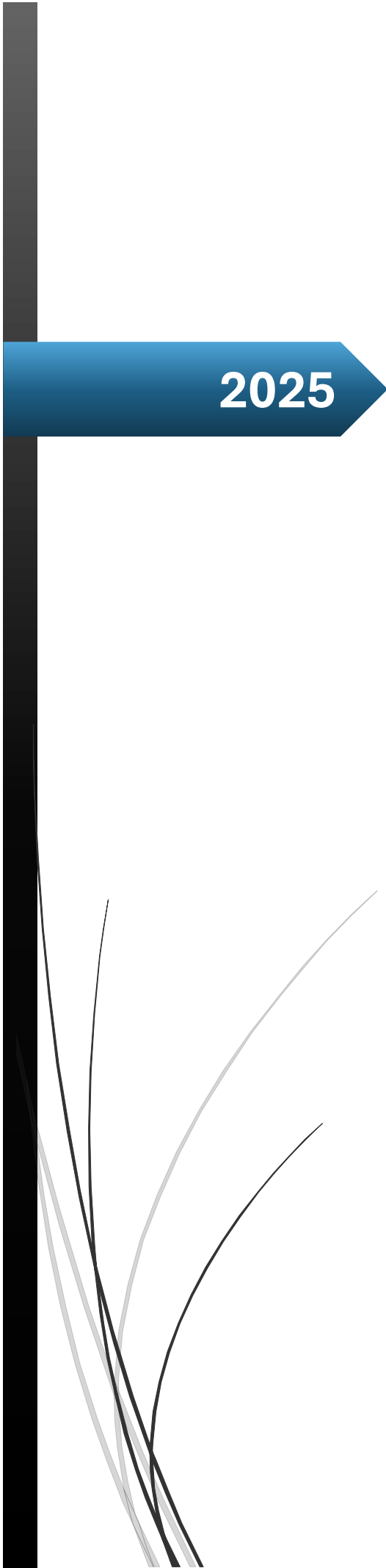


A thick dark grey vertical bar runs down the left side of the page. A blue arrow-shaped graphic points to the right, containing the year '2025'. Below the arrow, several thin, curved lines in black and grey sweep upwards from the bottom left corner.

2025

Diagnoza lokalnych zagrożeń społecznych

PANKI

Spis treści

WSTĘP	4
METRYCZKA	6
DZIAŁALNOŚĆ GMINNEJ KOMISJI PROFILAKTYKI I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH	8
RYNEK ALKOHOLOWY	9
GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ	10
ZESPÓŁ INTERDYSCYPLINARNY	12
PRZESTĘPCZOŚĆ NA TERENIE GMINY PANKI – POLICJA	14
LOKALNE ZAGROŻENIA SPOŁECZNE W GRUPIE DOROSŁYCH MIESZKAŃCÓW	16
Metodologia	16
Cele badania	16
Metoda i technika badawcza	16
Grupa badana	17
Wyniki badań	17
Podstawowe problemy społeczne w opinii mieszkańców	17
Spożywanie alkoholu oraz związane z nim inne problemy społeczne	18
Substancje uzależniające: nikotyna	23
Substancje psychoaktywne: narkotyki i dopalacze	24
Hazard	26
Potrzeba realizacji działań z zakresu profilaktyki uzależnień w opinii mieszkańców Gminy Panki	30
Przemoc domowa	31
Zaburzenia odżywiania	33
BADANIA WŚRÓD PRACOWNIKÓW INSTYTUCJONALNYCH	35
Metodologia	35
Cel badania i charakterystyka grupy badawczej	35
Wyniki	36
PROBLEMY SPOŁECZNE W ŚRODOWISKU DZIECI I MŁODZIEŻY	42
Metodologia	42
Cel badania	42
Charakterystyka grupy badanej	42
Wyniki badań	42
Relacje z rodzicami, nauczycielami oraz rówieśnikami	42
Substancje psychoaktywne: Alkohol	44

Substancje uzależniające: Papierosy	51
Substancje psychoaktywne: Narkotyki i dopalacze	55
Uzależnienia behawioralne	61
PODSUMOWANIE I WNIOSKI	81
Wnioski z badań dotyczących mieszkańców Gminy Panki.....	81
Wnioski z badań dotyczących pracowników instytucjonalnych w Gminie Panki.....	83
Wnioski z badań dotyczących uczniów z Gminy Panki.....	85
Rekomendacje	90

WSTĘP

Diagnoza lokalnych zagrożeń społecznych jest kluczowym narzędziem planowania działań społecznych i podejmowania decyzji na poziomie lokalnym. Dzięki niej samorządy lokalne oraz inne instytucje mogą efektywnie kierować swoje zasoby i działania w obszary, gdzie są one najbardziej potrzebne, co ma na celu znaczną poprawę jakości życia mieszkańców. Diagnoza pozwala nie tylko na identyfikację istniejących problemów, ale również na prognozowanie potencjalnych zagrożeń, co jest niezbędne do skutecznego planowania i wdrażania programów interwencyjnych.

Współczesne wyzwania społeczne, takie jak nadużywanie alkoholu, nikotyny, dopalaczy i narkotyków, uzależnienia behawioralne, a także negatywne postawy społeczne wobec tych zjawisk, wymagają szczegółowej analizy i interdyscyplinarnego podejścia. Dlatego dokument ten ma na celu przedstawienie wyników badań ankietowych przeprowadzonych w 2025 roku. W badaniach uwzględniono różnorodne aspekty związane z lokalnymi zagrożeniami, które mogą wpływać na bezpieczeństwo i zdrowie społeczności.

Dane dotyczące lokalnych zagrożeń społecznych zostały uzyskane w drodze anonimowych badań ankietowych, które przeprowadzono w Gminie Panki wśród **trzech grup reprezentujących różne lokalne środowiska:**

- Dorośli mieszkańcy
- Dzieci i młodzież szkolna
- Pracownicy instytucjonalni

Znaczenie wyników badań

Wyniki przeprowadzonych badań będą miały istotne znaczenie dla formułowania strategii interwencyjnych oraz programów wsparcia. Oto kilka kluczowych aspektów, które mogą być poruszone na podstawie zebranych danych:

Zrozumienie skali problemu: Dzięki przeprowadzonym badaniom można określić, jak powszechne są problemy związane z nadużywaniem substancji i uzależnieniami w lokalnej społeczności. To pozwoli na lepsze dostosowanie działań do rzeczywistych potrzeb mieszkańców.

Identyfikacja grup ryzyka: Analiza wyników pomoże zidentyfikować grupy najbardziej narażone na uzależnienia, co jest kluczowe w projektowaniu programów prewencyjnych.

Tworzenie spersonalizowanych programów wsparcia: Zrozumienie różnorodnych perspektyw mieszkańców oraz pracowników socjalnych pozwoli na stworzenie bardziej

efektywnych i dostosowanych do potrzeb programów wsparcia, które będą odpowiadały na konkretne wyzwania.

Zwiększenie zaangażowania społeczności: Poprzez uświadamianie mieszkańców o skali problemów społecznych oraz zaangażowanie ich w proces diagnozy, można zbudować większą solidarność i odpowiedzialność w walce z uzależnieniami.

Diagnoza lokalnych zagrożeń społecznych jest niezbędnym narzędziem, które umożliwia lokalnym samorządom oraz instytucjom skuteczne planowanie działań mających na celu poprawę jakości życia mieszkańców. Przeprowadzone badania ankietowe, z uwzględnieniem różnych grup społecznych, dostarczą cennych informacji, które staną się fundamentem dla przyszłych działań w zakresie prewencji, wsparcia oraz edukacji w kontekście problemów związanych z nadużywaniem substancji i uzależnieniami. Tylko poprzez zrozumienie rzeczywistych potrzeb społeczności można skutecznie zmieniać sytuację w lokalnym otoczeniu, promując zdrowy styl życia i wsparcie dla osób potrzebujących.

METRYCZKA

Liczba mieszkańców Gminy Panki w 2022 roku wynosiła 4947 osób, w 2023 roku spadła do 4914 osób, a w 2024 roku znowu spadła do 4862 osób. W 2024 roku wśród mieszkańców było 2468 kobiet i 2394 mężczyzn.

Liczba mieszkańców Gminy Panki	2022 r.	2023 r.	2024 r.
Ogółem:	4947	4914	4862
w tym kobiet:	2515	2492	2468
w tym mężczyzn:	2432	2422	2394

Źródło: USC 2025 Panki

Na dzień 31 grudnia 2024 roku, Gmina Panki liczyła łącznie 4862 mieszkańców. W wieku przedprodukcyjnym (do 18. roku życia) znajdowało się 838 osób, z czego 410 to kobiety, a 428 to mężczyźni. W wieku produkcyjnym (od 18. do 64. roku życia) było 2958 mieszkańców, w tym 1389 kobiet i 1569 mężczyzn. W wieku poprodukcyjnym zamieszkiwało 1066 osób, z czego 669 stanowiły kobiety, a 397 mężczyźni. Widać, że największą grupą wiekową w Gminie są osoby w wieku produkcyjnym.

Liczba mieszkańców Gminy Panki (31.12.2024 r.)	w wieku przedprodukcyjnym	w wieku produkcyjnym	w wieku poprodukcyjnym
Ogółem:	838	2958	1066
w tym kobiet:	410	1389	669
w tym mężczyzn:	428	1569	397

Źródło: USC 2025 Panki

W Gminie Panki w 2022 roku odnotowano 33 urodzeń żywych, w tym 17 chłopców i 16 dziewczynek, natomiast w 2023 roku urodziło się 31 dzieci, w tym 18 chłopców i 13 dziewczynek. W 2024 roku liczba urodzeń wyniosła 27, z czego 13 to chłopcy i 14 to dziewczynki.

Liczba urodzeń żywych w Gminie Panki	2022 r.	2023 r.	2024 r.
w tym chłopcy:	17	18	13
w tym dziewczynki:	16	13	14

Źródło: USC 2025 Panki

W Gminie Panki w 2022 roku odnotowano 62 zgonów, w tym 33 mężczyzn i 29 kobiet. W 2023 roku liczba zgonów wyniosła 57, z czego 25 dotyczyło mężczyzn, a 32 kobiet, natomiast w 2024 roku zmarło 50 osób, w tym 21 mężczyzn i 29 kobiet.

Liczba zgonów w Gminie Panki	2022 r.	2023 r.	2024 r.
w tym mężczyźni:	33	25	21
w tym kobiety:	29	32	29

Źródło: USC 2025 Panki

DZIAŁALNOŚĆ GMINNEJ KOMISJI PROFILAKTYKI I ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH

W latach 2022–2024 działalność Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych prowadzona była w sposób systematyczny i konsekwentny. Liczba posiedzeń ogólnych i plenarnych utrzymywała się na zbliżonym poziomie, co świadczy o ciągłej aktywności Komisji w zakresie realizacji zadań ustawowych. Każdego roku przeprowadzano rozmowy z osobami uzależnionymi, mające na celu motywowanie ich do podjęcia leczenia odwykowego, co stanowiło ważny element działań interwencyjnych i wspierających. W 2022 roku odbyła się również kontrola punktów sprzedaży napojów alkoholowych, natomiast w kolejnych latach nie odnotowano takich działań. Komisja systematycznie wydawała opinie dotyczące lokalizacji punktów sprzedaży alkoholu, jednak ich liczba uległa zmniejszeniu, co może wynikać ze stabilizacji sieci handlowej w gminie.

Działalność GKRPA	2022	2023	2024
Ogólne posiedzenie Komisji	12	10	11
Posiedzenia plenarne Komisji	12	10	11
Przeprowadzono rozmowy z osobami uzależnionymi w celu motywowania do leczenia	12	10	11
Kontrole punktów sprzedaży napojów alkoholowych	1	-	-
Post. opiniujące lokalizację punktów sprzedaży napojów alkoholowych	7	3	3

W latach 2022–2024 Komisja interwencyjno-motywująca prowadziła działania ukierunkowane na przeciwdziałanie uzależnieniom oraz motywowanie osób uzależnionych do podjęcia leczenia. Liczba wniosków o leczenie odwykowe stopniowo malała, natomiast wzrosła liczba nowo rozpoczętych spraw, co może świadczyć o zwiększonej skuteczności identyfikacji osób wymagających pomocy. W 2024 roku po raz pierwszy zlecono przeprowadzenie badań przez biegłych sądowych, co wskazuje na pogłębienie współpracy z instytucjami wymiaru sprawiedliwości. Liczba wniosków kierowanych do sądu o obowiązek leczenia odwykowego nieznacznie wzrosła, natomiast nie odnotowano zakończonych postępowań w ostatnim roku analizy.

Działalność Komisji interwencyjno-motywuującej	2022	2023	2024
Do Komisji wpłynęło:			
Wniosków o leczenie odwykowe	10	9	8
Obecnie rozpoczętych spraw	1	4	8
Zleceń przeprowadzenia badania przez biegłych sądowych	-	-	2
Wniosków do Sądu w sprawie obowiązku leczenia odwykowego	2	2	3
Zakończone postępowania w sprawie skierowania na leczenie odwykowe przez sąd	2	2	-

RYNEK ALKOHOŁOWY

Liczba punktów sprzedaży napojów alkoholowych	
2022	13
2023	12
2024	12

GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ

W latach 2022–2024 liczba rodzin objętych pomocą Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej systematycznie rosła, co wskazuje na wzrost zapotrzebowania na wsparcie społeczne. Szczególnie zauważalny był wzrost liczby rodzin korzystających ze świadczeń z powodu problemów uzależnień – z 11 w 2022 roku do 18 w 2024 roku. Dane te potwierdzają, że uzależnienia nadal stanowią istotny problem społeczny, wymagający stałej pomocy i działań profilaktycznych na poziomie lokalnym.

Pomoc Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej			
	2022	2023	2024
Liczba rodzin ogółem	41	44	66
w tym rodziny korzystające ze świadczeń z powodu problemów uzależnień	11	12	18

W latach 2022–2024 Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej udzielał różnorodnych form wsparcia, dostosowanych do indywidualnych potrzeb mieszkańców. Najwięcej osób korzystało z pomocy w formie poradnictwa, którego liczba utrzymywała się na wysokim i stabilnym poziomie, osiągając 65 osób w 2024 roku. Wzrosła również liczba świadczeń pieniężnych, co może wskazywać na pogarszającą się sytuację materialną części rodzin. Świadczenia rzeczowe, takie jak odzież, żywność czy inne formy wsparcia materialnego, pozostały na podobnym poziomie w dwóch ostatnich latach, co świadczy o utrzymującym się zapotrzebowaniu na tego typu pomoc.

Rodzaje pomocy udzielanej przez GOPS	2022	2023	2024
Świadczenia rzeczowe dla osób	35	22	22
Świadczenia pieniężne dla osób	31	38	45
Świadczenia rady dla osób	63	57	65

W latach 2022–2024 głównymi powodami przyznawania pomocy społecznej w gminie były ubóstwo, długotrwała choroba oraz niepełnosprawność, które niezmiennie dotyczyły największej liczby rodzin. W analizowanym okresie odnotowano również wzrost liczby osób objętych pomocą z powodu problemów alkoholowych – z 11 w 2022 roku do 18 w 2024 roku, co może świadczyć o narastających trudnościach w zakresie uzależnień. Pomoc była również udzielana osobom bezrobotnym, choć skala tego zjawiska pozostawała na zbliżonym poziomie. Wśród innych przyczyn wsparcia wymieniano m.in. bezdomność, potrzebę ochrony

macierzyństwa czy zdarzenia losowe, jednak miały one charakter jednostkowy. Dane te wskazują, że pomoc społeczna w gminie koncentruje się przede wszystkim na rodzinach zmagających się z problemami zdrowotnymi, ekonomicznymi i uzależnieniami.

Powody przyznawania pomocy społecznej	2022	2023	2024
Niepelnosprawność	17	16	16
Bezrobocie	13	15	14
Osoby dotknięte klęską żywiołową	0	-	-
Ubóstwo	30	31	34
Bezradność opiekuńczo-wychowawcza	5	-	2
Osoby dotknięte długotrwałą chorobą	23	25	22
Alkoholizm	11	12	18
Inne	bezdomność 2, potrzeba ochrony macierzyństwa 8, sytuacja kryzysowa 1	bezdomność 1, potrzeba ochrony macierzyństwa 6, zdarzenie losowe 2, sytuacja kryzysowa 2	bezdomność 1

ZESPÓŁ INTERDYSCYPLINARNY

W latach 2022–2024 liczba założonych Niebieskich Kart w gminie ulegała zmianom. W 2022 roku odnotowano 10 przypadków, w 2023 roku liczba ta spadła do 7, natomiast w 2024 roku ponownie wzrosła do 14. Dane te wskazują na zwiększoną liczbę interwencji w ostatnim roku, co może świadczyć o lepszej wykrywalności przypadków przemocy domowej lub wzroście świadomości społecznej w zakresie jej zgłaszania.

	Liczba założonych Niebieskich Kart
2022	10
2023	7
2024	14

W 2023 roku w gminie sporządzono łącznie 7 Niebieskich Kart. Najwięcej z nich, bo aż 5, zostało założonych przez Policję, co potwierdza jej kluczową rolę w reagowaniu na przypadki przemocy domowej. Pozostałe dwa przypadki odnotowano w Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej oraz w placówce służby zdrowia, co świadczy o zaangażowaniu różnych instytucji w system przeciwdziałania przemocy.

Liczba założonych Niebieskich Kart	2023
Sporządzono ogółem, w tym przez następujące instytucje:	
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej	1
Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	-
Placówki Służby Zdrowia	1
Placówki edukacyjne	-
Policja	5
Inne instytucje i organizacje	-
Inne	-

W latach 2022–2024 liczba osób doznających przemocy domowej w gminie znacząco wzrosła – z 8 w 2022 roku do aż 43 w 2024 roku. Największą grupę wśród osób pokrzywdzonych stanowiły kobiety, choć zauważalny jest też wzrost liczby mężczyzn zgłaszających takie doświadczenia, co może świadczyć o rosnącej świadomości społecznej i większej gotowości do szukania pomocy. W 2024 roku odnotowano również więcej przypadków przemocy wobec dzieci, co wymaga wzmocnienia działań profilaktycznych i ochronnych. Jednocześnie zwiększyła się liczba osób stosujących przemoc – z 7 w 2023 roku

do 13 w 2024 roku, w większości byli to mężczyźni. Dane te potwierdzają potrzebę dalszego rozwijania lokalnego systemu wsparcia, terapii i edukacji w zakresie przeciwdziałania przemocy domowej.

Liczba osób doznających przemocy domowej, którym udzielono pomocy w latach:	2022	2023	2024
Liczba osób doznających przemocy domowej (ogółem), w tym:	8	14	43
Kobiety	7	6	16
Mężczyźni	-	7	17
Dzieci (do 18 r.ż.)	1	1	10
Liczba osób stosujących przemoc domową (ogółem), w tym:	10	7	13
Kobiety	1	3	1
Mężczyźni	9	4	12

W latach 2022–2024 liczba interwencji Zespołu Interdyscyplinarnego w związku z przemocą domową wzrosła z 10 do 13, co może wskazywać na skuteczniejsze rozpoznawanie przypadków przemocy oraz większą aktywność służb w tym zakresie. Tyle samo rodzin zostało objętych wsparciem ZI, co dowodzi kompleksowego podejścia do pracy z osobami doświadczającymi przemocy. W 2024 roku po raz pierwszy trzy osoby stosujące przemoc zostały skierowane na programy korekcyjno-edukacyjne, co jest pozytywnym sygnałem w kierunku działań naprawczych i resocjalizacyjnych. Liczba spotkań Zespołu Interdyscyplinarnego systematycznie wzrastała, osiągając 6 w 2024 roku, co potwierdza zaangażowanie instytucji w skuteczne reagowanie na zjawisko przemocy domowej.

	2022	2023	2024
Liczba interwencji ZI w związku z przemocą domową	10	7	13
Liczba rodzin objętych wsparciem ZI z powodu przemocy domowej	10	7	13
Liczba osób stosujących przemoc domową skierowanych na programy korekcyjno-edukacyjne w latach:	-	-	3
Liczba spotkań Zespołu Interdyscyplinarnego	4	4	6

W 2024 roku osobom doznającym przemocy domowej udzielano przede wszystkim pomocy socjalnej, z której skorzystało 29 osób. Ten rodzaj wsparcia obejmował głównie działania pracowników socjalnych, mające na celu poprawę sytuacji bytowej i bezpieczeństwa osób dotkniętych przemocą. Brak odnotowanej pomocy psychologicznej, prawnej i materialnej wskazuje na potrzebę rozszerzenia oferty wsparcia o te formy, aby zapewnić bardziej kompleksową pomoc osobom w kryzysie.

Rodzaje udzielonej pomocy osobom doznającym przemocy domowej (liczba osób):	2024
Pomoc psychologiczna	-
Pomoc prawna	-
Pomoc materialna (np. zakwaterowanie, żywność)	-
Pomoc socjalna	29

PRZESTĘPCZOŚĆ NA TERENIE GMINY PANKI – POLICJA

W 2023 roku liczba interwencji związanych z alkoholem i narkotykami utrzymywała się na poziomie **571**. W 2024 roku nastąpił **spadek do 453 interwencji**, co może świadczyć o poprawie sytuacji lub skuteczniejszej profilaktyce. Dane o **mandatach za wykroczenia związane z ustawą o wychowaniu w trzeźwości** są dostępne jedynie dla dwóch ostatnich lat – **62 w 2023 roku i 19 w 2024 roku**. W żadnym z analizowanych lat **nie odnotowano danych dotyczących pouczeń** za tego typu wykroczenia.

Interwencje związane z alkoholem i narkotykami	2022	2023	2024
Liczba interwencji w latach	470	571	453
Liczba mandatów za wykroczenia związane z ustawą o wychowaniu w trzeźwości	brak danych	62	19
Liczba pouczeń za wykroczenia związane z ustawą o wychowaniu w trzeźwości	brak danych	brak danych	brak danych

W latach 2022–2024 odnotowano **spadek liczby przypadków prowadzenia pojazdów pod wpływem alkoholu lub narkotyków** – z 50 w 2022 roku do 37 w 2024 roku. Może to wskazywać na **większą świadomość kierowców lub skuteczniejsze działania prewencyjne**. Dla pozostałych kategorii, takich jak **zakłócanie porządku publicznego** czy **przestępstwa popełnione przez nieletnich pod wpływem**, brakuje dostępnych danych.

Przestępstwa pod wpływem alkoholu/narkotyków	2022	2023	2024
--	------	------	------

Prowadzenie pojazdów pod wpływem	50	42	37
Zakłócanie porządku publicznego	brak danych	brak danych	brak danych
Przestępstwa popełnione przez nieletnich pod wpływem	brak danych	brak danych	brak danych

W latach 2022–2024 liczba interwencji związanych z przemocą domową wahała się, osiągając **8 w 2022 i 2024 roku** oraz spadając do **4 w 2023 roku**. Dane te wskazują na **niestabilny trend liczby takich zdarzeń w analizowanym okresie**.

Zdarzenia związane z przemocą domową	2022	2023	2024
Liczba interwencji dotyczących przemocy domowej	8	4	8

W latach 2022–2024 na terenie analizowanym odnotowano zmienną liczbę przestępstw w trzech kategoriach: **fizyczne i psychiczne znęcanie się nad rodziną, groźba karalna oraz inne przestępstwa**. Przestępstwa związane ze znęcaniem się nad rodziną wykazywały ogólnie rosnący trend, osiągając w 2024 roku wartości **15, 11 i 13** w poszczególnych okresach. Liczba przypadków **groźby karalnej** była mniejsza i stosunkowo stabilna, z lekkimi wahaniami w analizowanych latach. Kategorie **inne przestępstwa**, obejmujące m.in. rozpijanie małoletniego i uchylanie się od alimentów, cechowały się wysoką liczbą zdarzeń, szczególnie w 2023 i 2024 roku, z niewielką tendencją spadkową w ostatnim okresie. Ogólnie widać, że problem przestępczości w rodzinie i związanej z obowiązkami wobec małoletnich pozostaje istotny, a liczba spraw wykazuje **wahania sezonowe i roczne**.

Przestępstwa wszczęte na terenie	2022			2023			2024		
	w	s	z	w	s	z	w	s	z
Fizyczne i psychiczne znęcanie się nad rodziną	9	7	9	16	9	16	15	11	13
Groźba karalna	7	2	7	7	4	7	5	2	5
Inne przestępstwa (np. rozpijanie małoletniego, uchylanie się od alimentów)	17	12	17	25	15	25	24	14	23

W analizowanym okresie odnotowano łącznie **168 przestępstw**. Największą grupę stanowią zdarzenia zakwalifikowane jako „inne” (**128 przypadków**), co sugeruje dużą różnorodność incydentów spoza głównych kategorii. **Kradzieże (34 przypadki)** zajmują drugie miejsce, stanowiąc istotny, choć znacznie mniejszy odsetek ogółu przestępstw. **Nie odnotowano żadnych pobić**, natomiast **uszkodzenia mienia (6 przypadków)** występowały stosunkowo rzadko.

LOKALNE ZAGROŻENIA SPOŁECZNE W GRUPIE DOROSŁYCH MIESZKAŃCÓW

Metodologia

Cele 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,
- zagadnienia związane z niektórymi uzależnieniami behawioralnymi,
- zagadnienia związane z przemocą domową.

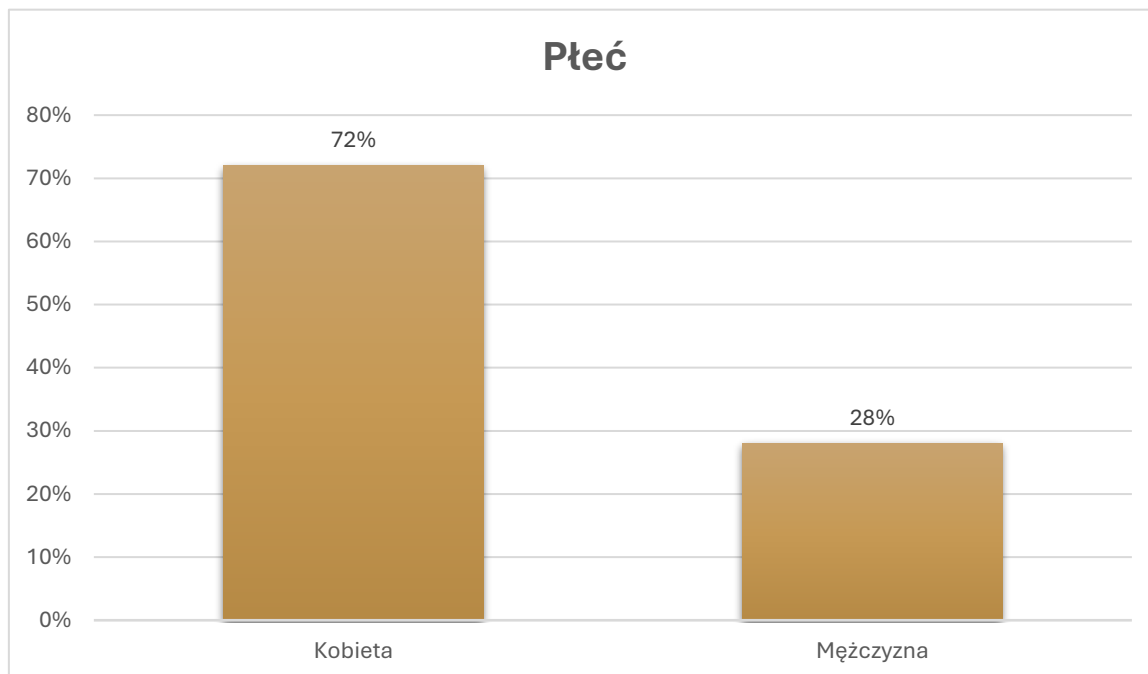
Metoda i technika badawcza

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.

Istotą badania było poznanie opinii oraz postaw względem wybranych problemów społecznych: problemu alkoholowego, nikotynowego, narkotykowego, przemocy domowej i rówieśniczej oraz wybranych problemów społecznych.

Grupa badana

Badania obejmowały mieszkańców w Gminie Panki, którzy ukończyli osiemnasty rok życia. W badaniu wzięło udział 87 mieszkańców, a w tym 72% kobiet oraz 28% mężczyzn.



Wyniki badań

Podstawowe problemy społeczne w opinii mieszkańców

W pierwszej części badania respondenci zostali poproszeni o ocenę ważności różnych problemów społecznych w środowisku lokalnym. Przyjętą w tych badaniach miarą ważności różnych problemów społecznych jest odsetek mieszkańców, którzy wskazują dany problem, jako bardzo istotny.

Mieszkańcy Gminy Panki w badaniu jako najbardziej istotny problem społeczny najczęściej wskazywali **uzależnienie od alkoholu, które uzyskało aż 77%* wskazań**. Następnie wskazano na uzależnienie od papierosów – 75%* wskazań, na kolejnym miejscu są: uzależnienie od alkoholu – 81%* oraz zanieczyszczenie powietrza – 67%*.

