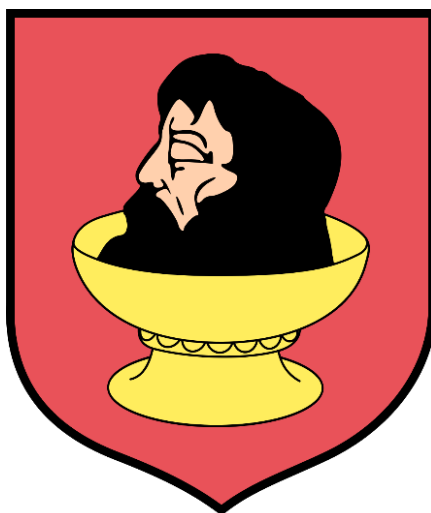




INSTYTUT SZKOLENIOWO - BADAWCZY



Diagnoza

lokalnych problemów społecznych mieszkańców

Gminy Bielsk

Bielsk, grudzień 2023 r.

Spis treści

1. Metryka Gminy Bielsk.....	2
2. Wprowadzenie do badań	2
3. Problemy społeczne w środowisku dzieci i młodzieży	4
3.1 Problematyka badawcza	5
3.2. Technika i narzędzia badawcze	5
3.3. Badania populacji.....	6
3.4. Miejsce i termin badania	8
3.5 Rezultaty badań	8
3.5.1 Młodzi Polacy i alkohol	8
3.5.2 Młodzież z terenu Gminy Bielsk, a substancje psychoaktywne.....	10
3.5.3 Młodzi Polacy i narkotyki.....	18
3.5.4 Młodzież a narkotyki.....	19
3.5.5 Młodzież a uzależnienia behawioralne.....	23
4. Lokalne zagrożenia społeczne w grupie dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk.....	36
4.1 Badana populacja	36
4.2 Miejsce i termin badań	37
4.3 Rezultaty badań	37
4.3.1 Najważniejsze problemy społeczne w opinii dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk.....	37
4.3.2 Spożywanie alkoholu oraz związane z nim inne problemy społeczne ...	39
4.3.3 Narkotyki w środowisku lokalnym	43
4.3.4 Uzależnienia behawioralne wśród dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk.....	48
5. Wnioski i rekomendacje	61

1. Metryka Gminy Bielsk

Gmina Bielsk położona jest w zachodniej części województwa mazowieckiego i terytorialnie przynależy do powiatu płockiego. Usytuowana jest na skrzyżowaniu wielu ważnych szlaków komunikacyjnych. Przez teren gminy przebiega droga krajowa nr 60 i drogi wojewódzkie nr 540 i 560 oraz linia kolejowa nr 33.

Siedzibą Gminy jest Bielsk. Gmina graniczy z gminami: Stara Biała, Gozdowo, Zawidz, Drobin, Staroźreby oraz Radzanowo. Położona jest w odległości około 18 km od siedziby powiatu miasta Płocka i około 110 km od siedziby województwa - Warszawy.

Powierzchnia Gminy Bielsk wynosi 125,53 km², tj. 12 553 ha, z czego 10 320 ha zajmują użytki rolne, a 2 233 ha to drogi, lasy i pozostałe grunty. Gmina Bielsk ma 8 912 mieszkańców, z czego 50,2% stanowią kobiety, a 49,8% mężczyźni.

2. Wprowadzenie do badań

W celu przeprowadzenia diagnozy zagrożeń społecznych na terenie Gminy Bielsk przeprowadzono **badania ankietowe**.

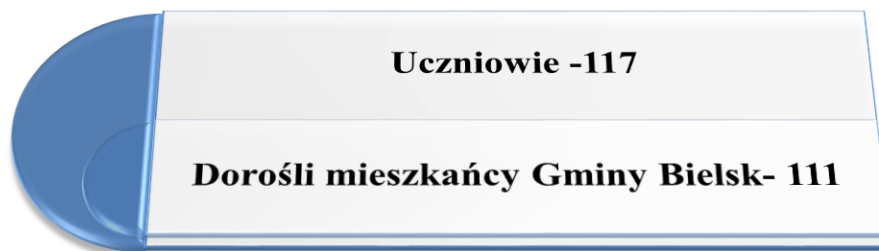
Badania ankietowe to jedna z metod stosowanych w naukach społecznych. Metoda ta polega na uzyskiwaniu danych poprzez zadawanie pytań na podstawie specjalnie przygotowanego kwestionariusza - uzyskiwanie odpowiedzi przez ankietera od wybieranych na podstawie odpowiednio dobieranych prób badawczych respondentów. Badania ankietowe przeprowadza się zawsze na próbie reprezentatywnej, wykorzystuje się kwestionariusz wywiadu lub **kwestionariusz ankiety** w bardzo standaryzowanych wersjach. Materiały zebrane w badaniach ankietowych są opracowywane w sposób ilościowy.

Badanie to objęło dwie wybrane grupy mieszkańców:

- ✓ uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych,
- ✓ dorosłych mieszkańców gminy oraz

Łącznie w badaniu wzięło udział 228 osób.

Liczbowo przedstawia się to następująco:



Zakres prac badawczych odnosił się do zdiagnozowania następujących problemów:

- **Problemu alkoholowego (alkoholizmu)** – według WHO (World Health Organization) to „wszelki sposób picia, który wykracza poza miarę tradycyjnego i zwyczajowego spożycia albo poza ramy obyczajowego, przyjętego w całej społeczności, picia towarzyskiego bez względu na czynniki, które do tego prowadzą” (T. Pilch, Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku, str. 92). Problem alkoholowy jest jednym z najpoważniejszych i najpowszechniejszych problemów społeczeństwa polskiego. Nadużywanie alkoholu, jak i uzależnienie od jego spożywania, implikuje szereg szkód zarówno dla jednostki korzystającej z jego właściwości, jak i osób żyjących w otoczeniu osoby patologicznie pijącej. Wszelkie działania redukujące tego typu szkody i zapobiegające powstawaniu i mnożeniu się problemów alkoholowych stanowią niezbędną aktywność dla przywrócenia równowagi zdrowotnej wszystkim osób uwikłanych w uzależnienie jednostki oraz przywrócenia tejże do powrotu do prawidłowego pełnienia ról społecznych: ucznia, rodzica, pracownika, partnera, kolegi, sąsiada, obywatela itd., a przede wszystkim do realizacji zadań życiowych związanych z pełnieniem każdej z tych ról.
- **Problemu narkotykowego (narkomania)** – według ustawy z dnia 29 lipca 2005r. przeciwdziałaniu narkomanii, narkomania to: „stałe lub okresowe używanie w celach niemedycznych środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych lub nowych substancji psychoaktywnych, w wyniku czego może powstać lub powstało uzależnienie od nich”. W niniejszym raporcie zwrócono uwagę przede wszystkim na następujące kwestie związane z owym zjawiskiem: rozpowszechnienie i dostępność narkotyków oraz dopalaczy, skala problemu wśród dorosłych mieszkańców, dzieci i młodzieży szkolnej na terenie gminy.
- **Problem dotyczący uzależnień behawioralnych** – uzależnienia behawioralne, inaczej nazywane czynnościowymi nazywamy grupę objawów związanych z wielokrotnym,

długotrwałym i utrwalonym powtarzaniem konkretnej czynności. Działanie takie ma na celu zredukowanie złego samopoczucia i wewnętrznego napięcia poprzez osiągnięcie uczucia przyjemności, zaspokojenia, radości czy nawet euforii przez osobę wykonującą daną czynność. Zazwyczaj są to zachowania akceptowane społecznie. Wspólną cechą wszystkich uzależnień jest zaburzona kontrola impulsów, którym osoba z takimi problemami nie jest w stanie się oprzeć, a poddanie się im przynosi poczucie ulgi. **Szczególnie często uzależnienia behawioralne dotyczą dzieci oraz młodzieży.** Jednym z częstszych takich zaburzeń jest nałogowe korzystanie z zaawansowanych technicznie urządzeń do wymiany danych, takich jak komputery i smartfony.

Klasyfikacyjne ujęcie uzależnień (zaburzeń) behawioralnych:

- Klasyczne uzależnienia behawioralne związane z kompulsywnymi czynnościami: patologiczny hazard, pracoholizm, zakupoholizm, seksoholizm.
- Uzależnienia – zaburzenia związane z jedzeniem: anoreksja, bulimia, obżarstwo, nadużywanie słodczy (cukru), zaburzenia jedzenia na tle eco diet (ortoreksja).
- Patologiczne wizualizacje: bigoreksja, wizualizacje związane z modyfikacją ciała, kompulsywne tatuaże i piercing, tanoreksja.
- Cyberzaburzenia – cyberuzależnienia: video games disorder, patologiczne korzystanie z internetu (aplikacji i treści) i social mediów, kompulsywne/patologiczne cyberautoprezentacje, FOMO.
- Inne patologiczne formy nadczynności: kompulsywne uprawianie ćwiczeń, patologiczne nadaktywności sportowe.

Aby analiza ta była bardziej miarodajna, badaniem objęto różne grupy wiekowe respondentów. Analiza i interpretacja danych pozwoliła na sformułowanie wniosków oraz rekomendacji względem planowanych przyszłych działań profilaktycznych na terenie Gminy Bielsk.

3. Problemy społeczne w środowisku dzieci i młodzieży

Zagrożenie dzieci i młodzieży substancjami psychoaktywnymi jest szczególnie niepokojącym zjawiskiem, mającym miejsce w dzisiejszej rzeczywistości. Wymaga ono diagnozowania i podejmowania środków zaradczych. Celem podjętych badań była próba określenia obszaru zagrożenia substancjami psychoaktywnym i wśród młodzieży wybranych szkół oraz rozmiaru badanego zjawiska. W szczególności miano na celu pozyskanie

informacji na temat obecności substancji psychoaktywnych w środowisku młodych ludzi, ich poczucia zagrożenia oraz doświadczenia w tym zakresie.

Substancje psychoaktywne są to takie środki chemiczne, które poprzez swoje działanie na organizm człowieka powodują zmiany w jego samopoczuciu oraz zmieniony (zafałszowany) odbiór otaczającej go rzeczywistości. Przyjmowanie tych substancji wiąże się z bardzo dużym prawdopodobieństwem uzależnienia się.

W Polsce obowiązuje podział **substancji psychoaktywnych** na trzy główne grupy: alkohol, opiaty, leki uspokajające i nasenne (działające głównie rozluźniająco, uspokajająco, nasennie) kanabinoły i inne substancje halucynogenne, lotne rozpuszczalniki (działające głównie euforycznie, powodujące omamy, urojenia).

3.1 Problematyka badawcza

Problematyka badawcza koncentrowała się wokół zagadnień dotyczących przyjmowania substancji psychoaktywnych, głównie alkoholu i narkotyków, a także wiedzy młodych ludzi na temat ich dostępności na terenie Gminy Bielsk. Respondenci pytani byli także o motywacje sięgania po substancje psychoaktywne oraz o opinie na temat wiedzy ich rodziców na powyższy temat. W badaniach zostało również poruszone zagadnienie dotyczące uzależnień behawioralnych, szczególnie tych, które związane są z korzystaniem z Internetu oraz urządzeń elektronicznych, i ich wpływ na życie młodych oraz dorosłych mieszkańców gminy.

3.2 Technika i narzędzie badawcze

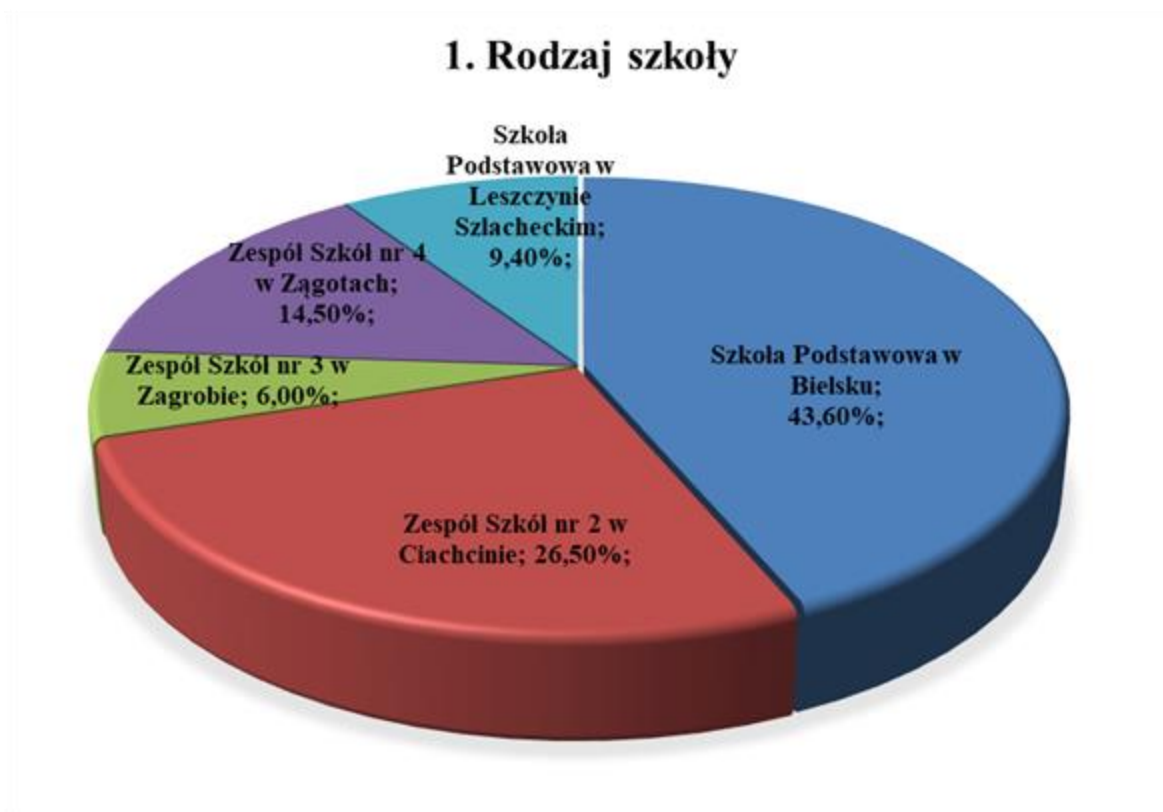
Techniką uzyskania materiału badawczego zastosowaną w omawianym badaniu była **anonimowa ankieta**. Ankietowani byli poinformowani o anonimowości przeprowadzanych badań, co jest bardzo ważne w kontekście poruszanej tematyki. Zagadnienia dotyczące uzależnień są trudne, bywa, że młodzież nie chce otwarcie rozmawiać, dlatego ważne jest by respondenci mieli świadomość tego, że dane wykorzystane będą tylko w kontekście prowadzonych badań.

Kwestionariusz ankiety składał się z 27 pytań dla uczniów szkół podstawowych. Zgodnie z europejskim standardem badanych zapytano o doświadczenia związane z używaniem substancji psychoaktywnych w ciągu 30 dni przed badaniem, co jest wskaźnikiem bieżącego używania.

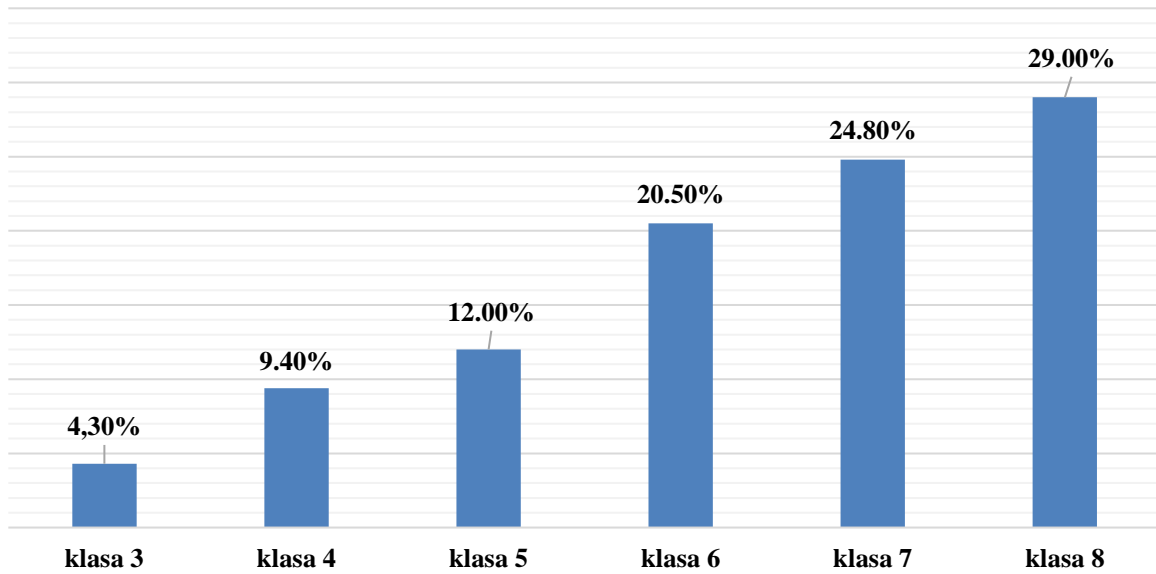
3.3 Badania populacji

Pierwszą grupę objętą badaniami stanowili uczniowie szkół podstawowych Gminy Bielsk.

1. Szkoła Podstawowa im. Władysława Broniewskiego w Bielsku, ul. Sierpecka 42, 09-230 Bielsk,
2. Zespół Szkół nr 2 w Ciachcinie, Ciachcin Nowy 54, 09-230 Bielsk,
3. Zespół Szkół nr 4 w Zągotach, Zągoty 11, 09-230 Bielsk,
4. Zespół Szkół nr 3 w Zagrobie, Zagroba 40, 09-230 Bielsk,
5. Szkoła Podstawowa w Leszczynie Szlacheckim, Leszczyn Szlachecki 34, 09-230 Bielsk.

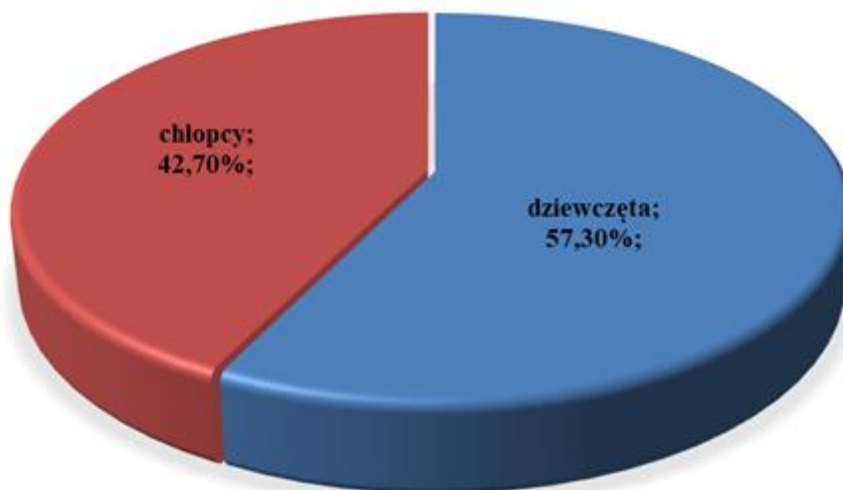


2. Klasa



Badanie zostało przeprowadzone na grupie badawczej liczącej łącznie 117 osób. Grupę uczniów szkół podstawowych stanowiło: dziewczęta – 57,3% oraz chłopcy – 42,7%.

3. Płeć



3.4 Miejsce i termin badania

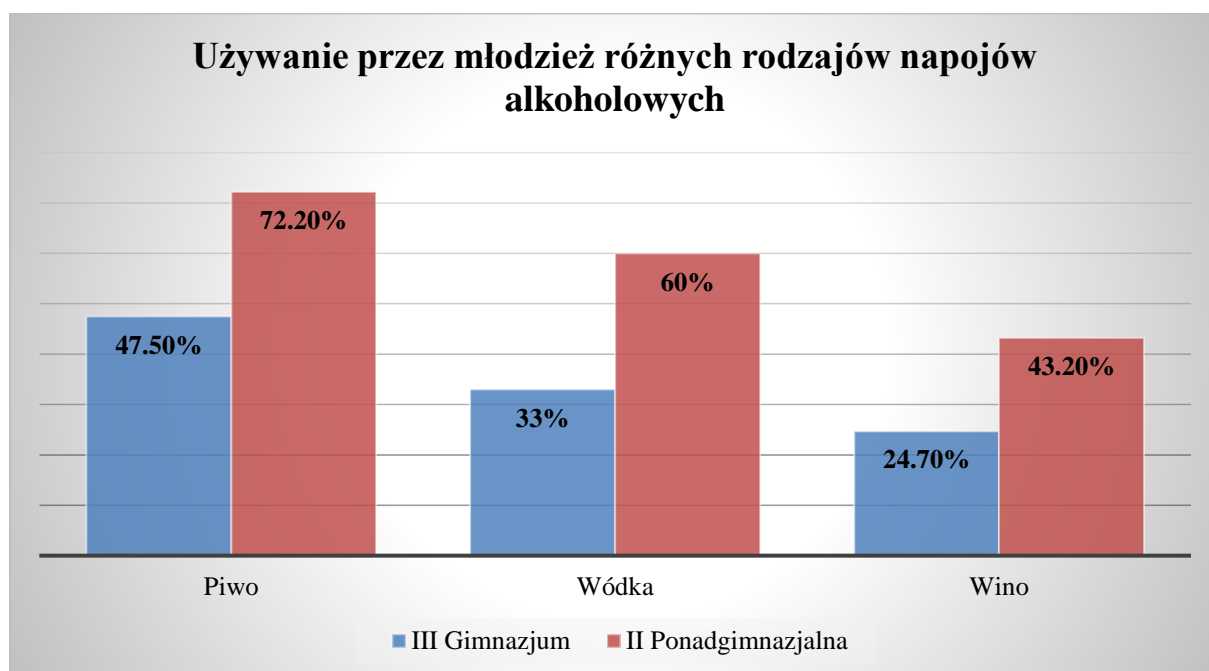
Badanie zostało przeprowadzone w IV kwartale 2023 roku. Ankiety wypełniane były w wersji elektronicznej, z wykorzystaniem platformy Survio.

3.5 Rezultaty badań

3.5.1 Młodzi Polacy i alkohol

Na wstępie naszej diagnozy przedstawiamy wybrane wyniki z ogólnopolskiego badania dotyczącego picia napojów alkoholowych przez młodzież - ESPAD - przeprowadzone w 2019 roku. Objęto nim uczniów klas trzecich szkół gimnazjalnych oraz klas drugich szkół ponadgimnazjalnych.

Jak pokazały wyniki dotychczasowych badań ogólnopolskich picie alkoholu przez młodzież stało się niemal statystyczną normą. Napoje alkoholowe są najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną wśród młodzieży szkolnej, podobnie jak ma to miejsce w dorosłej części społeczeństwa. Próby picia ma za sobą 84,9% uczniów z młodszej grupy badawczej i 96,6% uczniów ze starszej grupy badawczej. Preferencje spożywanych napojów alkoholowych są podobne wśród chłopców jak i wśród dziewcząt zarówno w młodszej jak i starszej grupie. Najbardziej popularnym napojem wśród chłopców i wśród dziewcząt jest piwo, potem wódka i wino.



Zaprezentowane dane ilustrują skalę problemu związanego z używaniem alkoholu przez współczesną młodzież. Warto je traktować jako dyrektywę do intensyfikacji działań profilaktycznych w szkołach. Wynika z nich również, iż osoby pracujące z młodzieżą stają w obliczu kolejnych problemów wychowawczych. Picie alkoholu staje się bowiem zachowaniem powszechnym wśród młodzieży i nie dotyczy on już tylko tzw. trudnej młodzieży i osób dorastających w rodzinach dysfunkcyjnych. Poza tym w okresie ostatnich lat wzrosły wskaźniki picia alkoholu przez dziewczęta, nieznacznie tylko różniąc się od poziomu wskaźnika chłopców.

Młodzież pije z wielu różnych powodów. Najczęściej za przyczynę picia alkoholu uznaje się presję otoczenia i trudność radzenia sobie z sytuacjami namawiania przez rówieśników. Powodem mogą też być negatywne wzorce prezentowane przez dorosłych. Dzieci od najmłodszych lat patrzą na pijących rodziców i nabierają przeświadczenia, że to nic złego. Na pytanie dlaczego piją, często mówią, że alkohol pomaga im w pozbyciu się stresu i pozwala im zapomnieć o kłopotach w domu lub w szkole. Niekiedy robią to na złość rodzicom lub nauczycielom. Jest to czasami także forma zachowań autoagresywnych. Pijąc alkohol zyskują pozorne uznanie w oczach rówieśników. Jest to dla nich sposób na uzyskanie akceptacji kolegów i koleżanek.

Dla dzieci i młodzieży alkohol wydaje się atrakcyjny, bo uważają, że bez niego nie ma dobrej zabawy. Nie przejmują się zdrowiem, konsekwencjami uzależnienia i problemami, które może wywoływać, uważając, że to ich nie dotyczy, a ponieważ brakuje im wiedzy na temat skutków oddziaływania alkoholu na organizm i psychikę człowieka, alkohol zbiera wśród młodzieży znaczne żniwo. Niestety nawet pomimo szeroko prowadzonych działań profilaktycznych oraz prób przekazywania młodzieży wiedzy na temat skutków picia alkoholu, młodzi ludzie podejmują niewłaściwe decyzje.

Znaczący wpływ na sięganie przez młodzież po napoje alkoholowe, zwłaszcza te niskoprocentowe, mają media. Reklamy przekonują, że piwo to napój orzeźwiający, który kojarzy się z zabawą, energią, młodością. Okazuje się, że aż 82% młodzieży uważa, że piwo nie jest alkoholem. Reklamy piwa pojawiające się w czasie największej oglądalności przedstawiają ludzi szczęśliwych, zrelaksowanych, otoczonych przyjaciółmi. Młodzi identyfikując się z bohaterami reklam, chcą spędzać czas podobnie. Browary dążą, by ich wizerunek odbierany był pozytywnie, wbrew zakazowi ustawodawcy sponsorują sport, akcje charytatywne, organizują pikniki i biesiady, po to by przyciągnąć młodego człowieka, chcąc pozyskać nowego potencjalnego konsumenta.

W ostatnich latach pojawiły się nowe grupy konsumentów – nastolatki kobiety, które łatwiej przyswajają sobie nowe trunki nie przywiązując wagi do tradycji alkoholowych, są nośnikami nowych wzorów picia. Dyskoteka, koncert, klub muzyczny to miejsca, w których wypada bywać, jest to modne i na czasie, a są one nierozzerwalnie związane z konsumpcją alkoholu.

