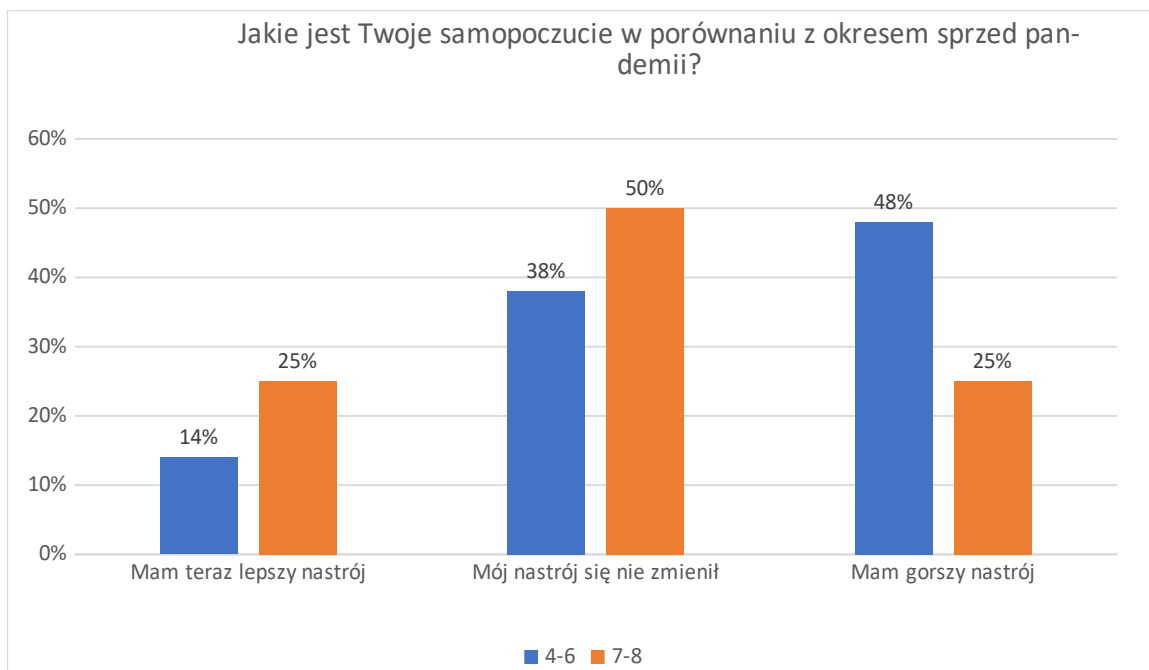
Spółeczna rewolucja cyfrowa i związana z nią powszechność wykorzystania nowych technologii informacyjno-komunikacyjnych w wielu obszarach życia wymusiły konieczność ich włączenia także w obszar edukacji szkolnej. Dzięki temu szkoła miała stać się miejscem nowoczesnym, podążającym za społeczno-technologicznymi zmianami, w tym głównie

nastawionym na wykorzystywanie technologii informacyjno-komunikacyjnych w kształceniu i wspieraniu procesu dydaktycznego oraz na rozwijanie kompetencji cyfrowych umożliwiających m.in. wyszukiwanie, selekcję i weryfikację informacji online, własną ekspresję, współpracę, rozwiązywanie problemów czy aktywne uczestnictwo w życiu społecznym, obywatelskim i kulturowym.¹⁴

Spora część ankietowanych uczniów szkół w Gminie Miejskiej Ciechocinek (SP 4-6 – 38%;

SP 7-8 – 50%) zadeklarowała, że ich **nastrój i samopoczucie nie zmieniły się** w porównaniu do czasu sprzed pandemii. **Zauważalne są również odpowiedzi mówiące o pogorszeniu nastroju** (SP 4-6: 48%, SP 7-8: 25%).