Ocena ważności lokalnych problemów społecznych przez badanych mieszkańców.				
<i>Problem</i>	<i>Bardzo istotny</i>	<i>Raczej istotny</i>	<i>Raczej nieistotny</i>	<i>Zdecydowanie nieistotny</i>
Zanieczyszczenie powietrza (smog)	31%	36%	26%	7%
Uzależnienia behawioralne (hazard, uzależnienie od Internetu, nowoczesne technologie)	26%	36%	29%	9%
Uzależnienie od alkoholu	45%	32%	20%	3%
Bezrobocie	30%	28%	33%	9%
Bieda, ubóstwo	22%	25%	46%	7%
Zaburzenia odżywiania (anoreksja, bulimia, kompulsywne objadanie się)	16%	22%	48%	14%
Przestępczość	27%	18%	47%	8%
Cyberprzemoc	25%	26%	40%	9%
Przemoc domowa	33%	25%	31%	11%
Uzależnienie od narkotyków, dopalaczy	32%	21%	37%	10%
Uzależnienie od papierosów	38%	37%	17%	8%

* suma odpowiedzi raczej istotny i zdecydowanie istotny

** suma odpowiedzi raczej nieistotny i zdecydowanie nieistotny

Spożywanie alkoholu oraz związane z nim inne problemy społeczne

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 sprawie¹.

Odpowiedzi respondentów na pytania odnośnie spożywania alkoholu różnią się w zależności od płci, wieku i grup zawodowych. Wśród kobiet jest dwa razy więcej abstynentów niż wśród mężczyzn (21% w stosunku do 10%). Z przeprowadzonych badań wynika, że w ciągu 9 lat nastąpił wzrost spożycia alkoholu wśród kobiet- w roku 2010 abstynencję deklarowała, co trzecia kobieta. Biorąc pod uwagę grupy wiekowe, to alkohol najczęściej piją badani w wieku 25-34 lata. Natomiast w 2010 roku relatywnie najwięcej pijących alkohol było wśród najmłodszych badanych (18-24 lata). Uzyskane wyniki pozwalają na stwierdzenie, że styl konsumpcji alkoholu nie zmienia się wraz z upływem czasu. Sytuacja wygląda podobnie w przypadku osób z grupy wiekowej 65 lat i więcej, którzy 9 lat temu plasowali się w przedziale 55-64 lata- odsetek abstynentów wśród tych osób jest stały i wynosi 28%².

¹ Komunikat CBOS „Konsumpcja alkoholu w Polsce”, grudzień 2019 (oprac. M. Bożewicz).

² Tamże.

Jeżeli chodzi o częstotliwości spożywania alkoholu, to większość Polaków (56%) deklaruje, że pije alkohol okazjonalnie, 8% spożywa go często, a co trzeci unika okazji do picia alkoholu lub w ogóle go nie spożywa. Porównując te wyniki z wynikami badań CBOS z 2010 r. zmniejszył się odsetek osób deklarujących częste picie (z 11% do 8%) i całkowitych abstynentów (z 22% do 16%). Jednakże, wzrósł udział osób spożywających alkohol czasami, z dobrej okazji, ale nie często (z 50% do 56%)³.

Od 2010 roku znacząco zmalał udział piwa, jako najczęściej spożywanego alkoholu, kiedy to, co druga osoba spośród pijących alkohol (52%) przyznawała, że najczęściej sięga po piwo. Obecnie wybiera je 39% respondentów, którzy nie rezygnują z napojów procentowych. Na drugim miejscu znajduje się wino (25%), a na trzecim – wódka (16%). Odsetek osób najchętniej wybierających wino rośnie od 2007 roku, natomiast największy wzrost dotyczy alkoholi wysokogatunkowych, np. koniaku czy whisky – obecnie, co dziewiąty badany pijący alkohol (11%) deklaruje, że, jeśli sięga po kieliszek, to najczęściej z tego typu trunkiem⁴.

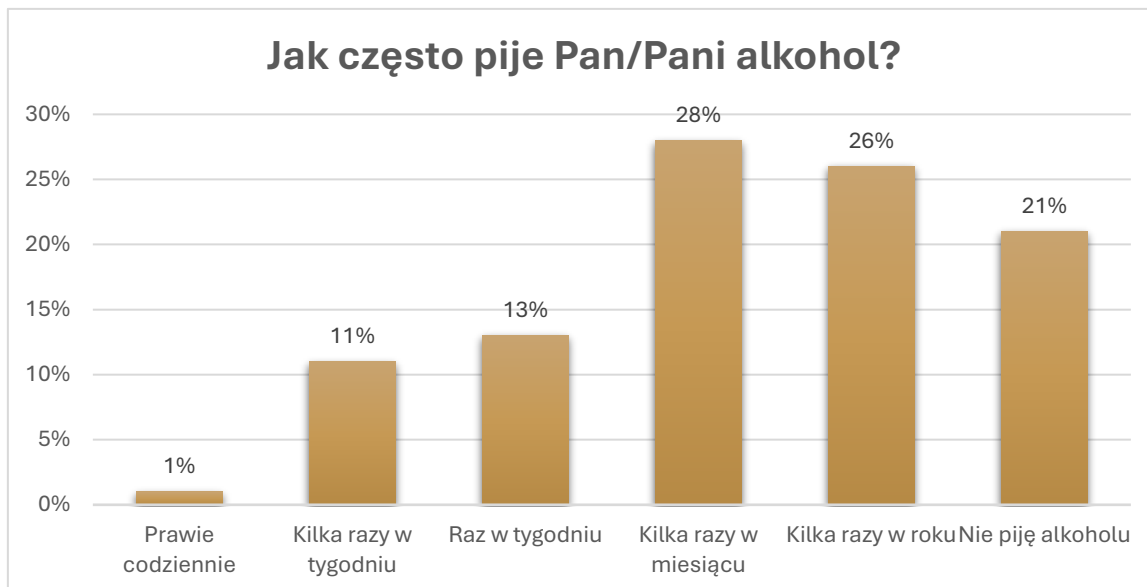
W ankiecie przeprowadzonej wśród mieszkańców Gminy Panki również zbadano postawy i przekonania dorosłych mieszkańców na temat alkoholu. Pierwszą z poruszanych kwestii był **wiek inicjacji alkoholowej**. 52% wskazało, że **inicjacja alkoholowa miała miejsce pomiędzy 16 a 18 rokiem życia**, 27% powyżej 18 roku życia. 15% przyznaje, że **pierwszy raz pili alkohol w wieku pomiędzy 13 a 15 rokiem życia**, a 3% poniżej 12 roku życia. 3% nigdy nie próbowało alkoholu.



³ Tamże.

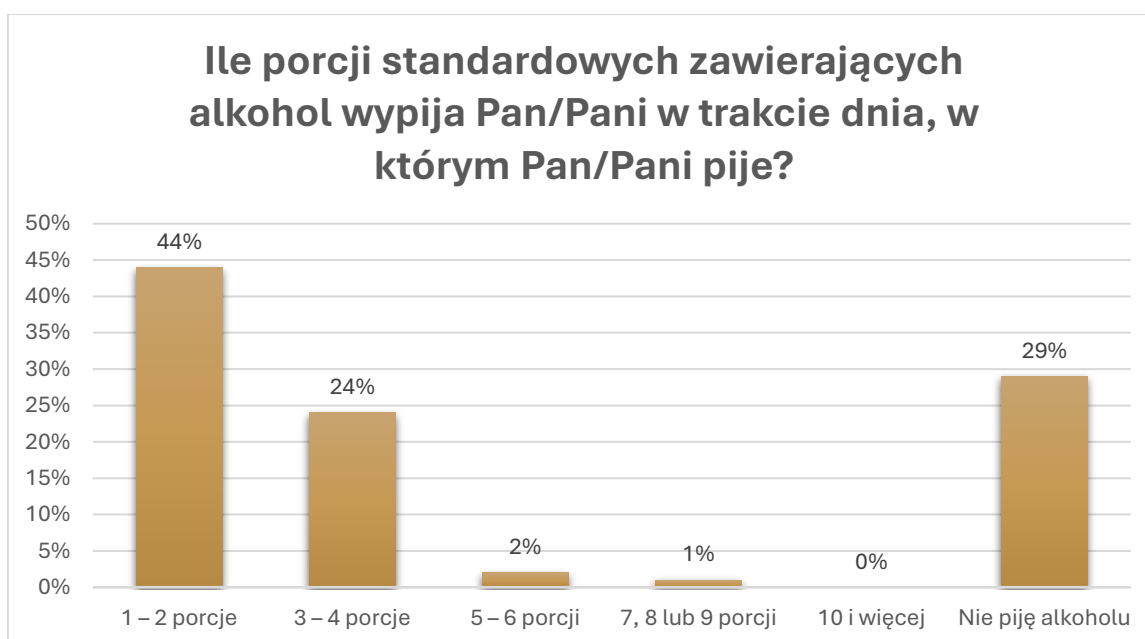
⁴ Komunikat CBOS „Konsumpcja alkoholu w Polsce”, grudzień 2019 (oprac. M. Bożewicz).

Następnym badanym obszarem była **częstotliwość spożywania alkoholu**. Do picia alkoholu **kilka razy w miesiącu** przyznało się – **28% badanych**, **kilka razy w roku** – **26%**, **raz w tygodniu** – **13%**, **kilka razy w tygodniu** – **11%**, **prawie codziennie** – **1%**. **21% w ogóle nie pije alkoholu**.



Oprócz częstotliwości spożywania alkoholu interesujące były także **ilości jego jednorazowego wypicia**. 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 zaznaczali najczęściej, że spożywają **jednorazowo 1-2 porcje alkoholu** – **44%**, **3-4 porcje alkoholu** – **24%**, **5-6 porcji alkoholu** – **2%**, **7,8 lub 9 porcji** – **1%**. **29% nie pije alkoholu**.



Co ważne, **70% badanych nie wie, gdzie może zgłosić się po pomoc osoba uzależniona od alkoholu.**



Następnie ankietowani zostali poproszeni o wskazanie, w jakim stopniu zgadzają się z określonymi stwierdzeniami. Pierwsze ze stwierdzeń dotyczyło mitu, jakoby **alkohol zawarty w piwie jest mniej groźny niż ten zawarty w wódce**. Łącznie **77%** badanych** zaznaczyło, iż **nie zgadza się z powyższym stwierdzeniem**.

Kolejne stwierdzenie badające postawy względem alkoholu dotyczyło dostępności i kontroli sprzedaży alkoholu. **69%* badanych mieszkańców zgadza się ze stwierdzeniem, że „dostęp do alkoholu powinien być ograniczony lub kontrolowany”**. **72%*** respondentów ocenia **osoby pijące alkohol, jako zagrażające lub raczej zagrażające bezpieczeństwu w środowisku lokalnym**.

64% badanych uważa, że osoby nieletnie nie mają łatwości w zakupie alkoholu w lokalnych sklepach.**

97%** respondentów uważa, że **kobiety w ciąży nie mogą pić bezpiecznie** nawet niewielkich ilości alkoholu, a także, że **prowadzenie samochodu po spożyciu alkoholu jest zabronione – 95%****. Kolejno, **87%** ankietowanych jest zdania, że picie alkoholu nie pomaga w trudnych sytuacjach życiowych.**

Zgodność z twierdzeniami na temat alkoholu – dorośli mieszkańcy.

Twierdzenie	Zdecydowanie zgadzam się	Raczej zgadzam się	Raczej nie zgadzam się	Zdecydowanie nie zgadzam się
Alkohol zawarty w piwie jest mniej groźny niż ten zawarty w wódce	5%	18%	11%	66%
Dostęp do alkoholu powinien być ograniczony lub kontrolowany	48%	21%	23%	8%
Osoby pijące alkohol zagrażają bezpieczeństwu w moim środowisku lokalnym	41%	31%	21%	7%
Osoby nieletnie mogą z łatwością kupić alkohol w lokalnych sklepach	16%	20%	40%	24%
Picie alkoholu pomaga w trudnych sytuacjach życiowych	8%	6%	20%	67%
Prowadzenie samochodu po niewielkiej ilości alkoholu jest bezpieczne	4%	1%	9%	86%
Kobiety w ciąży mogą bezpiecznie pić niewielkie ilości alkoholu	2%	1%	7%	90%

*suma odpowiedzi zdecydowanie zgadzam się i raczej zgadzam się

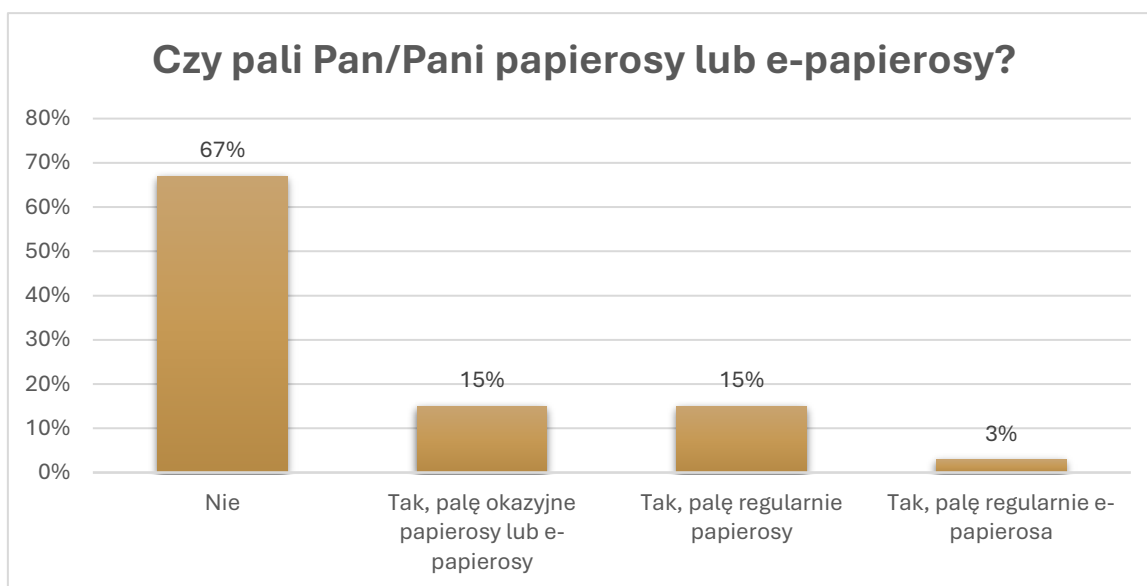
** suma odpowiedzi zdecydowanie nie zgadzam się i raczej nie zgadzam się

Zapytano mieszkańców również o ich zdanie na temat ilości sklepów i lokali, w których można kupić alkohol. 51% badanych mieszkańców uważa, że jest ich za dużo, 3% twierdzi, że jest ich za mało oraz 46% wskazuje na ich odpowiednią ilość.

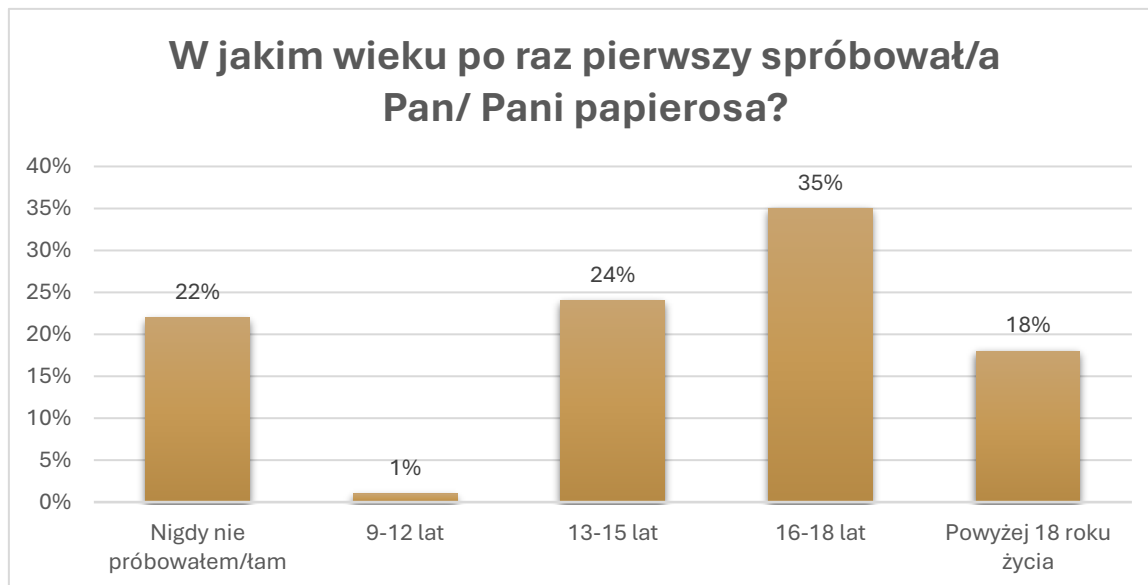


Substancje uzależniające: nikotyna

15% respondentów pali regularnie papierosy, 3% pali regularnie e-papierosy, a 15% pali okazynie papierosy i e-papierosy. 67% nie pali w ogóle papierosów.



Jeżeli chodzi o wiek inicjacji nikotynowej, to **18%** wskazało, że **inicjacja nikotynowa miała miejsce, gdy byli już pełnoletni**. **24%** respondentów przyznało, że **pierwszy raz zapalili papierosa w wieku pomiędzy 13 a 15 rokiem życia oraz 35% badanych pomiędzy 16 a 18 rokiem życia, 1% pomiędzy 9 a 12 rokiem życia. 22% nigdy nie próbowało**.



Substancje psychoaktywne: narkotyki i dopalacze

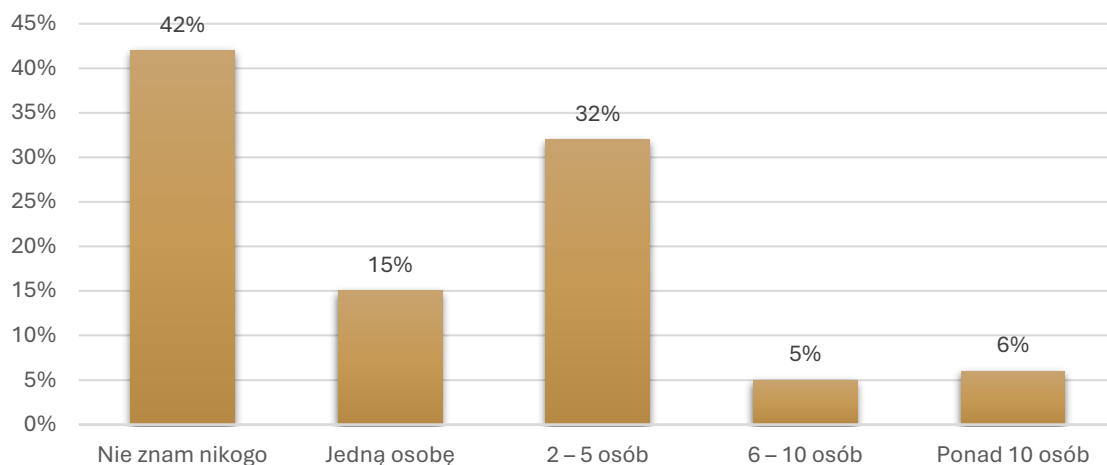
Według danych z badań populacyjnych odsetek osób, które miały kontakt z narkotykami w ciągu ostatniego roku w Polsce jest 16 razy niższy od odsetka osób mających kontakt z alkoholem. Używanie alkoholu w ciągu ostatniego roku odnotowano na poziomie 89,7% (badanie z 2014 roku), podczas gdy w przypadku narkotyków odsetek wyniósł 5,4% (dane dla osób w wieku 15-64 lata)⁵.

42% mieszkańców Gminy Panki twierdzi, że nie ma w swoim otoczeniu osób, które przyjmują narkotyki lub dopalacze. 15% zna jedną osobę, 32% twierdzi, że zna od 2 do 5 osób przyjmujących substancje odurzające, 5% zna od 6 do 10 osób oraz 6% zna ponad 10 osób.

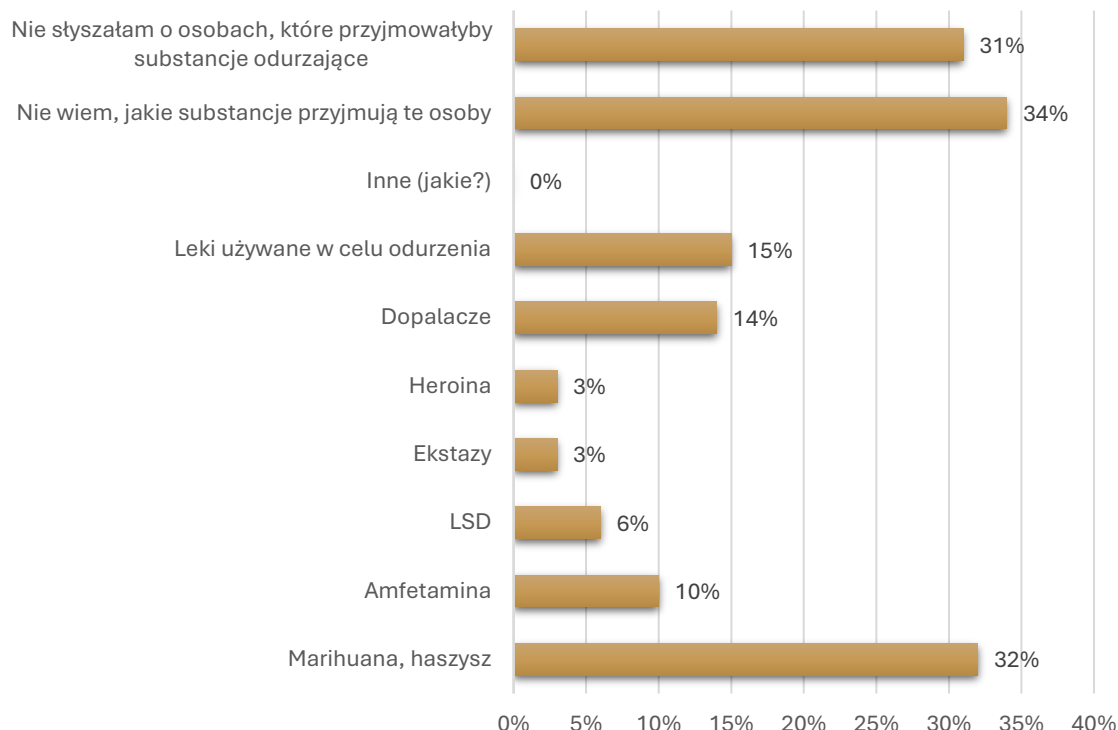
32% badanych wskazuje najczęściej na marihuanę, haszysz, 10% na amfetaminę, 14% na dopalacze, 15% na leki używane w celu odurzenia. 34% nie wie, jakie substancje przyjmują takie osoby oraz 31% nie słyszało o osobach, które przyjmowałyby substancje odurzające.

⁵ Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, *Raport o stanie narkomanii w Polsce- 2019*, Warszawa 2019.

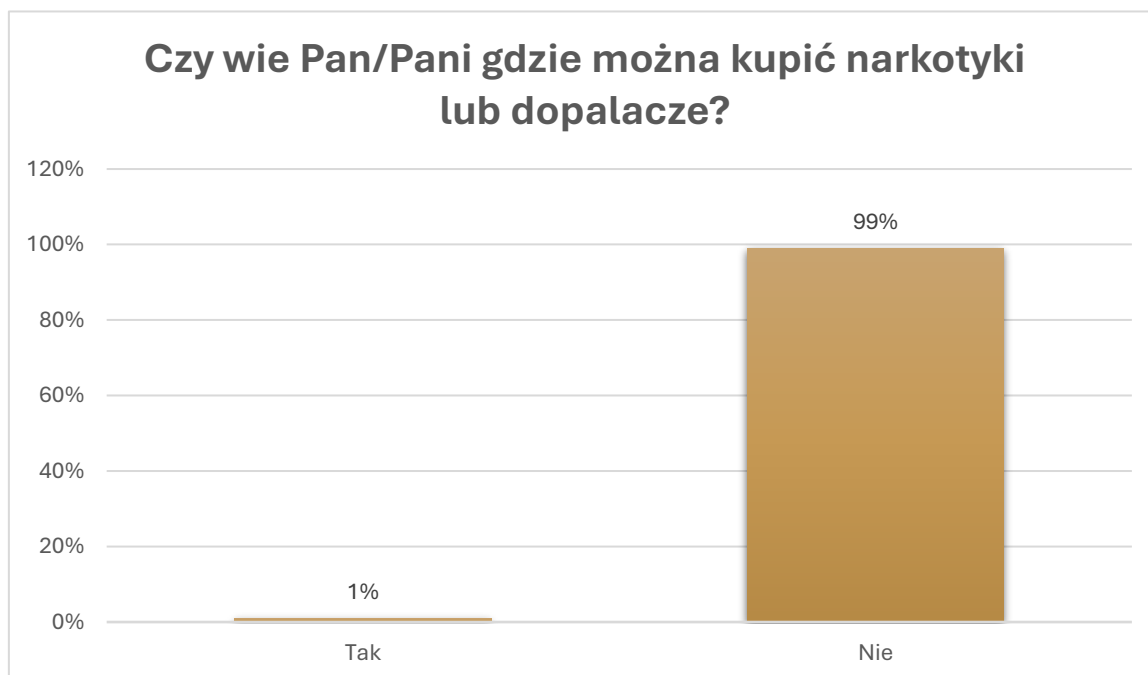
Ile zna Pan/Pani osób (osobiście lub „ze słyszenia”), które przyjmują substancje odurzające (narkotyki lub dopalacze)?



Jakie substancje odurzające są przyjmowane przez osoby (znane osobiście lub „ze słyszenia”) z Pana/Pani otoczenia? (można zaznaczyć więcej niż jedną odpowiedź)



99% respondentów wskazało, że nie wie, gdzie może nabyć substancje psychoaktywne takie, jak narkotyki czy dopalacze.



Hazard

Przez wiele lat uzależnienie kojarzone było jedynie z zażywaniem substancji psychoaktywnych, jednakże coraz częściej kojarzy się ono również z czynnościami. Uzależnienie behawioralne określa takie formy zachowań, które nie są związane z przyjmowaniem substancji psychoaktywnych, ale z wykonywaniem pewnych czynności (hazard, zakupy, granie w gry itp.), a ich specyfiką jest m.in. utrata kontroli nad tymi zachowaniami czy czynnościami.

Formalnie, do grupy tych zaburzeń możemy zaliczyć jedynie zaburzenie uprawiania hazardu, ponieważ od maja 2013 (data opublikowania klasyfikacji DSM–V) występuje ono w klasyfikacji zaburzeń psychicznych Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.

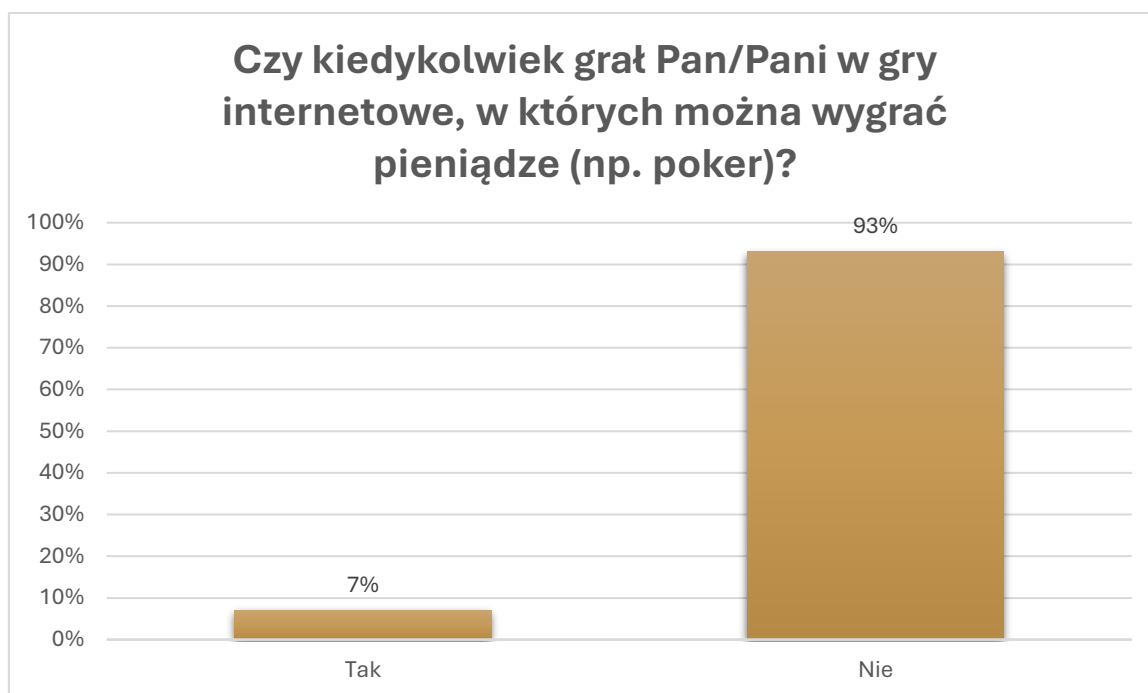
Hazard patologiczny, jak i zaburzenie uprawiania hazardu, można zdefiniować jako niekontrolowaną potrzebę (przymus) uprawiania hazardu, która z czasem staje się coraz silniejsza i upośledza funkcjonowanie jednostki – prowadzi do problemów natury osobistej, społecznej i zawodowej. Większość osób, które uprawiają hazard, można zaliczyć do graczy rekreacyjnych, którzy grę traktują jako jedną z wielu rozrywek i są w stanie kontrolować zachowanie związane z graniem (np. przestać grać po kolejnej przegranej).