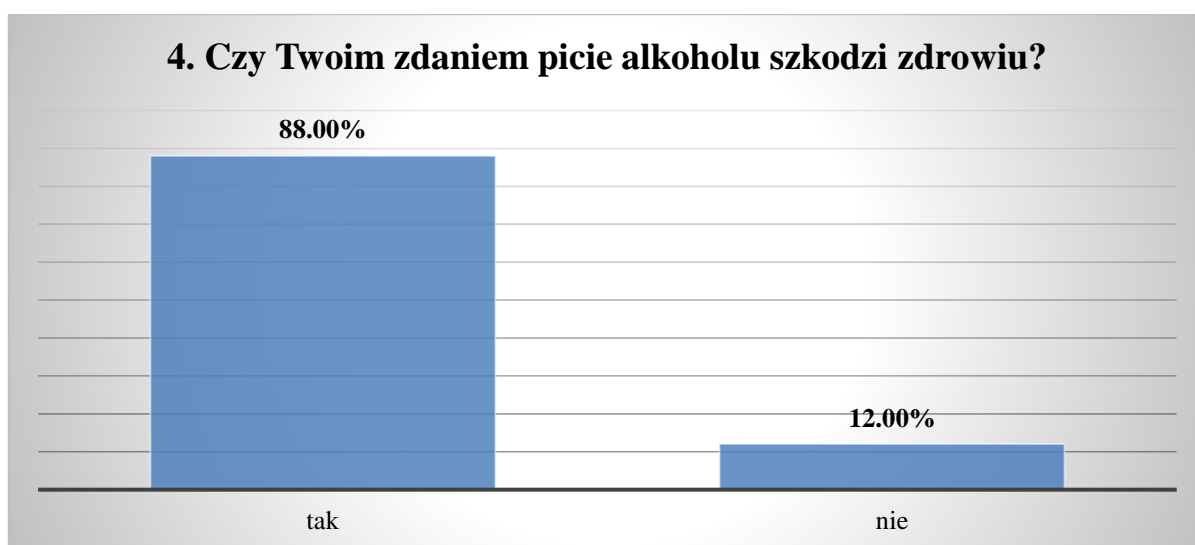
3.5.2. Młodzież z terenu Gminy Bielsk, a substancje psychoaktywne

Mimo prowadzonych na szeroką skalę działań profilaktyczno-edukacyjnych, dotyczących szkodliwości spożywania alkoholu i konsekwencji, jakie niesie ze sobą jego nadużywanie, nadal pozostaje on najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną. Mało tego, także najbardziej dostępną również dla młodzieży. Zwłaszcza alkohole niskoprocentowe traktowane są często przez młodych ludzi jako swego rodzaju forma rozrywki. Nie widzą oni zagrożenia i nie trafia do nich argument, że jest to ta sama substancja psychoaktywna, tyle że w różnym stężeniu procentowym.

Pytanie jakie zadaliśmy uczniom szkół Gminy Bielsk dotyczyły spożywania przez młodzież alkoholu.

Zapytaliśmy uczniów szkół Gminy Bielsk, czy ich zdaniem picie alkoholu szkodzi zdrowiu.

Twierdząco odpowiedziało na to pytanie 88,0% badanej młodzieży, jednak 12,0% uważa, że alkohol nie szkodzi zdrowiu.



Zapytaliśmy uczniów szkół Gminy Bielsk o ich opinię na temat powodów sięgania przez młodzież po alkohol.

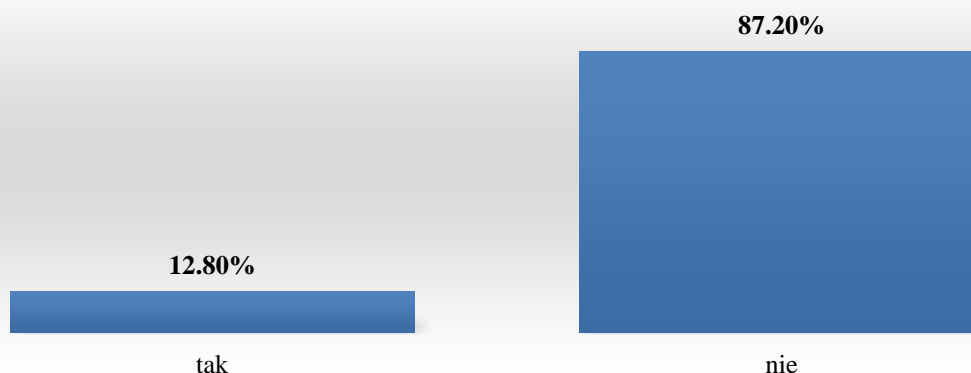
5. Jak sądzisz, z jakich powodów młodzież sięga po alkohol?



59,0% badanej młodzieży uważa, że ich rówieśnicy sięgają po alkohol aby dopasować się do kolegów, 35,0% uważa, że młodzież pije aby zapomnieć o kłopotach w domu lub szkole. 33,3% uważa, że po alkohol młodzież sięga aby poczuć się dorosłym, 29,9% wskazuje na dobrą zabawę, 5,1% uważa, że alkohol pomaga w pokonaniu nieśmiałości. 4,3% uważa, że ich rówieśnicy piją z braku zajęć w wolnym czasie oraz wskazuje na inne powody.

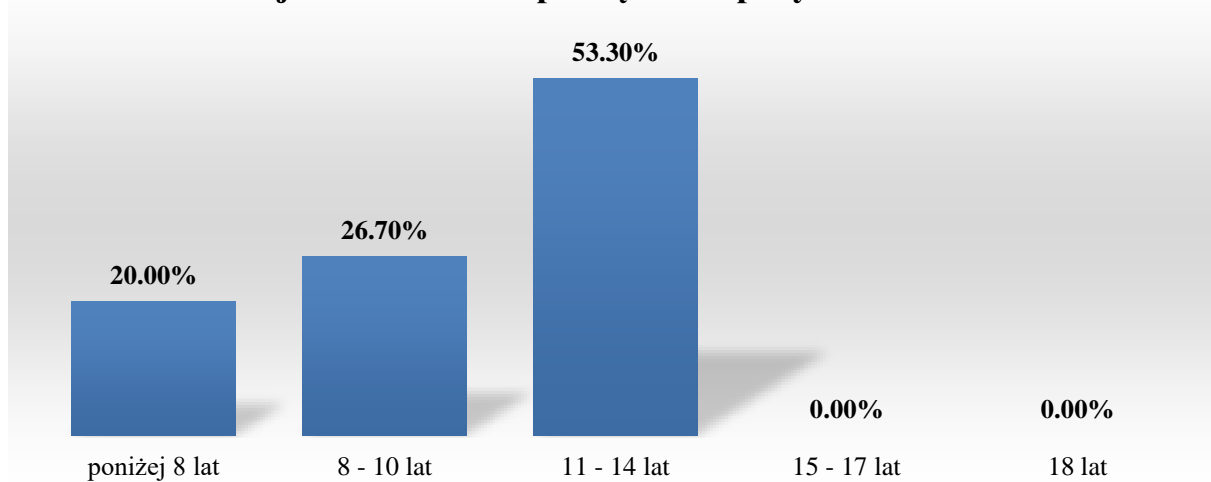
Zapytaliśmy młodych ludzi czy kiedykolwiek pili alkohol. **Twierdząco na pytanie o picie przez młodzież alkoholu odpowiedziało 12,8% badanych.** Alkoholu nie piło 87,2% ankietowanych.

6. Czy kiedykolwiek piłeś/aś alkohol?



Aby doprecyzować naszą wiedzę na temat spożywania alkoholu przez uczniów szkół Gminy Bielsk spytaliśmy respondentów o to, w jakim wieku rozpoczęli jego picie.

7. W jakim wieku rozpoczęłeś/aś spożywanie alkoholu?

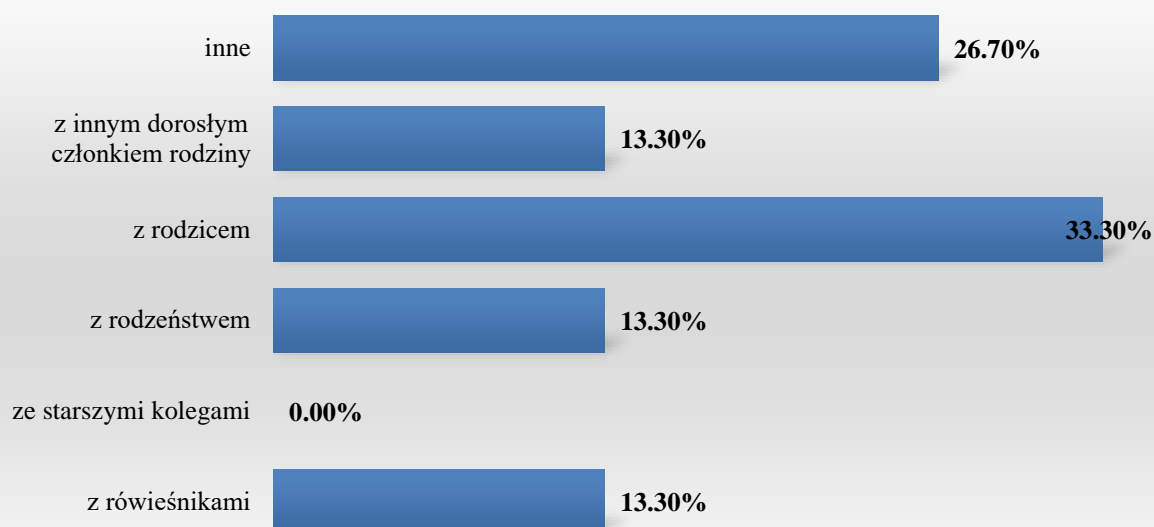


Na pytanie powyższe odpowiadali respondenci, którzy wcześniej zadeklarowali, że kiedykolwiek spożywali alkohol. 20,0% badanej młodzieży spożywanie alkoholu rozpoczęło w wieku poniżej 8 lat. 26,7% picie rozpoczęło w wieku 8 – 10 lat, w wieku 11 – 14 lat – 53,3%.

Ważną informacją jest również to z kim uczniowie szkół Gminy Bielsk po raz pierwszy pili alkohol i o to też zapytaliśmy w kolejnym pytaniu. Na pytanie to odpowiadali uczniowie, którzy zadeklarowali, że kiedykolwiek spożywali alkohol.

33,3% wskazało na rodziców. 13,3% badanej młodzieży wskazało, że po raz pierwszy po alkohol sięgnęło z rówieśnikami, z rodzeństwem oraz z innym dorosłym członkiem rodziny. Na inne osoby, z którymi po raz pierwszy młodzież piła alkohol wskazało 26,7% respondentów, którzy wcześniej zadeklarowali, że spożywali alkohol.

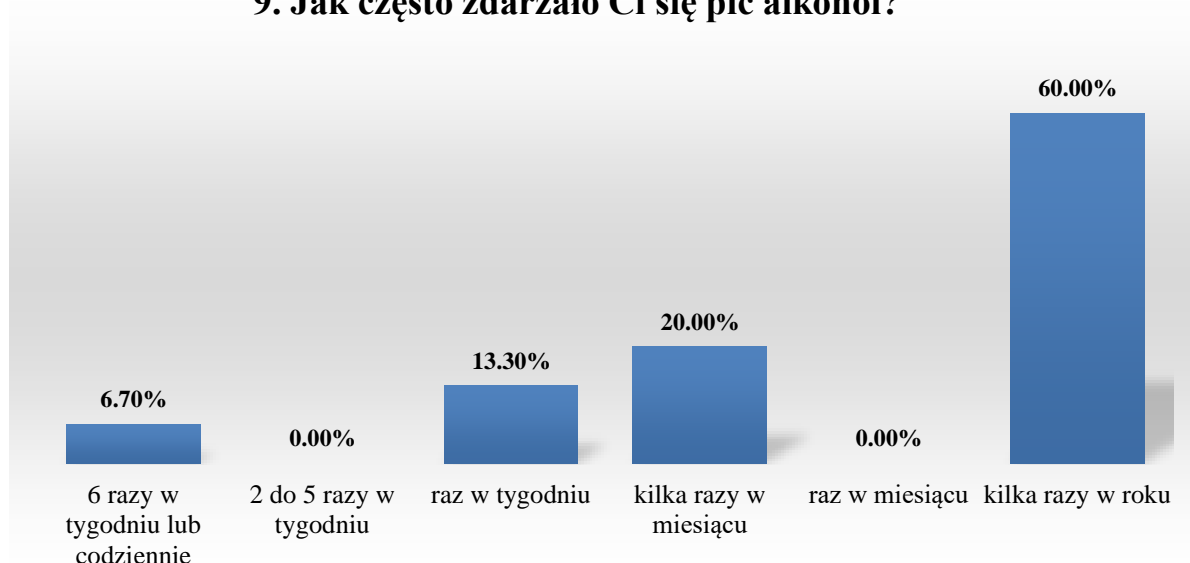
8. Z kim po raz pierwszy piłeś/aś alkohol?



Aby sprecyzować informacje dotyczące sięgania przez młodzież po alkohol zapytaliśmy uczniów jak często zdarzało im się pić alkohol. W tym przypadku również na pytanie odpowiadała młodzież, która wcześniej zadeklarowała, że kiedykolwiek piła alkohol.

Najwięcej bo 60,0% respondentów wskazało, że alkohol zdarza im się pić kilka razy w roku, 20,0% badanych uczniów po alkohol sięga kilka razy w miesiącu, 13,3% - raz w tygodniu, a **6,7% - 6 razy w tygodniu lub codziennie.**

9. Jak często zdarzało Ci się pić alkohol?



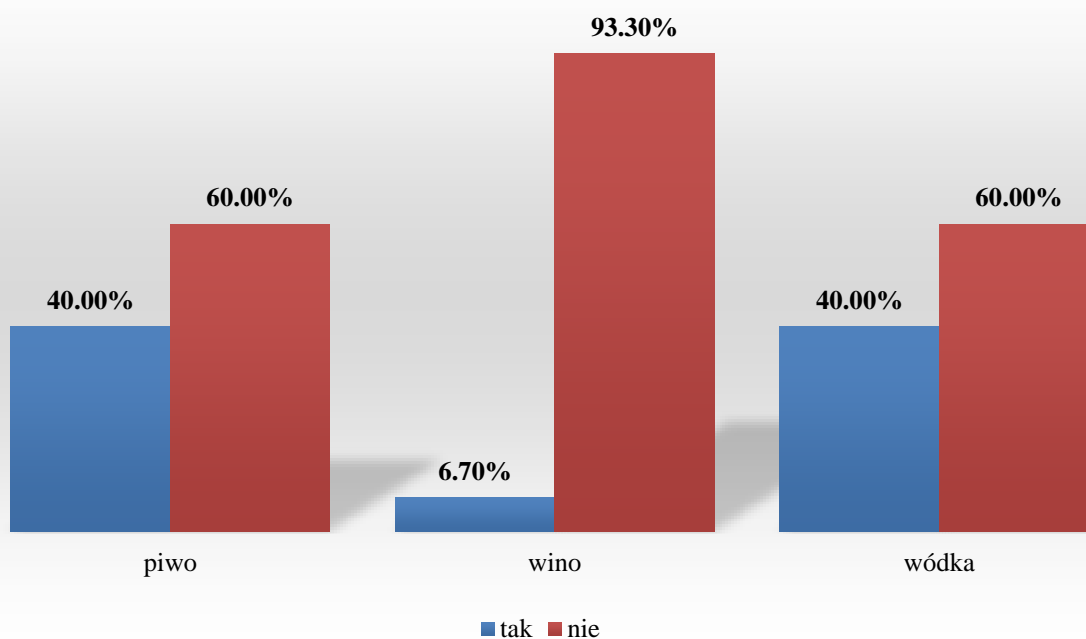
Warto przy tym pamiętać, że dla dzieci poniżej 15 roku życia, a także brały udział w badaniu, nawet niewielka ilość alkoholu, niegroźna dla dorosłych, jest niebezpieczna, dlatego, że zaburza ich procesy rozwojowe. Dotyczy to nie tylko rozwoju biologicznego, ale też emocjonalnego, intelektualnego i społecznego.

Jest to zatem problem nad którym warto się zastanowić i podjąć działania edukacyjno-profilaktyczne w tym zakresie.

Zapytaliśmy także młodych respondentów o to, kiedy ostatnio pili alkohol i jaki alkohol spożywali. Na pytanie to również odpowiadała młodzież, która wcześniej zadeklarowała, że kiedykolwiek spożywała alkohol.

Zgodnie z europejskim standardem, doświadczenia związane z używaniem alkoholu w ciągu 30 dni przed badaniem są wskaźnikiem bieżącego używania. Odpowiedzi udzielali uczniowie, którzy wcześniej zadeklarowali picie alkoholu.

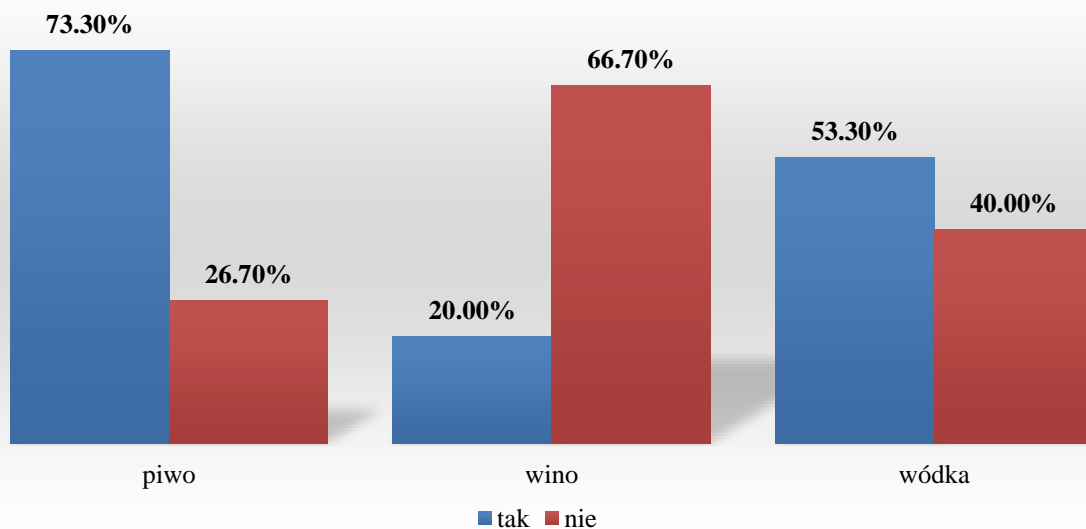
10. Czy w ciągu ostatnich 30 dni przed badaniem spożywałeś/aś?



Najpopularniejszym napojem alkoholowym wśród młodych ludzi z Gminy Bielsk jest piwo i wódka. Po ten rodzaj alkoholu sięgnęło w ciągu ostatnich 30 dni przed badaniem – 40,0% badanych. O winie wspomina 6,7% ankietowanych.

Trochę inaczej przedstawia się sytuacja w przypadku spożywania alkoholu przez młodzież ze szkół Gminy Bielsk w okresie ostatnich 12 miesięcy. W tym to okresie 73,3% uczniów spożywało piwo, 53,3% spożywało wódkę, a 20,0% uczniów spożywało wino.

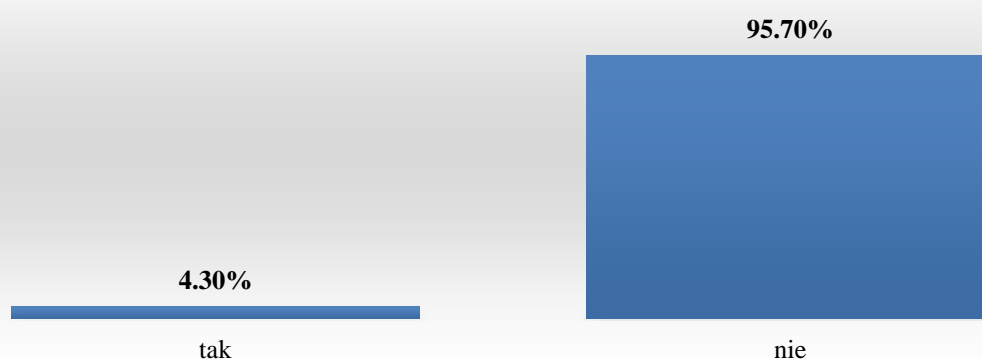
11. Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem spożywałeś/aś?



Kolejne pytanie dotyczące problematyki spożywania alkoholu przez uczniów szkół Gminy Bielsk dotyczyło możliwości zakupu alkoholu.

4,3% badanej młodzieży zadeklarowało, że kiedykolwiek zakupiło samodzielnie alkohol 95,7% badanej młodzieży wskazuje, że nie zdarzyło im się kupić samodzielnie alkoholu.

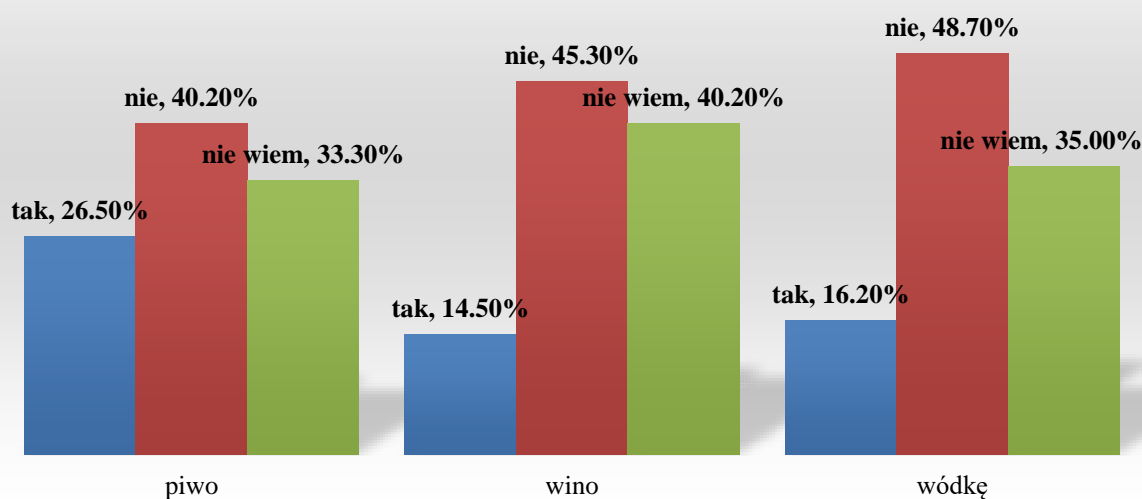
12. Czy kiedykolwiek samodzielnie kupiłeś/aś alkohol?



Młodzież odpowiedziała nam również na pytanie dotyczące możliwości zakupu różnego rodzaju alkoholi przez osoby, które nie mają ukończonego 18 roku życia.

26,5% badanych wskazuje, że można zakupić na terenie Gminy Bielsk piwo nie mając ukończone 18 lat, 16,2% wskazuje na wódkę, a 14,5% mówi o winie.

13. Czy uważasz, że na terenie Gminy Bielsk, nie mając ukończonych 18 lat, łatwo zakupić alkohol?



W Polsce od lat istnieją liczne ograniczenia w zakresie sprzedaży różnych kategorii produktów osobom niepełnoletnim. Głównie dotyczą one handlu detalicznego napojów alkoholowych oraz wyrobów tytoniowych.

Przepisy szczegółowo określają przypadki komu i kiedy sprzedawca może odmówić sprzedaży wspomnianych produktów.

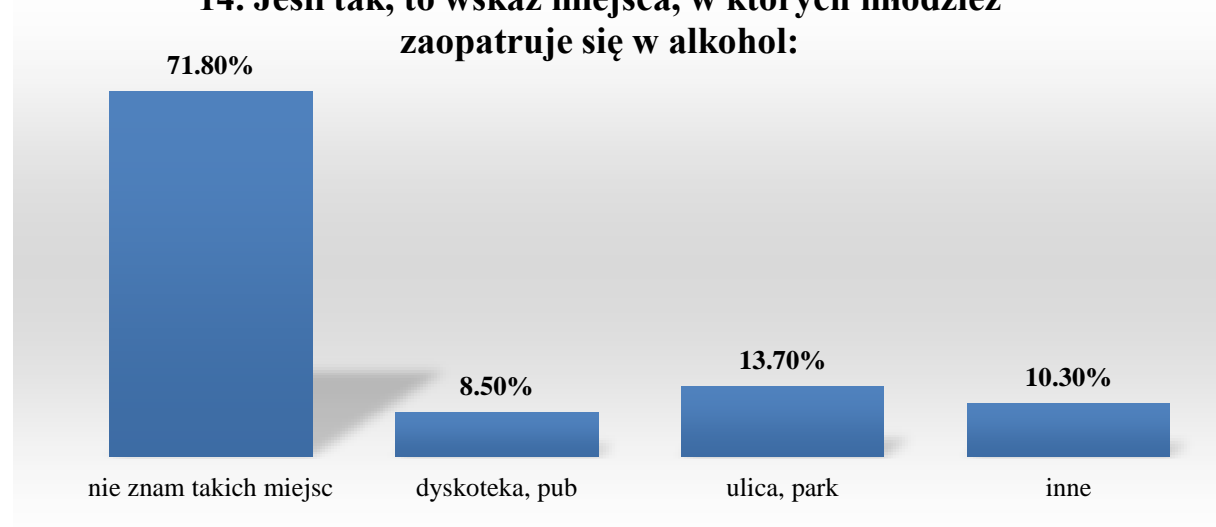
Jeśli chodzi o napoje alkoholowe, to ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi wskazuje, że zabrania się sprzedaży i podawania napojów alkoholowych:

- osobom, których zachowanie wskazuje, że znajdują się w stanie nietrzeźwości,
- osobom do lat 18,
- na kredyt lub pod zastaw.

Warto dodać, że do napojów alkoholowych objętych tymi ograniczeniami należą produkty przeznaczone do spożycia, które zawierają alkohol etylowy pochodzenia rolniczego w stężeniu przekraczającym 0,5% objętościowych alkoholu. Zatem np. piwa bezalkoholowe (do 0,5% obj.) formalnie nie podlegają pod te zakazy sprzedaży.

Poprosiliśmy również uczniów szkół Gminy Bielsk, o to aby wskazali nam miejsca, gdzie ten alkohol można zakupić. 71,8% badanych mówi, że nie zna takich miejsc. 13,7% respondentów wskazuje na ulicę i park oraz 8,5% na dyskotekę i pub. 10,3% mówi o innych miejscach.