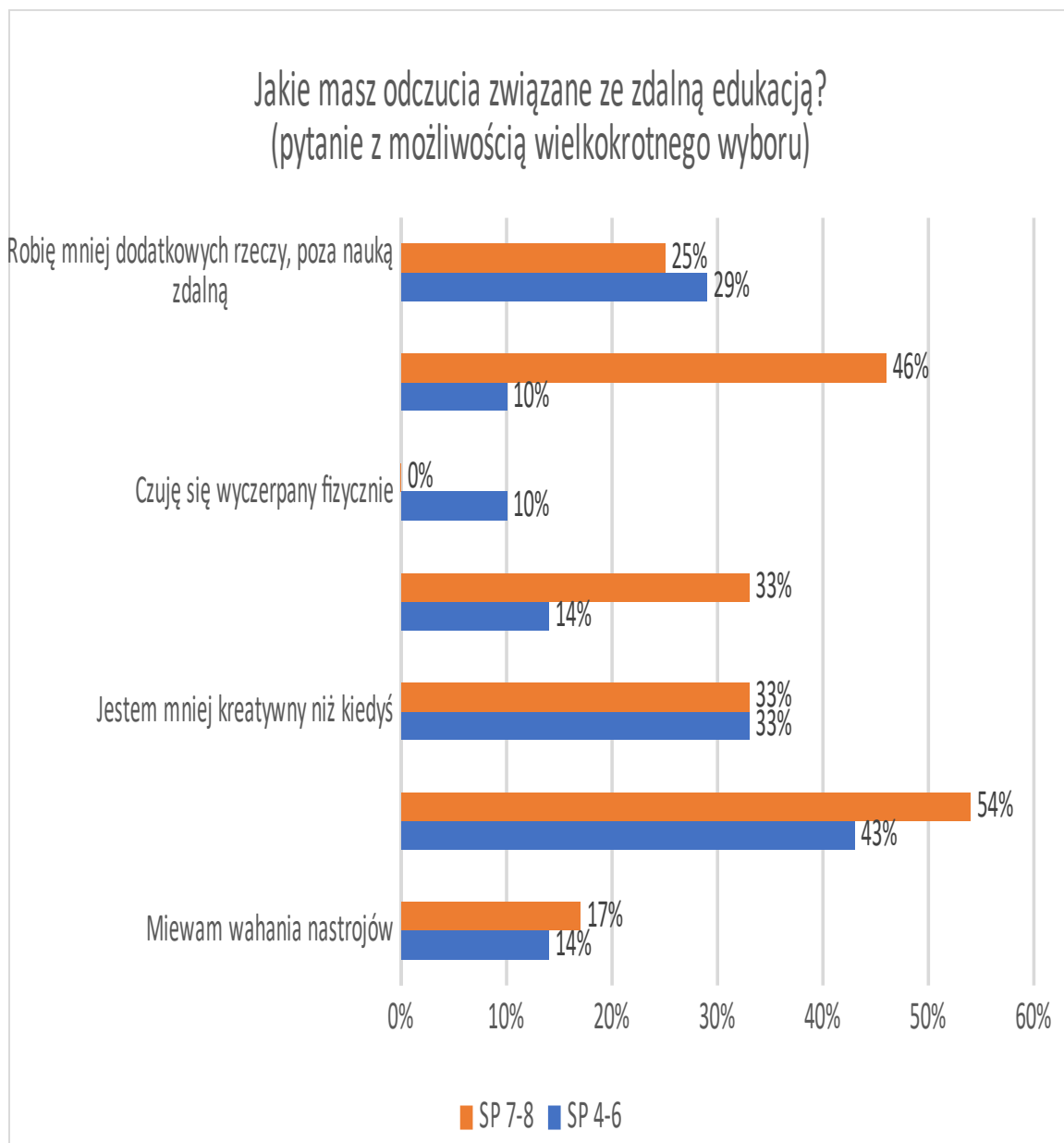
¹⁴Edukacja zdalna: co się stało z uczniami ich rodzicami i nauczycielami? Ptaszek G. (2020)



Poprosiliśmy również dzieci i młodzież o ocenę ich odczuć związanych z nauką zdalną.

Zdecydowana większość uczniów klas 4-6 wskazała, że: odczuwam mniejszą motywację do nauki (43%), jestem mniej kreatywny niż kiedyś (33%).