Projekt badawczy „Oszacowanie rozpowszechnienia oraz identyfikacja czynników ryzyka i czynników chroniących hazardu i innych uzależnień behawioralnych – edycja

2018/2019” realizowany był od marca 2018 r. do maja 2019 r. przez Fundację Centrum Badania Opinii Społecznej. Badanie to było powtórzeniem projektu zrealizowanego w latach 2011/2012 oraz w latach 2014/2015. W celu zmierzenia skali uzależnienia od hazardu w Polsce w 2019 roku zapytano badanych, czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy przed badaniem grali w jakieś gry na pieniądze. Respondentom przedstawiono listę dziesięciu różnych gier – o każdej mieli powiedzieć, czy w nią grali i jak często. Na tej podstawie wyodrębniono dwie kategorie osób – niegrających i grających (w dalszej części raportu zwanych „graczami”). Niegrający to osoby, które zadeklarowały, że w ciągu ostatniego roku nie grały ani razu w żadną z wymienionych na liście gier. Odsetek tzw. graczy otrzymano przez odjęcie od 100% odsetka niegrających. Gracze są to zatem osoby, które zagrały na pieniądze przynajmniej raz w ciągu roku przed badaniem w przynajmniej jedną z gier wymienionych na liście. Niegrający stanowili 62,9% ogółu Polaków w wieku 15+, zaś gracze na pieniądze 37,1%. W porównaniu z rokiem 2015 odsetek graczy wzrósł o 2,9 punktu procentowego. Polacy najczęściej grają w gry Totalizatora Sportowego (27,4,0%). Na drugim miejscu ze znacznie słabszym wynikiem, plasują się zdraпки (16,3,0%), loterie/konkursy SMS-owe (6,3%) oraz automaty do gier z tzw. niskimi wygranymi – gra w nie 3,8% obywateli naszego kraju w wieku 15+. W porównaniu z 2015 rokiem ranking popularności poszczególnych gier nie uległ zasadniczym zmianom. Możemy mówić o zwiększeniu się odsetka grających w zdraпки (o 2,9% punktu procentowego) oraz spadku popularności loterii i konkursów SMS-owych⁶.

Zapytano zatem badanych o to, czy kiedykolwiek grali w gry internetowe, w których można wygrać pieniądze (np. poker). **93% wskazało, że nie grało nigdy w tego rodzaju gry.**

⁶ Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej, *Oszacowanie rozpowszechnienia oraz identyfikacja czynników ryzyka i czynników chroniących hazardu i innych uzależnień behawioralnych – edycja 2018/2019*, Warszawa 2019, s. 153.



Uzależnienie od hazardu jest uznawane za przewlekłe i niewyleczalne schorzenie. Oznacza to, że powrót hazardzisty do bezpiecznego grania jest niemożliwy, zawsze wymknie się ono spod kontroli nawet, gdy przerwa w graniu była stosunkowo długa. Abstynencja od grania, nawet relatywnie długa, nie jest dowodem na wyleczenie i brak choroby. Uzależnienie od hazardu wymaga kompleksowego leczenia psychoterapeutycznego (psychoterapia indywidualna, rodzinna) i być może włączenia psychiatrycznego leczenia farmakologicznego. Podobnie, jak w przypadku uzależnienia od alkoholu, tu również występuje mechanizm współuzależnienia rodziny jako skutek uzależnienia członka rodziny.

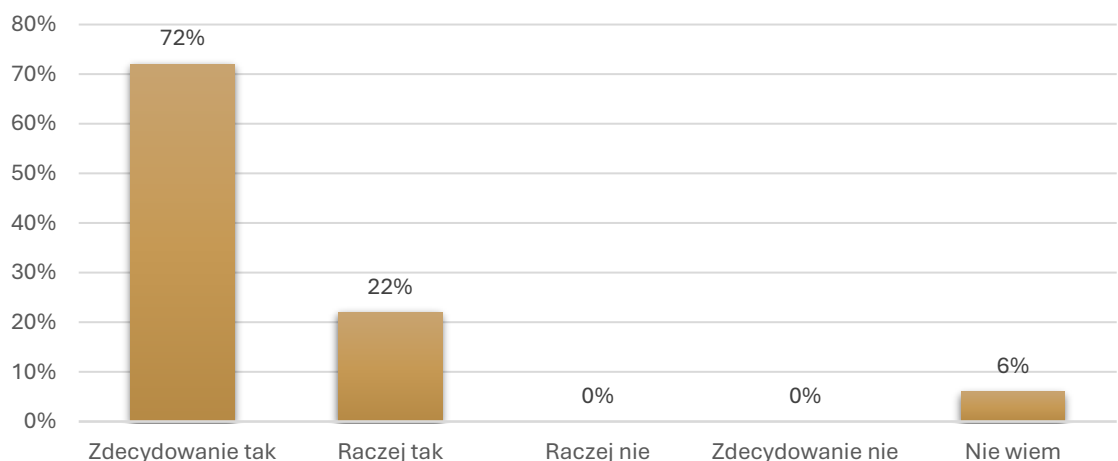
Przedstawiony poniżej wykres pokazuje powody, dla których ludzie grają w gry internetowe. Z 1% respondentów deklarujących granie w gry na pieniądze, 50% przyznaje, że jest to rozrywka, sposób „na nudę” oraz 33% ma przeczucie, że czeka go wysoka wygrana.

Dlaczego grywa Pan/ Pani w gry internetowe? Proszę wskazać wszystkie istotne dla Pana/ Pani powody?



94% badanych mieszkańców twierdzi, że można się uzależnić od gier na pieniądze.

Czy, Pana/Pani zdaniem, można uzależnić się od gier na pieniądze?



Potrzeba realizacji działań z zakresu profilaktyki uzależnień w opinii mieszkańców Gminy Panki

W pierwszej kolejności respondenci zostali poproszeni o ocenę rozpowszechnienia niektórych z uzależnień (zarówno uzależnień od substancji, jak i uzależnień behawioralnych) w środowisku lokalnym. Przyjętą w tych badaniach miarą ważności różnych problemów jest odsetek mieszkańców, którzy wskazują dany problem, jako bardzo powszechny. Z analizy danych wynika, że mieszkańcy Gminy Panki za **najbardziej powszechne problemy społeczne** uznają **nikotynizm (77%), alkoholizm (67%) oraz sieciorholizm (62%)** – to właśnie te uzależnienia najczęściej określano jako bardzo lub dość powszechne.

Ocena ważności lokalnych problemów społecznych przez badanych mieszkańców.

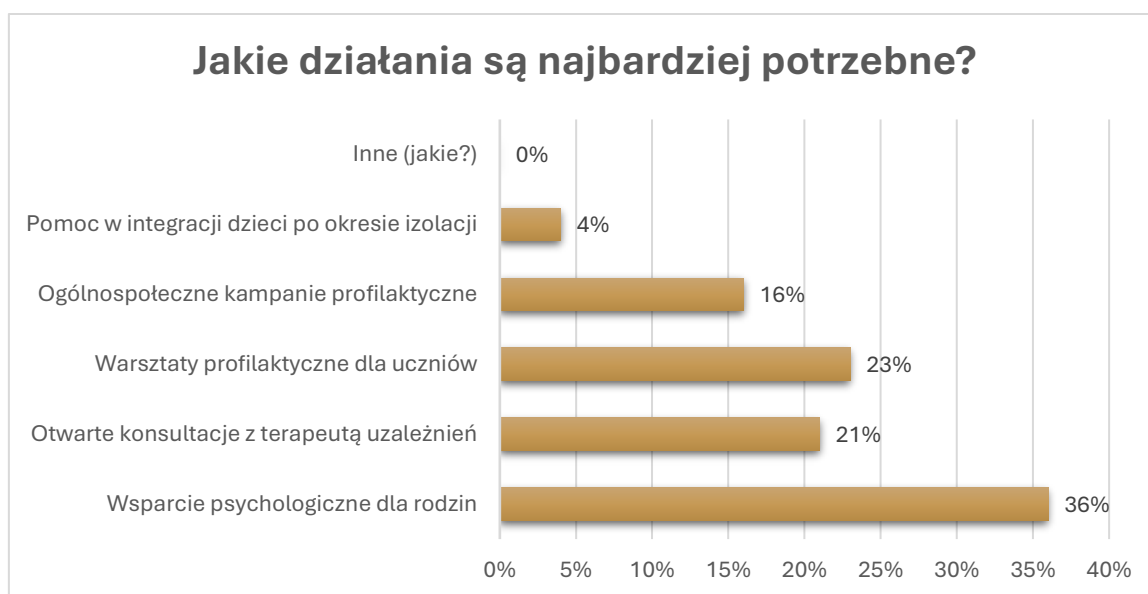
	<i>Bardzo powszechne</i>	<i>Dość powszechne</i>	<i>Dość rzadkie</i>	<i>Bardzo rzadkie</i>	<i>Nie występują</i>
Alkoholizm	28%	39%	22%	11%	0%
Narkomania	7%	7%	35%	34%	17%
Nikotynizm	46%	31%	8%	13%	2%
Zakupoholizm	10%	21%	32%	31%	6%
Pracoholizm	11%	26%	36%	20%	7%
Sieciorholizm	32%	30%	12%	23%	3%
Uzależnienie od hazardu	7%	7%	31%	38%	17%
Zaburzenia odżywiania	7%	5%	32%	40%	16%

Mieszkańcy Gminy Panki 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 zdecydowana większość mieszkańców – **84%** **dostrzega potrzeby realizacji działań z zakresu profilaktyki uzależnień.** Świadczyć to może o wysokim poziomie wiedzy mieszkańców na temat tego, jak istotne jest ograniczanie rozmiarów uzależnień oraz zapobieganie różnorodnym szkodom zdrowotnym i społecznym, które są z nimi 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.



Mieszkańcy stwierdzili, że najbardziej potrzebne działania to wsparcie psychologiczne dla rodzin – 36%, warsztaty profilaktyczne dla uczniów – 23%, otwarte konsultacje z terapeutą uzależnień – 21% oraz ogólnospołeczne kampanie profilaktyczne – 16%.

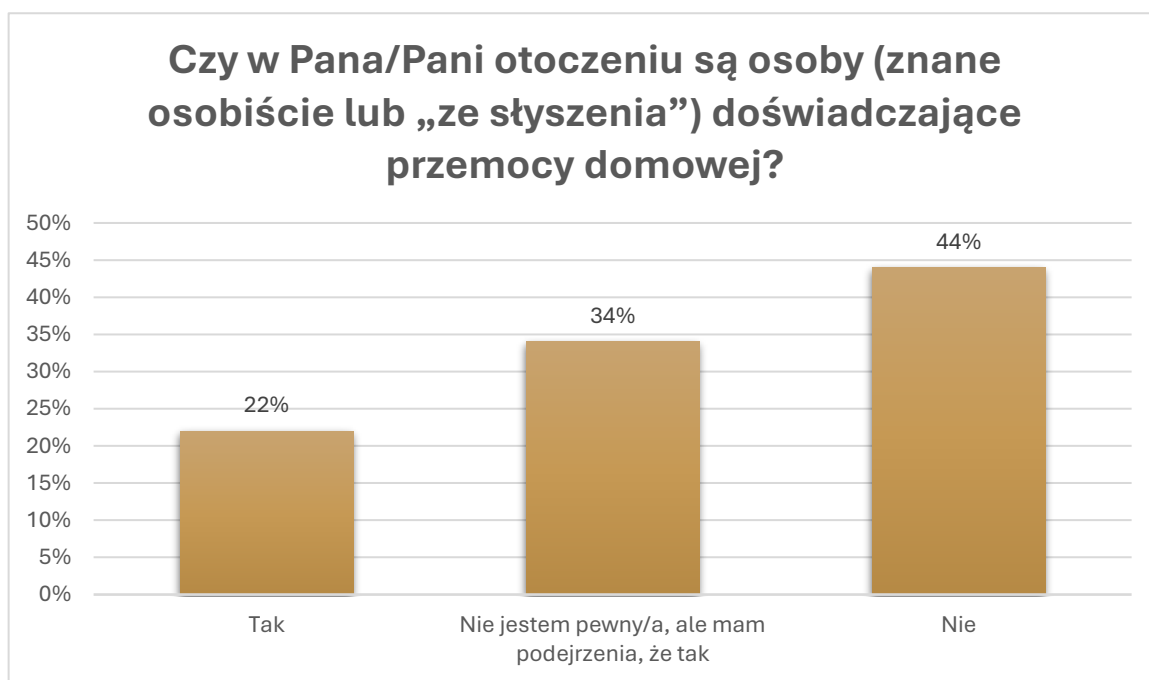


Przemoc domowa

Według badań przeprowadzonych w 2019 roku z deklaracji badanych wynika, że w zdecydowanej większości rodzin zdarzają się nieporozumienia i konflikty (71%), przy czym w większości dochodzi do nich bardzo rzadko (54%), natomiast w co szóstą (17%) kłótnie wybuchają przynajmniej kilka razy w miesiącu. W ciągu ostatnich siedmiu lat częstość występowania konfliktów w rodzinach w zasadzie się nie zmieniła. Dom – obok pracy, szkoły

oraz ulic poza najbliższą okolicą – jest miejscem, gdzie najwięcej osób doświadczyło przemocy (według deklaracji po 8%). Niewiele mniej ankietowanych przyznało, że padło jej ofiarą w najbliższej okolicy (7%). Nieco rzadziej ankietowali zetknęli się z agresją w restauracji, kawiarni, na dyskotecie (5%), w środkach komunikacji – pociągu, autobusie, tramwaju, taksówce (5%) lub w innych miejscach (4%)⁷. Wyniki te zbliżone do danych sprzed 3 lat, kiedy CBOS realizował podobne badania. 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.

Na podstawie wyników badań można zauważyć, że 22% respondentów potwierdza obecność osób doświadczających przemocy domowej w swoim otoczeniu. Kolejne 34% badanych ma pewne podejrzenia, choć nie posiada jednoznacznej pewności co do występowania takich sytuacji. Natomiast 44% ankietowanych nie zetknęło się z tym problemem, co wskazuje na duże zróżnicowanie doświadczeń i świadomości w tym zakresie.

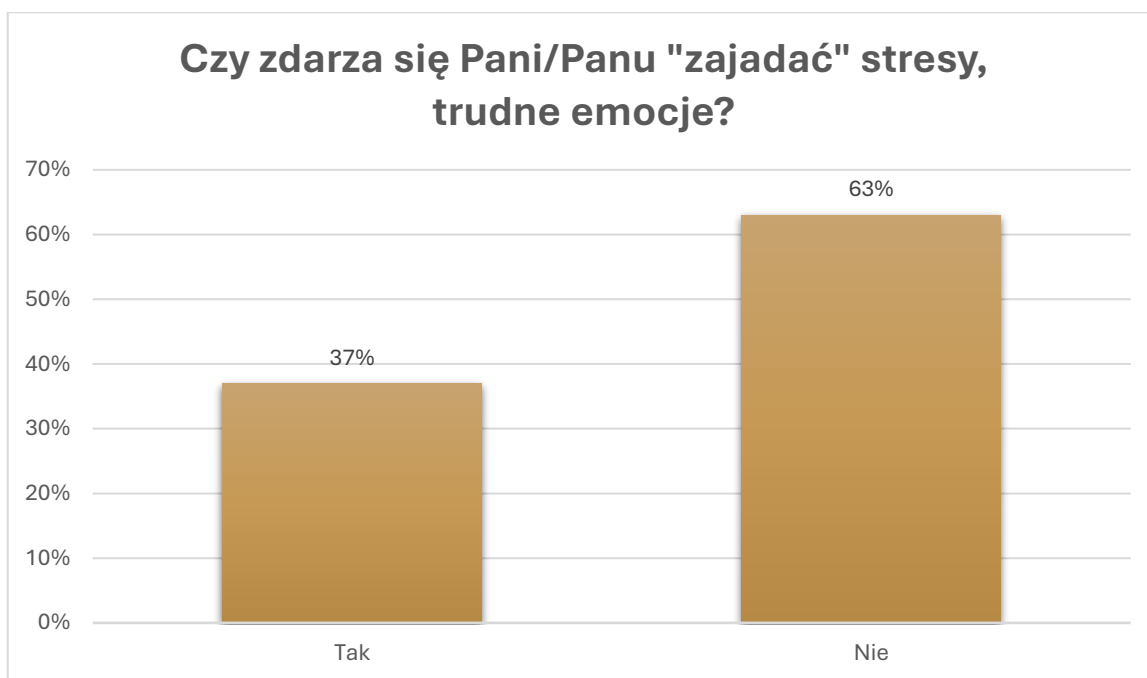


⁷ CBOS, *Komunikat z badań: Przemoc i konflikty w domu*, Warszawa, kwiecień 2019

Zaburzenia odżywiania

Zaburzenia odżywiania to poważne problemy zdrowotne obejmujące nieprawidłowe nawyki żywieniowe oraz trudności emocjonalne, takie jak brak kontroli nad jedzeniem, objadanie się czy restrykcyjne ograniczanie jedzenia. Mogą być wynikiem niskiej samooceny, przewlekłego stresu, traumy lub presji społecznej dotyczącej wyglądu. Coraz częściej zwraca się uwagę również na tzw. „**zajadanie emocji**”, czyli sięganie po jedzenie w odpowiedzi na stres czy trudne uczucia, co może być jednym z objawów zaburzeń odżywiania.

Wykres przedstawia odpowiedzi badanych na pytanie: „Czy zdarza się Pani/Panu *zajadać* stresy, trudne emocje?”. **37% respondentów przyznało**, że zdarza im się regulować emocje poprzez jedzenie, natomiast **63% odpowiedziało przecząco**. Wskazuje to na obecność mechanizmu „zajadania stresu”, co może być sygnałem do działań profilaktycznych w zakresie zdrowia psychicznego i żywieniowego.



Wykres poniżej przedstawia odpowiedzi respondentów na pytanie dotyczące trudności w kontrolowaniu zachowań jedzeniowych, takich jak kompulsywne objadanie się czy natrętne myśli o jedzeniu. **26% badanych przyznało**, że zdarza im się doświadczać takich trudności, co może wskazywać na ryzyko rozwijania się zaburzeń odżywiania lub problemów emocjonalnych związanych z jedzeniem. **74% respondentów** nie zauważa u siebie tego typu zachowań.

Chociaż większość osób nie deklaruje problemów z kontrolą jedzenia, to fakt, że część osób wskazuje na takie trudności, stanowi ważny sygnał dla działań profilaktycznych i

edukacyjnych. Może to świadczyć o potrzebie wsparcia w zakresie zdrowego podejścia do odżywiania, emocji i regulacji stresu.



BADANIA WŚRÓD PRACOWNIKÓW INSTYTUCJONALNYCH

Metodologia

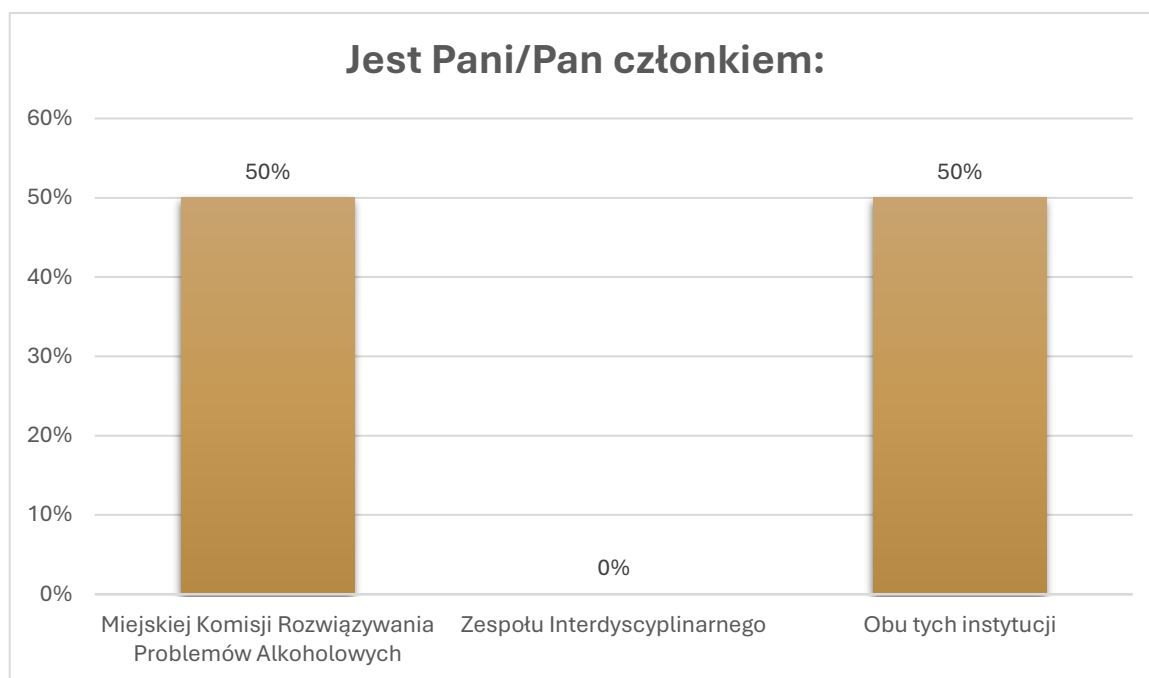
Badanie przeprowadzono metodą CAWI (ang. *Computer-Assisted Web Interview* – wspomagany komputerowo wywiad przy pomocy strony WWW (wykorzystane narzędzie badawcze to program CORIGO rekomendowany przez ORE) – technika zbierania informacji w ilościowych badaniach rynku i opinii publicznej, w której respondent jest proszony o wypełnienie ankiety w formie elektronicznej.

Cel badania i charakterystyka grupy badawczej

Pomoc w przezwyciężaniu trudnych sytuacji życiowych jest instytucją polityki społecznej państwa, w tym organów samorządowych, które zadania z tym związane realizują za pośrednictwem ośrodków pomocy społecznej. Wykonując zadania pomocy społecznej i dyspozycje wynikające z przepisu art. 2 ust. 2 ustawy o pomocy społecznej podmioty te współpracują, na zasadzie partnerstwa, z organizacjami społecznymi i pozarządowymi, Kościołem Katolickim, innymi kościołami, związkami wyznaniowymi oraz osobami fizycznymi i prawnymi, tj. podmiotami, które mogą posiadać informacje o potencjalnych beneficjentach pomocy społecznej. W celu prawidłowego wypełniania zadań z zakresu pomocy społecznej konieczna jest rzetelna identyfikacja osób wymagających objęcia pomocą, jak też należyte wykonywanie obowiązków przez pracowników socjalnych, mające na celu monitorowanie sytuacji społecznej. Niekorzystanie bądź korzystanie w niewielkim stopniu z możliwości współpracy nie zapewnia pełnej i skutecznej identyfikacji i następnie oceny sytuacji osób potrzebujących.

Niewątpliwie, ważną grupą, której badanie jest pomocne w identyfikacji problemów społecznych występujących na terenie Gminy są właśnie pracownicy instytucjonalni.

W badaniu wzięło udział 4 osób. 50% badanych jest członkiem Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz 50% jest jednocześnie członkiem GKRPA oraz Zespołu Interdyscyplinarnego.

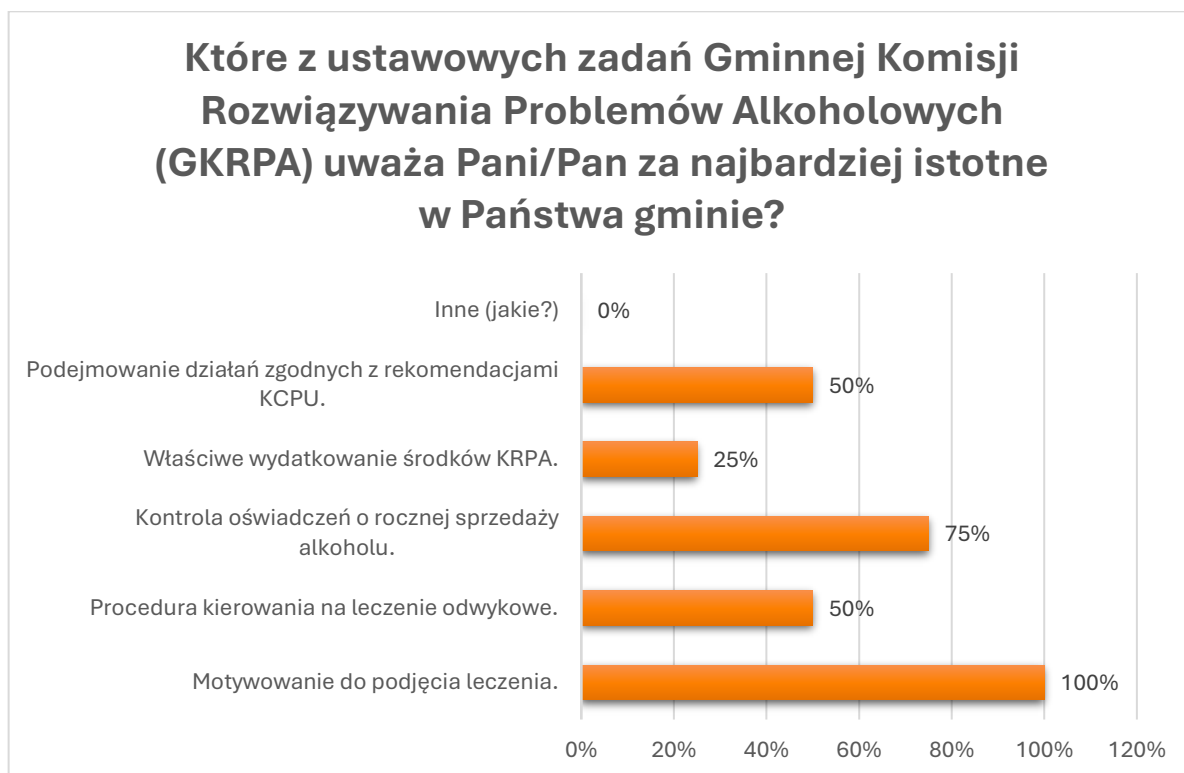


Wyniki

Na sam początek badani pracownicy mieli za zadanie wskazać ocenę istotności problemów występujących w tutejszym środowisku lokalnym Gminy. Analiza wyników wskazuje, że w lokalnym środowisku najpoważniejszym problemem społecznym jest **nadużywanie alkoholu przez dorosłych**, które aż 75% respondentów uznało za bardzo istotne. Istotnym wyzwaniem pozostaje także **spożywanie alkoholu przez młodzież** oraz **niewystarczająca świadomość zagrożeń związanych z uzależnieniami**, co może sprzyjać utrwalaniu negatywnych wzorców. Wysoko oceniono również znaczenie problemu **zazywania leków na receptę w celach niemedycznych**, co wskazuje na rosnące zagrożenie tzw. cichych uzależnień. **Nadużywanie substancji psychoaktywnych przez młodzież** oraz **uzależnienia behawioralne**, zwłaszcza od Internetu, zostały uznane za średnio istotne, jednak wymagają dalszego monitorowania i działań profilaktycznych. **Brak dostępu do terapii uzależnień** oceniono jako istotną barierę w skutecznym rozwiązywaniu problemów osób potrzebujących pomocy. Z kolei **uzależnienia i przemoc domowa** powiązana z nadużywaniem substancji ocenione zostały jako umiarkowanie istotne, co może sugerować częściową skuteczność działań interwencyjnych. Ogólnie wyniki pokazują, że problematyka uzależnień – zwłaszcza alkoholowych – pozostaje jednym z kluczowych wyzwań dla społeczności lokalnej i wymaga dalszego wsparcia w zakresie profilaktyki, terapii i edukacji społecznej.