14. Jeśli tak, to wskaż miejsca, w których młodzież zaopatruje się w alkohol:



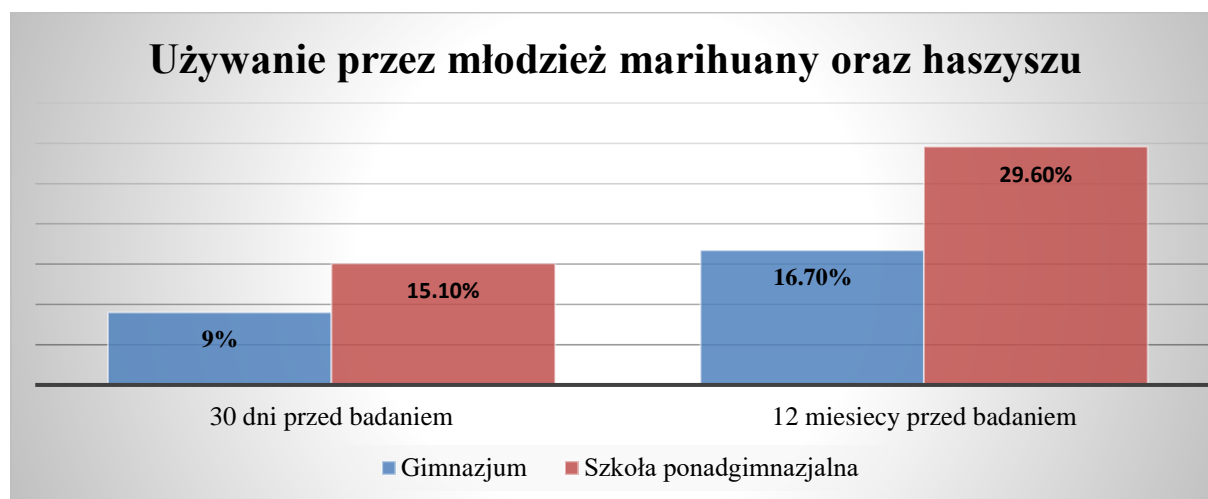
3.5.3. Młodzi Polacy i narkotyki

Działanie narkotyków na młody organizm różni się od ich wpływu na człowieka dorosłego – jest zdecydowanie silniejsze. Wynika to z mniejszej masy ciała, niedojrzałości organizmu, a szczególnie układu nerwowego. Narkotyki zmieniają sposób, w jaki odbierane są bodźce zewnętrzne, zmieniają odczuwanie bólu oraz pogarszają zdolność kontroli i oceny swoich zachowań. Skutki tych zmian mogą być zarówno bezpośrednie, takie jak wypadki, narażenie na niechciany kontakt seksualny, uszkodzenia ośrodkowego układu nerwowego, jak i odroczone w czasie, jakimi są straty społeczne czy uzależnienie. Bardzo dużo zależy od rodzaju narkotyku, jego dawki, częstotliwości i sposobu używania oraz odpowiedzi organizmu. Oznacza to, że skutki brania narkotyków bywają naprawdę trudne do przewidzenia.

Badania przeprowadzone na terenie Polski wskazują, że problem narkotykowy dotyczy coraz większej liczby młodych osób. Zgodnie z wynikami badań ESPAD z 2019 roku do szerokiej grupy innych niż alkohol i tytoń substancji psychoaktywnych należą takie substancje legalne jak leki przeciwbólowe i nasenne czy substancje wziewne oraz szeroka gama substancji nielegalnych. Pod pojęciem substancji nielegalnych rozumiemy tu substancje, których produkcja i handel są czynami zabronionymi przez prawo. W języku publicystyki substancje te często nazywane są narkotykami.

Dane pokazują, że wśród uczniów klas gimnazjalnych na pierwszym miejscu pod względem rozpowszechnienia eksperymentowania znajdują się marihuana i haszysz (24,1%).

Wśród uczniów klas starszych - ponadgimnazjalnych na pierwszym miejscu również znajdują się również marihuana i haszysz (46,3%).



Rozpowszechnienie podejmowania prób z substancjami psychoaktywnymi innymi niż alkohol i tytoń zależne jest od płci. Związek między używaniem substancji a płcią występuje na obu poziomach nauczania – gimnazja i szkoły ponadgimnazjalne. Chłopcy częściej deklarują próby używania praktycznie wszystkich substancji poza lekami uspokajającymi i nasennymi. Eksperymentowanie z lekami uspokajającymi i nasennymi znacząco bardziej rozpowszechnione jest wśród dziewcząt. Jednak próby łączenia alkoholu z tabletkami spotyka się tak samo często wśród dziewcząt, jak wśród chłopców.

Wyniki badań ESPAD pokazały nam kilka interesujących zmian na scenie narkotykowej kraju. Przede wszystkim odnotowuje się niewielki spadek odsetka uczniów, którzy deklarowali używanie przetworów konopi (marihuany lub haszyszu). W 2019 roku odnotować jednak trzeba wyraźny wzrost dostępności przetworów konopi, podczas gdy dostępność narkotyków syntetycznych pozostaje w trendzie spadkowym, przynajmniej jeśli za wskaźnik przyjmujemy deklarację bardzo łatwego dostępu.

W 2019 roku w badaniach ESPAD po raz kolejny zapytano młodzież o używanie „dopalaczy”. Rozszerzono także ankietę o dodatkowe pytania na ich temat w celu zgłębienia ich niechlubnego fenomenu. Można stwierdzić analizując wyniki aktualnych badań i wyniki z lat poprzednich, że odsetek uczniów sięgających po „dopalacze” uległ zmniejszeniu. Podczas, gdy w 2015 roku do używania „dopalaczy” kiedykolwiek w życiu przyznawało się 10,3% uczniów gimnazjum i 12,6% uczniów szkoły ponadgimnazjalnej, tak w roku 2019 było to kolejno 5,2% oraz 5,3%. Używanie „dopalaczy” jest bardziej rozpowszechnione wśród chłopców niż wśród dziewcząt.

3.5.4 Młodzież a narkotyki

Mimo iż temat tzw. dopalaczy w ostatnim czasie nieco ucichł, nie oznacza to, że problem zażywania narkotyków i innych substancji psychoaktywnych przez młodych ludzi zniknął. Na podstawie obserwacji można jedynie stwierdzić, że zmienia się „popularność” poszczególnych substancji. A młodzież niestety nadal w narkotykach szuka rozrywki, zapomnienia, ucieczki od problemów. Niezależnie od motywacji, jak również od środków, jakie młodzi ludzie przyjmują, narkotyki stanowią ciągle śmiertelne zagrożenie.

Moje dziecko na pewno by tego nie zrobiło— tak myśli większość rodziców przekonanych o tym, że problem uzależnienia od środków zmieniających świadomość nie dotyczy ich rodziny. Tymczasem po narkotyki i dopalacze sięgają również dobrzy uczniowie, z którymi nie było do tej pory problemów wychowawczych. Dlaczego to robią? Na jakie

elementy życia dziecka zwrócić uwagę, by móc zapobiec temu, by dziecko rozpoczęło przygodę ze środkami psychoaktywnymi?

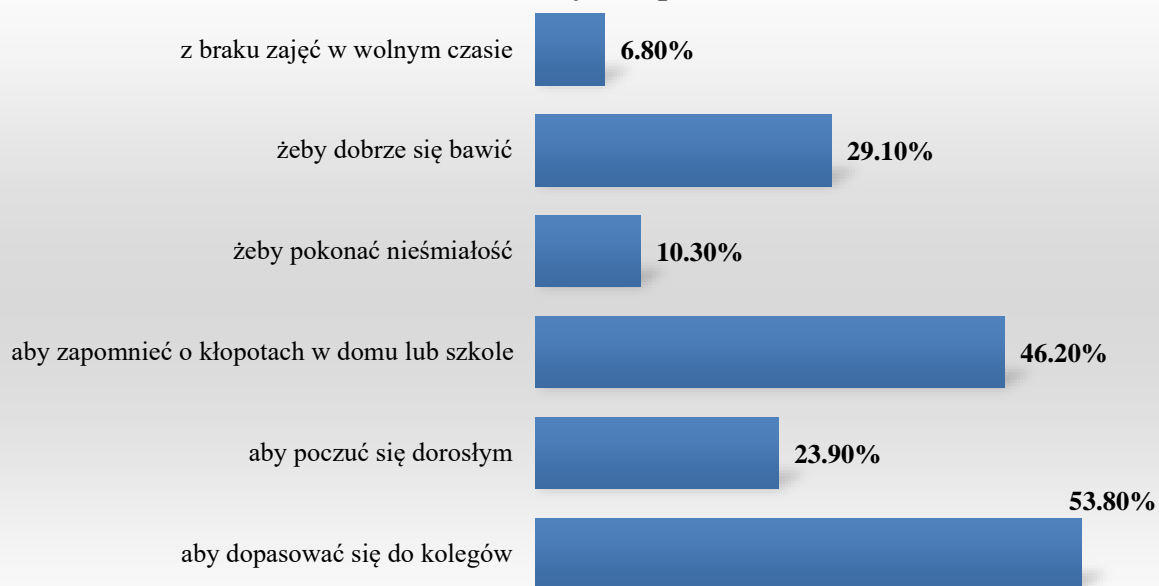
Zapytaliśmy uczniów szkół Gminy Bielsk, czy uważają, że sporadyczne zażywanie narkotyków i dopalaczy jest bezpieczne?

Twierdząco odpowiedziało na to pytanie 4,3% badanej młodzieży, 84,6% uważa, że sporadyczne zażywanie narkotyków i dopalaczy nie jest bezpieczne, a 11,1% uważa, że trudno powiedzieć.



Zapytaliśmy również uczniów szkół Gminy Bielsk o ich opinię na temat powodów sięgania przez młodzież po narkotyki czy też dopalacze.

16. Jak sądzisz, z jakich powodów dzieci i młodzież sięgają po narkotyki/dopalacze?

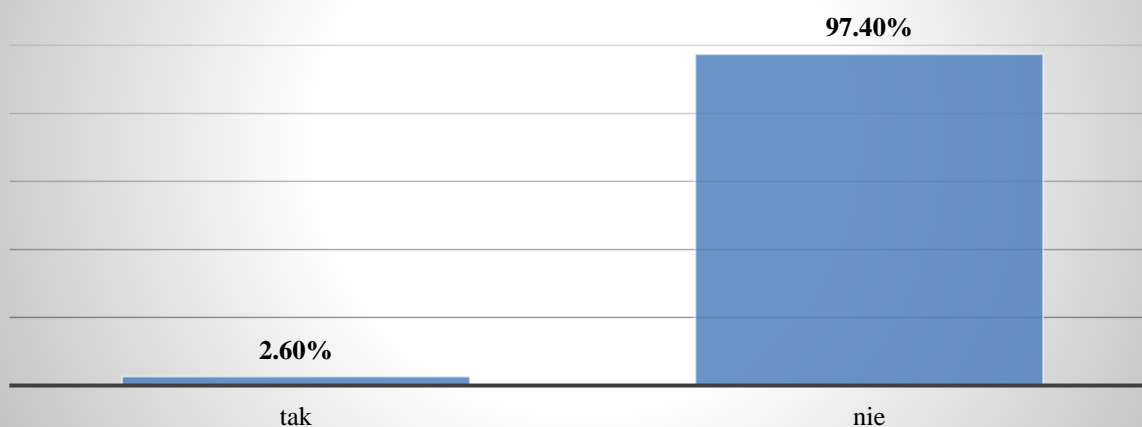


53,8% badanej młodzieży uważa, że ich rówieśnicy sięgają po narkotyki i dopalacze aby dopasować się do kolegów, 46,2% twierdzi, że młodzież zażywa narkotyki i dopalacze aby zapomnieć o kłopotach w domu lub szkole, 29,1% wskazuje na dobrą zabawę, 23,9% uważa, że po narkotyki i dopalacze młodzież sięga aby poczuć się dorosłym, 10,3% uważa, że narkotyki i dopalacze pomagają w pokonaniu nieśmiałości. 6,8% uważa, że ich rówieśnicy biorą z braku zajęć w wolnym czasie.

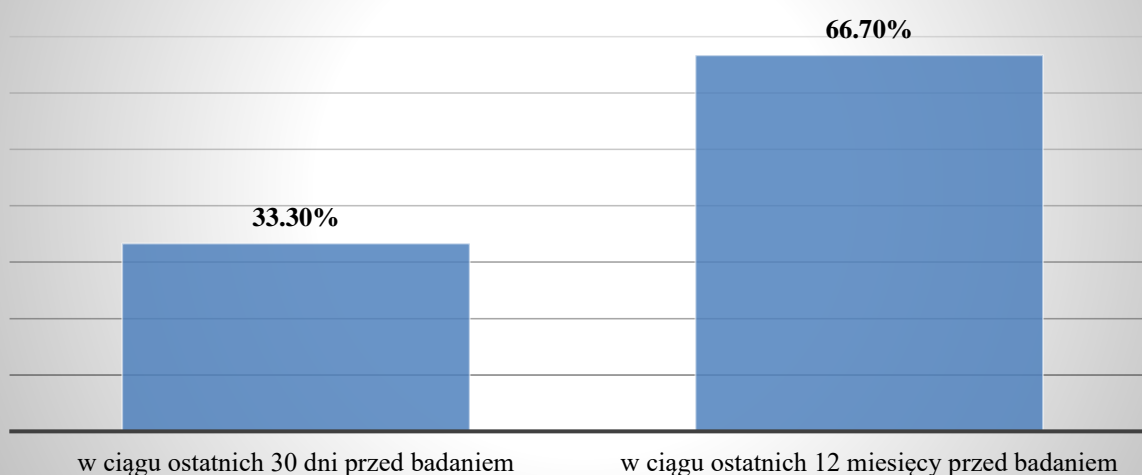
Kolejnym, istotnym pytaniem jakie zadaliśmy uczniom szkół Gminy Bielsk, dotyczyło ich osobiście. Zapytaliśmy, czy zażywali kiedykolwiek jakieś narkotyki czy też dopalacze.

2,6% odpowiedziało na to pytanie twierdząco, 97,4% narkotyków i dopalaczy nigdy nie zażywało.

17. Czy zażywałeś kiedykolwiek jakieś narkotyki/dopalacze?



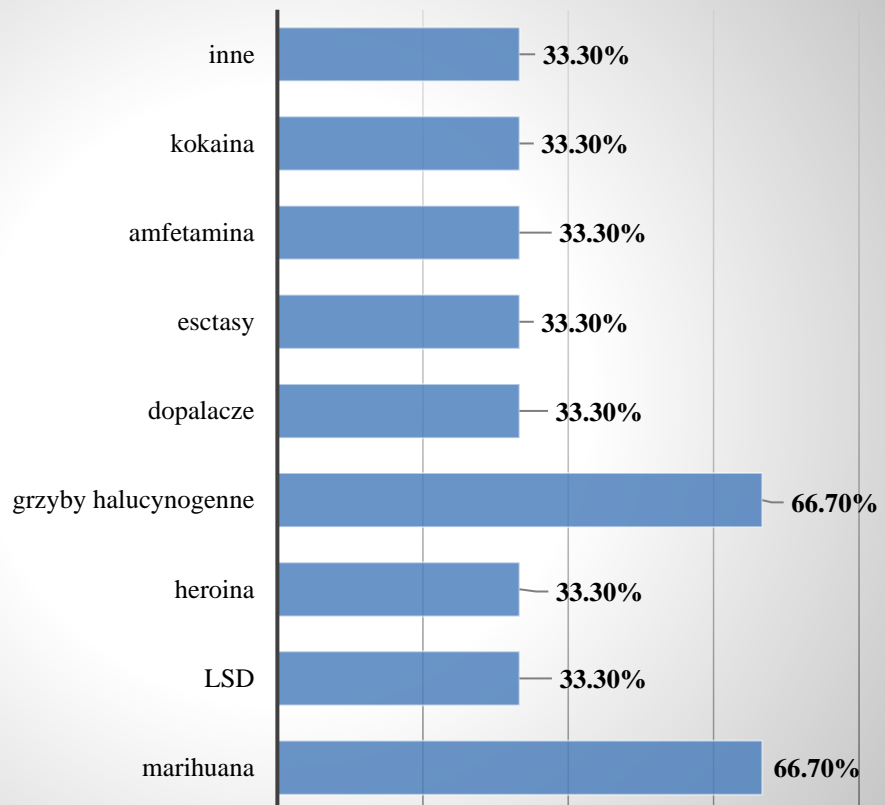
18. Kiedy ostatnio zażywałeś/aś narkotyki/dopalacze?



Młodzież, która zadeklarowała, że kiedykolwiek zażywała narkotyki, odpowiedziała również na pytanie, kiedy to ostatnio robiła. 33,3% badanych zażywała narkotyki i dopalacze w ciągu ostatnich 30 dni przed badaniem, a 66,7% w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem.

66,7% badanej młodzieży, która zadeklarowała, że kiedykolwiek zażywała narkotyki wskazała na marihuanę i grzyby halucynogenne, a 33,3% na LSD, heroinę, dopalacze, ecstasy, amfetaminę, kokainę i inne.

19. Po jakie substancje odurzające sięgasz najczęściej?



Powszechnie uważa się, że skuteczna profilaktyka jest optymalnym sposobem hamowania rozwoju lub ograniczania skali zjawisk uznanych za dolegliwe społecznie. Głównie z tego względu jest znacznie bardziej opłacalna niż kosztowne działania zaradcze konieczne w sytuacji, gdy wzrasta skala niepożądanych zjawisk. Zgodnie z takim rozumieniem profilaktyka używania substancji psychoaktywnych to zmniejszanie ryzyka ich używania oraz związanych z tym problemów, poprzez opóźnienie lub przeciwdziałanie inicjacji, niedopuszczanie do poszerzania się kręgu osób - szczególnie ludzi młodych, eksperymentujących z legalnymi i nielegalnymi substancjami.

3.5.5 Młodzież a uzależnienia behawioralne

Do grupy uzależnień behawioralnych zaliczają się rozbudowane i różnorodne objawy związane z częstym i powtarzalnym wykonywaniem tych samych czynności lub całych grup czynności. Najczęściej ich powtarzanie wywołuje pozytywne odczucia u osób z uzależnieniami behawioralnymi, takie jak przyjemność, euforia, zaspokojenie czy ulga.

W obecnie stosowanej klasyfikacji chorób, uzależnienia behawioralne zaliczane są do zaburzeń nawyków i popędów.

Zestaw zachowań i czynności, których notoryczne powtarzanie może przerodzić się w uzależnienie behawioralne, rozrasta się od momentu wyodrębnienia tej grupy zaburzeń. Do najczęstszych uzależnień od wykonywanych czynności zaliczają się uzależnienia od: Internetu, hazardu, gier komputerowych, jedzenia, pracy, zakupów, telefonu komórkowego, telewizora, seksu, opalania, zdrowego jedzenia i stylu życia, praktyk religijnych, troski o sylwetkę, odchudzania, ćwiczeń fizycznych, makijażu i troski o wygląd, zabiegów medycznych i kosmetycznych.

Notoryczne powtarzanie tych zachowań można uznać za uzależnienia behawioralne. Specyficzną cechą jest fakt, że osoby dotknięte uzależnieniami behawioralnymi nie są w stanie opanować potrzeby ich powtarzania. Są to więc zachowania natrętne, niekiedy o podłożu nerwicowym, zaburzające prawidłowe funkcjonowanie organizmu człowieka, często oddziałują destrukcyjnie. Często mechanizmem powodującym powstanie uzależnień behawioralnych jest potrzeba nagrody, czyli osiągnięcia przyjemności. Jej zaspokojenie może wiązać się z różnymi zachowaniami, których wykonanie przynosi poczucie spełnienia i redukuje wewnętrzne napięcie. Z tego powodu, uzależnienia behawioralne można rozpatrywać jako rodzaj uzależnień psychicznych.

Uzależnienia behawioralne charakteryzują się następującymi cechami: silna potrzeba powtarzalnego wykonywania określonych czynności, niemożność zrezygnowania z podjęcia danej czynności, pojawienie się objawów typowych dla syndromu odstawienia, w sytuacjach, gdy wykonywanie danej czynności nie może zostać zrealizowane, rezygnacja z innych źródeł sprawiających satysfakcję (np. udziału w życiu towarzyskim, rodzinnym), wzrastająca tolerancja na doznawanie przyjemności, intensywność wykonywania określonej, zaburzonej czynności wzrasta z czasem, ogólny nastrój i samopoczucie zależy od możliwości wykonywania danej czynności, uciążliwe nawroty w przypadku prób zaprzestania wykonywania danej czynności.

Należy zwrócić uwagę, że osoby dotknięte uzależnieniami behawioralnymi wykazują identycznie objawy, co osoby uzależnione od przyjmowania substancji chemicznych. W obu przypadkach występuje nadmierna potrzeba zaspokojenia określonej potrzeby, połączona z utratą kontroli nad nią i podporządkowaniu jej swojego codziennego życia. Mimo tych podobieństw wiele z uzależnień behawioralnych jest społecznie akceptowanych lub uznawanych za normę. Sytuacja ta dotyczy przede wszystkim pracoholizmu czy uzależnienia od diety i odchudzania, które w niektórych grupach społecznych są obowiązującymi normami.

Dzieci również mogą cierpieć z powodu uzależnień behawioralnych. Najczęściej dotyczą one potrzeby korzystania z telefonu komórkowego, ćwiczeń fizycznych, dostępu do Internetu lub telewizora, grania w gry komputerowe.

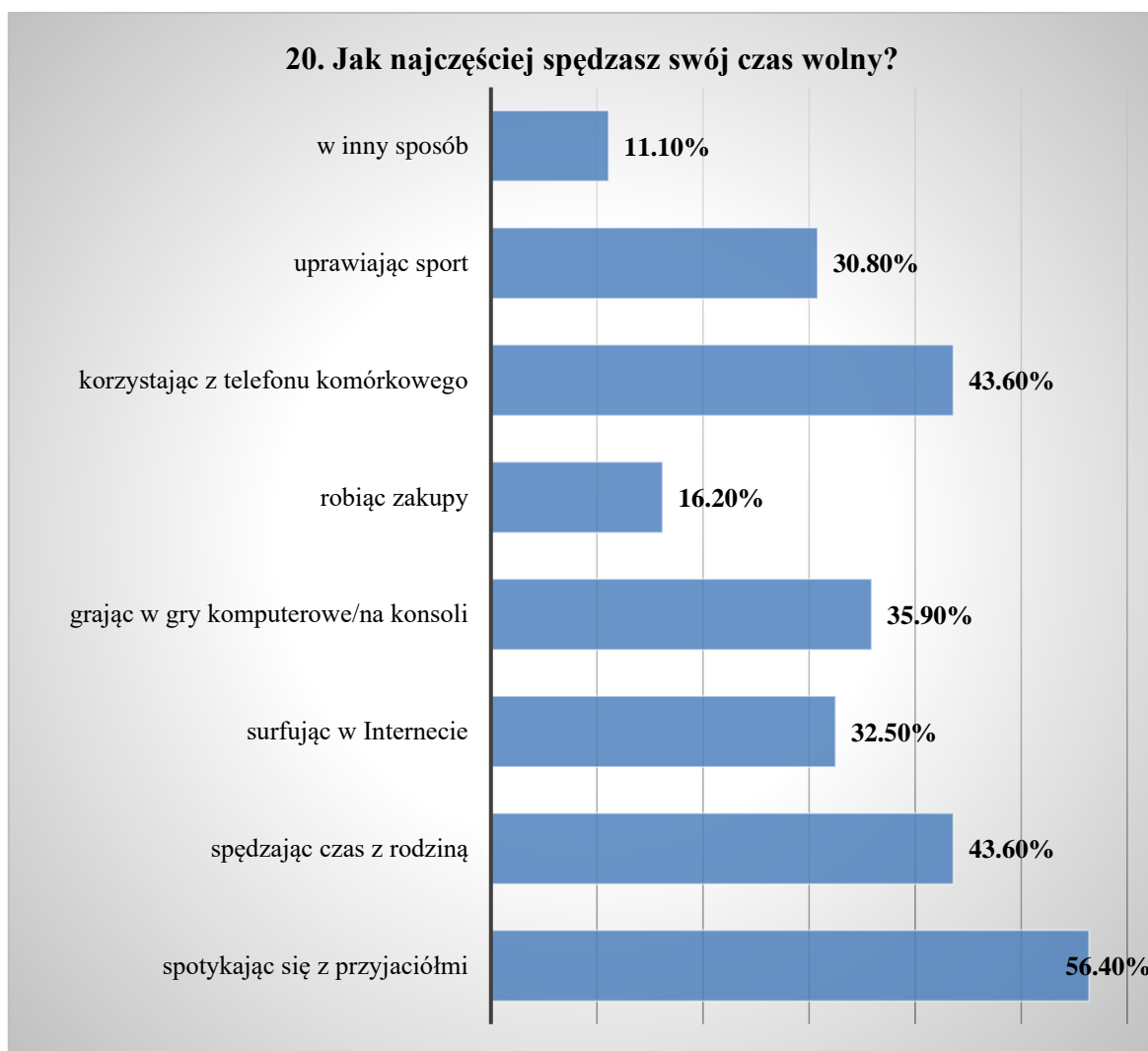
W przypadku dzieci częstym objawem i potencjalną przyczyną wystąpienia uzależnień behawioralnych jest osłabiona, niewystarczająca więź z rodzicami lub pozostałymi członkami rodziny. Również inne zaburzenia występujące w trakcie procesu wychowawczego mogą przekładać się na uzależnienie od wykonywania określonej czynności. Ocenia się, że dzieci, które wychowywały się w atmosferze przemocy fizycznej lub były pozbawione więzi z rodzicami, mają większą tendencję do uzależnień behawioralnych.

Badając problem uzależnień behawioralnych wśród dzieci i młodzieży Gminy Bielsk zapytaliśmy ankietowanych o sposoby spędzania czasu wolnego.

Każdy lubi mieć czas wolny, ale obecnie bardzo trudno wygospodarować sobie choćby jedną wolną chwilę. Rzucając się w wir obowiązków bagatelizujemy swoje potrzeby i stawiamy na obowiązki.

Czas wolny – to czas, który zostaje do rozdysponowania po wykonaniu czynności obowiązkowych takich jak praca, nauka, czynności fizjologiczne czy inne obowiązkowe czynności pozazawodowe.