Wśród uczniów klas starszych SP 7-8 najczęściej pojawiły się wskazania: odczuwam mniejszą motywację do nauki (54%), jestem mniej kreatywny niż kiedyś (33%) oraz po weekendowej przerwie nie czuję się wypoczęty (46%).



PODSUMOWANIE

Dorośli mieszkańcy Gminy Miejskiej Ciechocinek

- W opinii mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek najistotniejszymi problemami społecznymi lokalnego środowiska są kolejno: **zanieczyszczenie powietrza (smog), uzależnienia behawioralne, przestępczość, bezdomność, bezrobocie, kryzys**

rodziny, bieda i ubóstwo, uzależnienie od alkoholu, uzależnienie od narkotyków i dopalaczy, kryzys norm moralnych. Natomiast za najbardziej rozpowszechnione zjawiska uzależnień w lokalnym środowisku mieszkańcy uznali kolejno: **nikotynizm, zakupoholizm, pracoholizm, sieciholizm, zaburzenia odżywiania, narkomanie, alkoholizm oraz hazard.** Warto wspierać różnego rodzaju akcje promujące

rozpowszechnianie wiedzy w poruszanych przez mieszkańców tematach i poszukujące rozwiązań zauważonych problemów. Jednymi z prostszych i najbardziej ekonomicznych metod dotarcia do dużej liczby osób są plakaty oraz ulotki edukacyjne.

- Według opinii wyrażonych w ankiecie na temat spożywania alkoholu wydawałoby się, że mieszkańcy **Gminy Miejskiej Ciechocinek odzwierciedlają postawy wobec picia alkoholu o średnim poziomie ryzyka.** Mieszkańcy Gminy Miejskiej Ciechocinek stosunkowo rzadko spożywają alkohol, wypijając przy tym umiarkowane ilości. Mimo wszystko wydaje się wskazane przeprowadzenie wśród mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek kampanii informacyjnej, mającej na celu zwrócenie uwagi na negatywne skutki spożywania alkoholu na organizm człowieka oraz konsekwencje społeczne związane z jego nadmiernym spożywaniem. Kształtowanie postaw mieszkańców powinno nie tylko wiązać się z oddziaływaniem na poziom ich wiedzy, ale także koncentrować się na dwóch pozostałych składnikach postaw, czyli przekonaniach oraz emocjach, które mają swoje odzwierciedlenie w motywacjach mieszkańców, sięgających po alkohol. Dlatego, należałoby wziąć pod uwagę możliwość zorganizowania szeregu darmowych spotkań otwartych, mających na celu kształtowanie umiejętności i kompetencji społecznych związanych z asertywnością, radzeniem sobie z negatywnymi emocjami czy identyfikacją podejmowanych przez siebie zachowań ryzykownych oraz źródeł ich występowania.
- **Palenie wyrobów tytoniowych** jest wśród dorosłych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek rozpowszechnionym nałogiem. 63% badanych deklaruje regularne palenie papierosów oraz e-papierosów, a żaden z respondentów nie wskazał, aby nie palił w ogóle.
- Badani respondenci deklarują, że znają w swoim środowisku osoby przyjmujące substancje odurzające tj. **narkotyki i dopalacze. 1% z nich deklaruje, że zna,**

co najmniej jedną osobę przyjmującą te substancje. Wskazane jest zwrócenie szczególnej uwagi na dostępność oraz rozpowszechnienie informacji na temat działań podejmowanych przez władze lokalne w zakresie przeciwdziałania uzależnieniu od narkotyków i dopalaczy, a także rozpowszechnianie wiedzy o negatywnych skutkach ich zażywania.