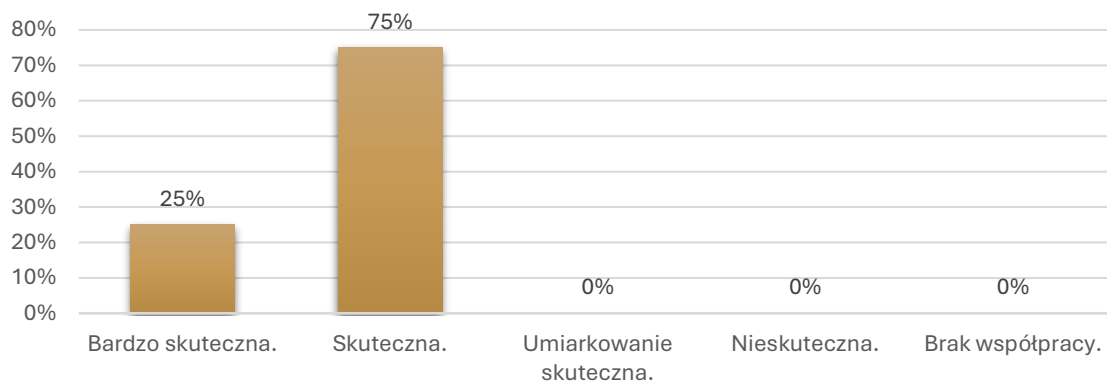
<i>Jak poważne/istotne są poniższe problemy w Pana/Pani środowisku lokalnym?</i>	Bardzo istotny	Istotny	Średnio istotny	Mало istotny	Nieistotny
Nadużywanie alkoholu przez dorosłych	75%	0%	25%	0%	0%
Spożywanie alkoholu przez młodzież	25%	50%	25%	0%	0%
Nadużywanie alkoholu przez seniorów	0%	25%	50%	25%	0%
Zażywanie narkotyków i dopalaczy przez dorosłych	25%	0%	75%	0%	0%
Zażywanie narkotyków i dopalaczy przez młodzież	25%	25%	50%	0%	0%
Uzależnienia behawioralne (np. hazard) u dorosłych	0%	0%	75%	25%	0%
Uzależnienia behawioralne (np. Internet) u młodzieży	0%	25%	50%	25%	0%
Palenie papierosów przez dorosłych	25%	25%	25%	0%	25%
Palenie papierosów przez młodzież	0%	50%	50%	25%	0%
Używanie e-papierosów przez dorosłych	0%	25%	50%	25%	0%
Używanie e-papierosów przez młodzież	25%	0%	75%	0%	0%
Zażywanie leków na receptę w celach niemedycznych	25%	50%	25%	0%	0%
Uzależnienia od leków (np. uspokajających, nasennych) u seniorów	0%	0%	50%	50%	0%
Przemoc domowa związana z zażywaniem substancji	25%	0%	50%	25%	0%
Brak dostępu do terapii uzależnień	50%	0%	50%	0%	0%
Brak świadomości zagrożeń związanych z uzależnieniami	25%	50%	25%	0%	0%

Zdecydowana większość respondentów (100%) wskazała, że **najbardziej istotnym zadaniem Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych jest motywowanie osób uzależnionych do podjęcia leczenia**. Następnie znalazło się: **kontrola świadczeń o rocznej sprzedaży alkoholu – 75%, podejmowanie działań zgodnych z rekomendacjami KCPU – 50%, procedura kierowania na leczenie odwykowe – 50% oraz właściwe wydatkowanie środków GKRPA – również 25%.**



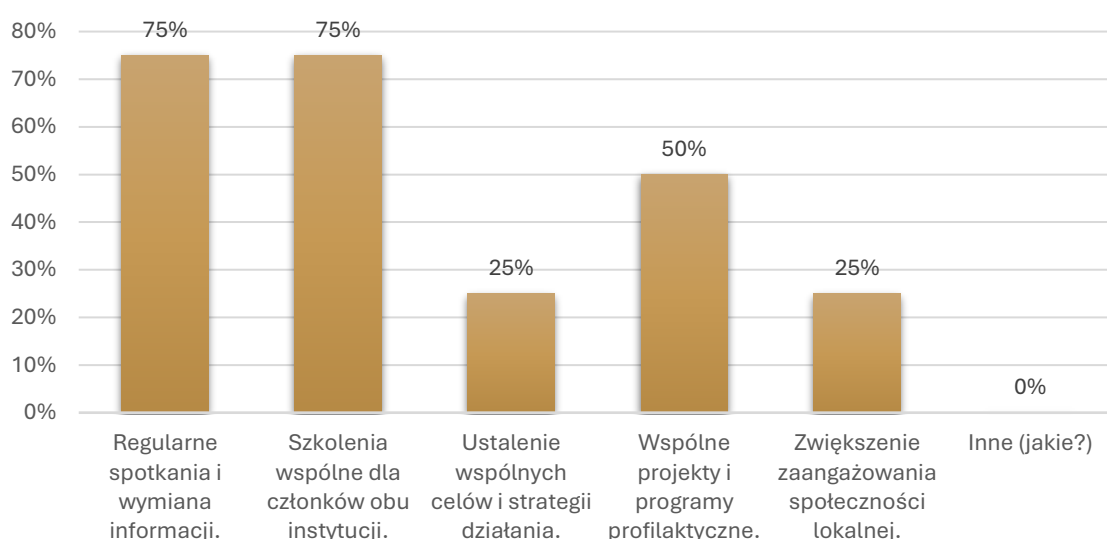
Wyniki dotyczące oceny skuteczności współpracy między Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (GKRPA) a Zespołem Interdyscyplinarnym (ZI) w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i przemocy domowej wskazują na bardzo skuteczny odbiór tej współpracy – 25% respondentów ją tak oceniło. 75% ankietowanych wskazało je jako skuteczny.

Jak ocenia Pani/Pan skuteczność współpracy między GKRPA a Zespołem Interdyscyplinarnym (ZI) w zakresie przeciwdziałania uzależnieniom i przemocy domowej?

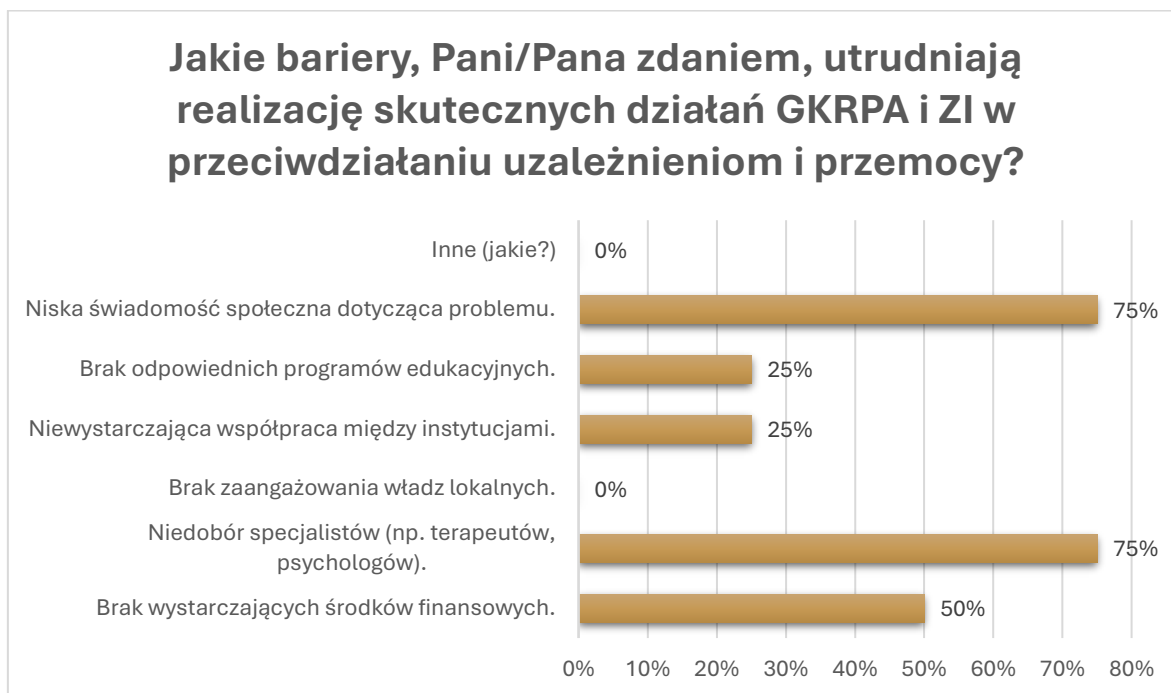


Aby zwiększyć skuteczność współpracy między Zespołem Interdyscyplinarnym (ZI) a Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (GKRPA), respondenci najczęściej wskazywali na **regularne spotkania i wymianę informacji (75%)** oraz na **organizację wspólnych szkoleń (75%)**. Następnie wskazali: **potrzebę realizowania wspólnych projektów i programów profilaktycznych (50%)**, **ustalenie wspólnych celów i strategii działania (25%)** oraz **zwiększenie zaangażowania społeczności lokalnej (25%)**.

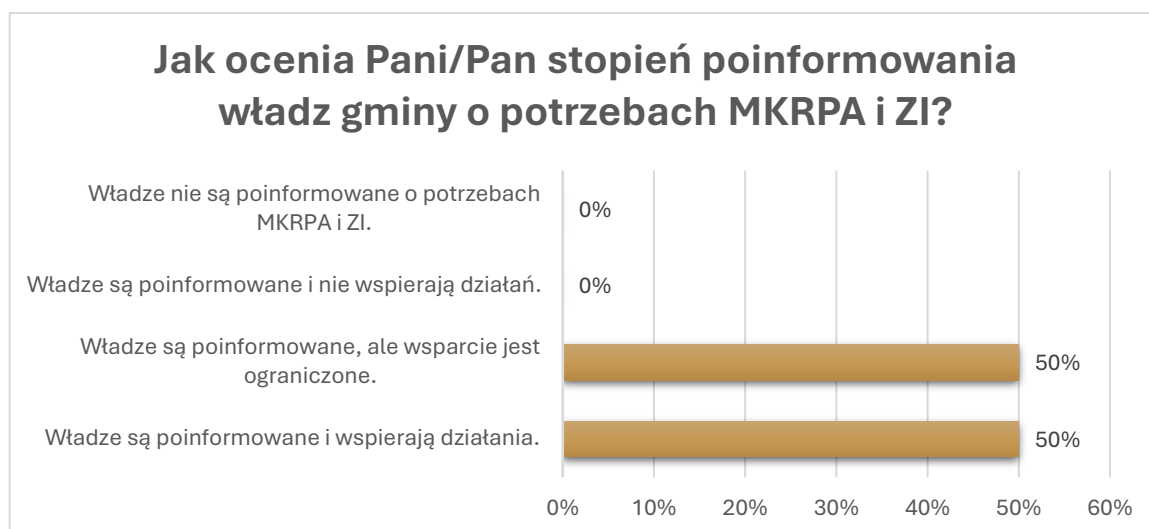
W jaki sposób można zwiększyć skuteczność współpracy pomiędzy ZI a GKRPA?



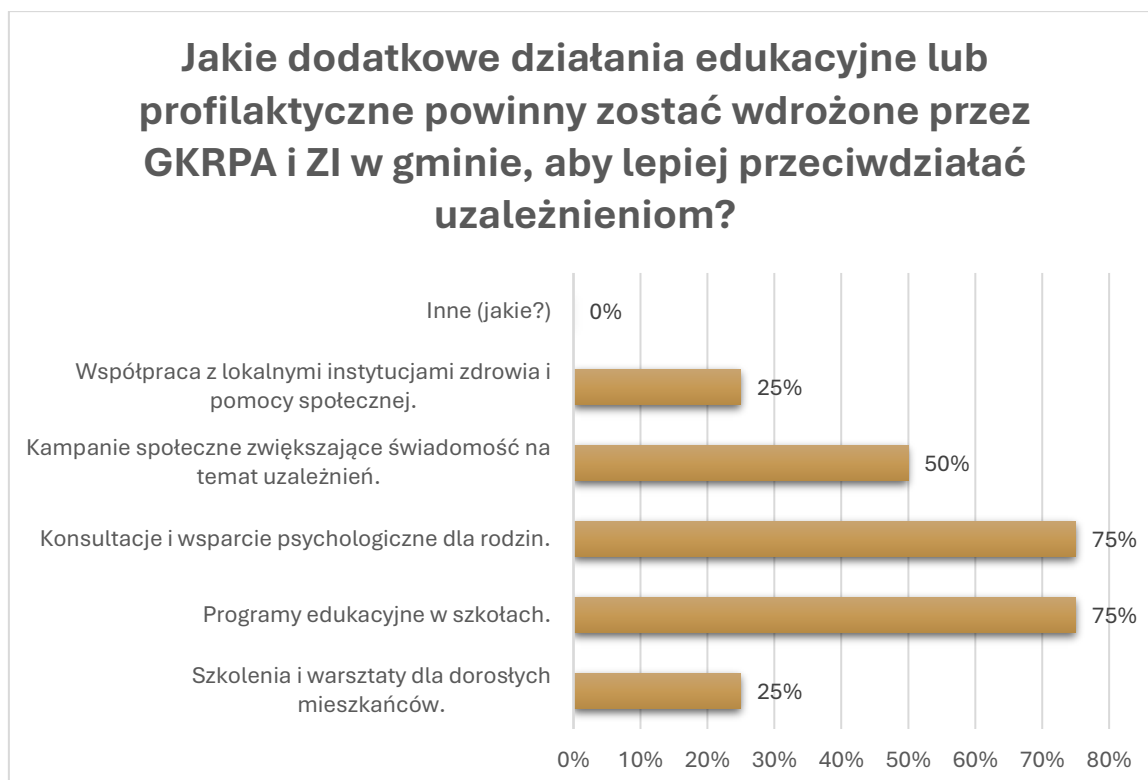
Główne bariery utrudniające skuteczną realizację działań GKRPA i Zespołu Interdyscyplinarnego w Gminie Panki dotyczą przede wszystkim: **75% respondentów wskazało na niską świadomość społeczną** dotyczącą problemu uzależnień i przemocy jako kluczową przeszkodę oraz **niedobór specjalistów**, takich jak terapeuci i psychologowie – wskazany przez 75% badanych. Następnie wybrano **brak wystarczających środków finansowych** (50%), **niewystarczającą współpracę między instytucjami** (25%) oraz **brak odpowiednich programów edukacyjnych** (25%).



50% respondentów uważa, że władze gminy są dobrze poinformowane o potrzebach Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (GKRPA) oraz Zespołu Interdyscyplinarnego (ZI) i aktywnie wspierają podejmowane działania. 50% respondentów wskazuje, że władze są poinformowane, ale ich wsparcie jest ograniczone. Nikt nie wskazał na brak wsparcia ze strony władz ani na brak poinformowania o potrzebach GKRPA i ZI.



Respondenci wskazali, że najważniejszymi działaniami, które powinny zostać wdrożone przez GKRPA i Zespół Interdyscyplinarny są **kampanie społeczne**, których celem miałyby być zwiększanie świadomości na temat skutków uzależnień – wskazało je 50% badanych. Po 75% respondentów uznało, że skutecznym rozwiązaniem będą: **konsultacje i wsparcie psychologiczne dla rodzin oraz programy edukacyjne w szkołach**. 25% wskazań dotyczy: **współpracy z lokalnymi instytucjami zdrowia i pomocy społecznej oraz szkoleń i warsztatów dla dorosłych mieszkańców**.



PROBLEMY SPOŁECZNE W ŚRODOWISKU DZIECI I MŁODZIEŻY

Metodologia

Badania w placówkach oświatowych przeprowadzono przy zastosowaniu techniki CAWI. Jest to technika zbierania informacji w ilościowych badaniach rynku i opinii publicznej, w której respondent jest proszony o wypełnienie ankiety w formie elektronicznej.

Cel badania

Podstawowym celem przeprowadzonych badań była:

- analiza postaw i przekonań wobec alkoholu;
- analiza postaw i przekonań wobec wyrobów papierosowych;
- analiza postaw i przekonań wobec narkotyków;
- zbadanie środowiska szkolnego i rodzinnego uczniów;
- zbadanie niektórych problemów związanych z uzależnieniami behawioralnymi.

Charakterystyka grupy badanej

W badaniu wzięli udział uczniowie z klas 4-8 SP.

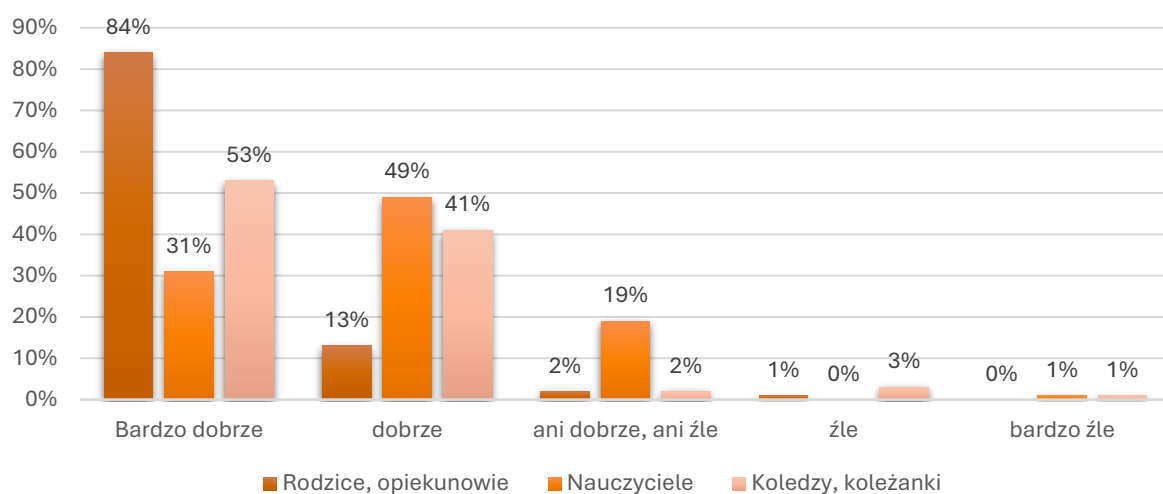
Wyniki badań

Relacje z rodzicami, nauczycielami oraz rówieśnikami

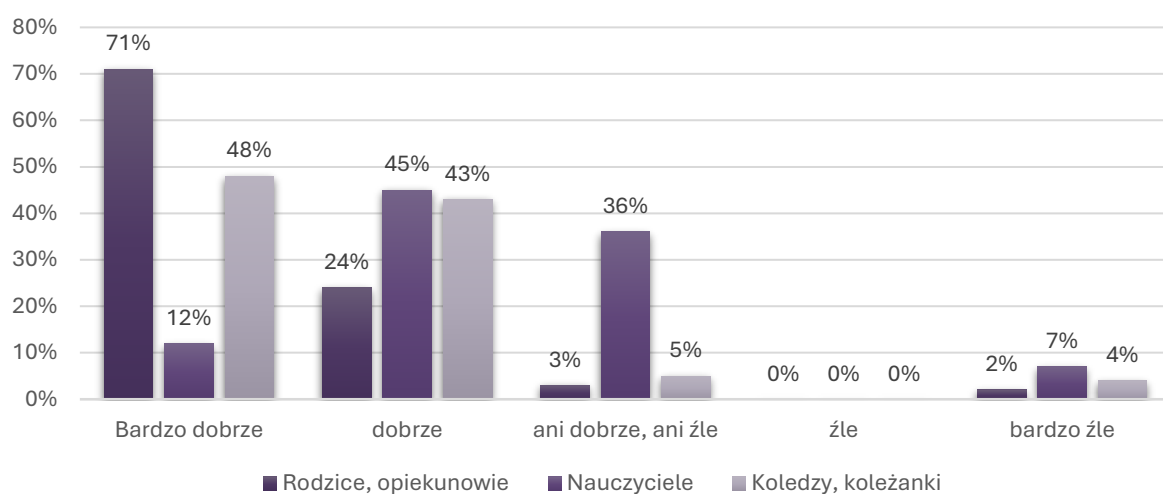
Rozwijanie pozytywnych relacji międzyludzkich w okresie dorastania jest jednym z kluczowych elementów sprzyjających skuteczności programów profilaktycznych. Czynnikiem chroniącym przed podejmowaniem zachowań ryzykownych i niepożądanych u dzieci i młodzieży są niewątpliwie dobre relacje z osobami dorosłymi,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

Uczniowie w Gminie Panki deklarują w zdecydowanej większości bardzo dobre relacje z opiekunami: SP 4-6 – 97%; SP 7-8 – 95%. Pozytywne relacje rodzinne i umiejętne postępowanie wychowawcze rodziców jest jednym z silniejszych czynników chroniących dorastające dzieci przed angażowaniem się w zachowania ryzykowne/problemowe.

Jak oceniasz swoje relacje i więzi z wymienionymi osobami? SP 4-6



Jak oceniasz swoje relacje i więzi z wymienionymi osobami? SP 7-8



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.

Ważnym elementem relacji uczniów ze szkołą jest jakość kontaktów z nauczycielami. Jak wynika z przeprowadzonych badań, uczniowie w Gminie Panki mają **bardzo dobre i dobre relacje z nauczycielami: SP 4-6 – 80%; SP 7-8 – 57%.**

Kolejnym istotnym elementem są relacje z rówieśnikami – uczniowie z Gminy Panki **relacje z rówieśnikami oceniają w większości bardzo dobrze lub dobrze: SP 4-6 – 94%; SP 7-8 – 91%.**

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

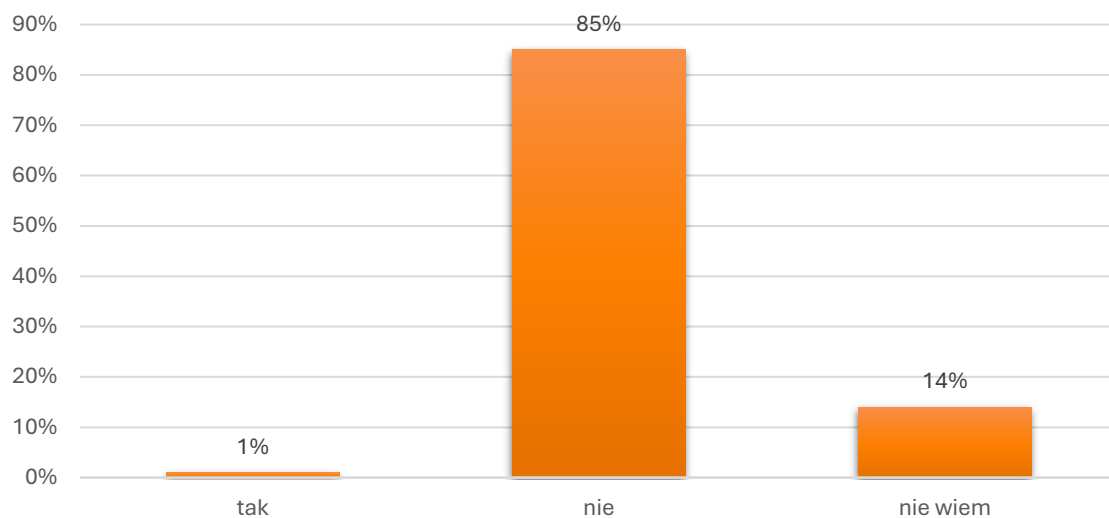
Substancje psychoaktywne: Alkohol

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.

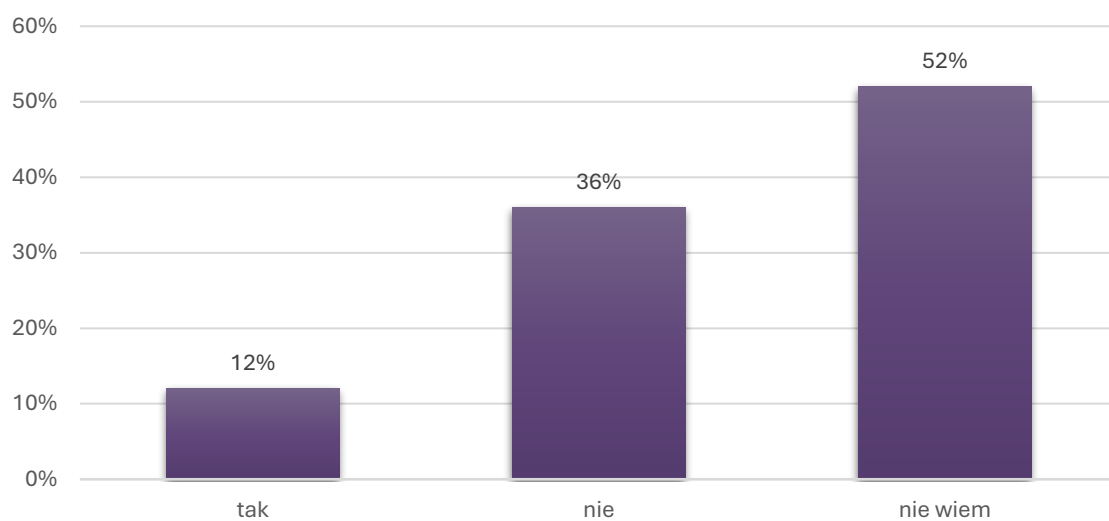
W pierwszej kolejności uczniowie zostali poproszeni o subiektywną ocenę, czy ich rówieśnicy spożywają alkohol. **1% uczniów klas 4-6 oraz 12% uczniów klas SP 7-8 przyznało, że ich rówieśnicy piją alkohol.**

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

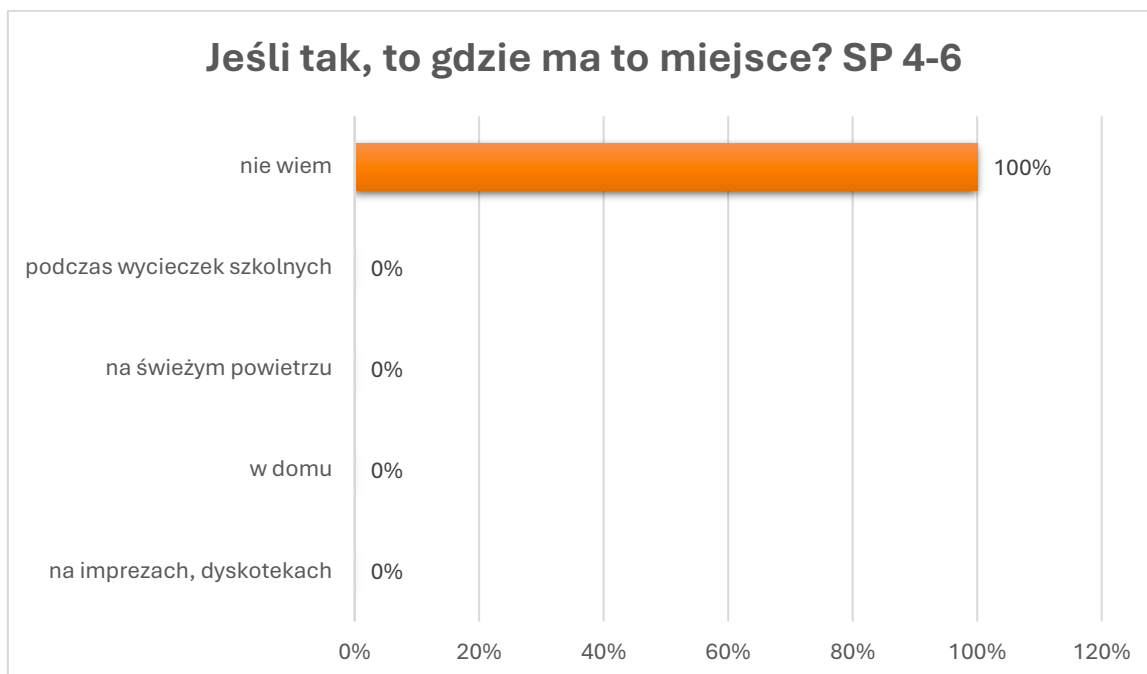
Czy Twoim zdaniem osoby w Twoim wieku piją alkohol? SP 4-6



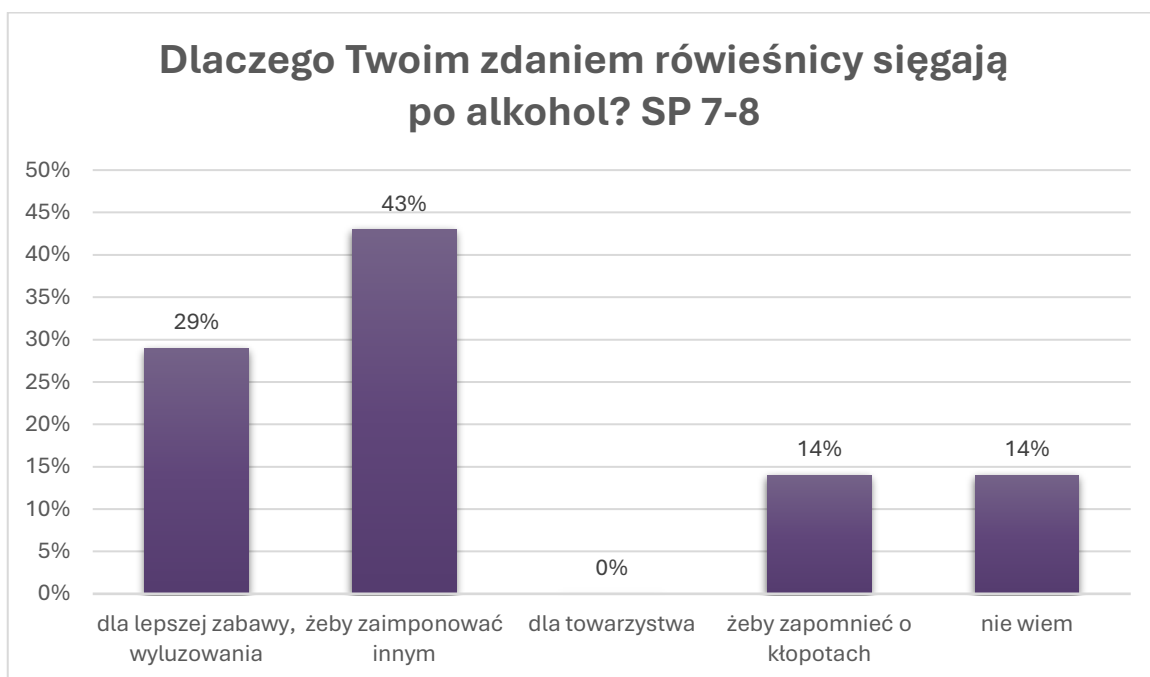
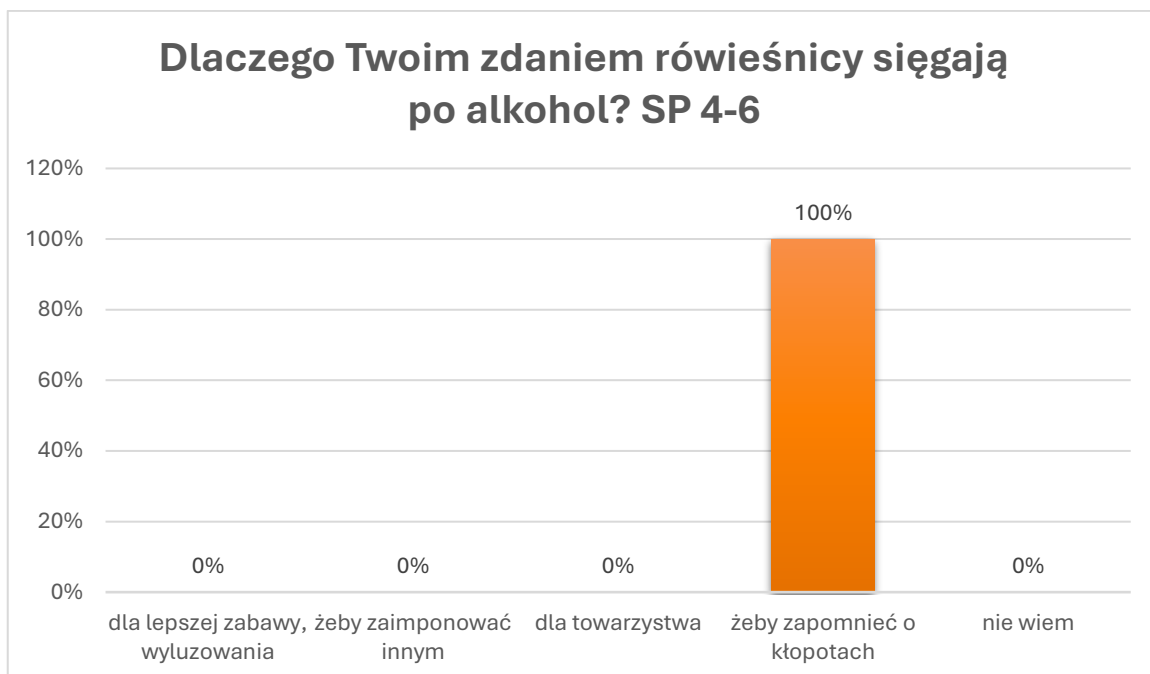
Czy Twoim zdaniem osoby w Twoim wieku piją alkohol? SP 7-8