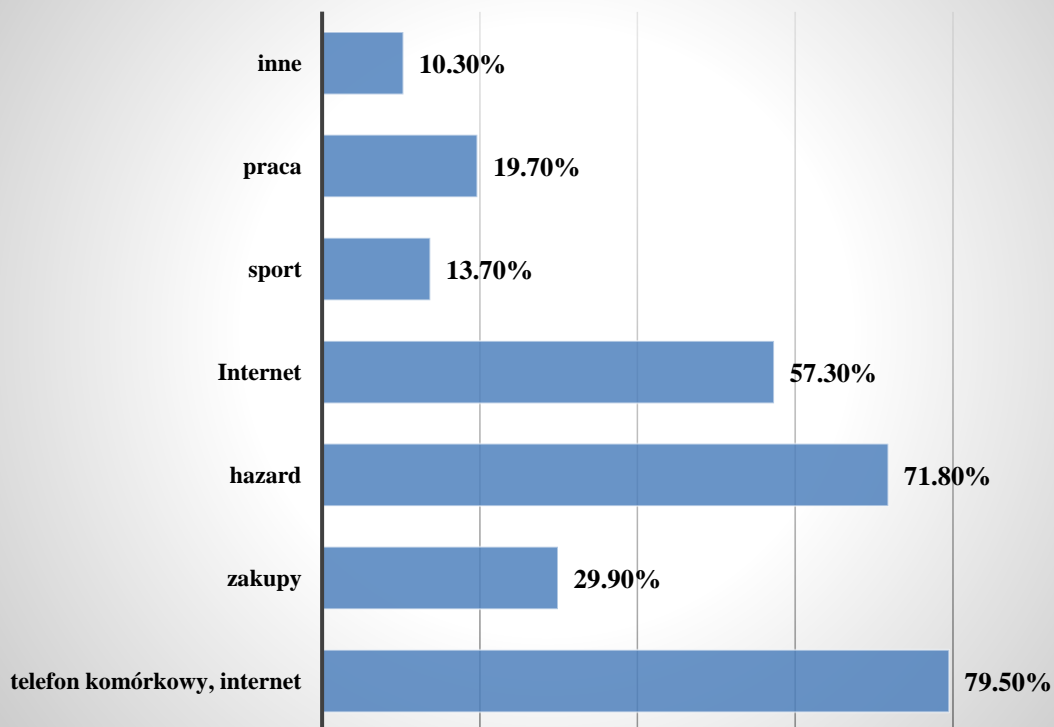
Wśród uczniów szkół Gminy Bielsk 56,4% badanych czas wolny spędza spotykając się z przyjaciółmi, 43,6% spędzając czas z rodziną oraz korzystając z telefonu komórkowego. 35,9% wskazuje na granie w gry na komputerze lub konsoli, a 32,5% respondentów czas wolny spędza surfując po Internecie. 30,8% ankietowanych uprawia sport i 16,2% robiąc zakupy. 11,1% mówi o innych formach spędzania czasu wolnego.



Zapytaliśmy uczniów szkół Gminy Bielsk, od której z niżej wymienionych rzeczy czy też czynności, według nich można się uzależnić.

79,5% badanych wskazuje na telefon komórkowy, 71,8% na hazard i 57,3% na Internet. Kolejno młodzież mówi, że uzależnić się można od zakupów (29,9%), pracy (19,7%) i sportu (13,7%). Na inne rzeczy czy też czynności wskazuje 10,3% respondentów.

21. Od której z wymienionych rzeczy/czynności Twoim zdaniem można się uzależnić?



Spytaliśmy również jak często wykonują niżej wymienione czynności.

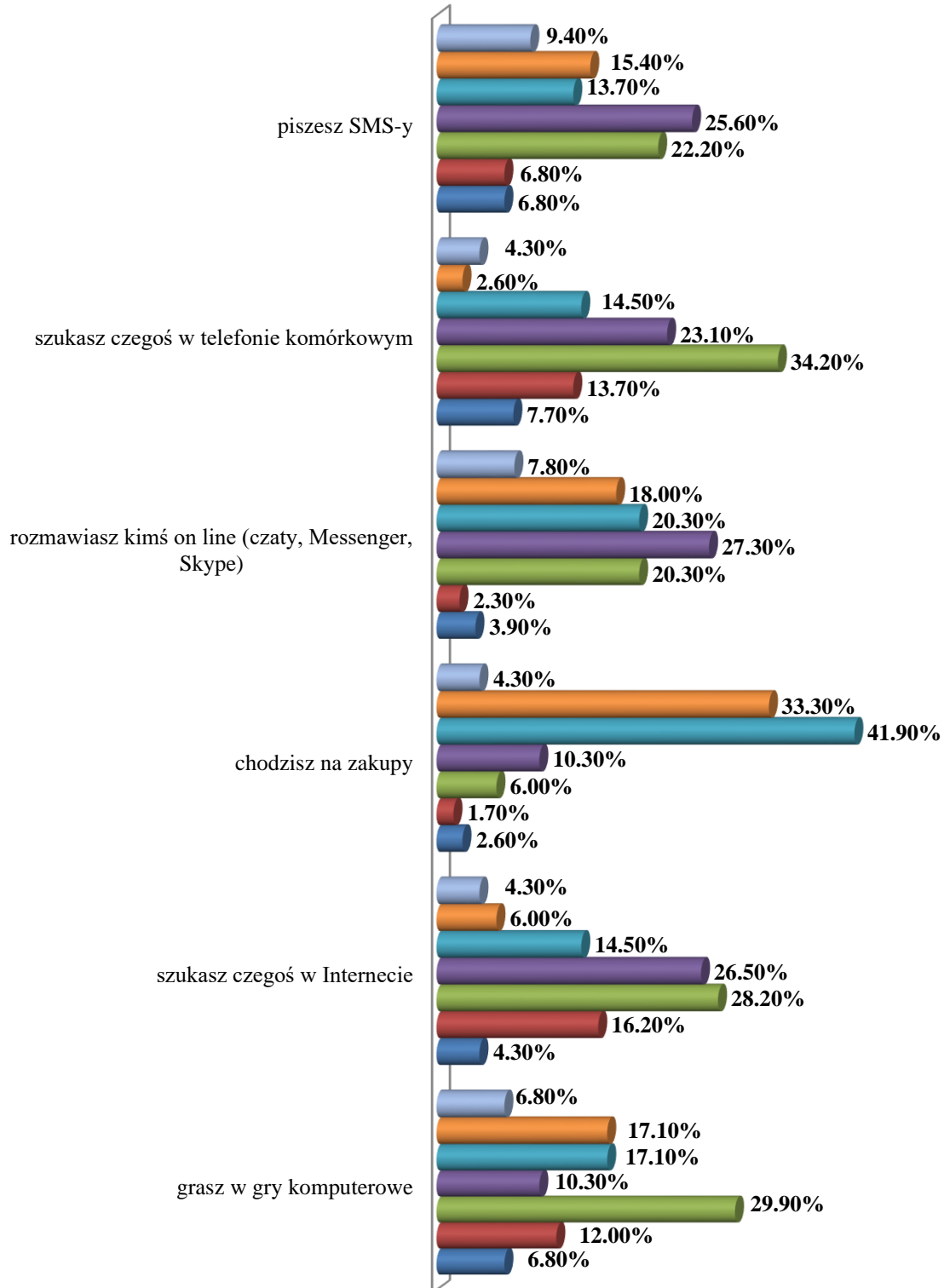
35,0% ogląda filmy, słucha muzyki w Internecie (You Tube, Spotify, itp.).34,2% szuka czegoś w telefonie komórkowym i korzysta z Internetu.29,9% badanej młodzieży gra w gry komputerowe codziennie, 1 – 2 godziny i 28,2% szuka czegoś w Internecie, 26,5% gra w gry online,

20,5% mniej niż godzinę rozmawia z kimś online (czaty, Messenger, Skype) i 25,6% pisze SMS-y i 25,6% rozmawia z kimś przez telefon komórkowy, 16,2% korzysta z portali społecznościowych. 41,9% respondentów, raz lub kilka razy w tygodniu chodzi na zakupy.

Raz lub kilka razy w miesiącu 18,8% gra w gry hazardowe online i kupuje nowe ubrania, 50,4% chodzi do galerii handlowych, 10,3% gra w gry na automatach w których można wygrać pieniądze, 14,5% gra w Lotto (w tym zdrapki), 3,4% gra w SMS-owe gry i loterie.

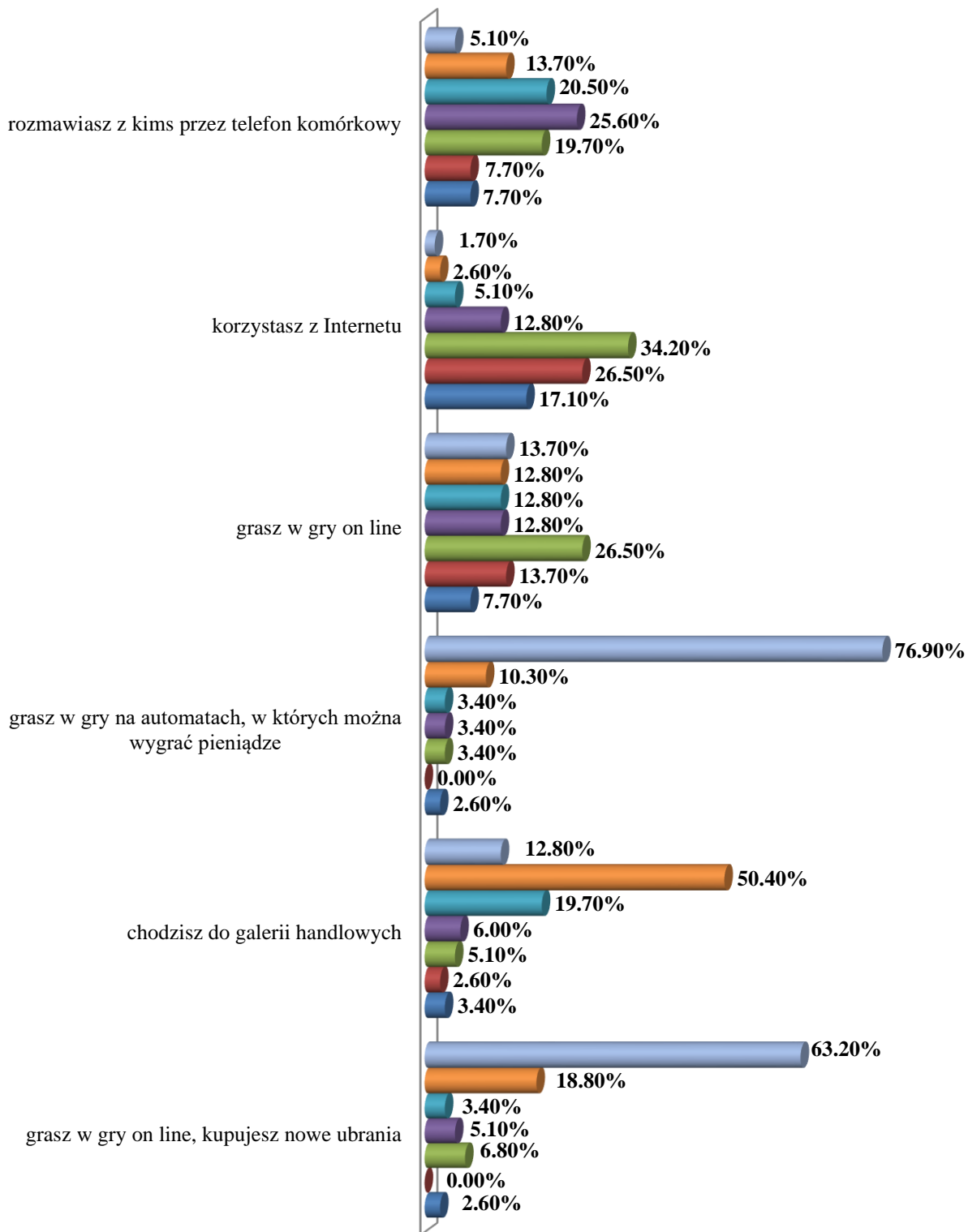
22. Jak często?

- Nie zdarzyło się
- Raz lub kilka razy w miesiącu
- Raz lub kilka razy w tygodniu
- Codziennie mniej niż godzinę
- Codziennie 1 - 2 godziny
- Codziennie, do 5 godzin
- Codziennie więcej niż 5 godzin



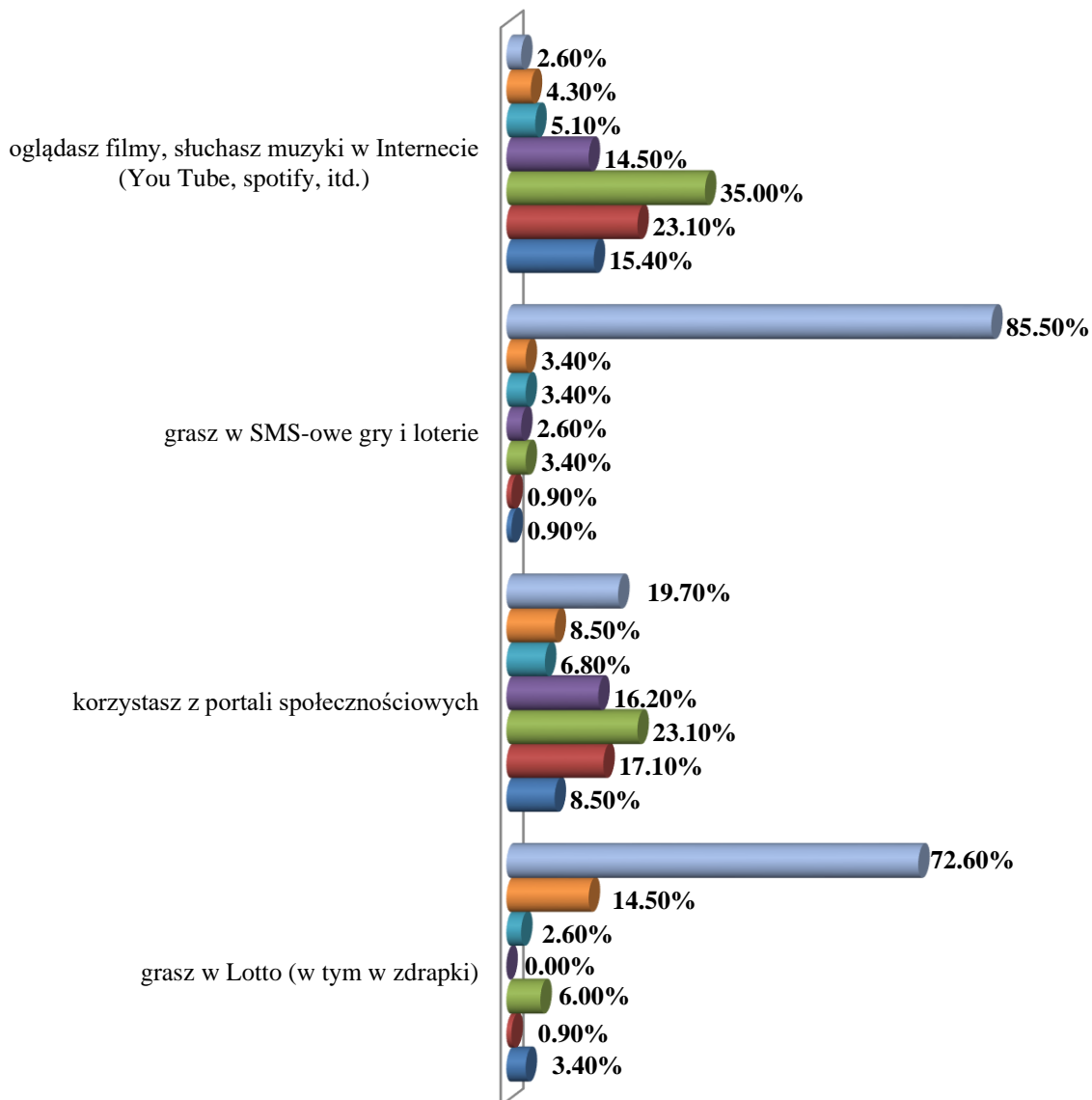
22. Jak często? c. d.

- Nie zdarzyło się
- Raz lub kilka razy w miesiącu
- Raz lub kilka razy w tygodniu
- Codziennie mniej niż godzinę
- Codziennie 1 - 2 godziny
- Codziennie, do 5 godzin
- Codziennie więcej niż 5 godzin



22. Jak często? c. d.

- Nie zdarzyło się
- Raz lub kilka razy w miesiącu
- Raz lub kilka razy w tygodniu
- Codziennie mniej niż godzinę
- Codziennie 1 - 2 godziny
- Codziennie, do 5 godzin
- Codziennie więcej niż 5 godzin



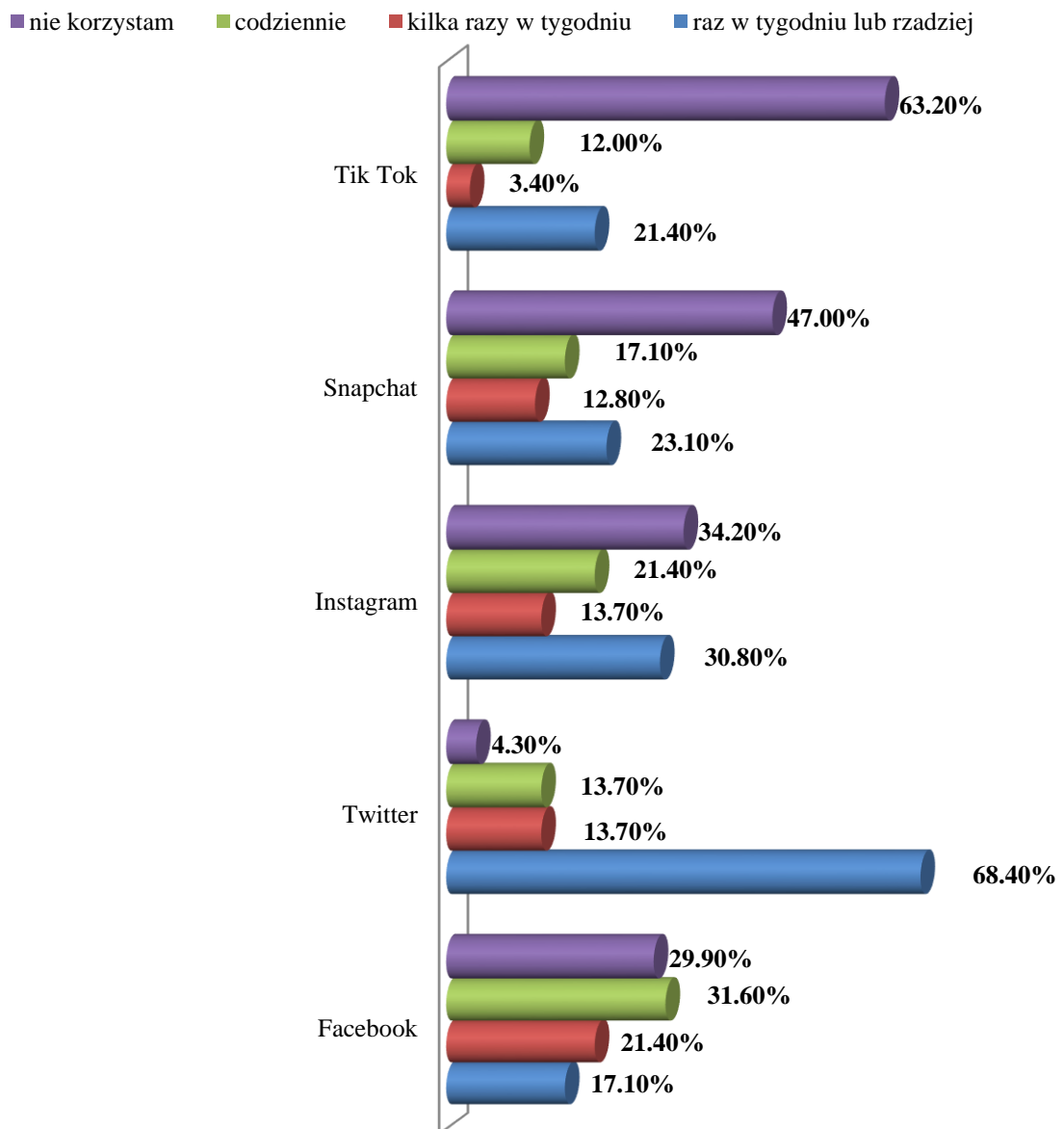
Trudno wyobrazić sobie dzisiejsze funkcjonowanie zarówno młodzieży, jak i dorosłych bez dostępu do Internetu. Bardzo często jest tak, że realne życie przenosi się w świat wirtualny – mamy więcej znajomych na portalach społecznościowych niż w rzeczywistości spotykamy. Ryzyko działa także w drugą stronę zwłaszcza, jeśli chodzi o dzieci. Są one przekonane, że mają takie same umiejętności jak ich awatary w przeróżnych grach komputerowych. Niejednokrotnie dochodzi do tragedii, bo gracz nie jest w stanie rozróżnić prawdziwego zagrożenia od wirtualnego, a tym samym atakuje prawdziwych ludzi w swoim otoczeniu, zazwyczaj najbliższych.

Wyniki wskazują na to, że głównym problemem dotyczącym dzieci i młodzieży może być uzależnienie od Internetu ogólnie postrzeganego i w tym kierunku winny być prowadzone działania edukacyjno – profilaktyczne.

Uczniowie również odpowiedzieli na pytanie, jak często korzystają z niżej wymienionych portali społecznościowych.

Młodzież korzysta z Facebooka codziennie (29,9%), raz w tygodniu lub rzadziej i kilka razy w tygodniu z Twittera (13,7%), codziennie z Instagrama (34,2%), z Snapchata (47,0%) i Tik Toka (63,2%)

23. Jak często korzystasz z poniższych portali społecznościowych?



W wielu przypadkach media społecznościowe mogą być bardzo pożyteczne dla młodzieży. Jednak z wielu badań i obserwacji wiadomo, że nadmierna konsumpcja social mediów wiąże się u sporej ilości młodych osób z obniżeniem samooceny, narażeniem na ataki cyberprzemocy i innymi negatywnymi skutkami.

Z obserwacji młodych ludzi wiemy, że media społecznościowe są dla nich ważne i jak pokazały cytowane dane spędzają w nich wiele czasu.

Nomophobia to proponowana nazwa fobii związanej z brakiem dostępu do telefonu komórkowego. Została ona uznana za objaw lub syndrom problematycznego korzystania z mediów cyfrowych w zdrowiu psychicznym. Nazwa określa dyskomfort psychiczny lub

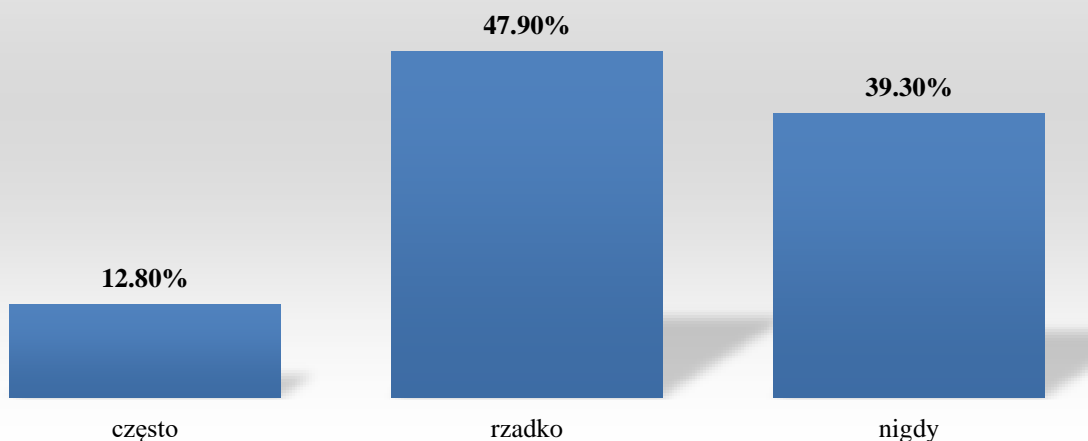
zaburzenie lękowe polegające na strachu przed utratą kontaktu ze smartfonem i możliwością skorzystania z sieci.

Termin pojawił się po raz pierwszy podczas badania z 2008 r., które przeprowadziła poczta w Wielkiej Brytanii, sprawdzając lęki osób korzystających z telefonów komórkowych. Badanie wykazało, że prawie 53% użytkowników telefonów komórkowych w Wielkiej Brytanii jest zaniepokojonych, gdy zgubi lub straci telefon, wyczerpie im się bateria lub gdy nie mają zasięgu.

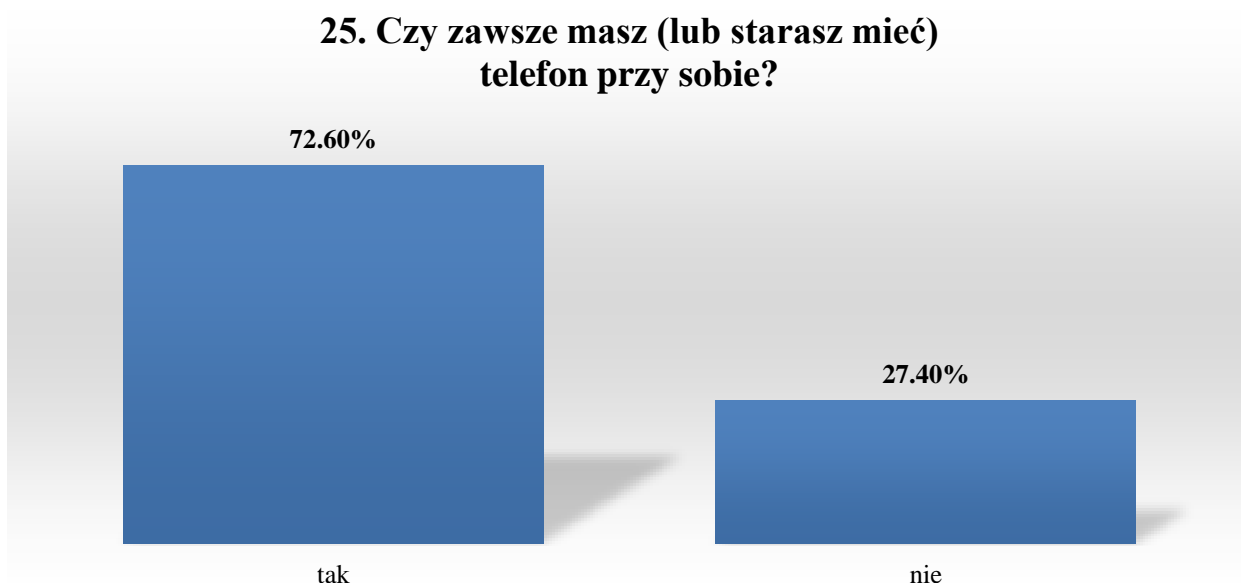
Zapytaliśmy uczniów szkół Gminy Bielsk, biorących udział w badaniu czy kiedykolwiek zdarzyło im się zaniedbać obowiązki/znajomych/rodzinę, bo stracili poczucie czasu przebywając w sieci bądź korzystając z telefonu komórkowego.

Nigdy nie zdarzyło się to 39,3% badanych, rzadko zdarza się to 47,9% respondentom i często zaniedbuje obowiązki lub bliskich 12,8% ankietowanym.