- Według ankietowanych zjawisko przemocy w rodzinie w Gminie Miejskiej Ciechocinek nie występuje. **Żaden z badanych nie ma w swoim otoczeniu osób, które doświadczałyby przemocy w rodzinie oraz sami nie doświadczyli przemocy ze strony członków rodziny.**
- Problem uzależnienia od **gier hazardowych** na terenie Gminy Miejskiej Ciechocinek można określić jako znikomy. 1% mieszkańców deklaruje, że zdarza się im grać na automatach, gdzie wygraną są pieniądze. Należałoby zwrócić uwagę na dostępność oraz rozpowszechnianie informacji na temat instytucji, do których może zgłosić się osoba uzależniona od hazardu, a także mechanizmów uzależnienia zarówno w środowisku dorosłych, jak i dzieci oraz młodzieży.
- Badani mieszkańcy oceniają swój poziom wiedzy na wystarczający w kwestiach: praw użytkownika Internetu oraz ochrony danych osobowych i zachowania prywatności w sieci. Dodatkowo nikt nie zna w swoim otoczeniu osób, które padłyby ofiarą przestępstwa Internetowego.
- Z odpowiedzi uzyskanych od ankietowanych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek wynika, iż **45% z nich korzysta ze smartfonu do 1 godziny dziennie**, co można uznać za rozsądny czasokres. Niepokojące są wskazania łącznie 11% badanych, którzy deklarują czas przeznaczony na korzystanie z telefonu od 4 godzin dziennie
- Tylko 2% mieszkańców dostrzega potrzebę realizacji działań z zakresu profilaktyki uzależnień. Świadczyć to może o niskim poziomie wiedzy mieszkańców na temat tego, jak istotne jest ograniczanie rozmiarów używania lub nadużywania substancji psychoaktywnych (alkohol, nikotyna, narkotyki, nowe substancje psychoaktywne, leki) oraz zapobieganie różnorodnym szkodom zdrowotnym i społecznym, które są z tym związane.

- 99% badanych ocenia stan bezpieczeństwa publicznego na terenie gminy jako zadowalający. 62% ocenia pomoc i wsparcie okazywane osobom potrzebującym za wystarczające
- Mieszkańcy Gminy Miejskiej Ciechocinek uważają, że lokalne środowisko zapewnia w bardzo dobrym i dobrym stopniu możliwości i warunki spędzenia czasu wolnego.

Sprzedawcy napojów alkoholowych

- Rozkład deklaracji dotyczących sprzedaży alkoholu pozwala sądzić, iż sprzedawcy **odpowiedzialnie podchodzą** do sprzedaży alkoholu osobom niepełnoletnim. W przypadku wątpliwości, co do wieku osoby kupującej alkohol **100% badanych deklaruje, że często sprawdza dowody potwierdzające wiek**. Zestawiając te wyniki z opiniami badanych uczniów w szkołach z terenu Gminy Miejskiej Ciechocinek, zalecane jest przeprowadzenie kampanii informacyjnej z zakresu odpowiedzialnej sprzedaży napojów alkoholowych i wyrobów tytoniowych. Kampania informacyjna może, zatem obejmować szkolenie dla sprzedawców, akcje z wykorzystaniem techniki Mystery Shopping i dystrybucję materiałów typu plakaty, naklejki do umieszczenia w punktach. Rekomenduje się także zapoznanie pracowników punktów sprzedaży napojów alkoholowych z procedurą skutecznej odmowy, wzmacnianie umiejętności asertywności oraz ukazanie sposobów wspomagających współpracę sprzedawców z Policją.

Dzieci i młodzież szkolna

- **Problem spożywania napojów alkoholowych** przez dzieci i młodzież szkolną w Gminie Miejskiej Ciechocinek nie występuje. 100% badanych uczniów w każdej grupie wiekowej zadeklarowało, że nigdy nie próbowało alkoholu. Planując oddziaływania profilaktyczne kierowane do dzieci i młodzieży warto wykorzystywać proces uczenia się rówieśniczego. Jest to sytuacja, w której dorastający człowiek czerpie pozytywne poglądy i postawy nie tylko od nauczyciela czy pedagoga, ale głównie od swoich rówieśników. Jeśli podczas programów profilaktycznych zostaną

przeprowadzone odpowiednio dobrane ćwiczenia i zabawy, uczniowie sami wyciągną wnioski dotyczące alkoholu i będą mieli okazję podzielić się nimi z grupą.