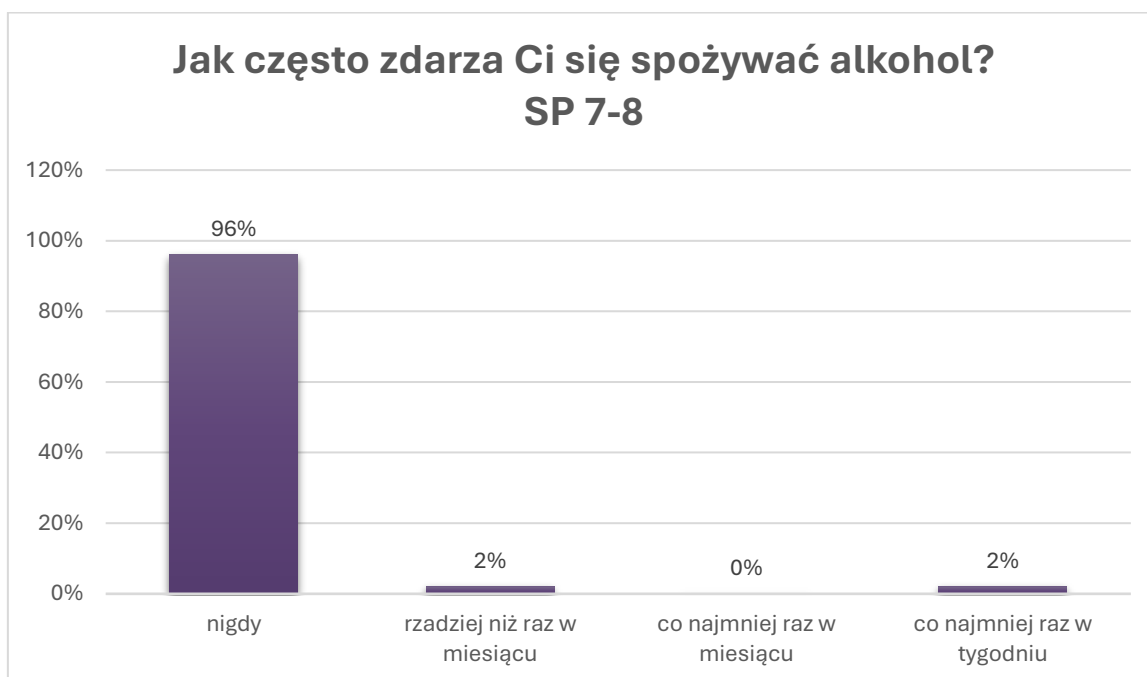
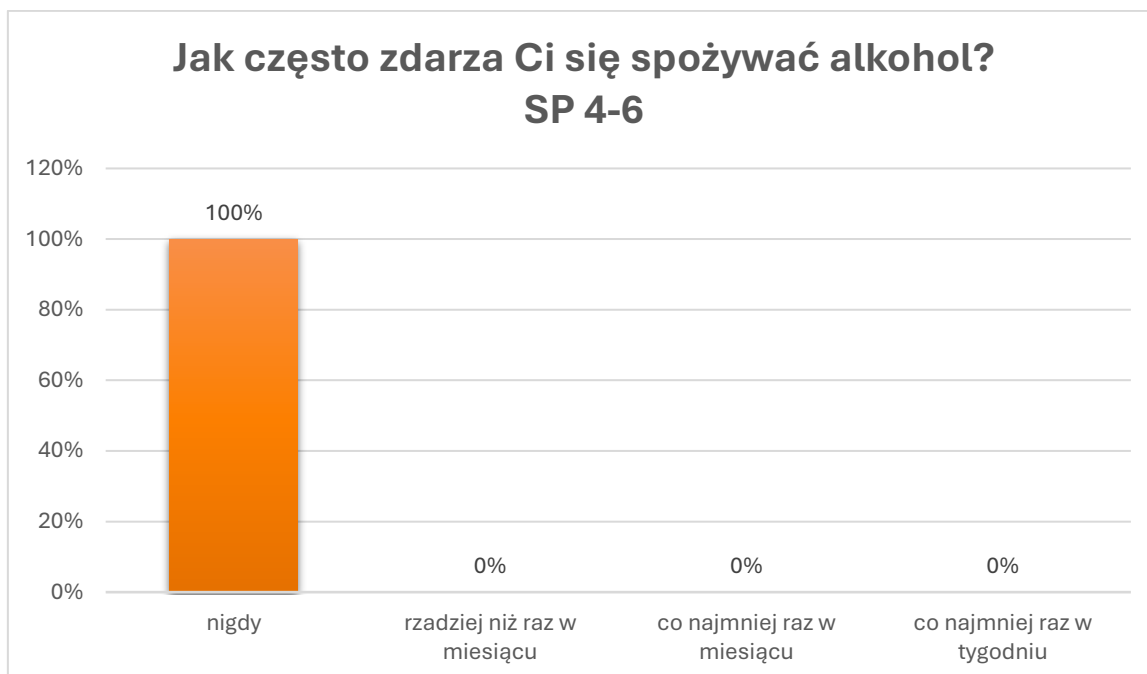
Następnie badanych zapytano o to, w jakich miejscach ich koledzy/ koleżanki spożywają alkohol. Uczniowie najczęściej wskazywali na świeże powietrze (SP 7-8 – 29%), dyskoteki i imprezy (SP 7-8 – 43%), dom (SP 7-8 – 14%) oraz podczas wycieczek szkolnych (SP 7-8 – 14%). 100% młodszych uczniów oraz 57% starszych uczniów nie wie.



Jeżeli chodzi o przyczyny, z jakich ich rówieśnicy sięgają po alkohol **badani uczniowie wskazywali zazwyczaj na chęć zaimponowania innym (SP 7-8 – 43%), a także dla lepszej zabawy, wyluzowania (SP 7-8 – 29%), a także żeby zapomnieć o kłopotach (SP 4-6 – 100%; SP 7-8 – 14%).**



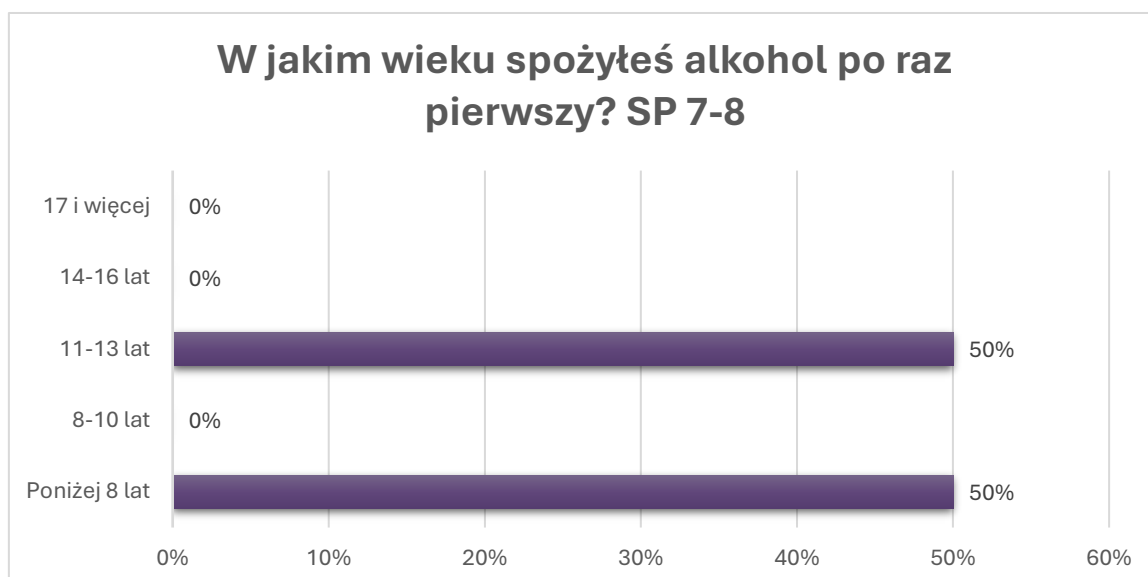
Następnie zapytano badanych, jak często oni sami spożywają alkohol. **Do spożywania alkoholu rzadziej niż raz w miesiącu przyznaje się 2% uczniów klas SP 7-8. 2% uczniów SP 7-8 spożywa alkohol co najmniej raz w tygodniu. 100% klas uczniów klas 4-6 oraz 96% uczniów klas SP 7-8 nigdy nie spożywa alkoholu.**



Następnie zapytano uczniów o rodzaj wypijanego alkoholu. Uczniowie najczęściej sięgają po szampana – 100% uczniów klas 7-8. Po 50% odpowiedzi uzyskały: wino, alkopopy, likier i nalewkę, wódkę oraz piwo.

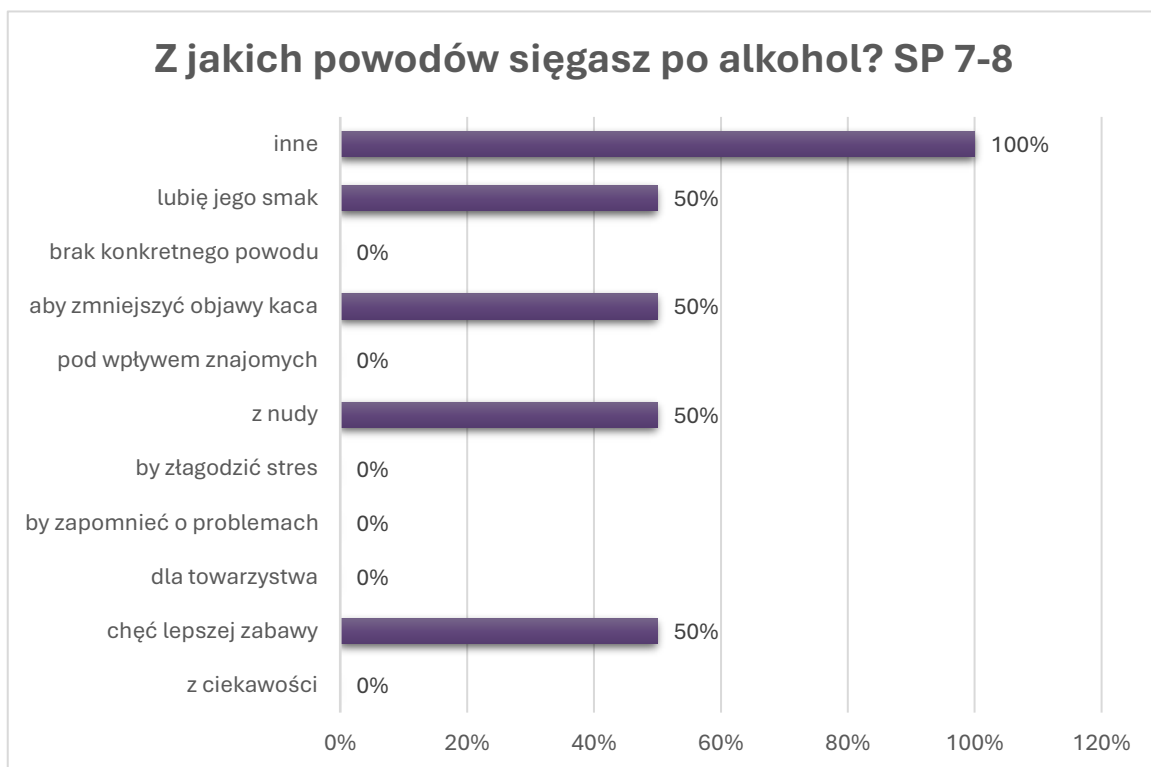


Istotnym zagadnieniem jest wiek inicjacji alkoholowej. 50% uczniów klas SP 7-8 pierwszy raz spożyło alkohol w wieku poniżej 8 lat oraz 50% uczniów klas SP 7-8 spróbowało alkoholu pomiędzy 11. a 13. rokiem życia.

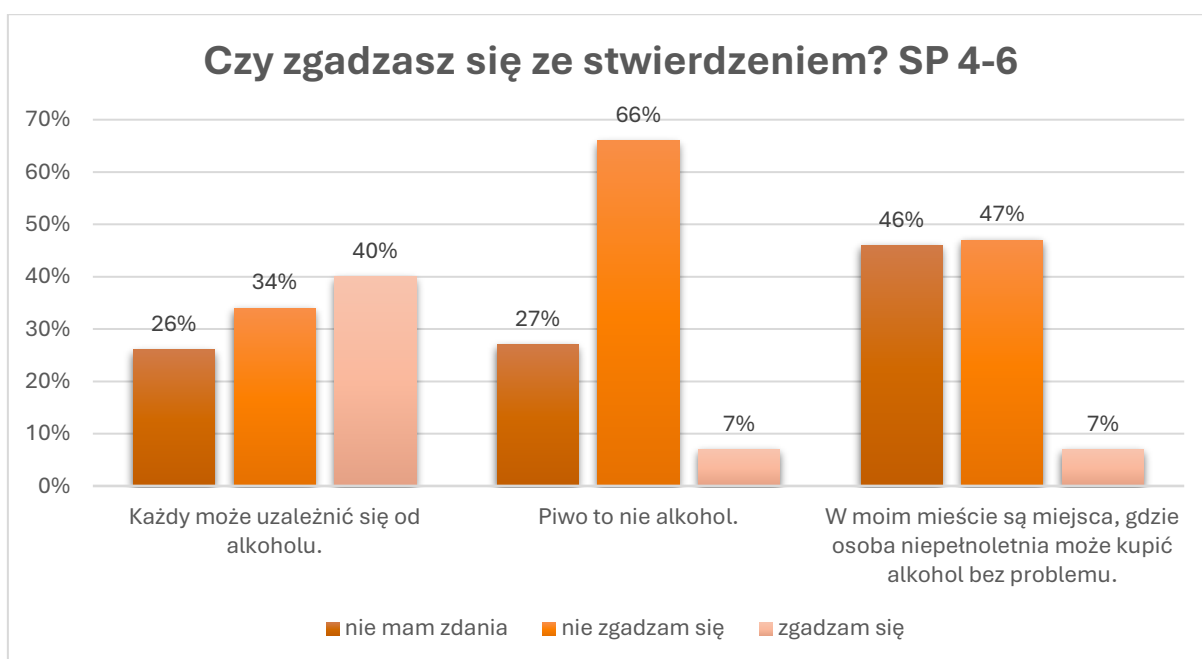


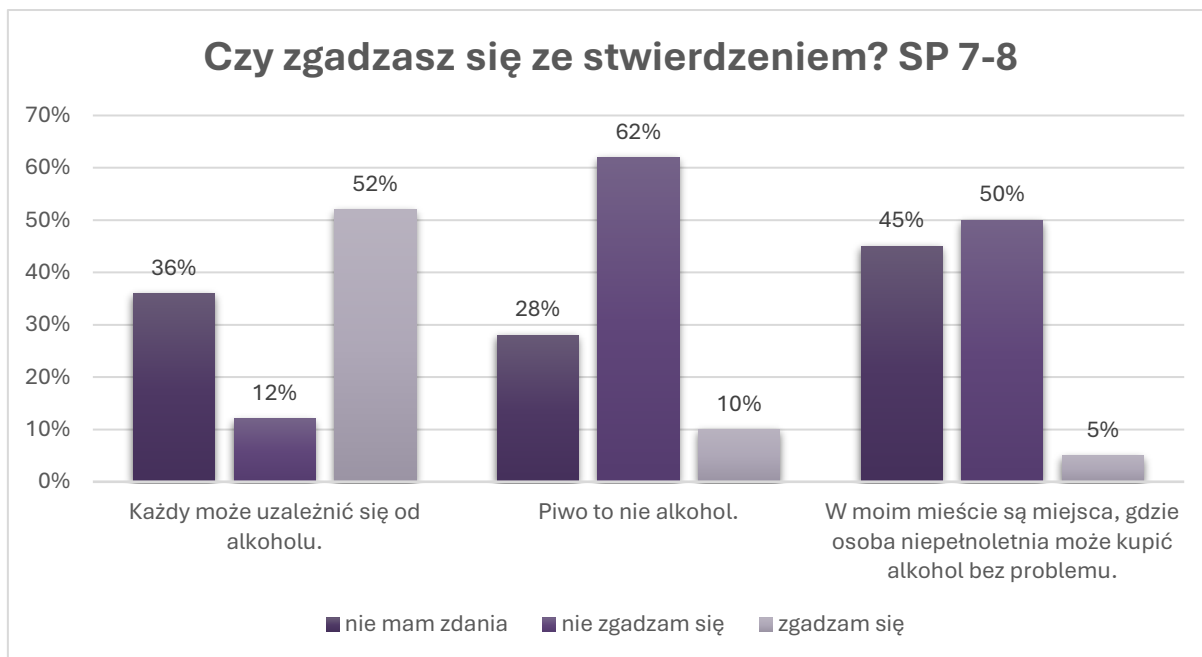
Oprócz częstotliwości spożywania alkoholu oraz wieku inicjacji alkoholowej ważne jest także to, z **jakich powodów** młodzi ludzie sięgają po alkohol. Wśród młodzieży klas 7-8 najczęściej wskazywano chęć lepszej zabawy (50%), z nudy (50%), aby zmniejszyć objawy

kaca (50%) oraz dlatego, że lubią jego smak (50%). 100% starszych uczniów wskazuje na „inne”.



Uczniowie zostali zapytani o to, czy zgadzają się z poniższymi stwierdzeniami. Według 40% uczniów klas 4-6 oraz 52% uczniów klas SP 7-8 każdy może uzależnić się od alkoholu. 7% uczniów klas 4-6 oraz 5% uczniów klas SP 7-8 uważa, że w ich miejscowości są miejsca, gdzie osoba niepełnoletnia może kupić alkohol bez problemu. Szczegółowe wyniki przedstawiają poniższe wykresy.

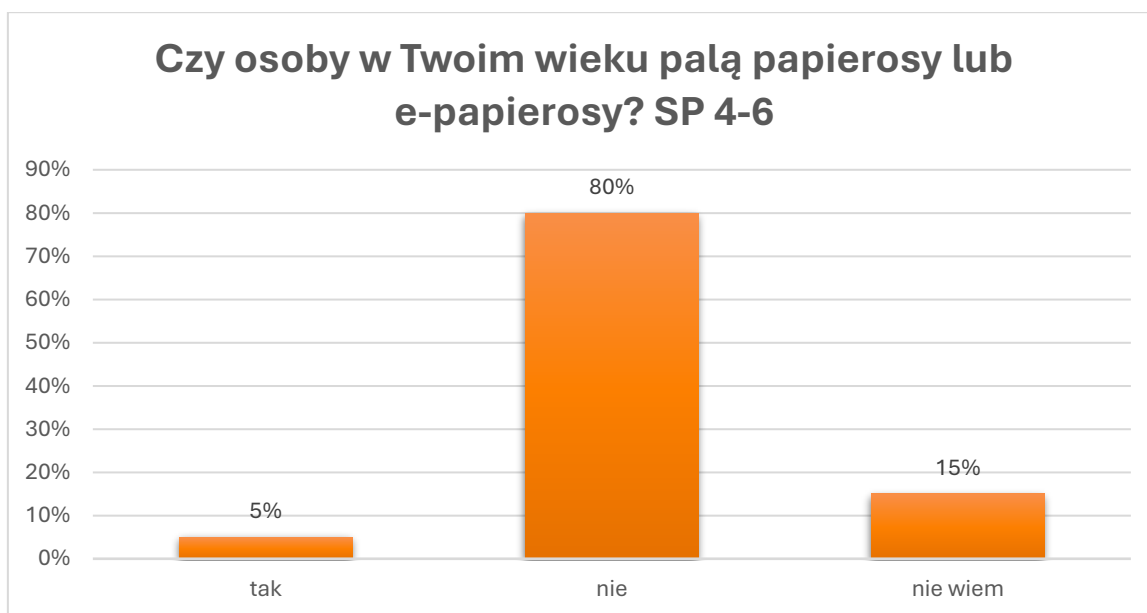


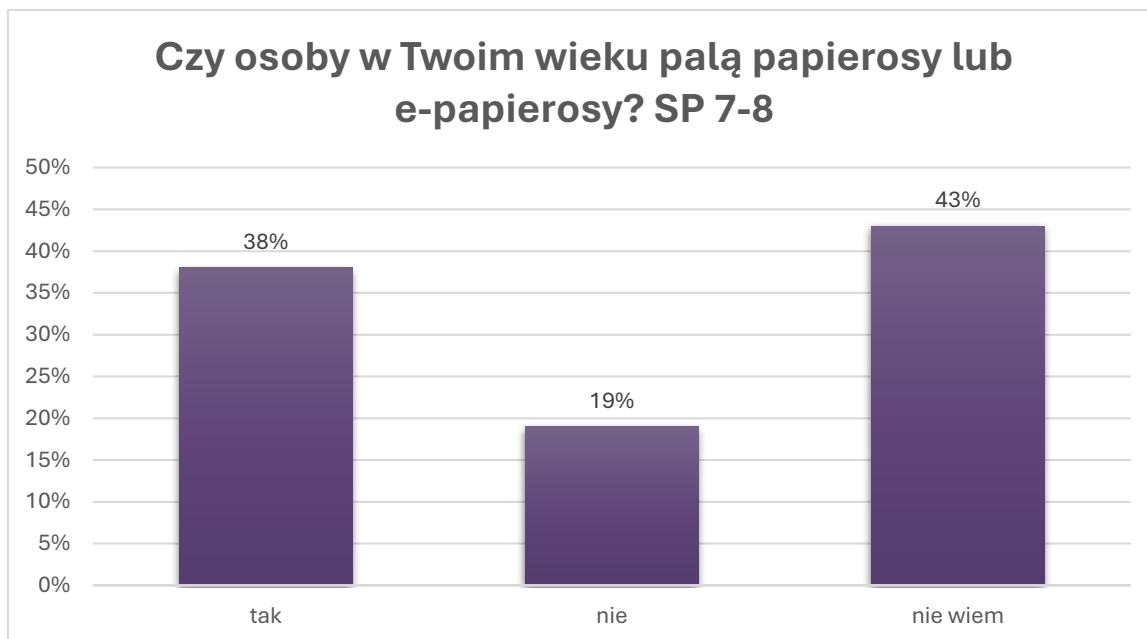


Substancje uzależniające: Papierosy

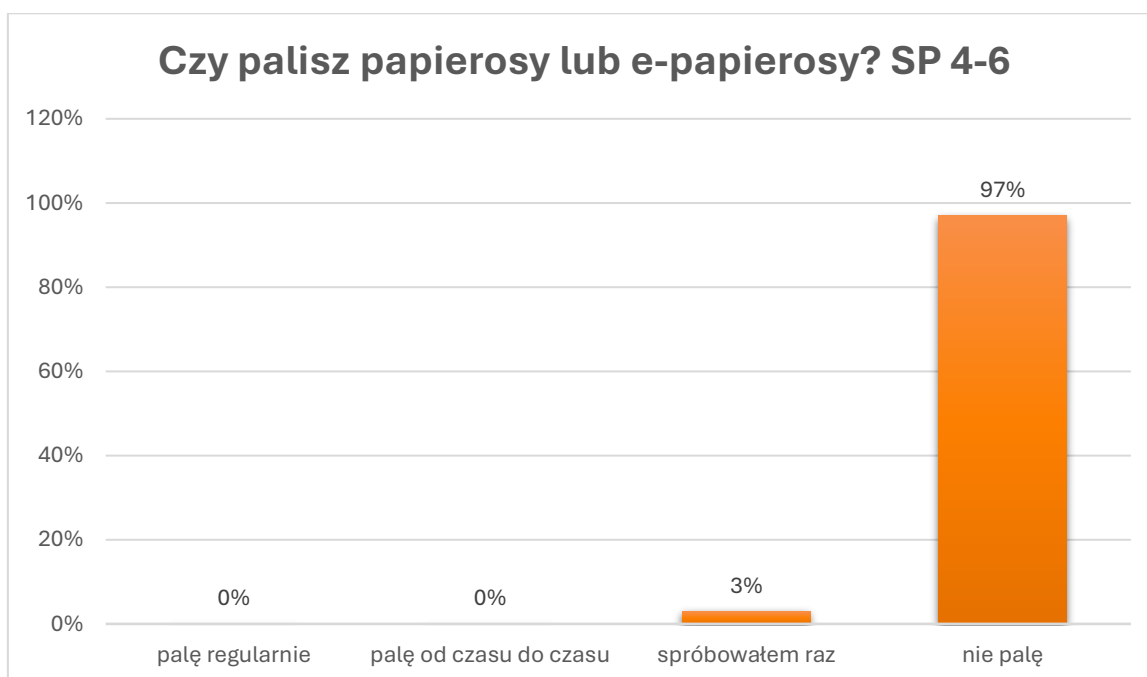
Mimo słabnącej popularności papierosy w naszym społeczeństwie są wciąż atrakcyjną używką dla młodzieży. Zapytano więc uczniów czy ich rówieśnicy palą papierosy oraz czy sami próbowali już papierosów.

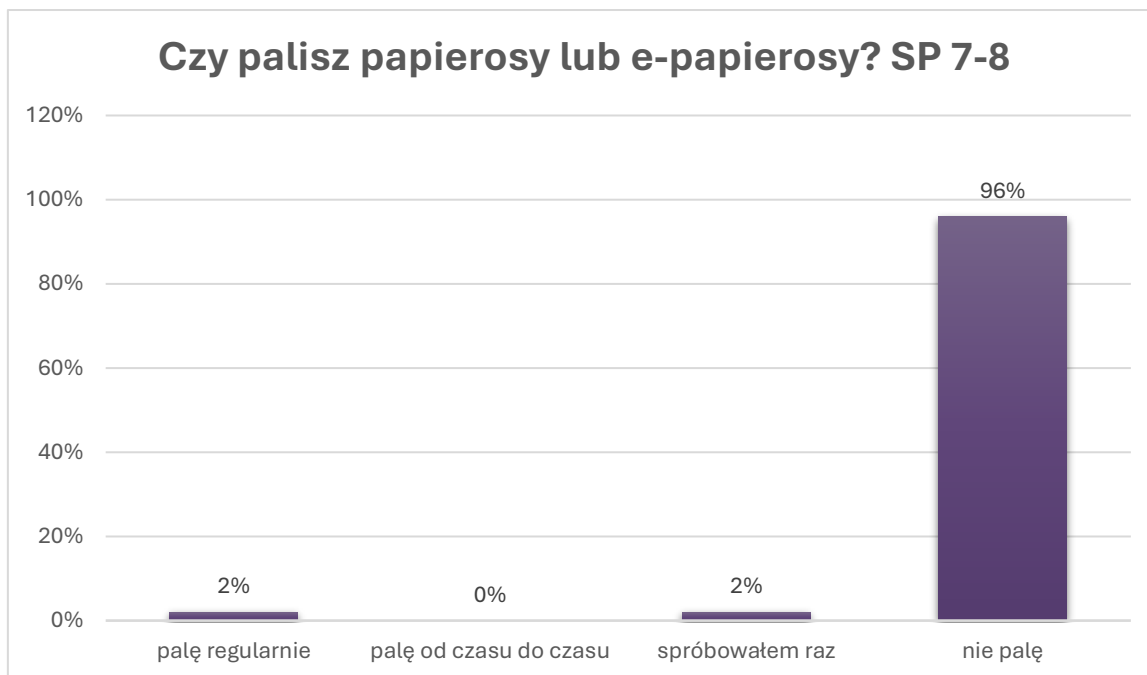
Znaczny odsetek uczniów wskazał, że ich rówieśnicy palą papierosy lub e-papierosy: SP 4-6 – 5%, SP 7-8 – 38%. Jednakże 15% uczniów klas 4-6 oraz 43% uczniów klas SP 7-8 zaznaczyło, że nie wie czy osoby w ich wieku palą papierosy lub e-papierosy.