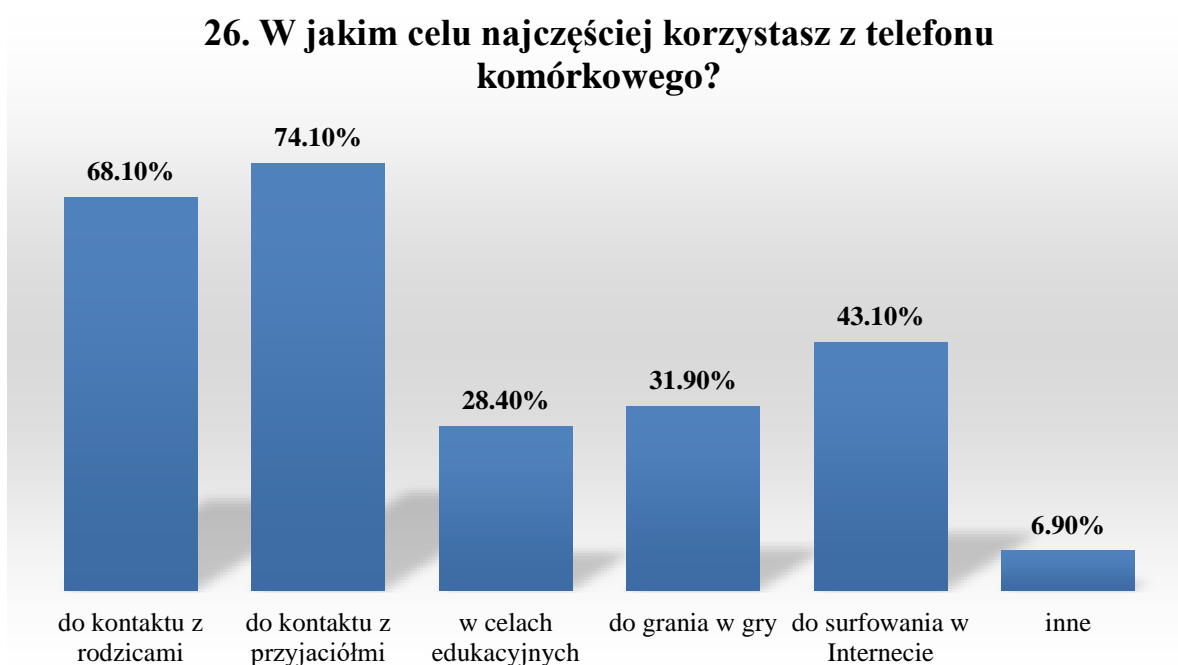
24. Czy kiedykolwiek zdarzyło Ci się zaniedbać obowiązki/znajomych/rodzinę, bo straciłeś/łaś poczucie czasu przebywając w sieci, bądź korzystając z telefonu komórkowego?



Uczniów szkół Gminy Bielsk zapytaliśmy czy zawsze mają telefon komórkowy przy sobie. Na to pytanie twierdząco odpowiedziało 72,6% badanych.



Zapytaliśmy również uczniów o to, w jakim celu korzystają z telefonu komórkowego.

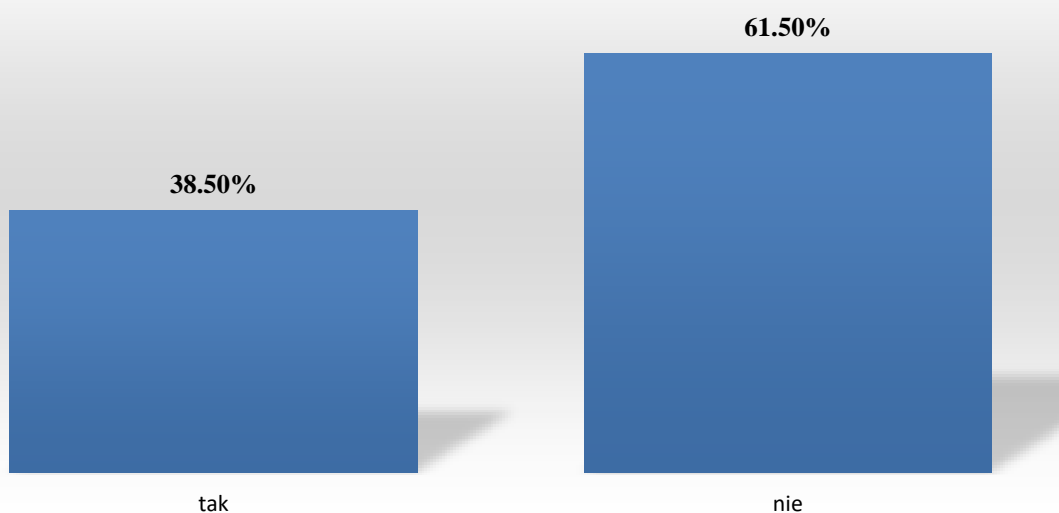


74,1% badanych uczniów z telefonu komórkowego korzysta aby kontaktować się z przyjaciółmi, 68,1% aby kontaktować się z rodzicami. 43,1% surfuje w Internecie, a 31,9%

gra w gry na telefonie komórkowym. 28,4% telefon komórkowy używa w celach edukacyjnych, a 6,9% do innych celów.

Ankietowani zostali zapytani, czy gdy zapomną zabrać ze sobą telefon czują, że czegoś im brakuje, są niespokojni. 38,5% badanych odpowiedziało twierdząco na to pytanie.

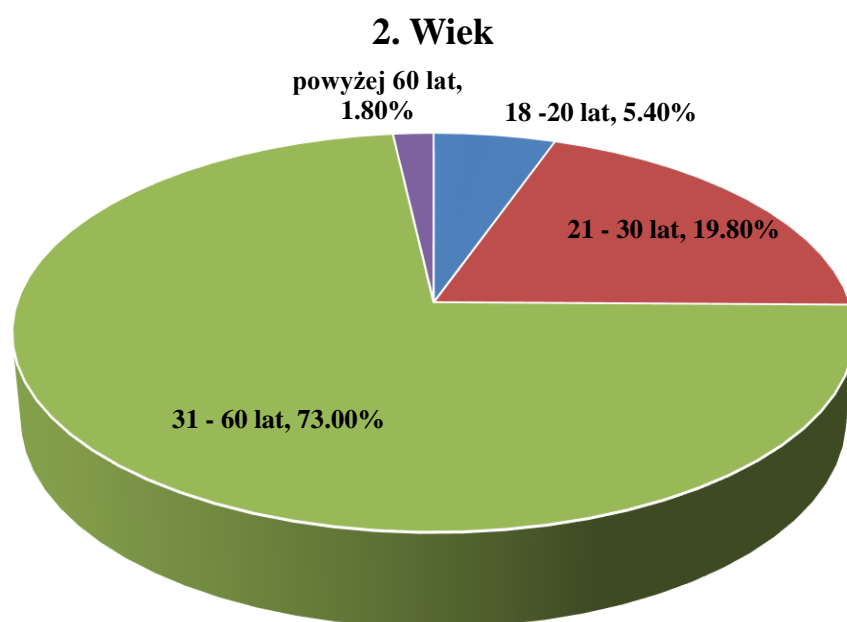
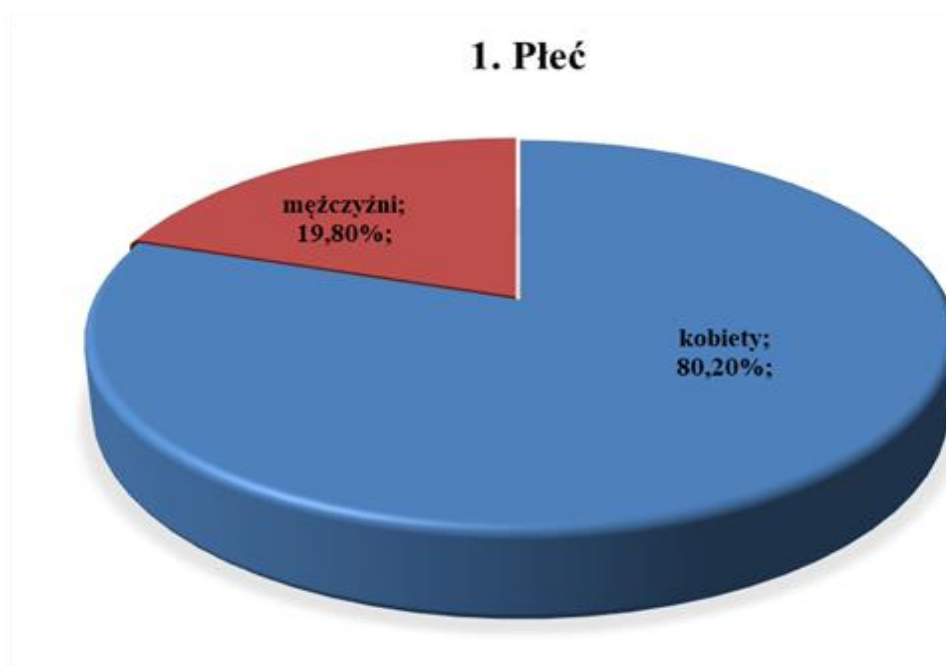
27. Czy gdy zdarza Ci się zapomnieć telefonu czujesz, że czegoś Ci brakuje, jesteś niespokojny/a?



4. Lokalne zagrożenia społeczne w grupie dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk

4.1 Badana populacja

Badaniem objęta została grupa 111 dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk, z czego 80,2% stanowiły kobiety, natomiast pozostałe 19,8% stanowili mężczyźni.



4.2 Miejsce i termin badań

Badanie przeprowadzone zostało w IV kwartale 2023 roku na terenie Gminy Bielsk.

4.3 Rezultaty badań

4.3.1 Najważniejsze problemy społeczne w opinii dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk

Problem społeczny jest to zjawisko, które dla większej lub znaczącej części pewnej zbiorowości stanowi fakt uciążliwy oraz wymagający przeciwdziałania. (M. Pacholski, A. Słaboń 2010, s.149)

Problem społeczny możemy rozpatrywać w dwóch znaczeniach:

- znaczenie szerokie – stosuje się go, gdy chcemy opisać zjawiska, które są lub mogą w przyszłości stanowić przedmiot zainteresowania socjologii lub innych nauk społecznych;
- znaczenie węższe – czyli problemy, które powstały w wyniku zjawisk, jakie są nie tylko przedmiotem refleksji uczonych, ale i przedmiotem ogólnego zainteresowania ludzi danego społeczeństwa; są to problemy niezgodne z normami przyjętymi przez ogół oraz takie, których pokonanie możliwe jest wspólnymi siłami. (J. Sztumski 2010, s. 47)

Aby sprawdzić z jakimi problemami społecznymi przychodzi się mierzyć mieszkańcom Gminy Bielsk spytaliśmy ich o to jakie problemy uważają za najważniejsze.

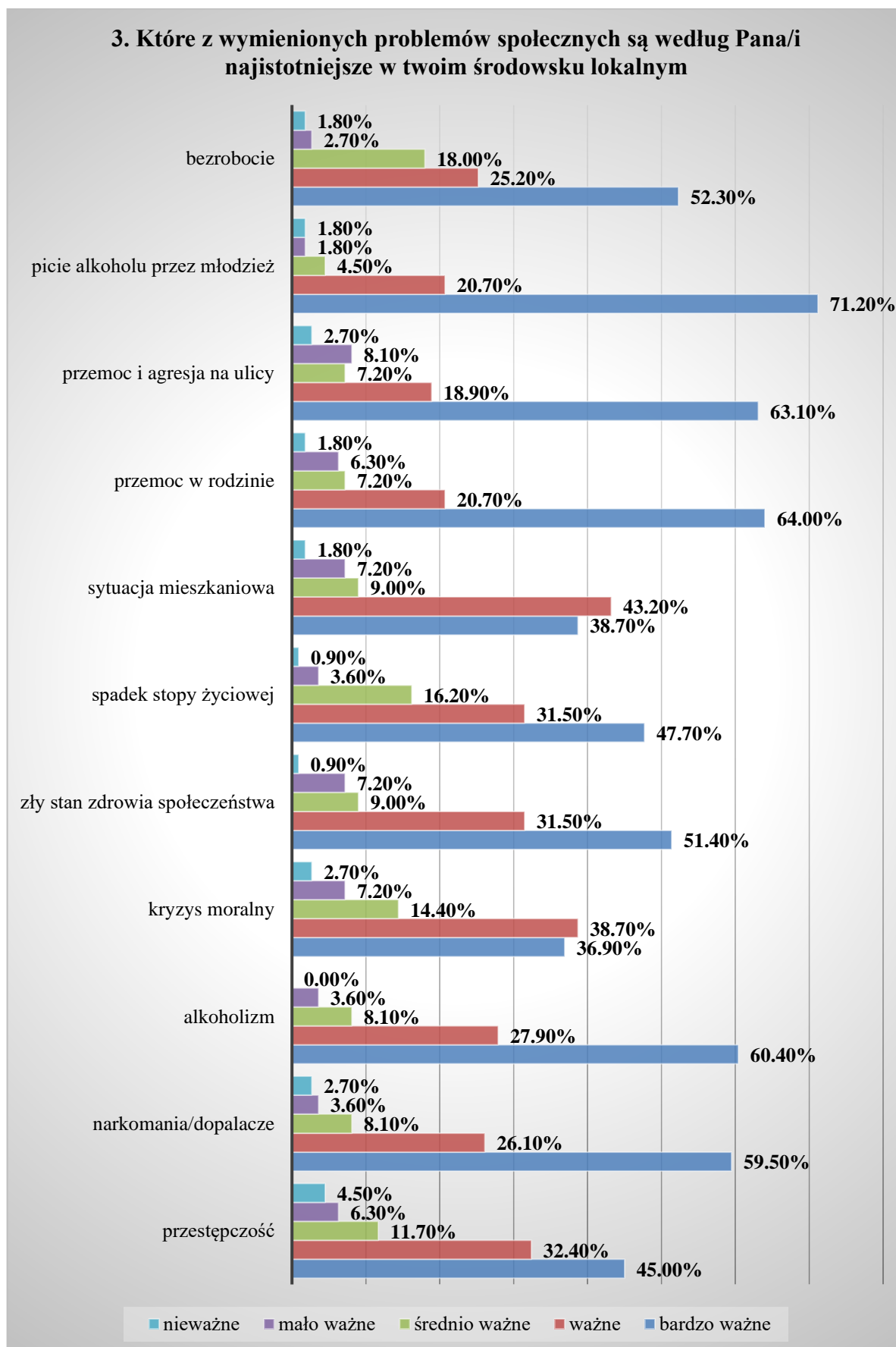
Według mieszkańców Gminy Bielsk bardzo ważnymi problemami społecznymi są: **picie alkoholu przez młodzież – 71,2%, przemoc w rodzinie– 64,0% oraz przemoc i agresja na ulicy – 63,1%.**

Kolejno mieszkańcy wskazali: alkoholizm – 60,4%, narkomania i dopalacze – 59,5% i bezrobocie – 52,3%.

Bardzo ważnym problemem dla mieszkańców Gminy Bielsk jest również zły stan zdrowia społeczeństwa – 51,4%, spadek stopy życiowej – 47,7%, przestępczość – 45,0%, sytuacja mieszkaniowa – 38,7% oraz kryzys moralny – 36,9%.

Kierunek działań podejmowanych przez władze gminy wskazują pierwsze trzy pozycje, jednak warto patrzeć na problemy lokalne w szerszej perspektywie.

Dla Gminy Bielsk będą to: picie alkoholu przez młodzież, przemoc w rodzinie oraz przemoc i agresja na ulicy.



4.3.2 Spożywanie alkoholu oraz związane z nim inne problemy społeczne

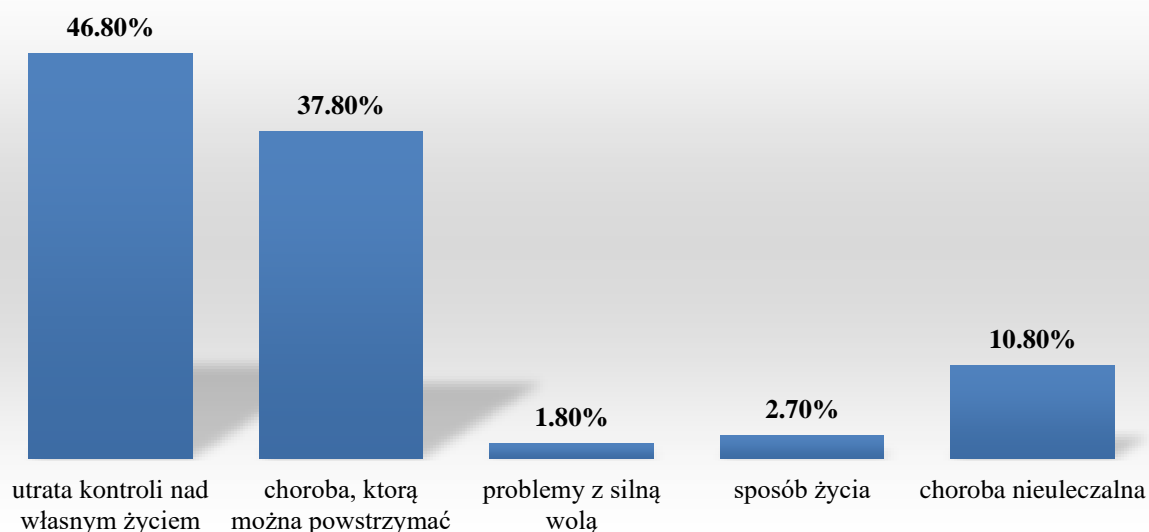
Przyjęło się sądzić, że Polacy piją alkohol często, w dużych ilościach. Należałoby więc wnioskować, że istnieje społeczne przyzwolenie, norma, która nie potępia częstego spożywania alkoholu, lecz przeciwnie – czyni je społecznie akceptowalnym wzorem postępowania. Ponad połowa Polaków (56%) deklaruje, że pije alkohol okazjonalnie, mniej niż co dziesiąty badany spożywa go często (8%), a co trzeci unika okazji do picia alkoholu lub w ogóle nie bierze go do ust (33%). W stosunku do badania z 2010 roku nieznacznie zmniejszył się odsetek deklarujących częste picie (z 11% do 8%), a nieco więcej ubyło całkowitych abstynentów (z 22% do 16%). Wzrósł więc udział osób spożywających alkohol czasami, z dobrej okazji, ale nie często (z 50% do 56%).

Obecnie Polacy najczęściej piją piwo (25% przynajmniej raz w tygodniu), następnie wino (29% raz w miesiącu lub częściej), a w trzeciej kolejności – wódkę (24% co najmniej raz w miesiącu). W zdecydowanej większości ankietowani spożywają alkohol w domu. Dużo mniej robi to w pubie, barze (9%) lub w restauracji (8%), której popularność znacząco wzrosła w porównaniu z 2010 rokiem. Głównie w restauracji alkohol spożywają badani o najwyższych dochodach na osobę w gospodarstwie domowym, przedstawiciele średniego personelu, techników oraz kadry kierowniczej i specjalistów z wyższym wykształceniem.

Wciągu ostatnich 9 lat praktycznie nie zmieniło się to, z kim Polacy spożywają alkohol. Stosunkowo najczęściej ze znajomymi piją go uczniowie i studenci, najmłodszy badani oraz osoby w wieku 35–44 lata, a częściej z rodziną niż ze znajomymi alkohol spożywają rolnicy, osoby powyżej 65 roku życia i emeryci.

Rozpoczynając badania dotyczące problematyki uzależnień od substancji psychoaktywnych zapytaliśmy mieszkańców Gminy Bielsk czym według nich jest alkoholizm.

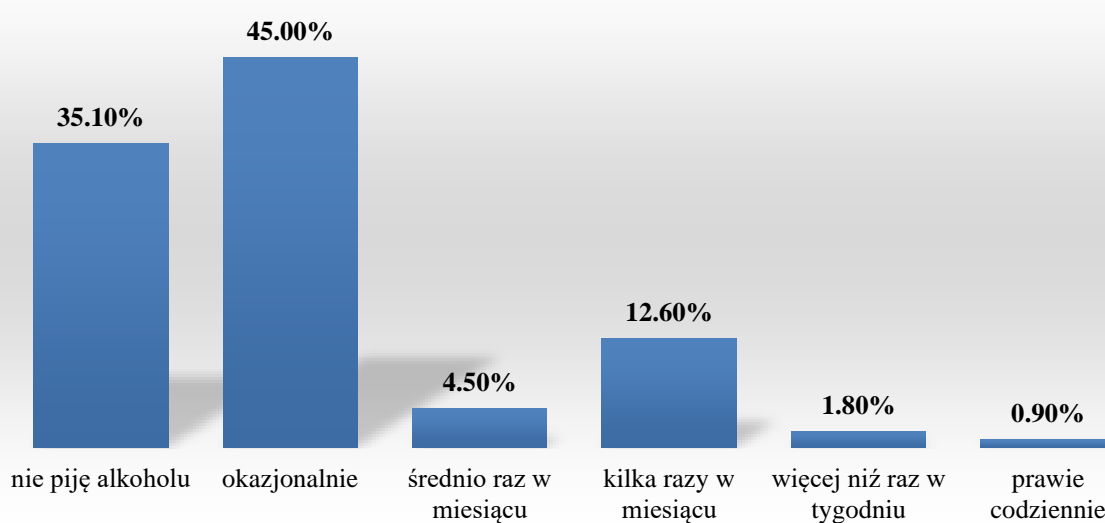
4. Alkoholizm to:



Według 46,8% badanych alkoholizm to utrata kontroli nad własnym życiem. 37,8% uważa, że to choroba, którą można powstrzymać, 10,8% wskazuje, że to choroba nieuleczalna, 2,7% respondentów mówi o sposobie na życie, a 1,8% o problemie z silną wolą.

Kolejne pytania dotyczyły, bezpośrednio respondentów, a mianowicie częstotliwości alkoholu przez nich spożywanego.

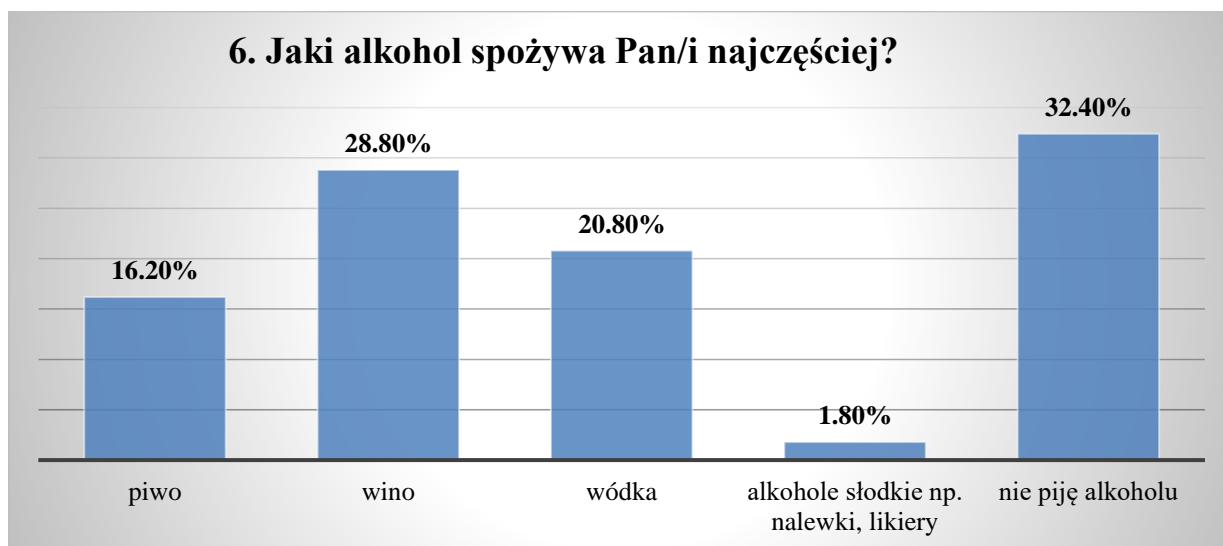
5. Jak często pije Pan/i alkohol?



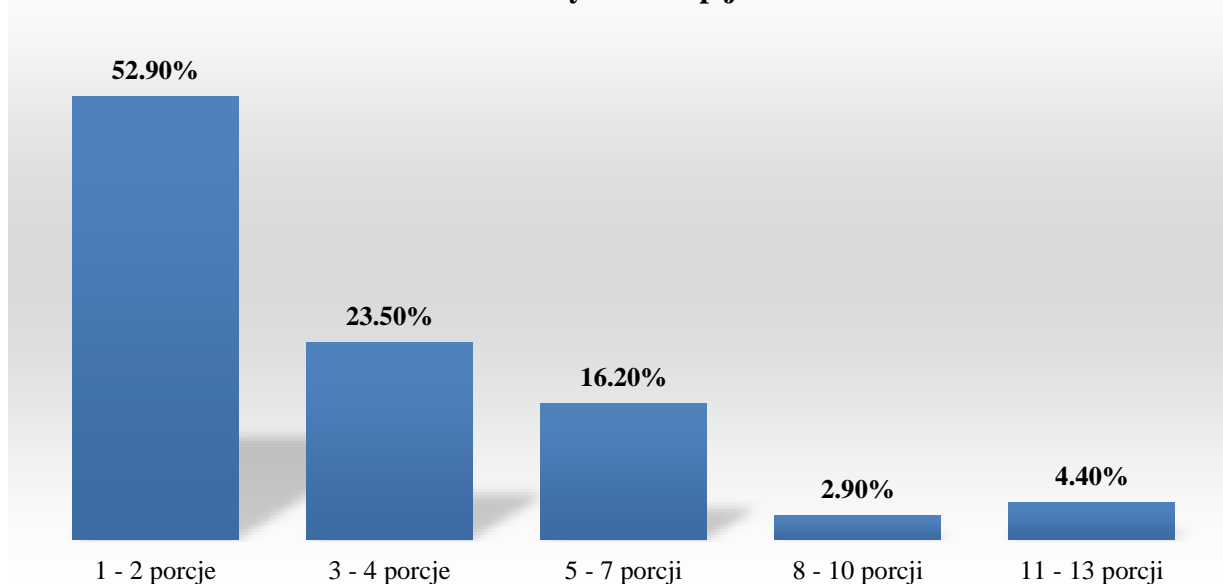
Abstynencję deklaruje – 35,1% ankietowanych. Prawie codziennie alkohol spożywa 0,9% badanych. Okazjonalnie po alkohol sięga 45,0% respondentów, średnio raz

w miesiącu alkohol pije 4,5% ankietowanych mieszkańców Gminy Bielsk, kilka razy w miesiącu – 12,6% badanych i więcej niż raz w tygodniu – 1,8% badanych..