- Badania wykazały, że pewien odsetek badanych młodych mieszkańców Gminy Miejskiej Ciechocinek palił lub nadal pali wyroby papierosowe. Do palenia papierosów chociaż raz w życiu przyznaje się 20% uczniów klas 7-8. Jednocześnie niepokojący jest względnie bardzo łatwy dostęp dzieci i młodzieży do wyrobów tytoniowych i napojów alkoholowych. Jego ograniczenie jest zadaniem leżącym w obowiązku osób dorosłych. Rekomenduje się podejmowanie działań budujących świadomość zagrożenia

związanego z poszczególnymi używkami poprzez warsztaty profilaktyczne, szkolenia dla nauczycieli lub pogadanki profilaktyczne dla rodziców.

- Jak wynika z badań problem **zażywania substancji psychoaktywnych takich jak narkotyki czy dopalacze nie występuje**. Uczniowie w większości nie potrafią ocenić, czy nabycie owych substancji jest w ich otoczeniu trudne czy łatwe. Należy zwrócić uwagę na profilaktykę narkotykową wśród uczniów. W przypadku zażywania substancji psychoaktywnych bardzo ważne jest prowadzenie regularnych zajęć profilaktycznych z zakresu przeciwdziałania uzależnieniom. Najbardziej sprzyjające okoliczności do kontaktu z substancjami psychoaktywnymi stwarzają wakacje oraz czas wolny, dlatego też dzieci w tym okresie powinny zostać otoczone szczególną uwagą opiekunów i uświadamiane w kwestii niebezpieczeństw, jakie wiążą się z zażywaniem substancji psychoaktywnych. Zaleca się podjęcie obserwacji w placówkach oświatowych, w celu identyfikacji uczniów zażywających środki psychoaktywne.

- Niepokój budzi ilość czasu spędzanego na **korzystaniu z komputera, telefonu komórkowego**. Uczniowie spędzają w ten sposób nawet powyżej 6 godzin dziennie. Oznaczać to może, że po zakończonych lekcjach są to ich jedyne formy spędzania czasu. Należy mieć na uwadze, iż trzeba wspierać wszelkie inicjatywy rozwijające różnorodne pasje uczniów, tak aby były bardziej atrakcyjną formą spędzania czasu po szkole niż surfowanie po stronach internetowych oferujących niewiele wartościowych treści. Istotne jest, aby włączać w te działania rodziców, którzy mają możliwość nadzorowania tego, jak ich dzieci wykorzystują domowe komputery i inne urządzenia z dostępem do Internetu.

- **29% uczniów SP klas 4-6 oraz 42% uczniów SP klas 7-8 doświadczyło w przestrzeni internetowej zjawiska hatingu, nazywanego potocznie przez uczniów „hejtowaniem”.** Wskazuje to na konieczność szerokiej edukacji z zakresu bezpiecznego korzystania z Internetu: wspierania świadomości prawnej, umiejętności ochrony przez niebezpiecznymi sytuacjami, wiedzy dotyczącej ochrony własnych danych.
- Zauważalnym problemem wydaje się być skłonność uczniów do korzystania z **gier hazardowych**, a internetowe gry „na pieniądze” zaczynają być coraz bardziej popularne wśród dzieci i młodzieży. Warto zaznajomić uczniów z tematyką powstawania uzależnienia od hazardu, na przykład poprzez przeprowadzenie warsztatów profilaktycznych lub krótkich pogadań na lekcjach wychowawczych.
- Uczniowie z Gminy Miejskiej Ciechocinek zostali także poproszeni o ocenę powszechności występowania niektórych uzależnień behawioralnych w ich otoczeniu. Za najbardziej powszechne uczniowie uznali uzależnienie od Internetu oraz uzależnienie od smartfonu. Natomiast jako najrzadziej występujące uzależnienie behawioralne badani ocenili uzależnienie od hazardu oraz zaburzenia odżywiania
- Uczniowie w Gminie Miejskiej Ciechocinek deklarują w zdecydowanej większości bardzo dobre lub dobre relacje z opiekunami. Zaleca się rozwijanie pozytywnego potencjału rodziny i jednocześnie wzmacnianie czynnika chroniącego, jakim jest pozytywna więź dziecka z rodzicami poprzez realizację warsztatów podnoszących kompetencje wychowawcze rodziców.