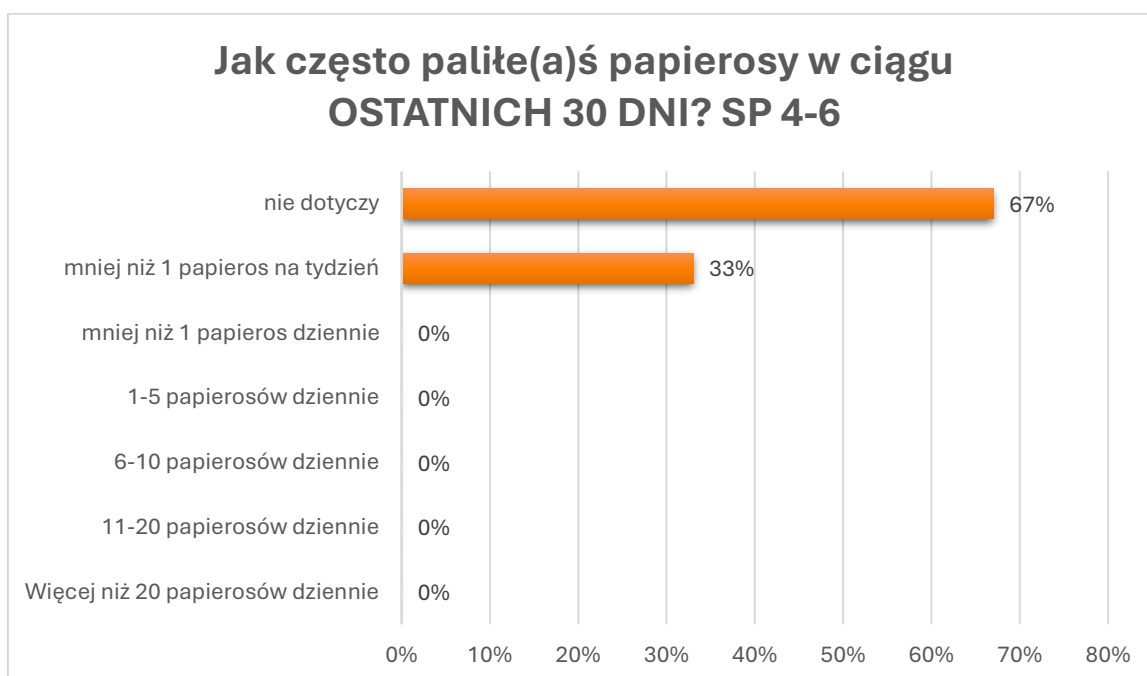


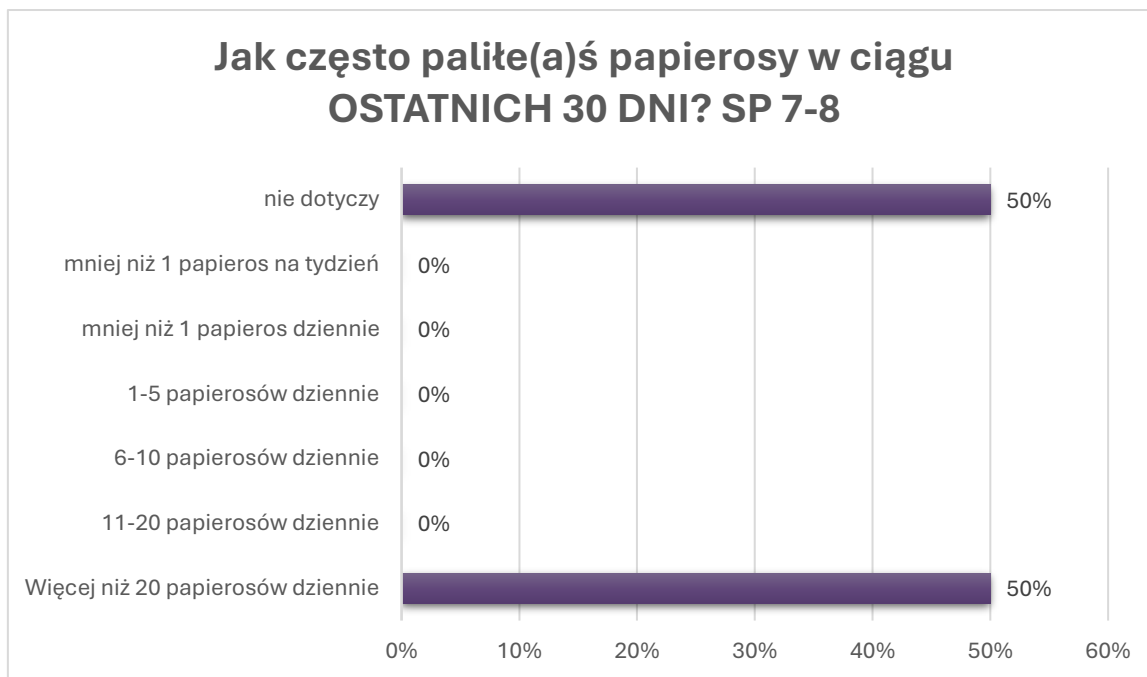
Następnie zapytano ankietowanych o to, czy sami palą papierosy. **3% uczniów klas 4-6 oraz 2% uczniów klas SP 7-8 spróbowało tylko raz. 2% starszych uczniów pali regularnie. 97% uczniów klas 4-6 oraz 96% uczniów klas SP 7-8 nie pali.**



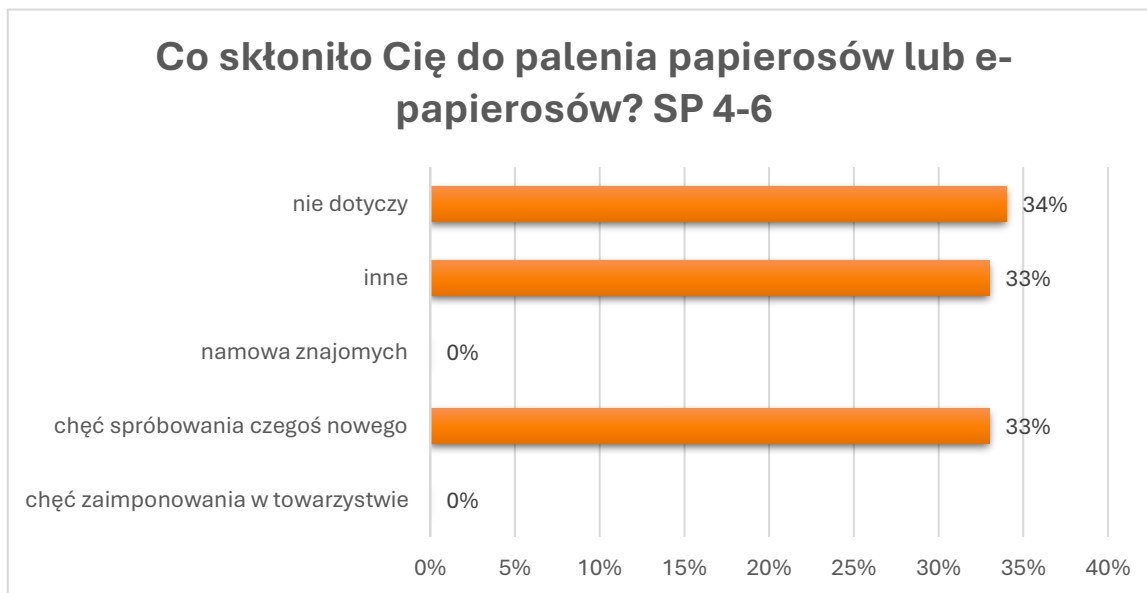


Poniższe wykresy przedstawiają dane dotyczące częstotliwości palenia papierosów w ciągu ostatnich 30 dni wśród badanych uczniów. 50% uczniów klas SP 7-8 w ciągu ostatnich 30 dni paliło najczęściej więcej niż 20 papierosów dziennie. 33% uczniów klas 4-6 paliło mniej niż 1 papieros na tydzień. 67% młodszych uczniów oraz 50% starszych uczniów deklaruje, że ich to nie dotyczy.

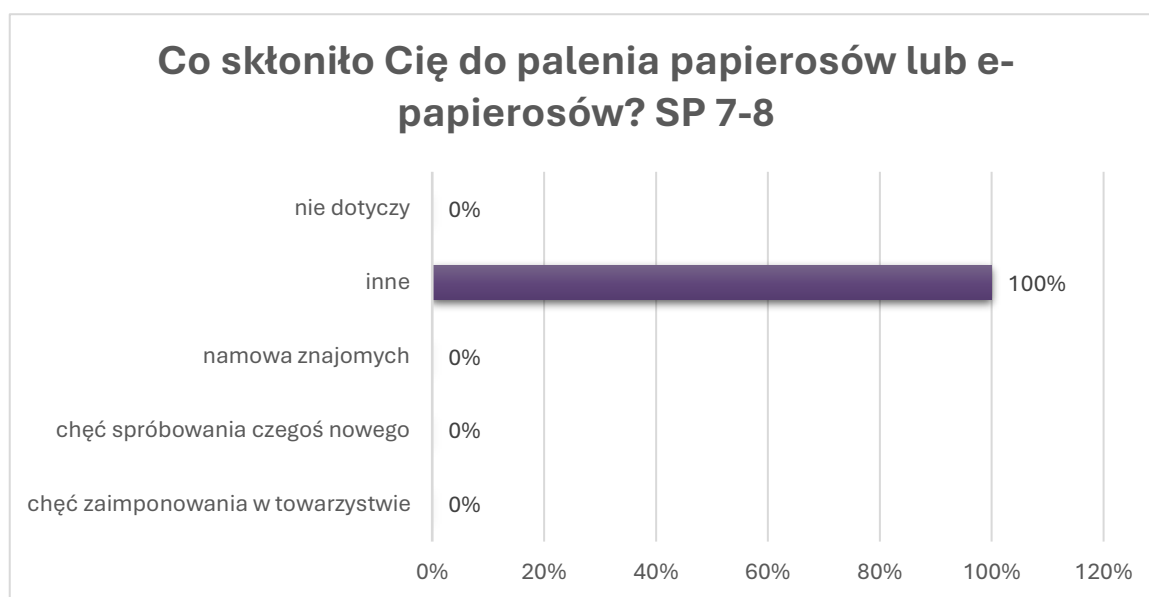




Zapytano uczniów o powody palenia papierosów lub e-papierosów. Wśród uczniów klas 4–6, którzy wzięli udział w badaniu, 34% wskazało, że pytanie ich nie dotyczy, co oznacza, że nie mieli doświadczeń z paleniem e-papierosów lub papierosów oraz 33% podało inne powody oraz 33% respondentów wskazało chęć spróbowania czegoś nowego.



Wśród uczniów klas SP 7-8, 100% respondentów wskazało odpowiedź „inne”.

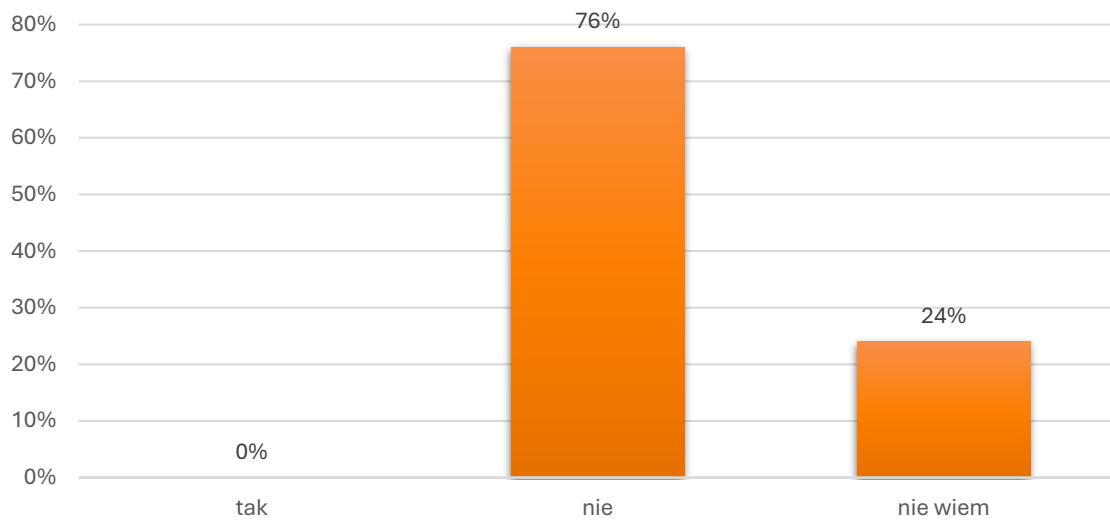


Substancje psychoaktywne: Narkotyki i dopalacze

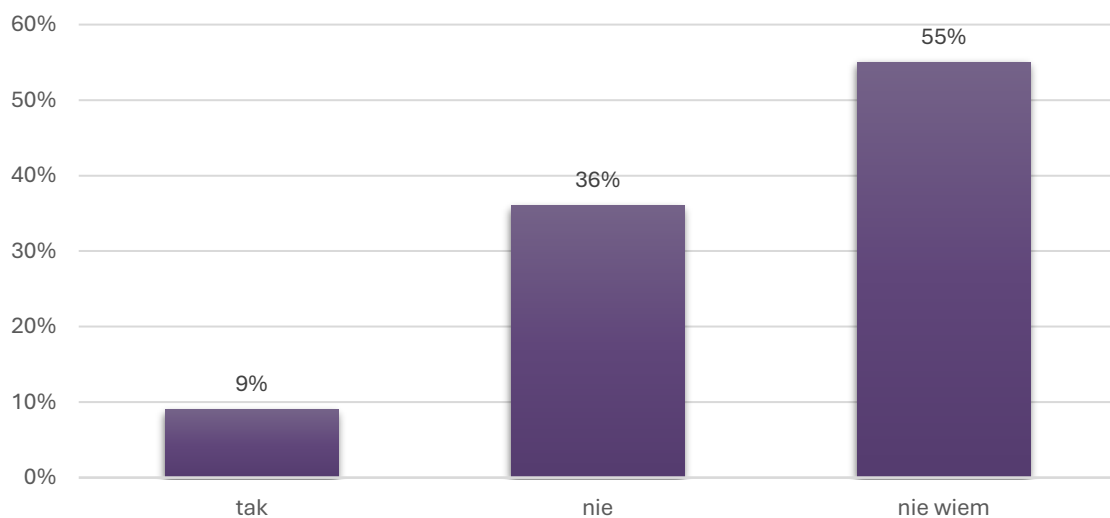
Wyniki badania ESPAD wskazują na znacznie niższy poziom rozpowszechnienia używania wśród polskiej młodzieży substancji nielegalnych (narkotyki, dopalacze), niż legalnych, zwłaszcza alkoholu i tytoniu. Większość badanych nigdy po substancje nielegalne nie sięgała. Wśród tych, którzy mają za sobą takie 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 używania 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: 9% uczniów klas SP 7-8 wskazuje, że ich rówieśnicy mają kontakt z narkotykami albo z dopalaczami. 24% uczniów klas 4-6 oraz 55% uczniów klas SP 7-8 nie wie.

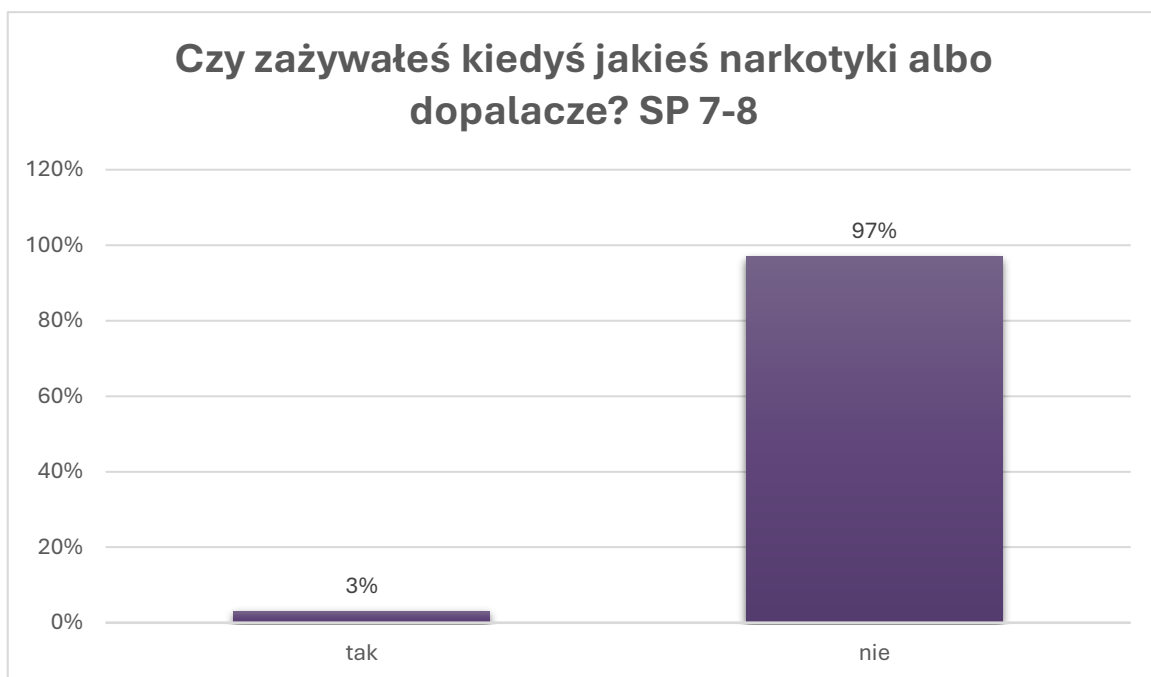
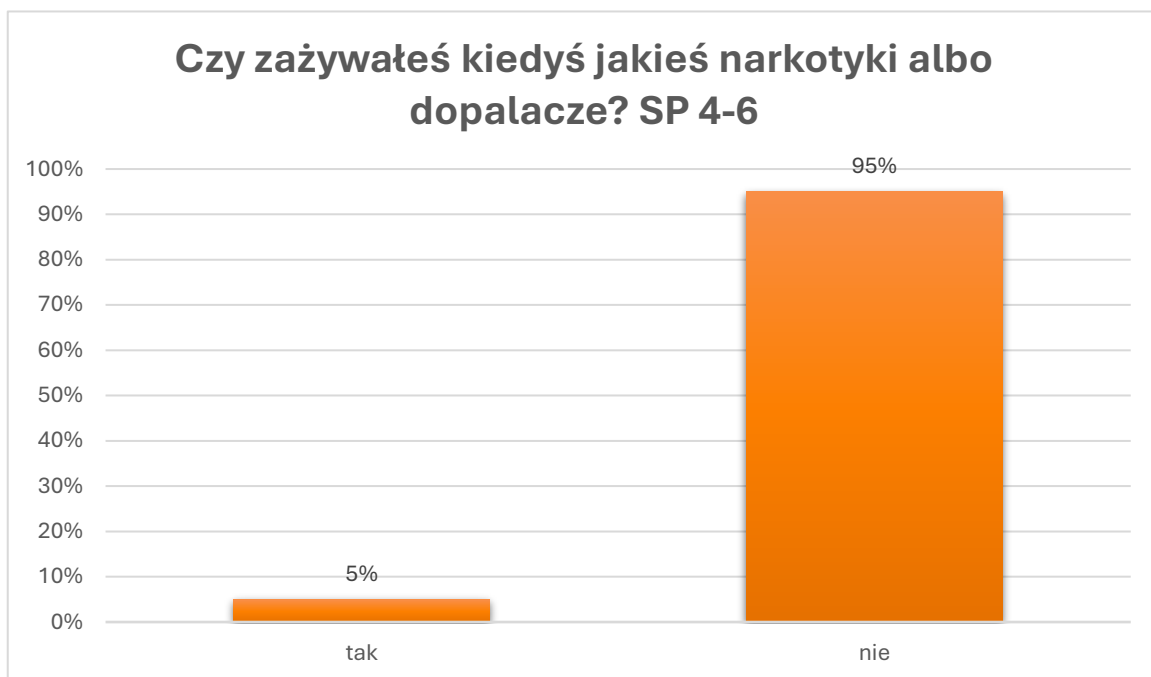
Czy osoby w Twoim wieku mają kontakt z narkotykami albo dopalaczami? SP 4-6



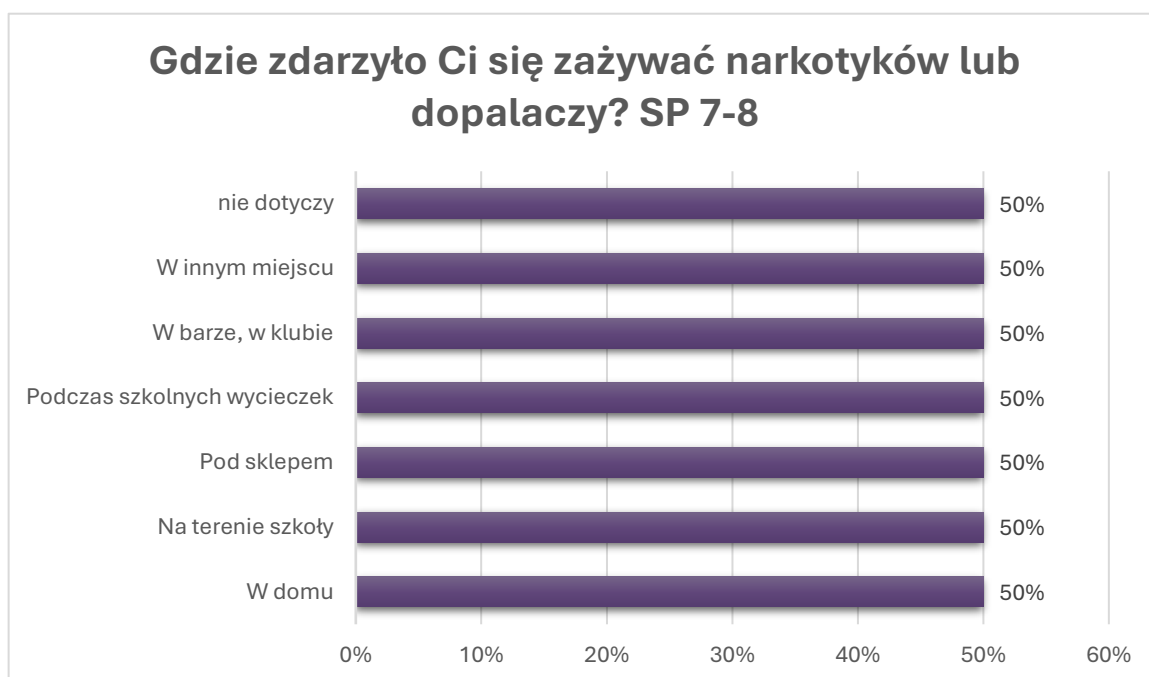
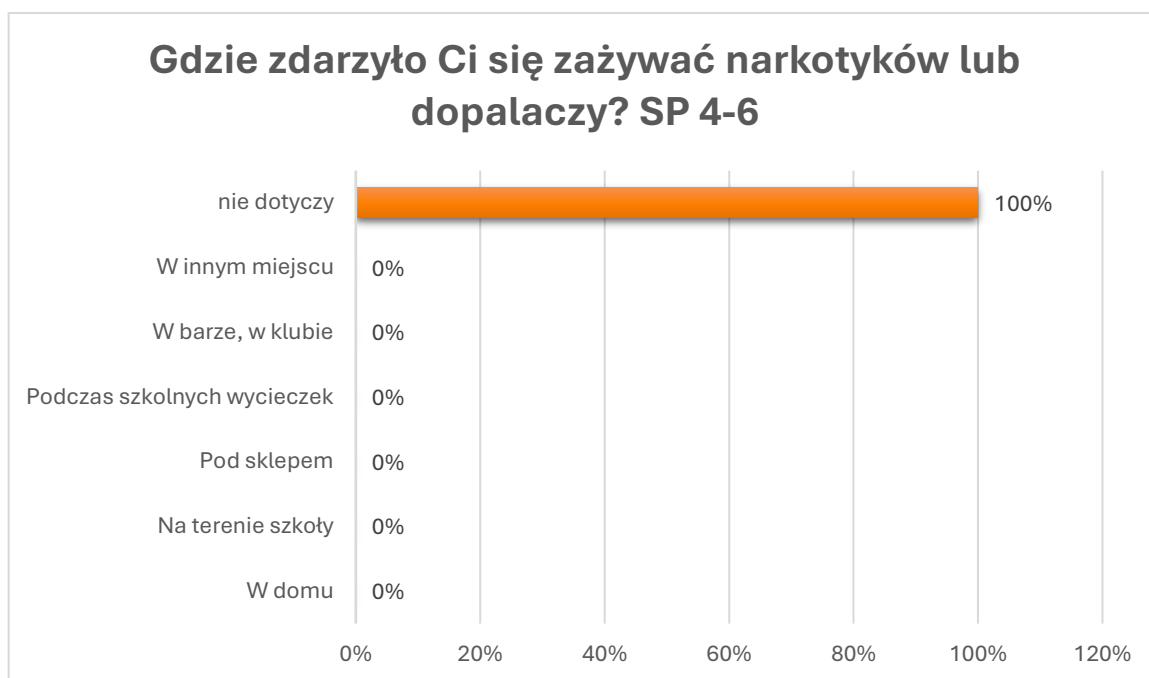
Czy osoby w Twoim wieku mają kontakt z narkotykami albo dopalaczami? SP 7-8



5% uczniów klas SP 4-6 oraz 3% uczniów klas SP 7-8 przyznało, że sami próbowali już narkotyków lub dopalaczy.

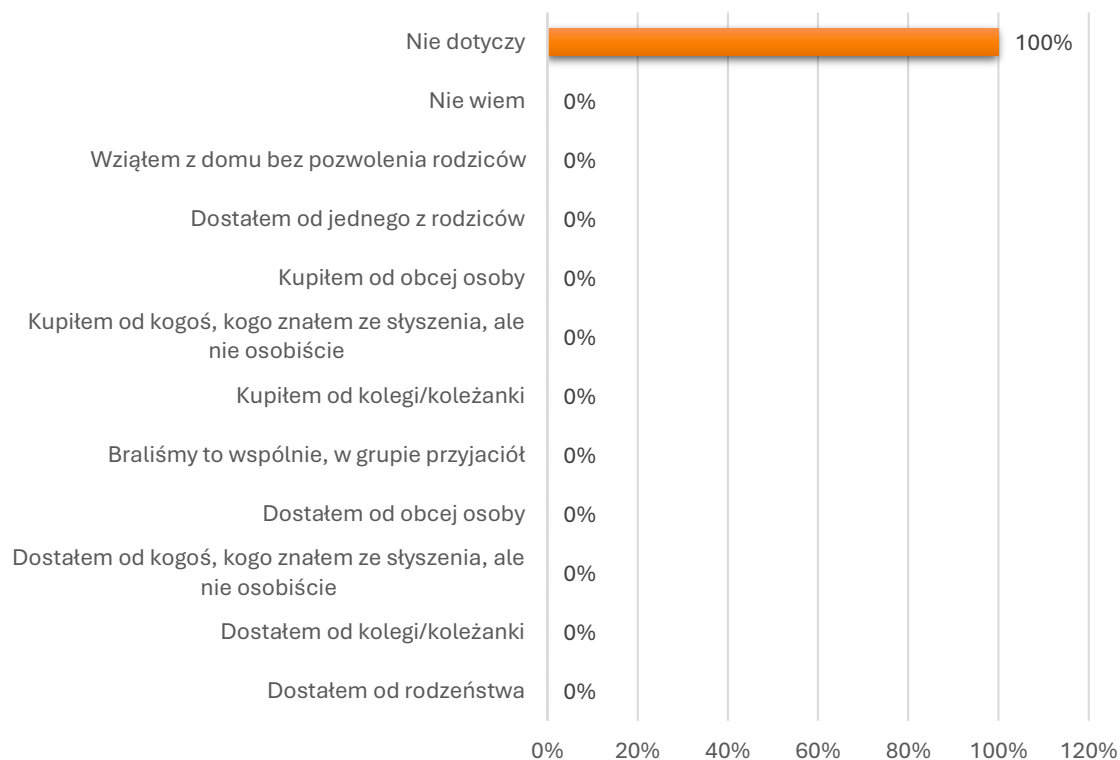


Następnie zapytano uczniów o miejsca, w których zdarzyło im się zażywać narkotyków lub dopalaczy. To pytanie dotyczyło osób, które zadeklarowały spożywanie narkotyków lub dopalaczy. Wśród uczniów SP 4-6 najczęściej wskazywano, że to pytanie ich nie dotyczy – 100%, mimo że 5% uczniów zadeklarowało spożywanie narkotyków lub dopalaczy. Uczniowie klas 7-8 wskazali: teren szkoły, dom, sklep, szkolne wycieczki, bar, klub, a także inne miejsca – każde z powyższych miało po 50% zaznaczeń.