Alkohol po jaki najczęściej sięgają mieszkańcy Gminy Bielsk to wino – 28,8%, wódkę – 20,8% oraz piwo 16,2%. Po alkohole słodkie sięga 1,8% respondentów.



7. Ile porcji alkoholu wypija Pan/i w ciągu dnia, w którym Pan/i pije?



Średnio, w ciągu dnia, gdy respondenci sięgając po alkohol wypijają 1 -2 porcje – 52,9%, 3 – 4 porcje wypija 23,5% badanych, 5 – 7 porcji wypija 16,2% badanych oraz 8 – 10 porcji alkoholu w ciągu dnia wypija – 2,9% badanych. 4,4% mieszkańców Gminy Bielsk biorących udział w badaniu sięgając po alkohol wypija 11 – 13 porcji.

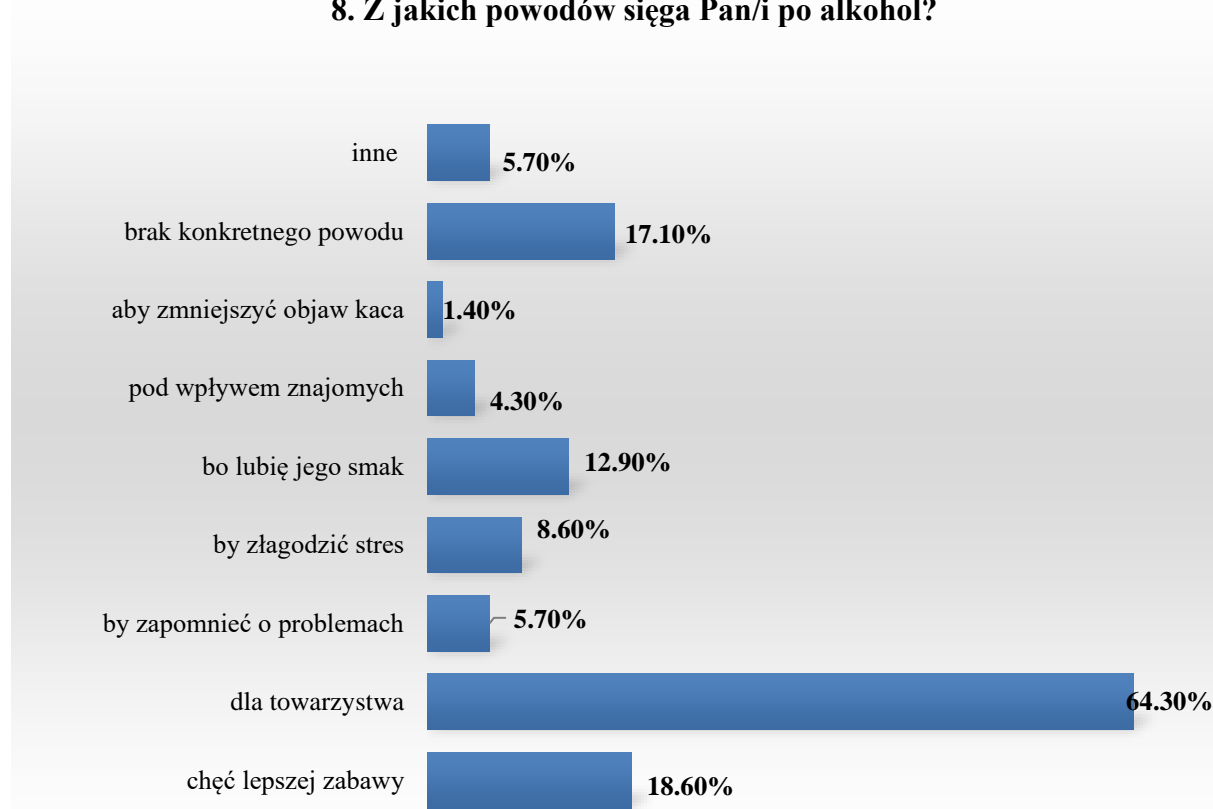
Porcja standardowa alkoholu (tzn. 10g czystego, 100% alkoholu) zawarta jest w ok. 250ml piwa o mocy 5%, w ok. 100ml wina o mocy 12% oraz w ok. 30ml wódki o mocy 40%.

Zapytaliśmy respondentów o ich poglądy na temat przyczyn sięgania przez ludzi po alkohol.

Badani uważają, że ludzie sięgają po alkohol przede wszystkim dla towarzystwa – 64,3%. 18,6% chce lepiej się bawić i 17,1% sięga po alkohol bez konkretnego powodu.

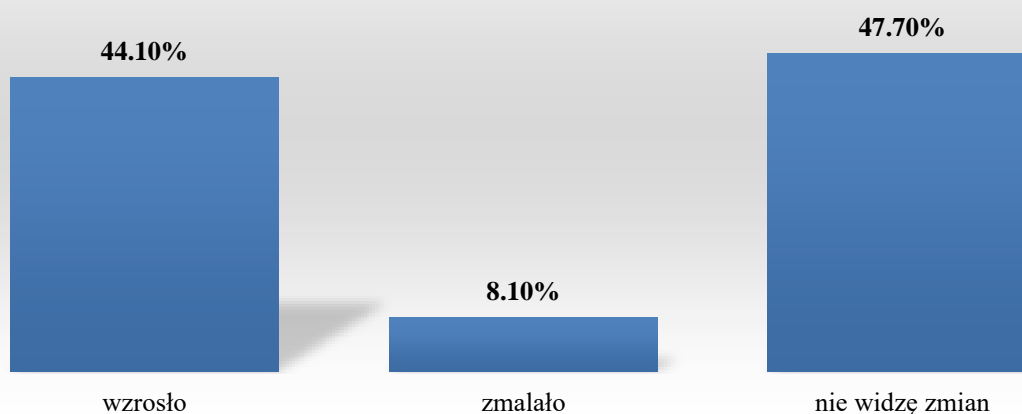
Lubi jego smak – 12,9% ankietowanych. 8,6% by złagodzić stres. 5,7% sięga po alkohol chce zapomnieć o problemach i wskazuje na inne powody nie wymienione w pytaniu. 4,3% sięga po alkohol pod wpływem znajomych, a 1,4% aby złagodzić objawy kaca.

8. Z jakich powodów sięga Pan/i po alkohol?



Dorośli respondenci zapytani zostali także o to, czy zauważyli zmiany w obyczajowości spożywania alkoholu w swoim środowisku, na przestrzeni ostatnich 10 lat.

9. Jak Pana/i zdaniem zmieniło się spożycie alkoholu na terenie Gminy Bielsk na przestrzeni ostatnich 10 lat?



47,7% badanych uważa, że w ciągu ostatnich 10 lat nie widzi zmian spożycie alkoholu na terenie Gminy Bielsk. **44,1% uważa, że wzrosło**, a 8,1% respondentów uważa, że zmałało.

4.3.3 Narkotyki w środowisku lokalnym

Na problemy związane z narkotykami należy patrzeć szeroko, widzieć je w kontekście problemów powodowanych przez używanie innych substancji psychoaktywnych.

Zgodnie ze stanowiskiem Światowej Organizacji Zdrowia wszelkie substancje psychoaktywne niezależnie od tego, czy legalne, czy nielegalne są groźne, patrząc na rzecz z perspektywy zdrowia publicznego.

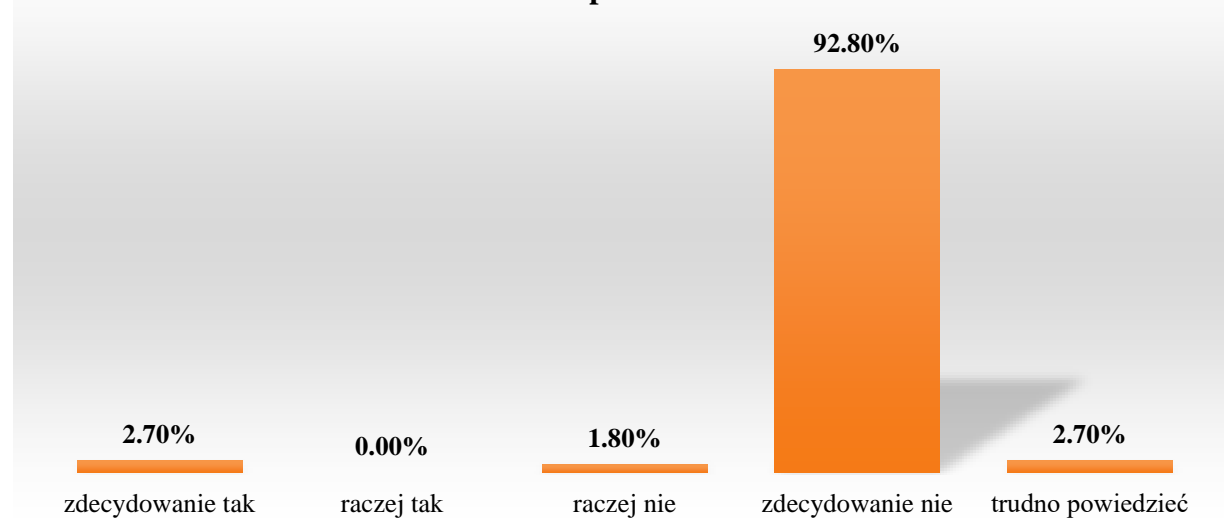
Współwystępowaniu używania różnych substancji legalnych i nielegalnych towarzyszy interakcja problemów z tym związanych. Nadmierne picie i narkotyki, jeżeli występują jednocześnie, wywołują w sumie więcej poważnych problemów. Często problem nadużywania substancji psychoaktywnych łączy się ze zjawiskiem przemocy czy przestępczości. Może prowadzić do bezrobocia i pogorszenia sytuacji materialnej.

Obserwuje się też interakcyjny wpływ innych czynników, np. stylu życia, czy warunków życiowych. Osoby, które dotknął już problem alkoholowy lub stały się regularnymi użytkownikami narkotyków, doświadczają poważnych szkód zdrowotnych, podlegają też procesowi społecznej degradacji.

Dorośli mieszkańcy Gminy Bielsk zostali poproszeni o udzielenie odpowiedzi na pytania związane z problemem narkotyków. Niestety nie traci on na aktualności i ciągle, także według naszych respondentów, jest poważnym problemem. Na początku tejże tematyki, poprosiliśmy respondentów, by odpowiedzieli na pytanie – czy uważają, że zażywanie narkotyków czy też dopalaczy jest szkodliwe dla zdrowia.

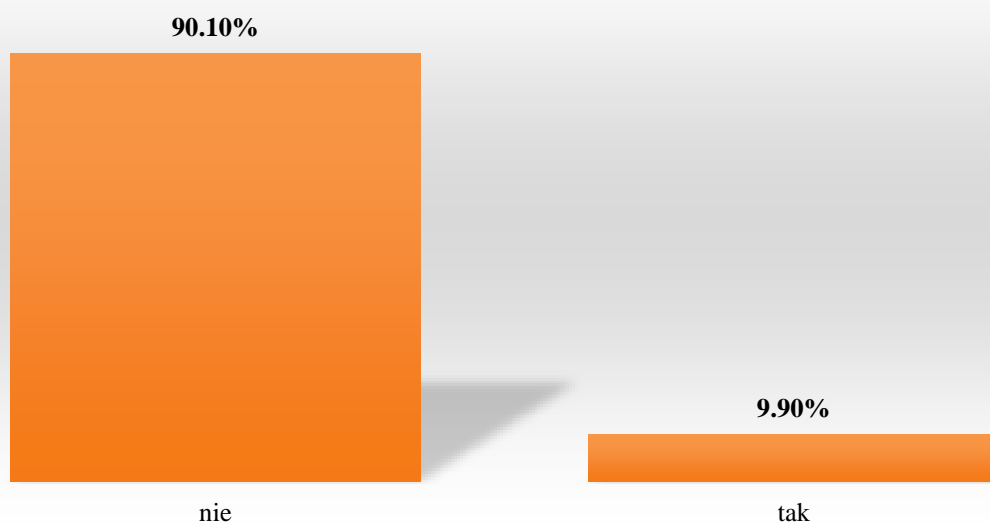
92,8% badanych uważa, że zdecydowanie nie jest zażywanie narkotyków i dopalaczy bezpieczne. Zdecydowanie tak odpowiedziało – 2,7% ankietowanych. 1,8% uważa, że raczej nie jest bezpieczne zażywanie narkotyków czy też dopalaczy. 2,7% twierdzi, że trudno powiedzieć.

10. Czy uważa Pan/i że zażywanie narkotyków/dopalaczy jest bezpieczne?



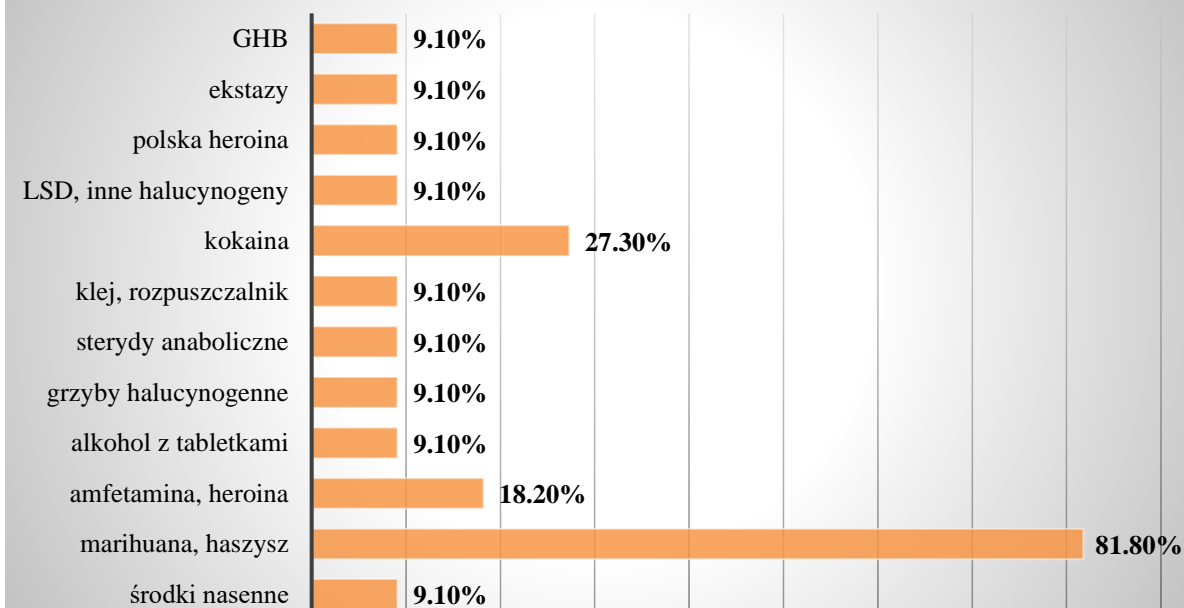
Zapytaliśmy ankietowanych również czy zdarzyło im się kiedykolwiek użyć narkotyku czy też innego środka odurzającego. **9,9% badanych wskazało, że zdarzyło im się użyć narkotyku lub innego środka odurzającego**, a 90,1% nie używało żadnych substancji psychoaktywnych.

11. Czy zdarzyło się Panu/i kiedykolwiek użyć narkotyku lub innego środka odurzającego?



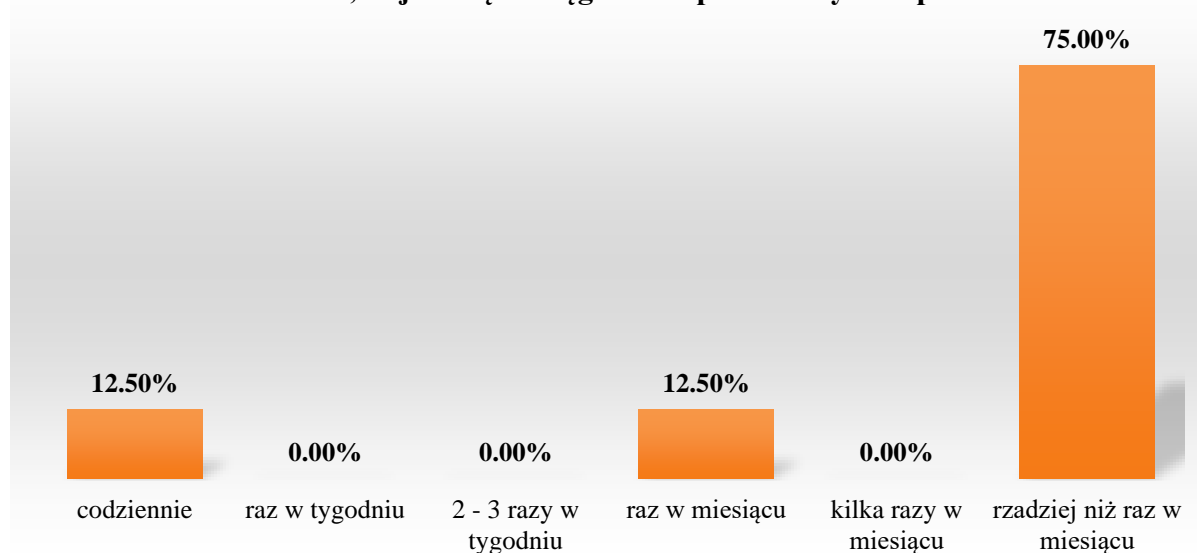
Osoby, które potwierdziły, że używały narkotyków poproszono również o wskazanie rodzaju substancji psychoaktywnej, której użyli. Na marihuanę i haszysz wskazało 81,8% ankietowanych. 27,3% mówi o kokainie, 18,2% o amfetaminie i heroinie. 9,1% wymienia GHB, ekstazy, polską heroinę, LSD i inne halucynogeny, klej i rozpuszczalnik, sterydy anaboliczne, grzyby halucynogenne, alkohol z tabletkami i środki nasenne.

12. Jeśli tak, to jakiego?



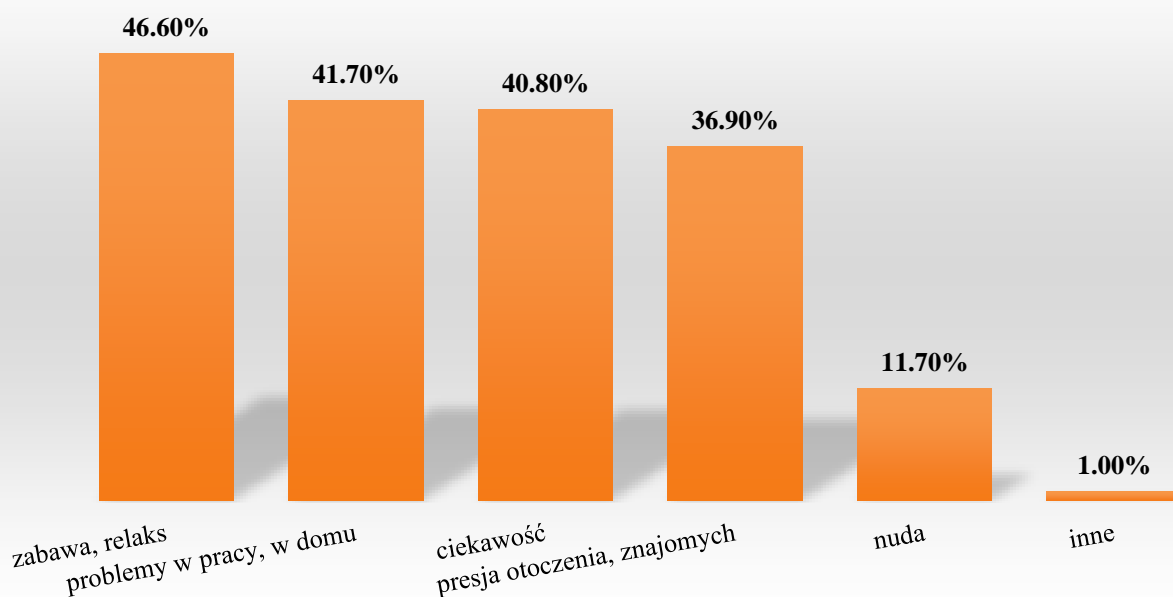
Osoby, które deklarują, że zażywają narkotyki, zapytaliśmy o częstotliwość ich przyjmowania. 12,5% badanych narkotyki zażywa codziennie i raz w miesiącu. 75,0% rzadziej niż raz w miesiącu.

13. Jeśli tak, to jak często sięga Pan/i po narkotyki/dopalacze?



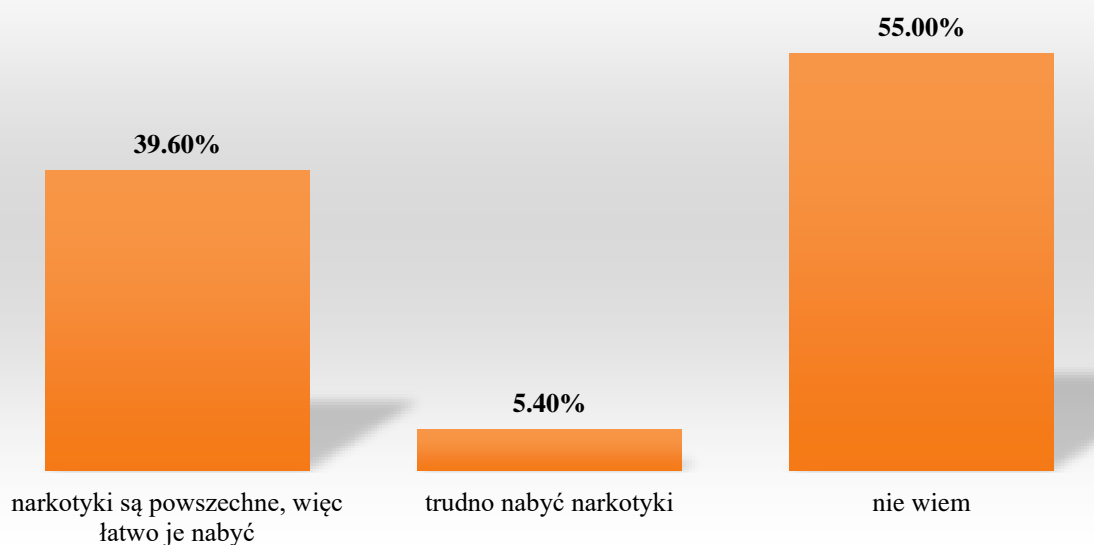
Zapytaliśmy również mieszkańców Gminy Bielsk, jak sądzą, z jakich przyczyn dorośli sięgają po narkotyki. Badani wskazują na zabawę i relaks – 46,6%, problemy w pracy czy też w domu – 41,7% i na ciekawość – 40,8%. Wspominają również o presja otoczenia, znajomych – 36,9% oraz nudzie – 11,7%. Na inne powody wskazuje – 1,0% badanych.

14. Jak Pan/i sądzi z jakich przyczyn dorośli sięgają po narkotyki/dopalacze?



Dorośli mieszkańcy wypowiedzieli się również na temat dostępności narkotyków/dopalaczy na terenie Gminy Bielsk. 55,0% badanych nie wie czy narkotyki/dopalacze są dostępne na terenie Gminy, 39,6% uważa, że narkotyki są powszechne więc łatwo je nabyć, a 5,4% twierdzi, że trudno nabyć narkotyki.

15. Jak ocenia Pan/i dostępność narkotyków/dopalaczy na terenie Gminy Bielsk?



4.3.4 Uzależnienia behawioralne wśród dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk

Uzależnienia behawioralne to specyficzny rodzaj nałogu, który nie jest związany z zażywaniem substancji psychoaktywnych czy spożywaniem określonych pokarmów.

W obecnych czasach przybierają one na sile i dotyczą coraz większej liczby osób. Uzależnienie od konkretnych zachowań, a nie substancji, może skutecznie utrudnić codzienne funkcjonowanie. Czynności wynikające z **uzależnień behawioralnych** wykonywane są kompulsywnie, a uzależniony nie jest w stanie samodzielnie zapanować nad potrzebą ich zrealizowania.

Określone zachowania przynoszą uzależnionemu ulgę i sprawiają, że pozornie czuje się on zaspokojony i szczęśliwy. Na czas wykonywania danej czynności znika złe samopoczucie, napięcie nerwowe, a pojawia się przyjemność.

Specyficznym rodzajem nałogu behawioralnego jest **alkoreksja**. Osoba dotknięta tym uzależnieniem rezygnuje z jedzenia na rzecz alkoholu, ponieważ ma on mniejszą kaloryczność i dzięki temu (wg uzależnionego) może pomóc w walce o szczupłą sylwetkę.

Uzależnienia związane z wykonywaniem danej czynności lub realizowaniem danych zachowań może mieć takie same przyczyny, co klasyczne nałogi. Mogą to być czynniki społeczne, kulturowe, rodzinne, a także genetyczne (uzależnienia behawioralne mogą być dziedziczne) lub neurobiologiczne.

Bardzo często uzależnienie behawioralne jest ucieczką przed problemami codziennymi, np.:

- dorastaniem w dysfunkcyjnej rodzinie,
- wypaleniem zawodowym,
- doświadczaniem przemocy fizycznej bądź psychicznej,
- stresem związanym z brakiem społecznej akceptacji.

Mechanizm ucieczki jest bardzo często rozpoznawaną przyczyną wystąpienia uzależnień behawioralnych. Uzależnienie może pojawić się także jako konsekwencja nadmiernej chęci bycia akceptowanym przez społeczność i strach przed "odstawaniem od grupy". Najczęściej taką przyczynę uzależnień rozpoznaje się u osób młodych, choć oczywiście może pojawiać się także u dorosłych.

Proces uzależnienia w przypadku czynności i zachowań jest bardzo podobny, jak w przypadku substancji psychoaktywnych. Na skutek kompulsywnego wykonywania konkretnych czynności dochodzi do zaburzenia równowagi między dwoma układami neuroprzebieżnikowymi:

- układem nagrody, który jest regulowany przez układ dopaminergiczny,
- układem kary, który stymuluje układ serotonergiczny.

W normalnych warunkach obydwa układy aktywizują się w równy sposób. Jeśli dochodzi do uzależnienia, układ nagrody zaczyna dominować nad układem kary (jego aktywność znacznie spada). Wykonana czynność jest więc rozpoznawana jako nagroda, gratyfikacja.

Uzależnienia behawioralne objawiają się w taki sam sposób, jak klasyczne nałogi - uzależnienie od alkoholu czy narkotyków. Osoba dotknięta zaburzeniem odczuwa bardzo silną potrzebę wykonania danej czynności, w przeciwnym razie jest nerwowa, rozdrażniona, może nawet odczuwać niepokój czy lęk.

Przedmiot uzależnienia behawioralnego sprawia, że osoba zaczyna stopniowo zaniedbywać codzienne czynności, relacje z bliskimi czy obowiązki domowo-zawodowe. Ponadto może odczuwać tzw. **objawy odstawienne**, kiedy przez długi czas nie będzie mogła zrealizować swojej nałogowej potrzeby. Nawet jeśli przedmiot uzależnienia wywołuje szkodliwe zachowania i jest przyczyną wyraźnych zaniedbań ze strony osoby, a sam uzależniony zdaje sobie z tego sprawę, nie jest w stanie przerwać danej czynności, dopóki nie odczuje pełnej przyjemności.

Uzależnienia behawioralne są chorobą i stopniowo wyniszcza życie osoby uzależnionej. Czynnikiem uzależniającym może całkowicie uniemożliwić codzienne funkcjonowanie i zrujnować **życie rodzinne i towarzyskie**. Dlatego konieczna jest psychoterapia, która pomoże uzależnionemu zwalczyć silne pragnienie wykonywania danej czynności i wygrać z nałogiem.

Na terapię uzależnień osoba zgłasza się świadoma tego, że jej życie wymyka się powoli spod kontroli przez uzależniający czynnik. **Pełny powrót do zdrowia** jest możliwy tylko wtedy, kiedy osoba wykazuje bardzo duże zaangażowanie i chęć zmiany nawyków.

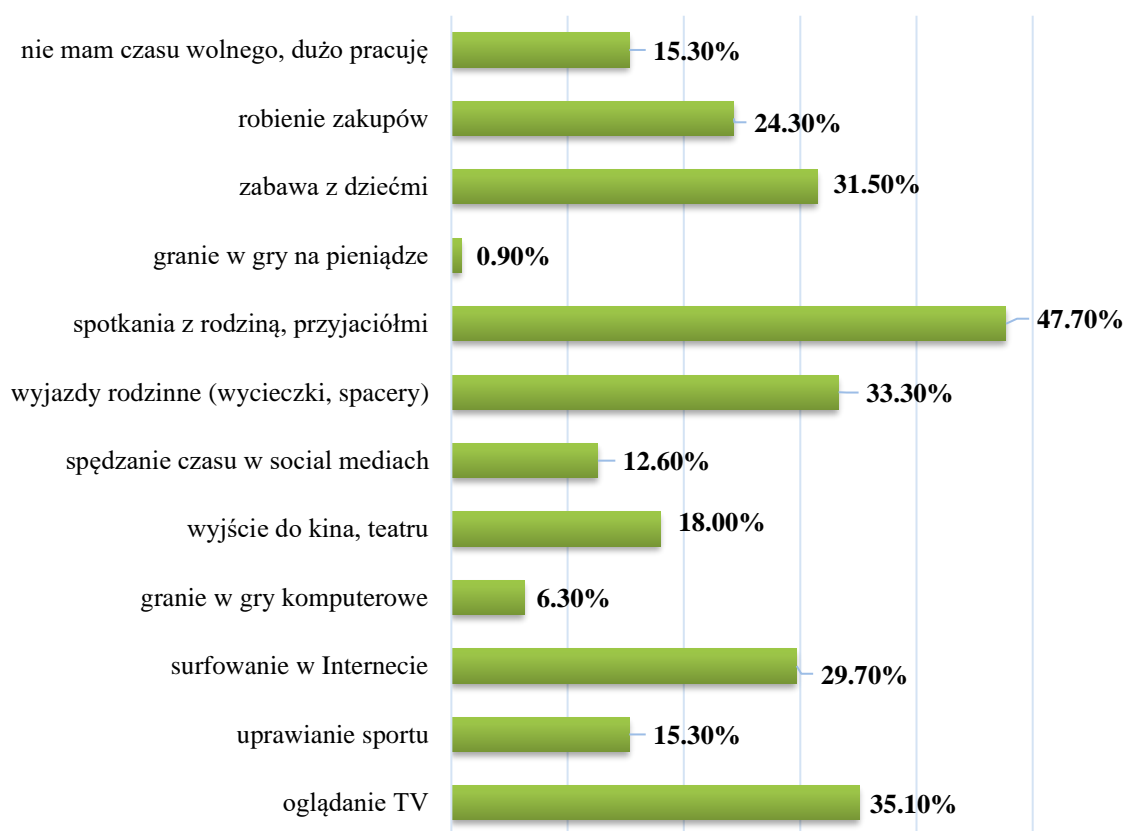
Celem terapii jest zatrzymanie określonych zachowań i nauka radzenia sobie z codziennością bez sięgania po szkodliwe nałogi. Terapia uzależnień behawioralnych może trwać kilka miesięcy lub lat - zależy to od indywidualnych uwarunkowań każdego uzależnionego.

Dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk zapytaliśmy w jaki sposób najczęściej spędzają czas wolny.

47,7% badanych wskazuje na spotkania z rodziną i przyjaciółmi. Na kolejnym miejscu plasuje się oglądanie TV – 35,1%. 33,3% wskazuje na rodzinne (wycieczki, spacer) i zabawę z dziećmi – 31,5%.

Kolejno respondenci wskazują na surfowanie w Internecie (29,7%), robienie zakupów (24,3%), wychodzenie do kina, teatru (18,0%) i uprawianie sportu (15,3%). 12,6% spędza czas w social mediach, a 6,3% gra w gry na komputerze i 0,9% gra w gry na pieniądze. 15,3% mówi o braku czasu wolnego z uwagi na fakt, że dużo pracuje.

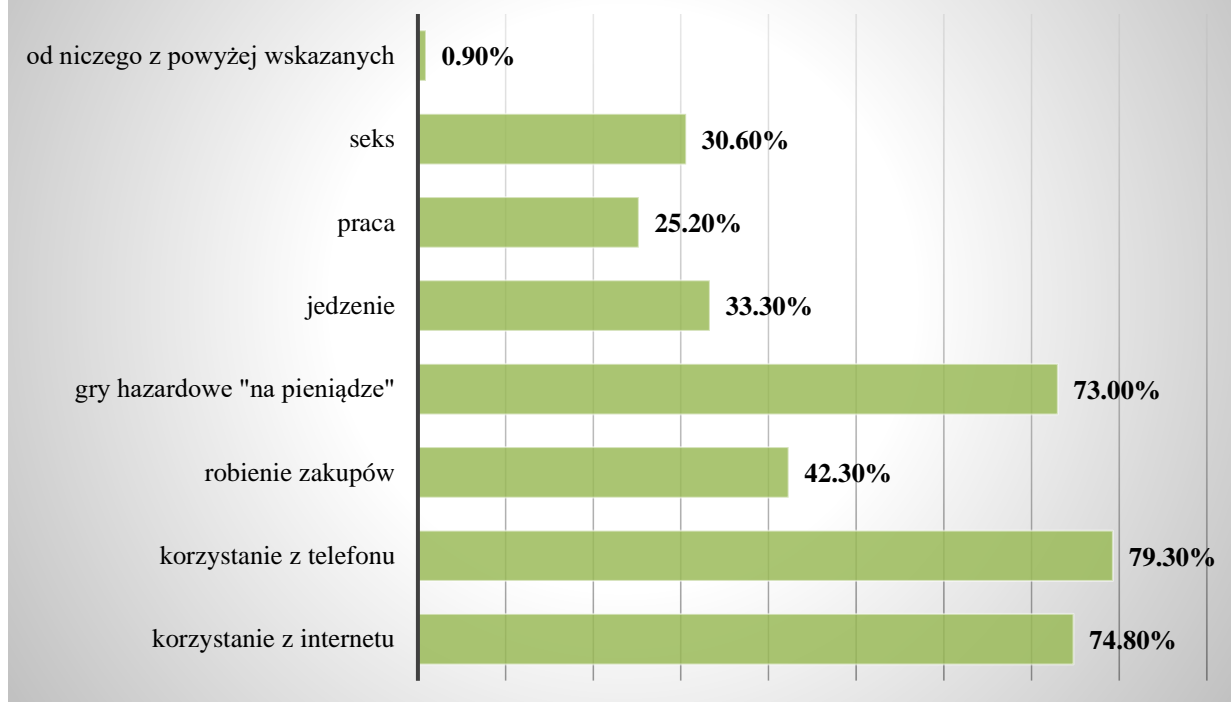
16. W jaki sposób najczęściej spędza Pan/i swój czas wolny?



Zapytaliśmy ankietowanych o czynności od których według nich można się uzależnić.

Badani wskazali przede wszystkim na korzystanie z telefonu (79,3%) i Internetu (74,8%), gry hazardowe „na pieniądze” (73,0%), i robienie zakupów (42,3%). O jedzeniu mówi 33,3% respondentów. Ankietowani wskazują na seks (30,6%) i prace (25,2%), a 0,9% mówi, że od niczego co zostało wymienione w pytaniu.

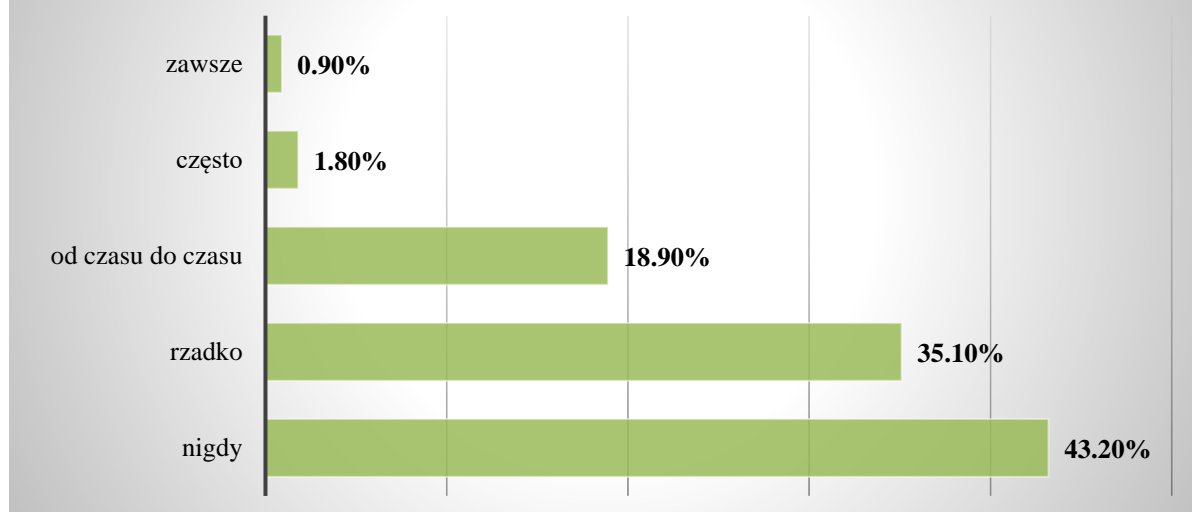
17. Proszę wskazać czynności od których Pana/i zdaniem można się uzależnić:



Dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk zapytaliśmy o to, jak często zdarza im się zaniedbywać obowiązki domowe, aby spędzić więcej czasu w Internecie.

43,2% badanych nigdy się to nie zdarzyło. 35,1% wskazuje, że zdarza się im to rzadko, od czasu do czasu – 18,9% i często – 1,8%. Zawsze zdarza się to 0,9% ankietowanym.

18. Jak często zdarza się Panu/i zaniedbywać obowiązki służbowe, aby spędzić więcej czasu w Internecie?



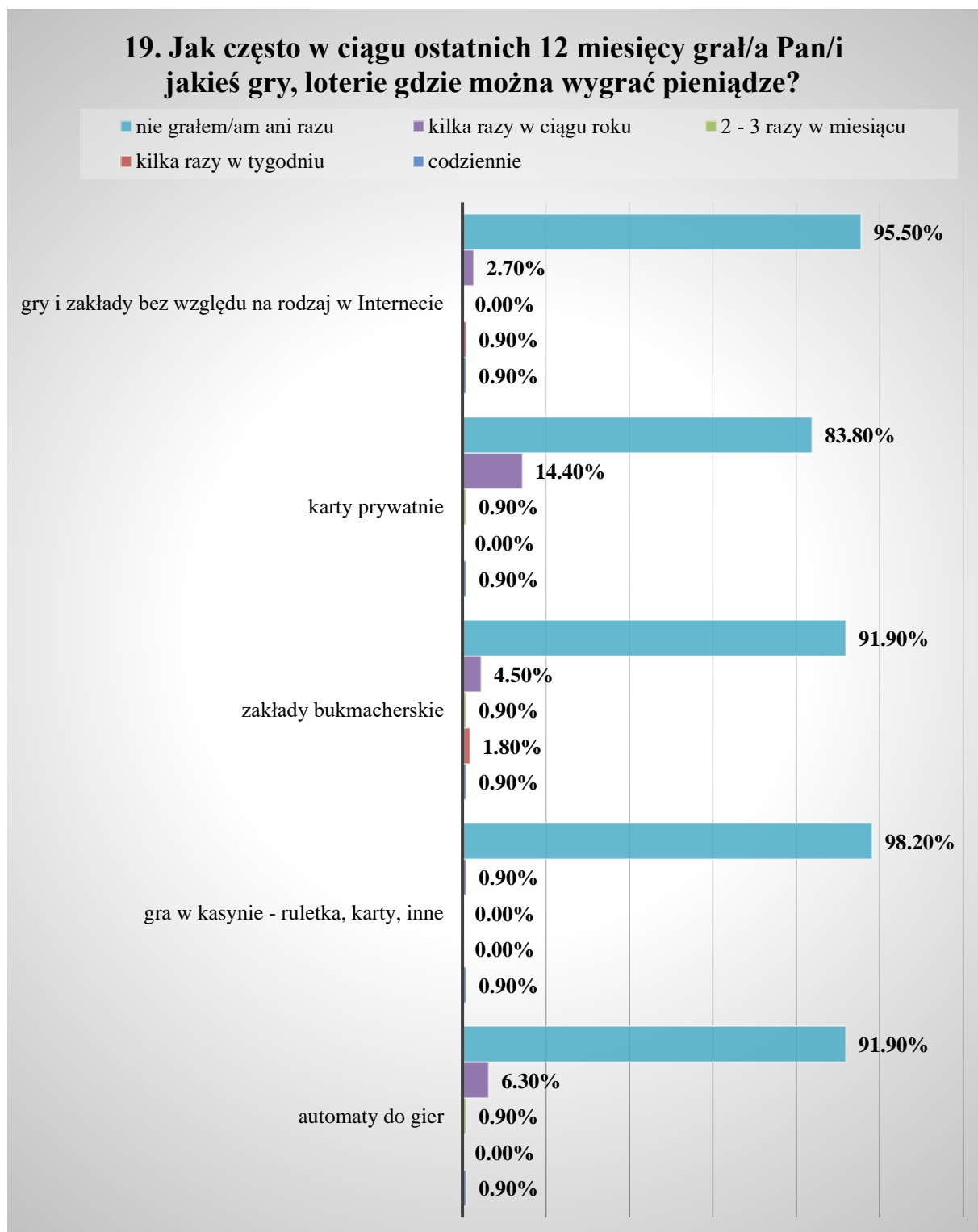
Zapytaliśmy mieszkańców Gminy Bielsk również o to, jak często, w ciągu ostatnich 12 miesięcy grali w jakieś gry, loterie, gdzie można wygrać pieniądze.

Hazard to wszystkie gry o pieniądze lub inne dobra, w których o wyniku decyduje los. Zatem uprawiamy hazard, jeśli w grze istnieje stawka oraz możliwość wygranej, ale przede wszystkim wtedy, gdy wynik gry nie zależy od naszych umiejętności czy też wiedzy i nie mamy wpływu na niego, lecz decyduje o nim przypadek.

Osoba uzależniona od hazardu podporządkowuje całe swe dotychczasowe życie grze. Myśli wyłącznie o kolejnym rozdaniu kart, zakładach sportowych i skąd wziąć na to pieniądze. W związku z tym sprawy rodzinne i zawodowe przestają być istotne. Zapomina m.in. o obowiązkach domowych, potrzebach innych, co niszczy osobiste relacje – oparte coraz bardziej na kłamstwie i tym samym doprowadzając np. do rozwodu. Również służbowe i zawodowe powinności przestają mieć znaczenie, co często kończy się utratą pracy, a zatem źródła dochodów, z jakich większość była przeznaczana na grę. Aby zatem zdobyć niezbędne środki, nałogowy gracz bierze pożyczki, zaciąga długi itp. z myślą, że tego samego dnia odegra się, spłaci należności i coś jeszcze zostanie na kolejny zakład. Na tym etapie uzależnienie od hazardu może pchnąć na drogę niebędącą zgodną z prawem i zarazem niebezpieczną. Z powyższych działań wynikają kolejne skutki uzależnienia od hazardu. Aby zapomnieć o problemach finansowych oraz znów poczuć przyjemność, jakiej nie daje już kontakt z innymi, hazardzista zaczyna grać jeszcze więcej. Może to trwać nawet kilka dni z rzędu, podczas których podstawowe potrzeby fizjologiczne, takie jak: spanie i jedzenie nie dochodzą do głosu. Siłą napędową są bowiem kolejne rozdania kart, pieniądze rzucane na stół. „Głód gry” jest ważniejszy od tego naturalnego, ale jego efektem stają się zaburzenia odżywiania. Z kolei skrajne stany i emocje odczuwane podczas gry – od pobudzenia, szczęścia po rozpacz, zniechęcenie, lęk, połączone z brakiem snu, powtarzającymi się bólami głowy oraz przyjmowanymi używkami (alkoholem i narkotykami) prowadzą do stanów depresyjnych. W zaawansowanym stadium choroby hazardowej człowiek uzależniony może mieć myśli samobójcze oraz podejmować próby odebrania sobie życia.

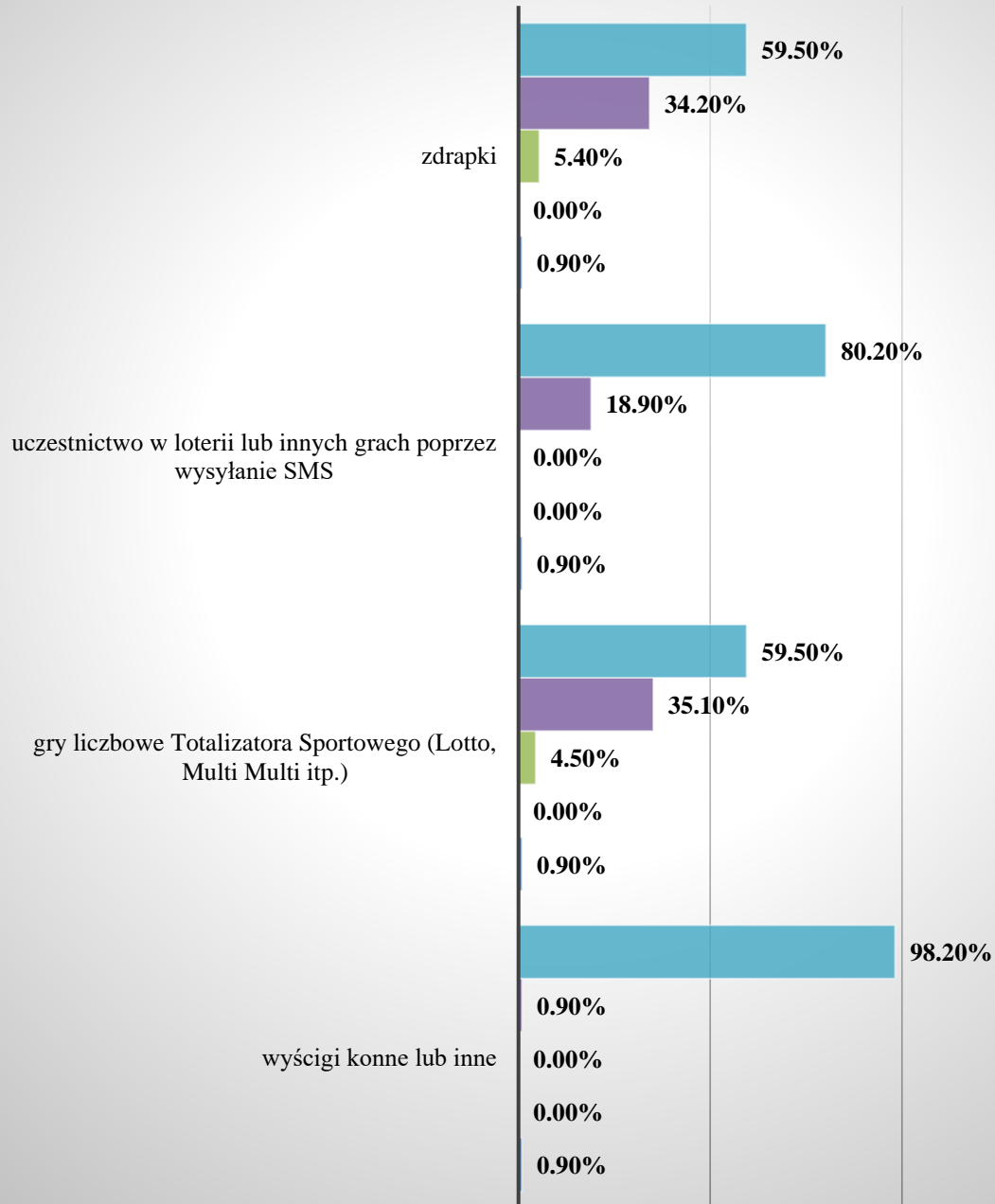
Codziennie 0,9% respondentów grało w automaty do gier, grało w kasynie – ruletka, karty i inne, w zakłady bukmacherskie, karty prywatnie, w gry i zakłady bez względu na rodzaj w Internecie, wyścigi konne lub inne, w gry liczbowe Totalizatora Sportowego (Lotto, Multi Multi itp.), uczestniczyło w loterii lub innych grach poprzez wysyłanie SMS i w zdraпки.

Kilka razy w tygodniu 1,8% gra w zakłady bukmacherskie i 0,9% w gry i zakłady bez względu na rodzaj w Internecie.

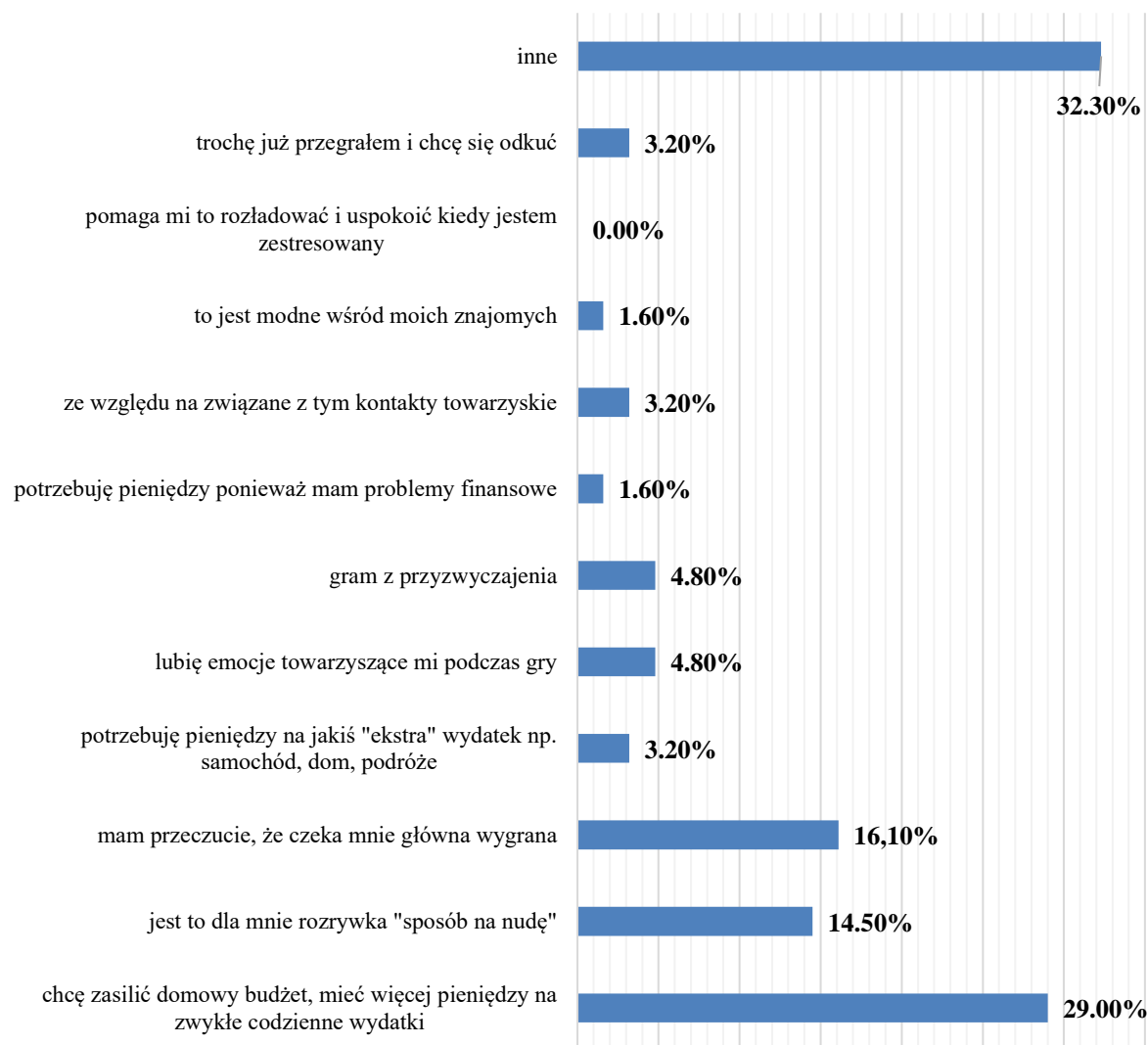


19. Jak często w ciągu ostatnich 12 miesięcy grał/a Pan/i jakieś gry, loterie gdzie można wygrać pieniądze? c. d.

■ nie grałem/am ani razu
 ■ kilka razy w roku
 ■ 2 - 3 razy w miesiącu
■ kilka razy w tygodniu
 ■ codziennie



20. Jeśli grywa Pan/i gry na pieniądze, proszę wskazać wszystkie istotne dla Pan/i powody



Zapytaliśmy również, dlaczego osoby, które grają to robią.