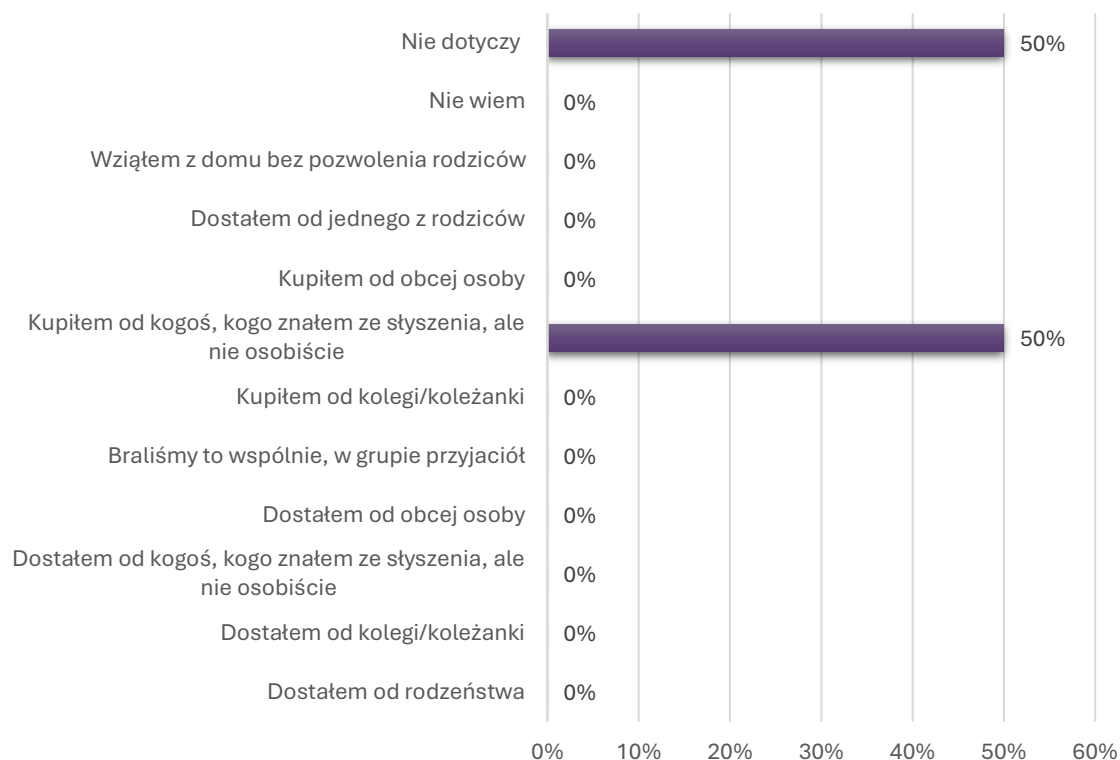


Następnie uczniów poproszono o wskazanie źródła, z którego mogliby pozyskać substancje odurzające. Wśród uczniów klas 4–6 wszyscy (100%) odpowiedzieli, że pytanie ich nie dotyczy. Natomiast w grupie uczniów klas 7–8 szkoły podstawowej połowa (50%) wskazała, że substancję zakupiła od osoby poznanej „ze słyszenia”, której nie znali osobiście, a pozostałe 50% uznało, że pytanie ich nie dotyczy.

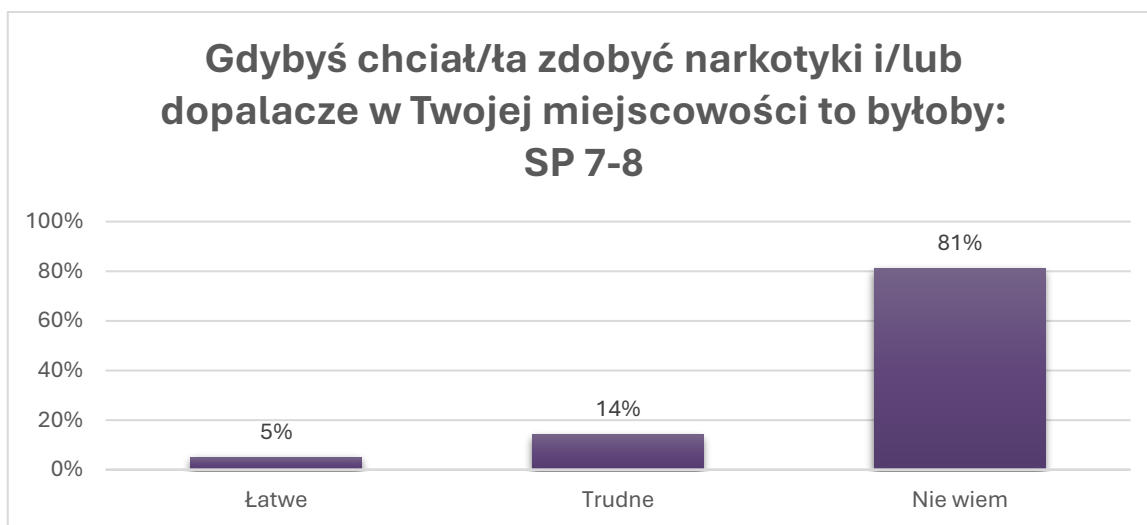
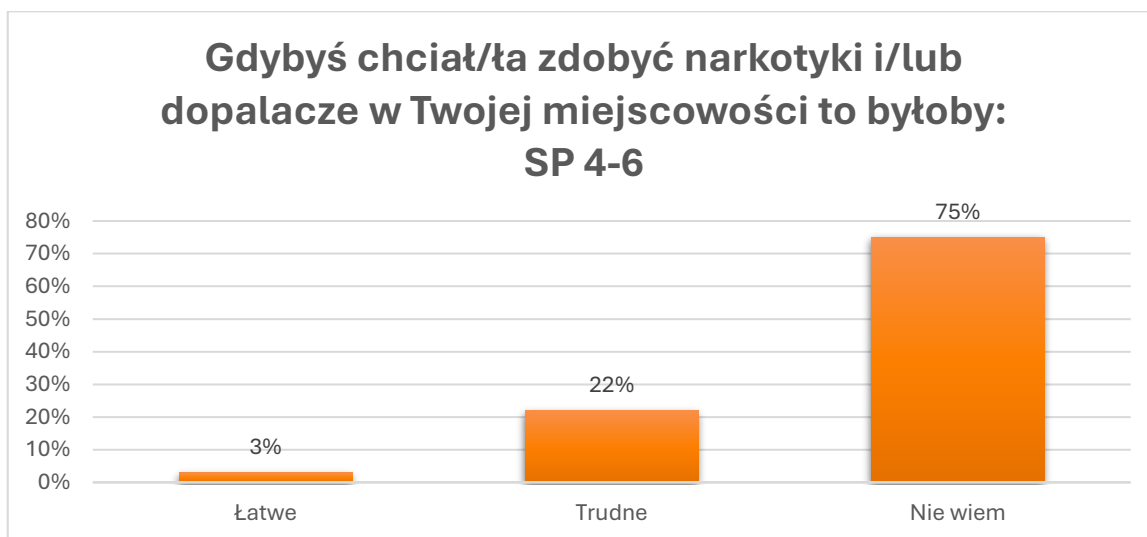
Skąd wzięłeś tę substancję? SP 4-6



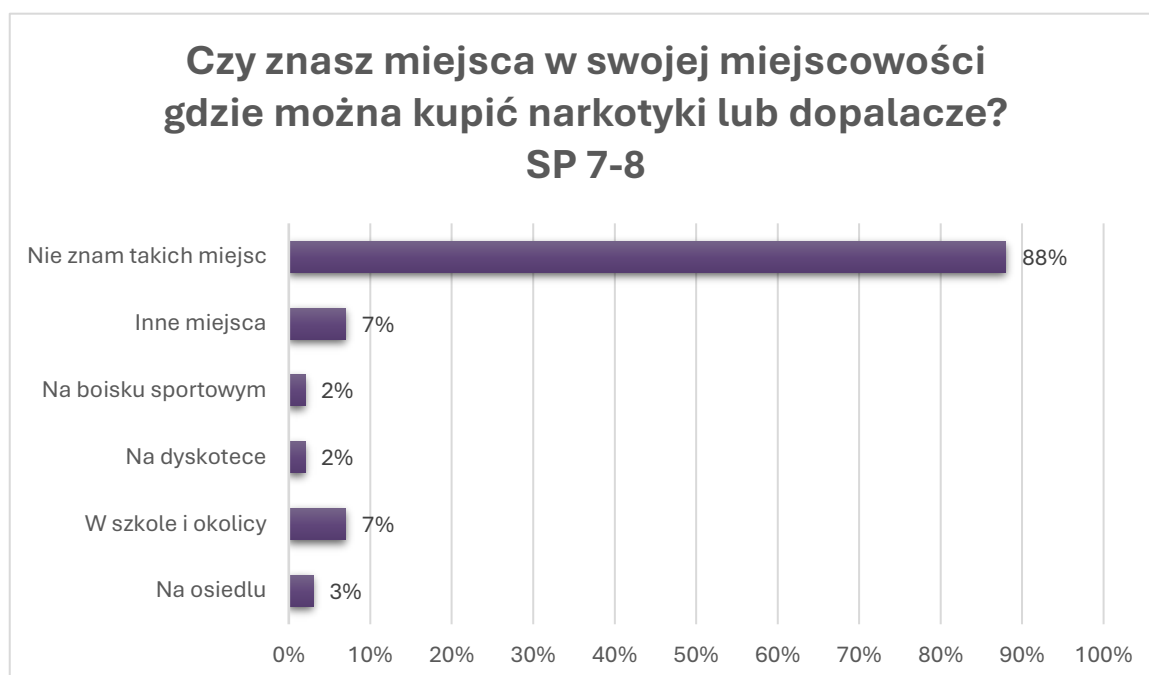
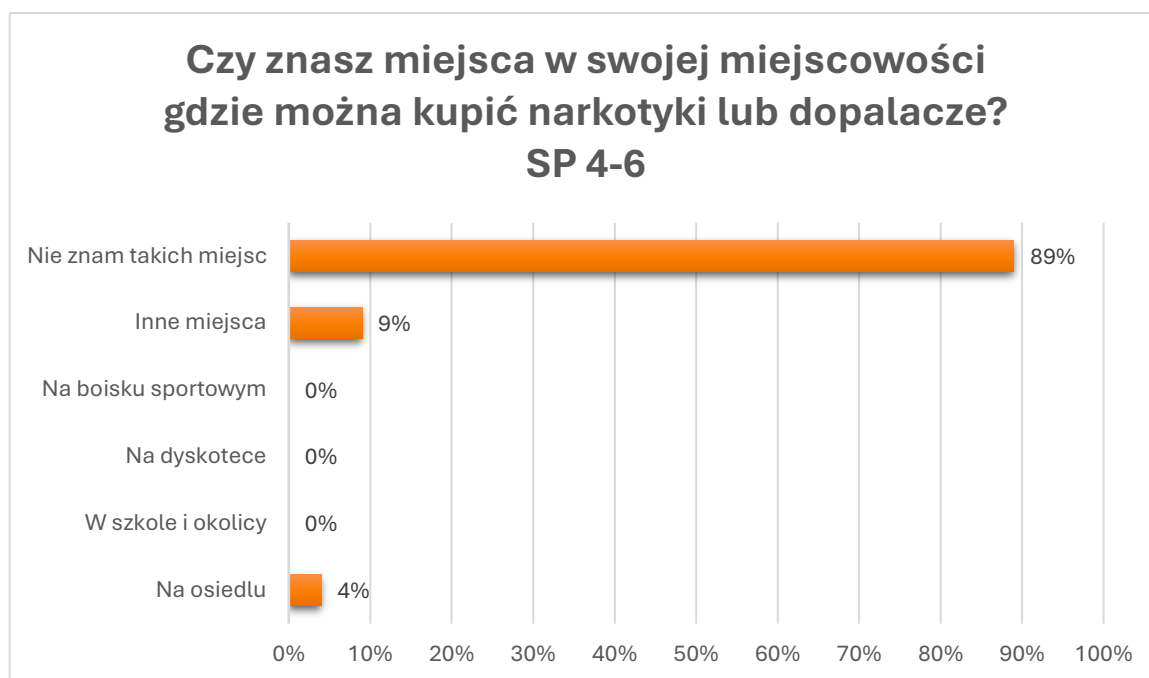
Skąd wzięłeś tę substancję? SP 7-8



Następnie uczniowie zostali poproszeni o ocenę dostępności narkotyków/dopalaczy w ich lokalnym środowisku. **Badani w większości nie wiedzą, czy pozyskanie owych środków psychoaktywnych byłoby w ich otoczeniu łatwe, czy też trudne: SP 4-6 – 75%; SP 7-8 – 81%.** Jednakże 3% młodszych oraz 5% starszych uczniów zaznaczyło, że byłoby to łatwe. Pozostali ankietowani odpowiedzieli, że pozyskanie narkotyków/ dopalaczy w ich środowisku lokalnym byłoby trudne: SP 4-6 – 22%; SP 7-8 – 14%.



Zapytano uczniów o znajomość miejsc, w których można kupić narkotyki lub dopalacze w swojej miejscowości. Większość uczniów zadeklarowała, że nie zna takich miejsc (SP 4-6 – 89%; SP 7-8 – 88%). Nieliczni wskazywali na osiedla (SP 4-6 – 4%; SP 7-8 – 3%), szkołę i jej okolice (SP 7-8 – 7%), boiska sportowe (SP 7-8 – 2%), inne miejsca zakupu (SP 4-6 – 9%; SP 7-8 – 7%) oraz dyskoteki (SP 7-8 – 2%).



Uzależnienia behawioralne

Dotychczas najczęściej niepokoju, jeżeli chodzi o dzieci, które dorastają i wkraczają w wiek nastoletni, budziły takie problemy jak ryzyko sięgnięcia przez nie po różnego rodzaju substancje psychoaktywne. To, co obecnie zaczyna niepokoić coraz bardziej, to wciąż pojawiające się nowe formy uzależnień behawioralnych.

Zapytano uczniów o to, które ich zdaniem zjawisko jest obecne w ich otoczeniu. Uczniowie za najbardziej popularne zjawisko występujące w ich otoczeniu wybrali: uzależnienie od Internetu (SP 4-6 – 34%; SP 7-8 – 55%) oraz uzależnienie od smartfona

(SP 4-6 – 33%; SP 7-8 – 55%). Warto jest także wspomnieć o zakupoholizmie (SP 4-6 – 16%; SP 7-8 – 54%).

Czy w Twoim otoczeniu jest obecne następujące zjawisko? SP 4-6	Popularne	Czasem występuje	Występuje bardzo rzadko	Nie występuje
Zakupoholizm	6%	10%	16%	68%
Uzależnienie od Internetu (Sieciolizm)	16%	18%	16%	50%
Uzależnienie od hazardu (gry na pieniądze, zakłady sportowe)	1%	4%	6%	89%
Zaburzenia odżywiania (bulimia, anoreksja, jedzeniowizm)	4%	9%	7%	80%
Uzależnienie od smartfona (mediów społecznościowych)	9%	24%	18%	49%

Czy w Twoim otoczeniu jest obecne następujące zjawisko? SP 7-8	Popularne	Czasem występuje	Występuje bardzo rzadko	Nie występuje
Zakupoholizm	21%	33%	15%	31%
Uzależnienie od Internetu (Sieciolizm)	33%	22%	17%	28%
Uzależnienie od hazardu (gry na pieniądze, zakłady sportowe)	9%	7%	17%	67%
Zaburzenia odżywiania (bulimia, anoreksja, jedzeniowizm)	4%	12%	17%	67%
Uzależnienie od smartfona (mediów społecznościowych)	45%	10%	17%	28%

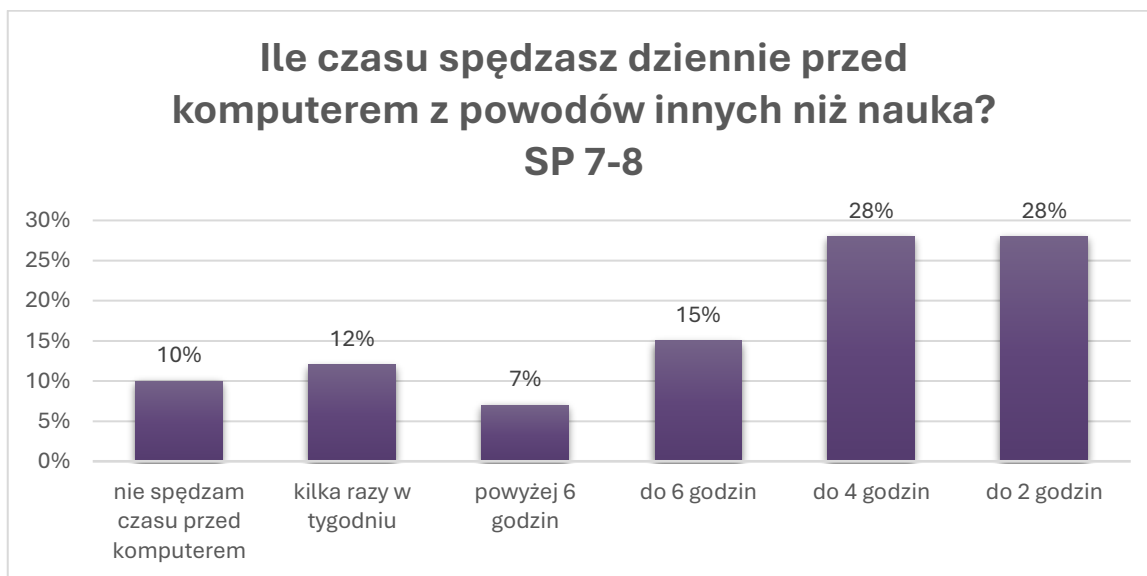
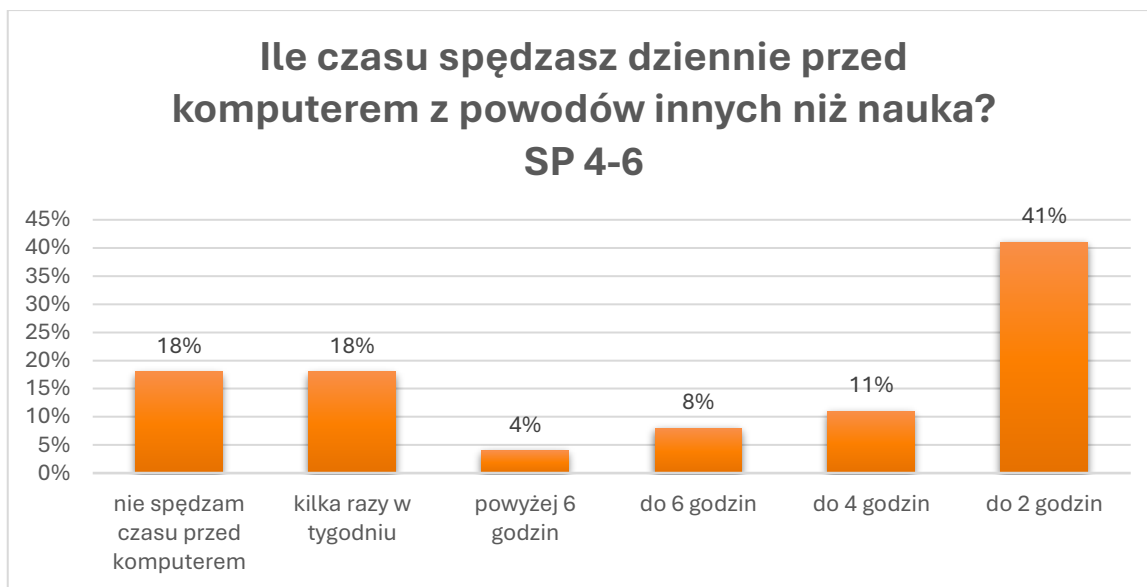
Komputer, który stał się nieodłącznym elementem życia osób dorosłych zaczął jednocześnie coraz częściej zastępować dzieciom kontakty z rodziną, zabawy z rówieśnikami, czytanie książek czy uprawianie sportu. Dla wielu dzieci stał się podstawową formą spędzania czasu i to nie tylko tzw. wolnego. Zbyt wczesne, a szczególnie niekontrolowane przez dorosłych, korzystanie z komputera powoduje, że zamiast doskonałego narzędzia kształcenia i rozwoju oraz źródła radości – komputer staje się źródłem wielu zagrożeń i problemów⁹.

W pierwszej kolejności zapytano uczniów o to, ile czasu dziennie korzystają z komputera. Badani wskazywali zazwyczaj, że spędzają w ten sposób do 2 godzin dziennie: SP 4-6 – 41%; SP 7-8 – 28%, czy też do 4 godzin dziennie: SP 4-6 – 11%; SP 7-8 – 28%. Znacznie niepokoją odsetki ankietowanych, którzy zaznaczyli, że spędzają przed komputerem

⁹ <https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/sieciolizm/dziecko-i-komputer/>

powyżej 6 godzin dziennie: SP 4-6 – 4%; SP 7-8 – 7%. Do 6 godzin korzysta: SP 4-6 – 8%; SP 7-8 – 15%.

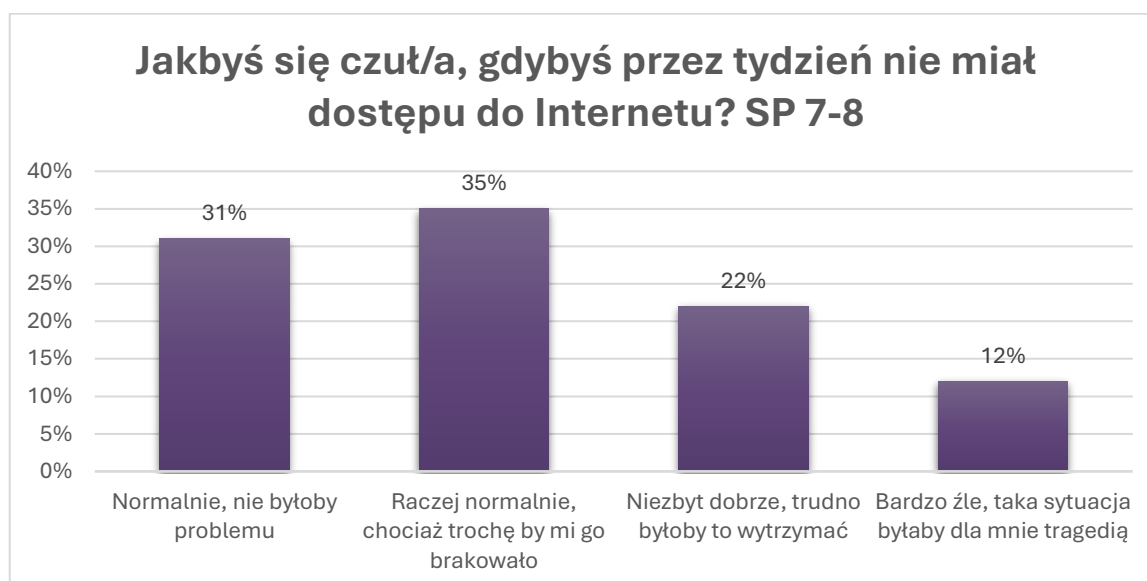
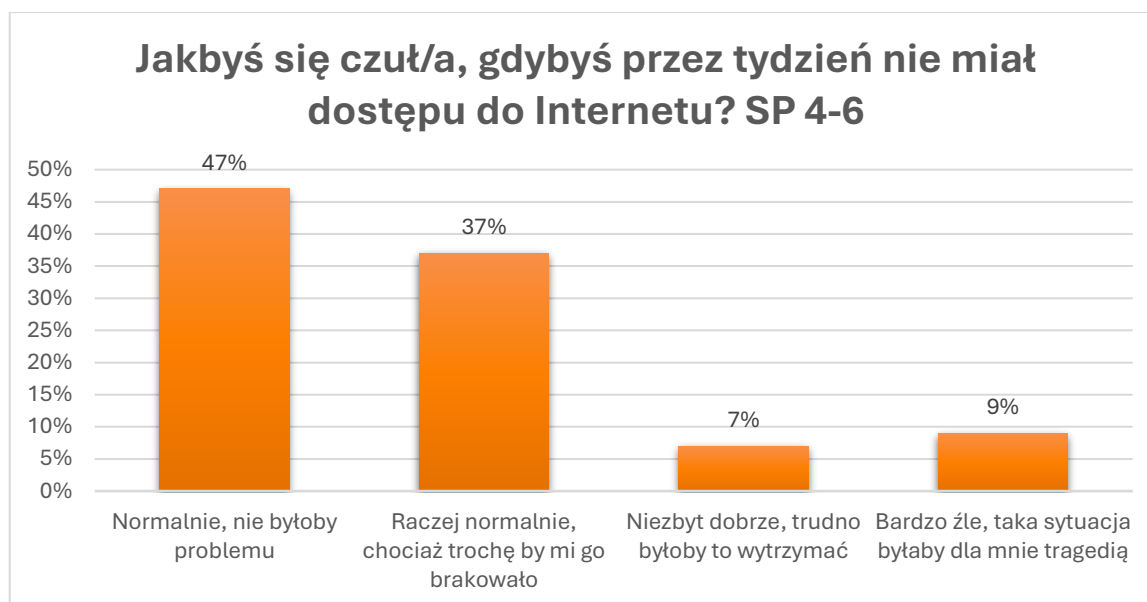
Uzyskane wyniki w praktyce mogą oznaczać, że po przyjściu ze szkoły korzystanie z komputera jest dla wielu uczniów jedyną formą spędzania czasu. Uczniowie, którzy korzystają z komputera powyżej 6 godzin dziennie mogą przejawiać symptomy uzależnienia.



Nadmierne korzystanie z Internetu staje się dziś niezwykle poważnym problemem społecznym. Na ryzyko uzależnienia szczególnie narażone są dzieci i młodzież, dla których Internet jest nieodłącznym elementem ich codziennej aktywności, życia społecznego oraz rozrywki. Badania pokazują, że problem staje się coraz poważniejszy i wymaga szybkiej reakcji rodziców, opiekunów i pedagogów. W Polsce 23% badanych nastolatków (w wieku 11–16 lat) stwierdziło u siebie przynajmniej jeden z badanych symptomów nadużywania Internetu.

Najczęściej występujący symptom to surfowanie po Internecie nawet wtedy, kiedy to specjalnie nie jest interesujące (38%) oraz zaniedbywanie rodziny, znajomych i nauki szkolnej (35%)¹⁰.

47% młodszych uczniów oraz 31% starszych uczniów deklaruje, że brak dostępu do Internetu nie miałby dla nich znaczenia. Aczkolwiek, spora część uczniów przyznaje, że odczułaby brak dostępu do Internetu: SP 4-6 – 53%; SP 7-8 – 69%.