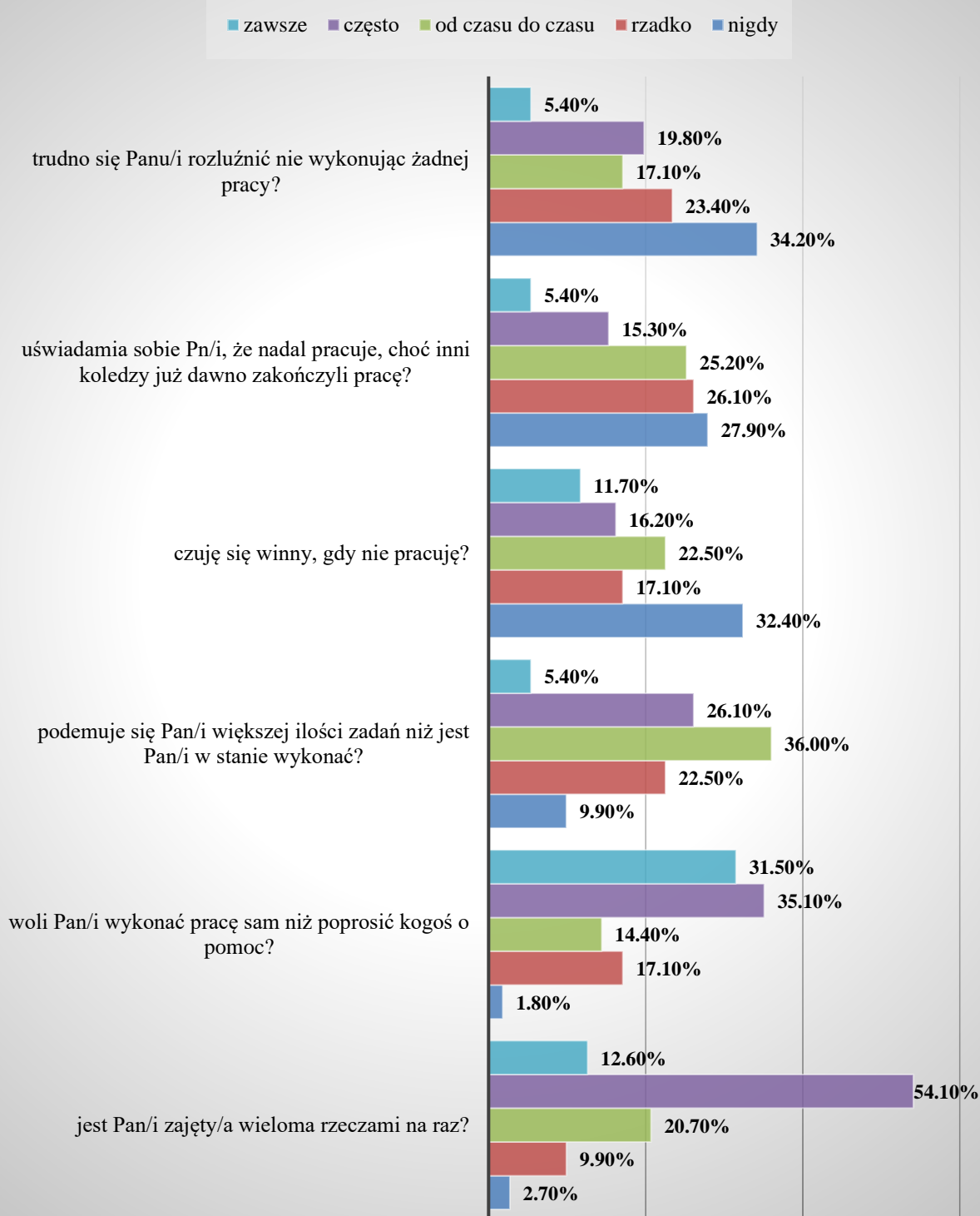
29,0% badanych chce zasilić budżet domowy, aby mieć więcej pieniędzy na zwykłe wydatki, 16,1% ma przeczucie, że czeka ich główna wygrana, dla 14,5% badanych jest to rozrywka „sposób na nudę”. 4,8% lubi emocje towarzyszące grze i gra z przyzwyczajenia. 3,2% potrzebuje pieniędzy na jakiś „ekstra” wydatek np. samochód, dom, podróże oraz trochę przegrali i chcą się odkuć. 1,6% mówi, że jest to modne wśród ich znajomych oraz potrzebuje pieniędzy ponieważ ma problemy finansowe. Na inne powody wskazuje 32,3% badanych.

Zapytaliśmy respondentów o podejście przez nich do obowiązków służbowych – pracy.

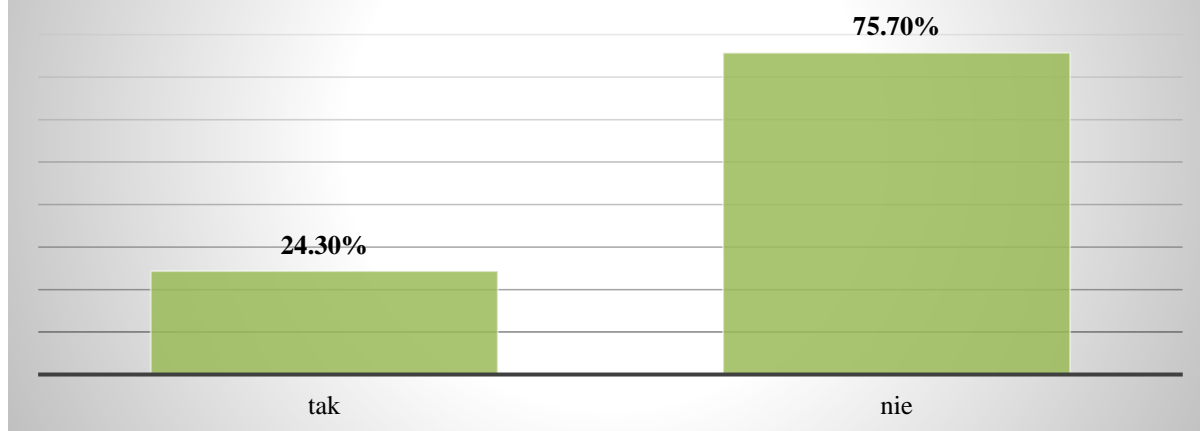
54,1% badanych często jest zajęta wieloma rzeczami na raz i 35,1% woli wykonywać pracę samemu niż prosić kogoś o pomoc. 26,1%% mieszkańców Gminy Bielsk często podejmuje się większej ilości zadań niż jest w stanie wykonać, 16,2% czuje się winnym, gdy nie pracuje, a 15,3% uświadamia sobie, że nadal pracuje, chociaż inni koledzy już dawno zakończyli pracę. 19,8% respondentów często ma trudności z rozluźnieniem nie wykonując żadnej pracy.

Brak kontroli nad swoim życiem zawodowym może doprowadzić do rozwoju pracoholizmu, który staje się coraz większym problemem zdrowotnym w skali globalnej. Praca dla większości z nas stanowi ogromną wartość. Dzięki niej możemy realizować jedną z ważniejszych potrzeb człowieka – tę dotyczącą samorealizacji oraz poczucia własnej wartości. Osiągnięcia, sukcesy oraz nabyte nowe umiejętności niewątpliwie pozytywnie wpływają na nasze samopoczucie. Tak, jak w przypadku każdej działalności, tak i w tej zawodowej powinno się jednak pamiętać o zachowaniu równowagi pomiędzy pracą a życiem osobistym.

21. Jak często:



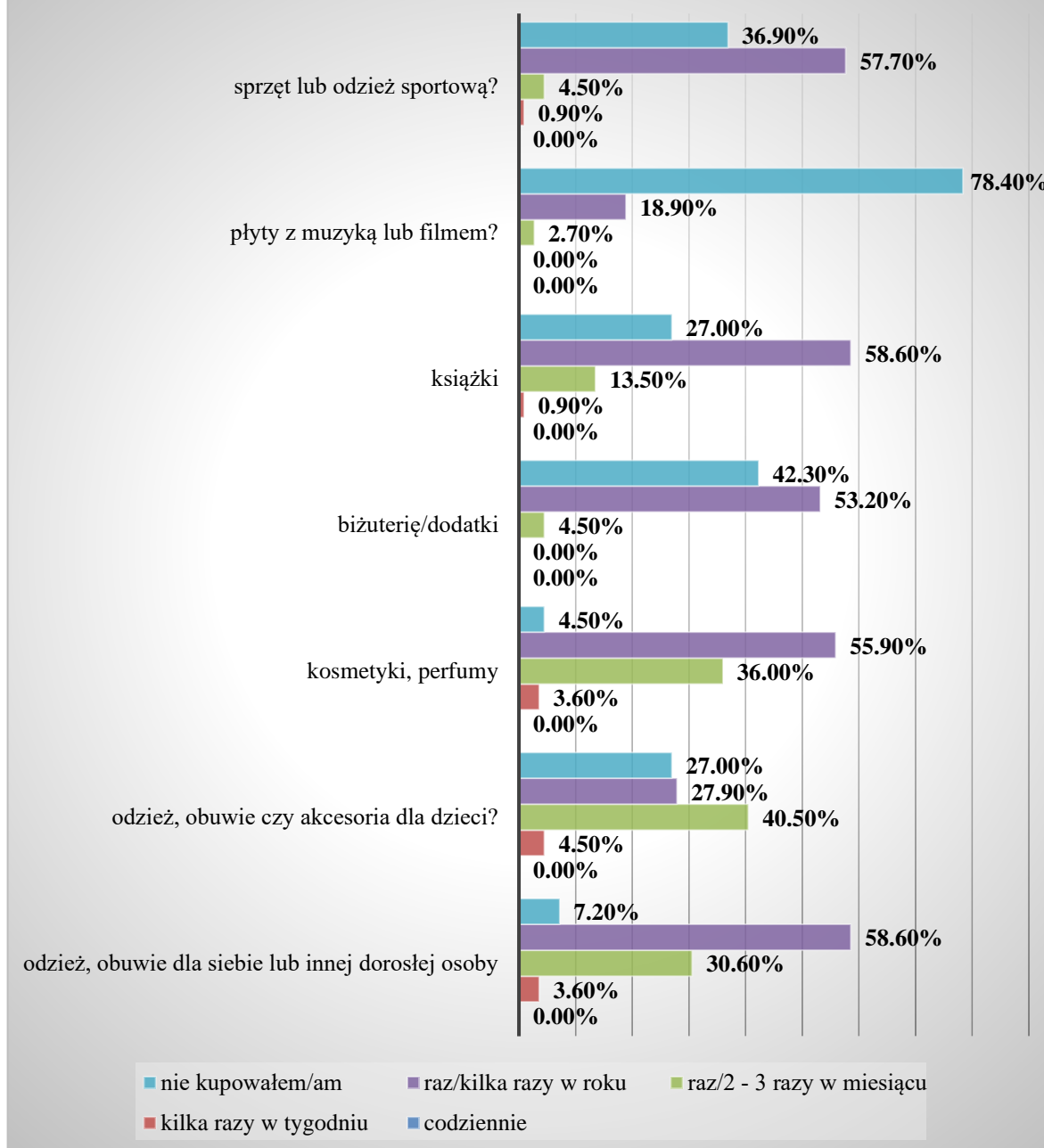
22. Czy zdarza się Panu/i zaniedbywać rodzinę/najbliższych z powodu pracy?



24,3% respondentom zdarza się zaniedbywać rodzinę czy też najbliższych z powodu pracy. 75,7% badanych nie zdarza się to.

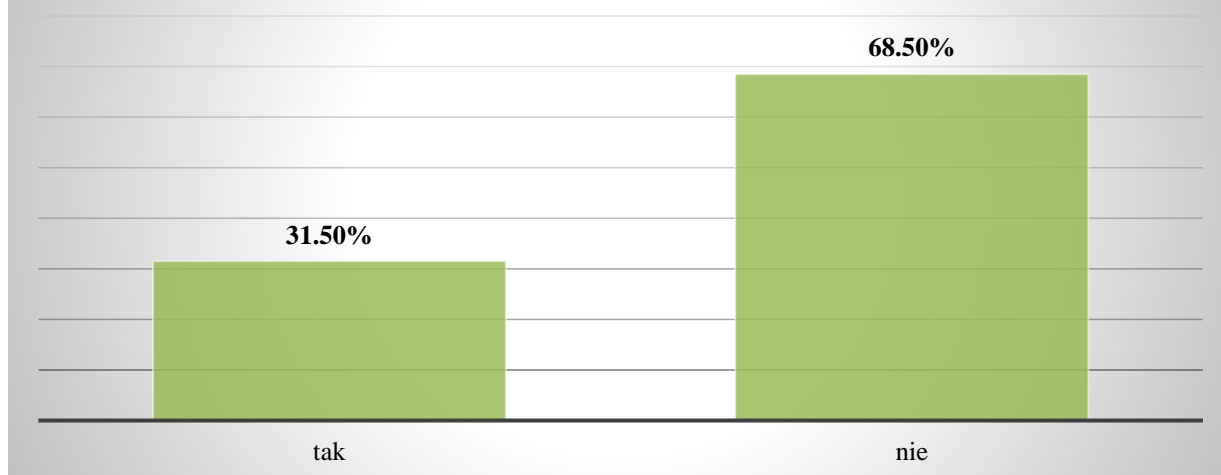
Uzależnienie od zakupów określa się inaczej mianem zakupoholizmu albo shopoholizmu. Nałóg ten objawia się natręctwem kupowania, nadmiernym nabywaniem produktów czy usług, które w ogóle nie są człowiekowi do niczego potrzebne. Zakupoholizm to po prostu nadmierne, kompulsywne, nieprzemyślane i dysfunkcjonalne robienie zakupów. Do utraty kontroli nad własnym zachowaniem prowadzą czynniki psychologiczne, ale nie bez znaczenia jest również wpływ konsumpcjonizmu i oddziaływań marketingowych. Bezustannie człowiek jest wystawiony na różne strategie służące podnoszeniu wskaźników sprzedażowych, np. stosuje się bonusy, promocje, wyprzedaże, gratisy itp., a dodatkowo reklamy zapewniają o niebotycznym uczuciu zadowolenia po udanym zakupie produktu marki X.

23. Jak często w ciągu ostatnich 12 miesięcy kupował/a Pan/i



Powyższy wykres pokazuje nam z jaką częstotliwością respondenci kupują poszczególne asortymenty. Na uwagę zasługuje zakup kilka razy w tygodniu odzieży, obuwia czy akcesoria dla dzieci (4,5%) i odzieży, obuwia dla siebie lub innej dorosłej osoby (3,6%), kosmetyków, perfum (3,6%) i książek oraz sprzętu i odzieży sportowej (0,9%).

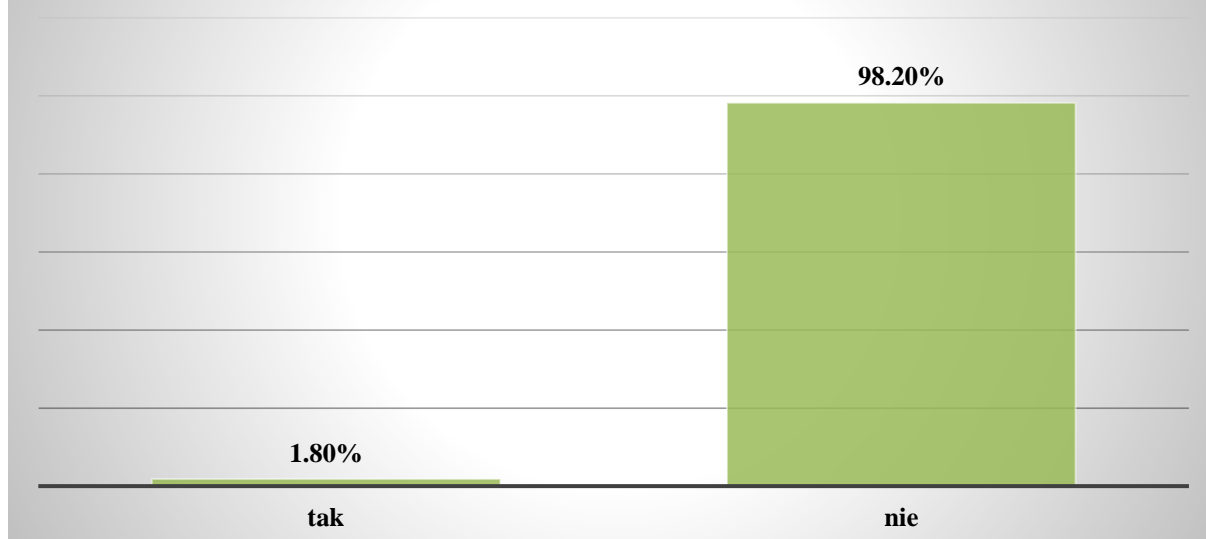
24. Czy zdarza się Panu/i, że kupuje rzeczy, których Pan/i nie planował/a bo czuje wewnętrzną potrzebę zakupów?



Badanym zdarza się również, że kupują rzeczy, których nie planowali tylko dlatego, że czują taką wewnętrzną potrzebę zakupów – 31,5% badanych. 68,5% ankietowanych nie czuje takiej potrzeby.

Zapytaliśmy również respondentów czy zdarzyło się im pożyczać pieniądze aby kupić sobie coś ponieważ czują, że muszą to mieć. Twierdząco na to pytanie odpowiedziało 1,8% respondentów. 98,2% nie miało takiej sytuacji.

25. Czy zdarza się Panu/i pożyczać pieniądze od bliskich aby kupić sobie coś ponieważ czuje Pan/i, że musi to mieć?



5. WNIOSKI I REKOMENDACJE

W podsumowaniu badań przeprowadzonych na terenie Gminy Bielsk można wyróżnić kilka głównych problemów jakie dotyczą społeczność lokalną. Problemy społeczne o których mowa poniżej, pojawiły się w wypowiedziach mieszkańców podczas prowadzonych badań w IV kwartale 2023 roku na terenie Gminy.

Według mieszkańców Gminy Bielsk bardzo ważnymi problemami społecznymi są: **picie alkoholu przez młodzież – 71,2%, przemoc w rodzinie – 64,0% oraz przemoc i agresja na ulicy – 63,1%.**

Na podstawie otrzymanych wyników we wnioskach i rekomendacjach do dalszych działań zostaną podkreślone najważniejsze kwestie, wymagające szczególnej uwagi ze strony władz samorządowych.

Alkohol

Po analizie otrzymanych wyników badań przeprowadzonych wśród młodych mieszkańców Gminy Bielsk można wnioskować, że jednym z istotniejszych problemów nadal zdaje się być problem picia alkoholu – **12,8% uczniów szkół deklaruje**, że inicjację alkoholową ma już za sobą. Odsetek ten jest nie zadawalający, szczególnie, że to młodzi ludzie szkół podstawowych złożyli taką deklarację.

Największa grupa badanej młodzieży, która zadeklarowała, że spożywała alkohol, **po raz pierwszy piła go z rodzicami – 33,3%**, a 13,3% z innym dorosłym członkiem rodziny.

26,5% badanych wskazuje, że można zakupić na terenie Gminy Bielsk piwo nie mając ukończone 18 lat, 14,5% wskazuje na wino, a 16,2% mówi o wódce.

Jest to bardzo ważny sygnał dla władz lokalnych, który powinien skutkować podjęciem działań z zakresu profilaktyki uzależnień, w szczególności od alkoholu wśród młodzieży szkolnej. Podejmować należy również systematyczne kontrole punktów sprzedaży napojów alkoholowych oraz prowadzić cykliczne szkolenia dla właścicieli i sprzedawców napojów alkoholowych m. in. w zakresie przepisów ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi.

Dorośli respondenci także zwracają uwagę na problem picia alkoholu. Sami deklarują, że prawie codziennie alkohol spożywa 0,9% badanych i więcej niż raz w tygodniu 1,8%.

Okazjonalnie po alkohol sięga 45,0% respondentów, średnio raz w miesiącu alkohol pije 4,5% ankietowanych mieszkańców Gminy Bielsk, kilka razy w miesiącu – 12,6% badanych pije alkohol.

44,1% uważa, że picie alkoholu na terenie Gminy Bielsk wzrosło w ciągu ostatnich 10 lat.

Nasuwa to zatem potrzebę podejmowania działań edukacyjno - profilaktycznych dotyczących picia alkoholu na terenie Gminy Bielsk. Działania te winny być kierowane zarówno do dzieci i młodzieży jak i dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk, ze szczególnym uwzględnieniem rodziców uczniów szkół.

Pamiętać należy, że działania takowe można prowadzić poprzez bezpośrednie spotkania z wybranymi grupami dzieci, młodzieży i dorosłych jak również kampanie profilaktyczno – edukacyjne z wykorzystaniem mediów, w tym mediów społecznościowych.

Narkotyki

Problem wśród młodych mieszkańców gminy stanowią niestety także inne substancje psychoaktywne. Wśród ankietowanej młodzieży **2,6% uczniów wskazało, że zażywało środki psychoaktywne.**

9,9% badanych mieszkańców Gminy Bielsk wskazało, że zdarzyło im się użyć narkotyku lub innego środka odurzającego. Nasuwa się zatem potrzeba informowania ich o niebezpieczeństwach, jakie wiążą się z choćby jednorazowym zażywaniem narkotyków, zwłaszcza jeśli mowa o nadal „popularnych” wśród młodzieży dopalaczach.

Działania edukacyjne związane z zażywaniem środków psychoaktywnych winny obejmować różne grupy wiekowe, nie tylko i wyłącznie młodzież ale również dorosłych mieszkańców Gminy Bielsk.

Uzależnienia behawioralne

Obok oddziaływań kierowanych do uczniów, w których oprócz działań profilaktycznych ukierunkowanych na uzależnienia od substancji psychoaktywnych, nie powinniśmy zapominać o uzależnieniach behawioralnych, a w szczególności o uzależnieniach od Internetu czy też komputera. Jak wskazują przeprowadzone badania młodzież i w tym zakresie wykazuje zbyt nadmierne korzystanie z sieci. Młodzi ludzie wskazali w badaniach

że: granie na komputerze, surfowanie po Internecie to czynności jakie wykonują w czasie wolnym, a w mediach społecznościowych spędzają czas po kilka godzin dziennie.

Wśród uczniów szkół podczas czasu wolnego spędza go na korzystaniu z telefonu komórkowego (43,6%), a 35,9% na graniu w gry na komputerze lub konsoli. 32,5% respondentów czas wolny spędza surfując po Internecie,

Dorośli mieszkańcy Gminy Bielsk również wiele swego czasu wolnego spędzają surfując w Internecie (29,7% badanych), a 6,3% gra w gry na komputerze. 18,9% z nich przyznaje się do zaniechania obowiązków domowych od czasu do czasu i często – 1,8% z powodu chęci spędzenia większej ilości czasu w Internecie.

Wśród młodzieży, zaobserwować możemy brak zainteresowań, pasji i chęci dodatkowego rozwijania swoich umiejętności i talentów. Warto podczas prowadzonych działań profilaktycznych i na takie zagadnienie jak spędzanie czasu wolnego zwrócić uwagę, bo jak wiemy, „kiedy młodzież się nudzi” bardziej podatna jest na eksperymentowanie z substancjami psychoaktywnymi takimi jak papierosy, alkohol czy też narkotyki i dopalacze jak również korzysta nadmiernie z sieci, gra w gry komputerowe czy też „swoje życie” przenosi się do świata wirtualnego.

Podsumowując, w prowadzeniu działań profilaktycznych na terenie Gminy Bielsk tak samo istotne wydają się być strategie oparte na przekazywaniu rzetelnej, adekwatnej do odbiorców wiedzy, a także te oparte na rozwoju umiejętności psychospołecznych. Nie należy zapominać, że tymi odbiorcami nie mogą być tylko dzieci i młodzież, ale także istnieje silna potrzeba angażowania rodziców, nauczycieli, pedagogów i innych dorosłych mieszkańców.

Główne kierunki dalszych działań profilaktycznych w gminie powinny polegać na:

1. Planowanie cyklicznych działań profilaktycznych mających na celu zmianę postawy dzieci i młodzieży oraz jej regularne utrwalanie jak również zastępowanie zachowań destruktywnych konstruktywnymi oraz wspieranie uczniów w zdobywaniu wiedzy nie tylko na temat zagrożeń podejmowanych przez nich zachowań, ale także pomoc w gromadzeniu wiedzy na temat alternatywnych postaw:
 - a. wsparcie rozwoju praktycznych umiejętności uczniów w zakresie rozwiązywania konfliktów, radzenia sobie ze stresem, asertywnością, konstruktywnym wyrażaniem emocji i potrzeb, przyjmowania perspektywy innych oraz empatii;
 - b. wspieranie uczniów w rozwijaniu ich pasji, zainteresowań oraz

- w kształtowaniu w nich postaw ukierunkowanych na twórczość, kreatywność i motywację odkrywania nowych rzeczy; o wzmacnianie w uczniach poczucia przynależności, skuteczności i sprawczości;
- c. kreowanie pozytywnej atmosfery współpracy, umożliwiającej im samodzielne podejmowanie decyzji, branie za nich odpowiedzialności.
2. Planowanie szkoleń profilaktycznych dla grona pedagogicznego oraz rodziców:
 - a. zwrócenie uwagi nauczycieli i opiekunów na specyficzne potrzeby uczniów, które wiążą się ze specyfiką ich rozwoju psychospołecznego;
 3. Nasilone oddziaływania do rodziców w celu przekonania ich o szkodliwości nadmiernie liberalnego traktowania spożywania alkoholu przez ich dzieci,
 4. Zapewnienie dostępu do profesjonalnej pomocy dla osób uzależnionych od substancji psychoaktywnych:
 - a. współpracy z pomiędzy podmiotami działającymi w sferze uzależnień.
 - b. bieżąca współpraca z przedstawicielami służb policyjnych i wymiaru sprawiedliwości w formie spotkań interdyscyplinarnych oraz szkoleń organizowanych dla wszystkich organizacji i podmiotów zaangażowanych w przeciwdziałanie uzależnieniom.
 - c. działalność punktów konsultacyjnych, które mogą zorganizować kompleksową pomoc psychologiczną, terapeutyczną oraz socjalną dla dzieci i dorosłych.
 5. Szkolenia dla sprzedawców, właścicieli placówek prowadzących sprzedaż napojów alkoholowych z zakresu prawnych regulacji dotyczących sprzedaży alkoholu małoletnim a także umiejętności odmawiania sprzedaży napojów alkoholowych,
 6. Kontrola punktów sprzedaży napojów alkoholowych,
 7. Prowadzenie kampanii informacyjno – edukacyjnych dla mieszkańców Gminy Bielsk mających na celu poszerzenie ich wiedzy dotyczących miejsc, gdzie można uzyskać pomoc w sytuacji, gdy osoba mierzy się z problemem uzależnienia od substancji psychoaktywnych czy też uzależnienia od czynności:
 - a. rozpowszechnianie ulotek, broszur i plakatów w zakresie profilaktyki uzależnień i przeciwdziałania przemocy.
 8. Bieżące informowanie mieszkańców m.in. poprzez media społecznościowe o miejscach gdzie można skorzystać z pomocy psychologicznej, psychoterapeutycznej, terapeutycznej i prawnej.
 9. Organizowanie lokalnych działań profilaktycznych (festyny rodzinne itp.) na rzecz środowiska lokalnego.