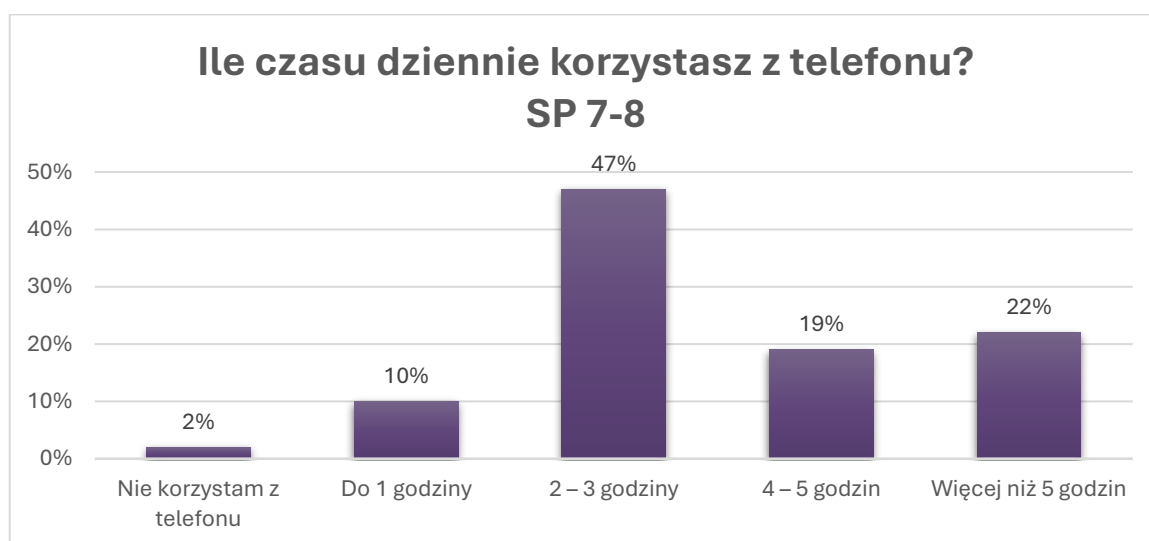
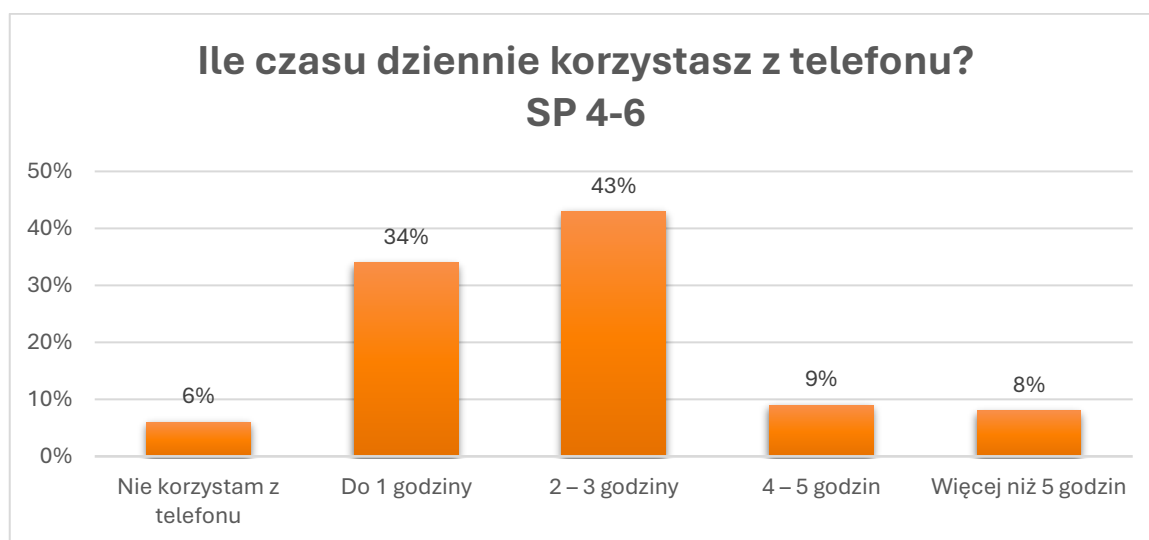


Wielość funkcji i aplikacji, jakie oferuje obecnie telefon komórkowy, sprawia, że komunikacja werbalna, będąca jego pierwotnym przeznaczeniem, schodzi na dalszy plan, a smartfon z dostępem do Internetu stał się narzędziem, za pomocą którego organizować możemy codzienne życie we wszystkich niemal aspektach: pracy, kontaktów towarzyskich,

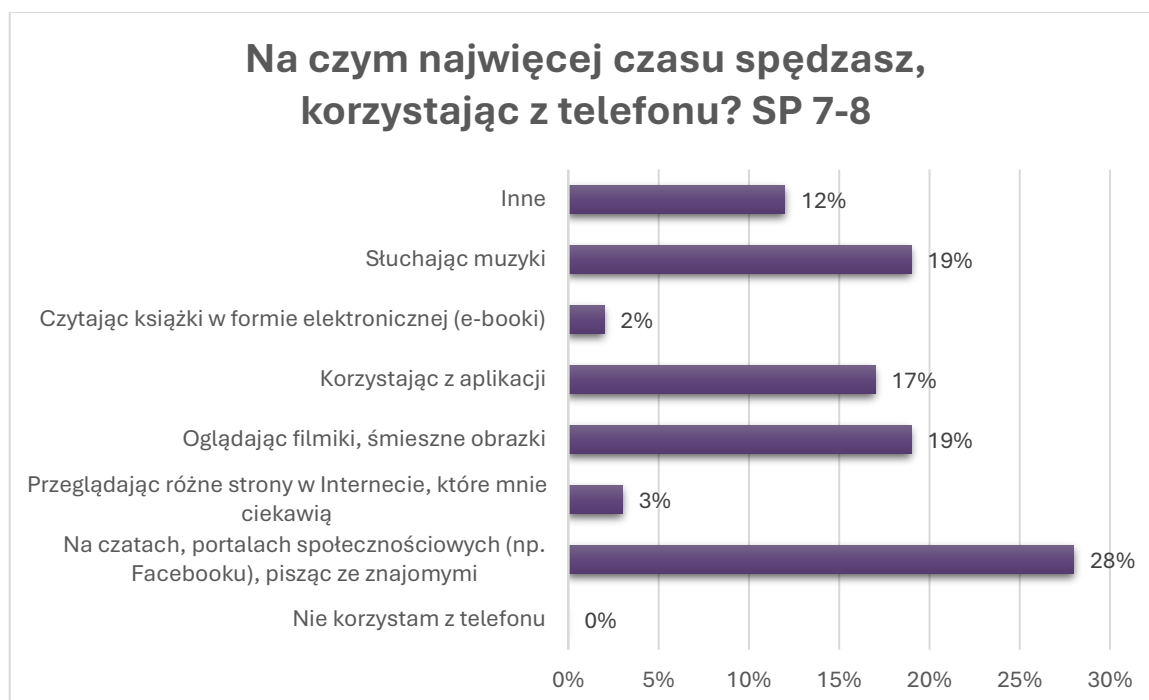
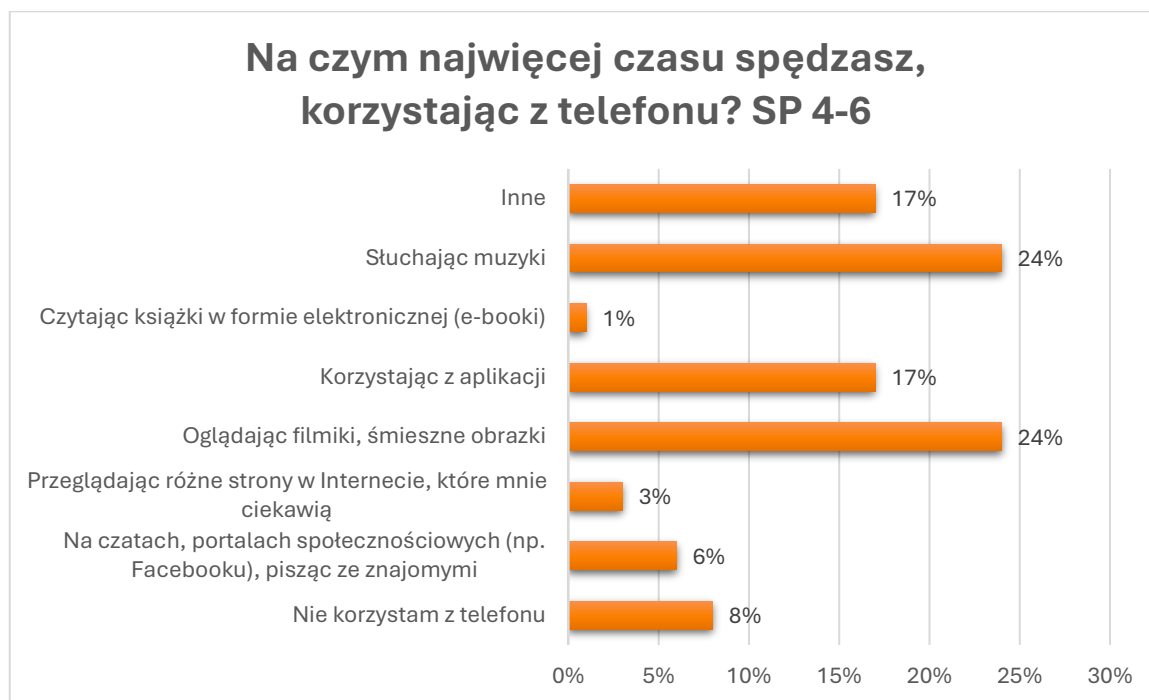
¹⁰L. Kirwil L., *Polskie dzieci w Internecie. Zagrożenia i bezpieczeństwo – część 2. Częściowy raport z badań EU Kids Online II*, SWPS, Warszawa 2011.

informacji, rozrywki, sportu, zakupów. Narzędzie to stało się wielu osobom niezbędne do tego stopnia, że nie potrafią bez niego funkcjonować; wzmożona intensywność użytkowania zaczyna nosić znamiona nadużywania, prowadząc do uzależnienia – fonoholizmu. Nadmierne używanie telefonu komórkowego to zjawisko bardzo powszechne, zwłaszcza wśród młodzieży. określenie „uzależnienie” od nałogowego używania telefonu komórkowego należy stosować umownie, ponieważ w oficjalnych klasyfikacjach zdrowia, w tym zdrowia psychicznego, ICD-10 jak i DSM-V nie wyodrębniono takiej kategorii zaburzeń.

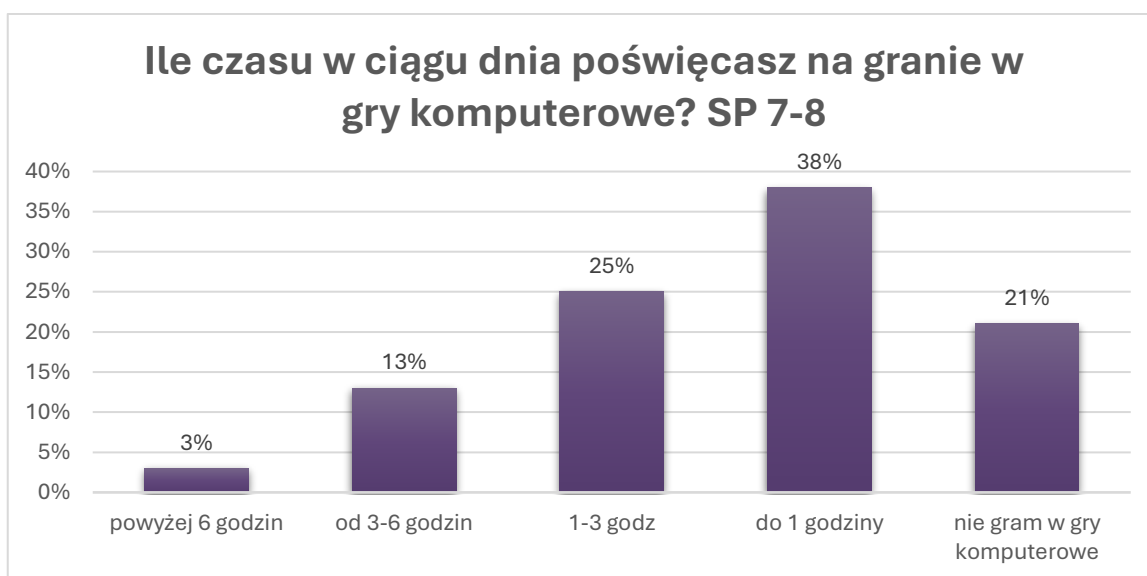
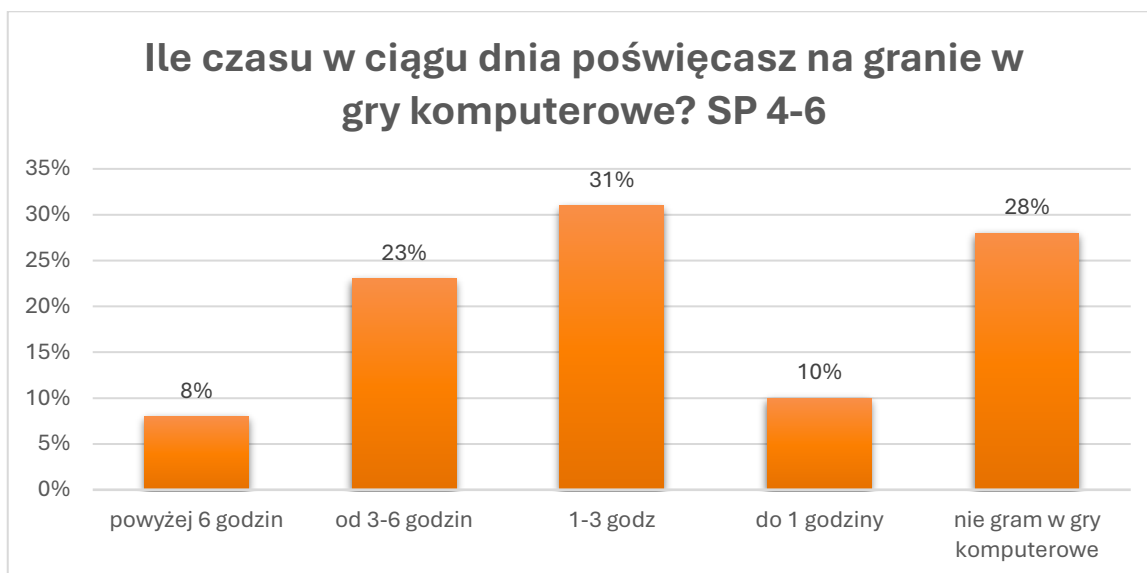
Jak wynika z przeprowadzonych badań, 43% młodszych uczniów oraz 47% starszych uczniów korzysta z telefonu od 2 do 3 godzin dziennie. Znaczny niepokój budzi fakt, iż 9% uczniów SP 4-6 oraz 19% uczniów SP 7-8 deklaruje, że korzysta z telefonu 4-5 godzin dziennie. 8% uczniów SP 4-6 oraz 22% uczniów SP 7-8 uczniów wskazuje, że korzysta z telefonu powyżej 5 godzin dziennie. Część uczniów spędza w ten sposób czas około godziny dziennie: SP 4-6 – 34%; SP 7-8 – 10%.



Uczniów zapytano, na czym spędzają najwięcej czasu podczas korzystania z telefonu. Niewielka grupa zadeklarowała, że w ogóle nie używa telefonu (SP 4-6 – 8%). Najwięcej uczniów wskazało na spędzanie czasu na czatach, portalach społecznościowych (SP 4-6 – 6%; SP 7-8 – 28%), następnie na słuchanie muzyki (SP 4-6 – 24%; SP 7-8 – 19%), oglądanie filmików i śmiesznych obrazków (SP 4-6 – 24%; SP 7-8 – 19%). Szczegółowe wyniki przedstawiają poniższe wykresy:



Zapytano również młodzież o czas poświęcany na granie w gry komputerowe przez nich. 31% uczniów SP 4-6 oraz 25% uczniów SP 7-8 gra w gry komputerowe od 1 do 3 godzin dziennie. Znaczny niepokój budzi fakt, iż 23% młodszych uczniów oraz 13% starszych uczniów deklaruje, że gra w gry od 3 do 6 godzin dziennie oraz 8% uczniów SP 4-6 i 3% uczniów SP 7-8 wskazuje, że gra w gry komputerowe powyżej 6 godzin dziennie. Część uczniów spędza w ten sposób czas około godziny dziennie: SP 4-6 – 10%; SP 7-8 – 38%.



Nowoczesne technologie komunikacyjne trwale i w nieodwracalny sposób zmieniły obraz współczesnej rzeczywistości. Wielu zwłaszcza młodych ludzi, nie wyobraża sobie życia bez stałego bycia online, używania telefonu komórkowego czy przynależności do portalu społecznościowego. Współcześnie dzieci, młodzież, dorośli ciągle są „podłączeni” do wynalazków digitalnego świata, traktując je jako naturalne środowisko zaspokajania potrzeb. Dlatego e-uzależnienie jest nasilającym się problemem, dotyczącym coraz młodszych

użytkowników nowoczesnych technologii. E-uzależnienia nie dają tak szybko negatywnych efektów jak inne uzależnienia, ale powodują ogromne spustoszenie w każdym z obszarów życia osoby uzależnionej i jej rodziny.

Zapytano także uczniów o różne sytuacje, które mogły ich spotkać w Internecie. 18% uczniów SP 4-6 oraz 47% uczniów SP 7-8 otrzymywało złośliwe komentarze, tzw. hejty. Uczniowie klas 4-6 (12%) i uczniowie klas SP 7-8 (36%) oraz zdarzyło się, że udostępniono ich prywatną rozmowę (SP 4-6 – 11%; SP 7-8 – 29%). Szczegółowe odpowiedzi przedstawiają poniższe tabelki:

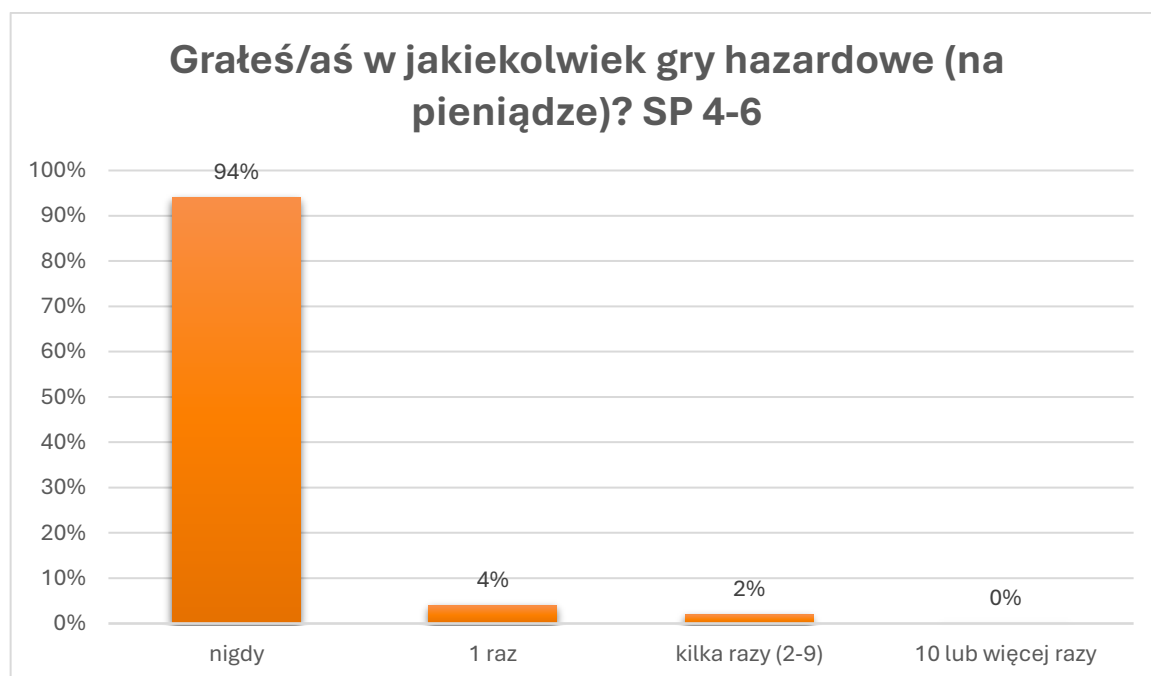
Czy spotkałeś/aś się z takimi sytuacjami w Internecie? SP 4-6	<i>Tak, mnie to spotkało</i>	<i>Tak, spotkało to inne osoby ze szkoły</i>	<i>Nie, nigdy się z czymś takim nie spotkałem/am</i>
	% odp.	% odp.	% odp.
Otrzymywanie złośliwych komentarzy, tzw. hejtów, cyberprzemoc	18%	7%	75%
Umieszczanie filmików lub obrazków, które ośmieszały mnie lub inne osoby ze szkoły	8%	6%	86%
Otrzymywanie wiadomości z przezwiskami, obelgami	12%	4%	84%
Otrzymywanie wiadomości z groźbami lub szantażem	4%	6%	90%
Włamanie na konto np. na portalu społecznościowym	7%	2%	91%
Podszywanie się pode mnie lub inne osoby ze szkoły	7%	3%	90%
Udostępnienie mojej prywatnej wiadomości innej osobie	11%	2%	87%

Czy spotkałeś/aś się z takimi sytuacjami w Internecie? SP 7-8	<i>Tak, mnie to spotkało</i>	<i>Tak, spotkało to inne osoby ze szkoły</i>	<i>Nie, nigdy się z czymś takim nie spotkałem/am</i>
	% odp.	% odp.	% odp.
Otrzymywanie złośliwych komentarzy, tzw. hejtów, cyberprzemoc	47%	7%	46%
Umieszczanie filmików lub obrazków, które ośmieszały mnie lub inne osoby ze szkoły	17%	17%	66%
Otrzymywanie wiadomości z przezwiskami, obelgami	36%	12%	52%
Otrzymywanie wiadomości z groźbami lub szantażem	12%	7%	81%
Włamanie na konto np. na portalu społecznościowym	16%	15%	69%
Podszywanie się pode mnie lub inne osoby ze szkoły	3%	12%	85%
Udostępnienie mojej prywatnej wiadomości innej osobie	29%	9%	62%

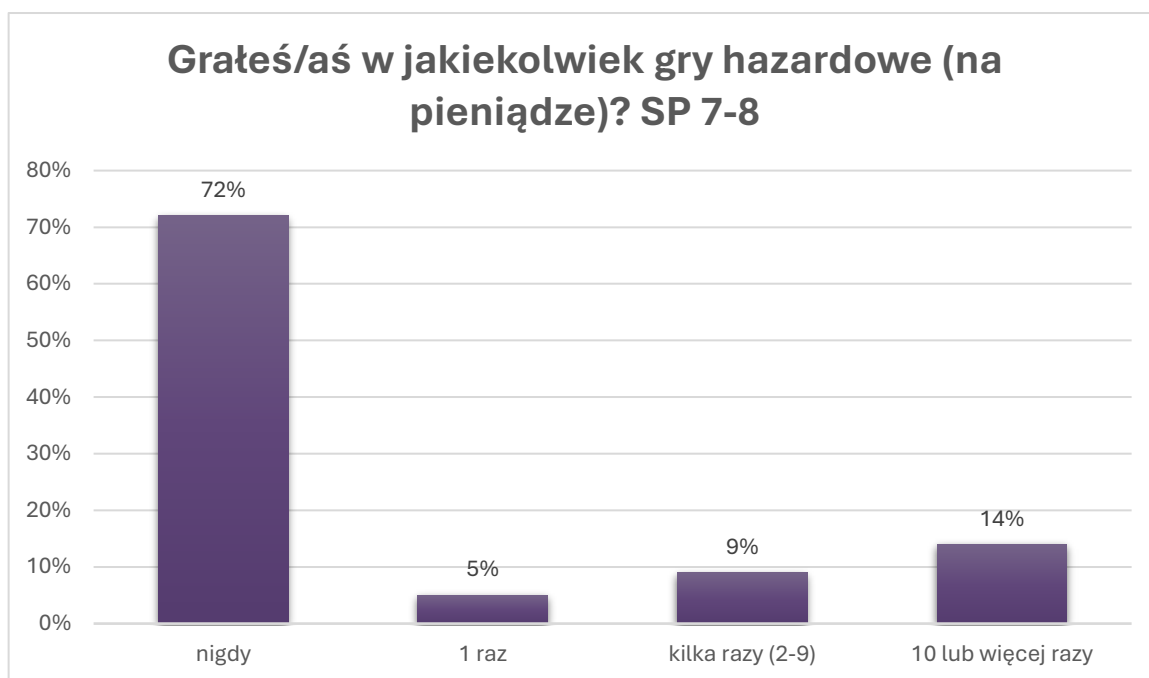
Hazard wydaje się rozrywką zarezerwowaną dla dorosłych, jednakże w różnorodne gry hazardowe coraz częściej uwikłane są również dzieci i młodzież. Z badań przeprowadzonych w 2018 roku przez CBOS wynika, że w grupie młodzieży częściej narażeni na uzależnienie od gier hazardowych są chłopcy niż dziewczęta. 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%)¹¹.

Uczniowie w Gminie Panki w większości nie mają doświadczeń związanych z grami hazardowymi: SP 4-6 – 94%; SP 7-8 – 72%. Jednakże 6% młodszych uczniów oraz 28% starszych uczniów przyznało, że grało już w tego rodzaju gry.



¹¹ CBOS, *Młodzież 2018*, Warszawa 2019.



Przemoc domowa

Według badań przeprowadzonych w 2019 roku z deklaracji badanych wynika, że w zdecydowanej większości rodzin zdarzają się nieporozumienia i konflikty (71%), przy czym w większości dochodzi do nich bardzo rzadko (54%), natomiast w co szóstej (17%) kłótnie wybuchają przynajmniej kilka razy w miesiącu. W ciągu ostatnich siedmiu lat częstość występowania konfliktów w rodzinach w zasadzie się nie zmieniła.

Dom – obok pracy, szkoły oraz ulic poza najbliższą okolicą – jest miejscem, gdzie najwięcej osób doświadczyło przemocy (według deklaracji 8%). Niewiele mniej ankietowanych przyznało, że padło jej ofiarą w najbliższej okolicy (7%). Nieco rzadziej ankietowali zetknęli się z agresją w restauracji, kawiarni, na dyskotecce (5%), w środkach komunikacji – pociągu, autobusie, taksówce (5%) lub w innych miejscach (4%)¹².

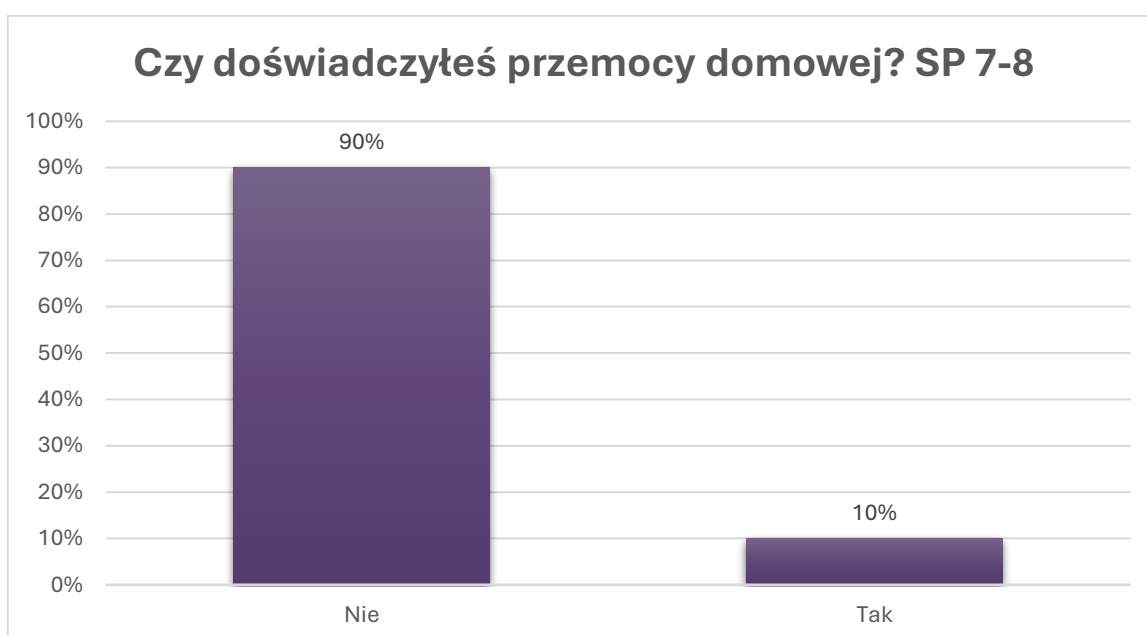
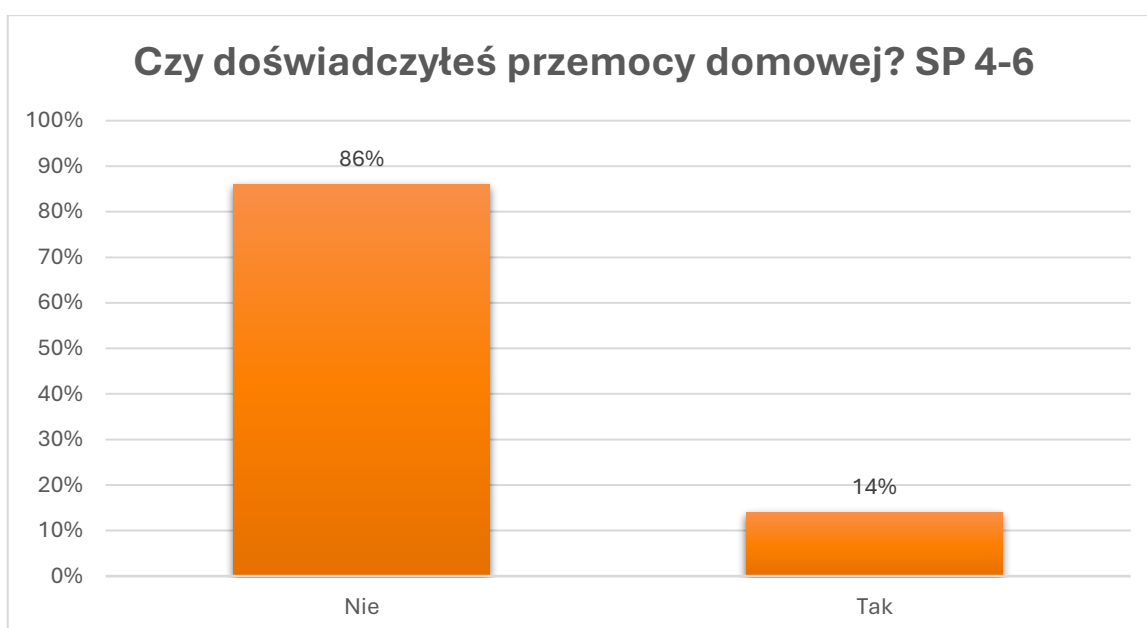
Od dnia 22 czerwca 2023 r. w ustawie z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej, obowiązuje nowa i rozbudowana w stosunku do poprzedniej definicja legalna przemocy domowej, przez którą rozumie się: „jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby doznającej przemocy domowej, w szczególności:

- a) *narażające tę osobę na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia lub mienia*

¹² CBOS, *Komunikat z badań: Przemoc i konflikty w domu*, Warszawa, kwiecień 2019

- b) naruszające jej godność, nietykalność cielesną lub wolność, w tym seksualną
- c) powodujące szkody na jej zdrowiu fizycznym lub psychicznym, wywołujące u tej osoby cierpienie lub krzywdę
- d) ograniczające lub pozbawiające tę osobę dostępu do środków finansowych lub możliwości podjęcia pracy lub uzyskania samodzielności finansowej
- e) istotnie naruszające prywatność tej osoby lub wzbudzające u niej poczucie zagrożenia, poniżenia lub udręczenia, w tym podejmowane za pomocą środków komunikacji elektronicznej” (art. 2 ust. 1 pkt 1).

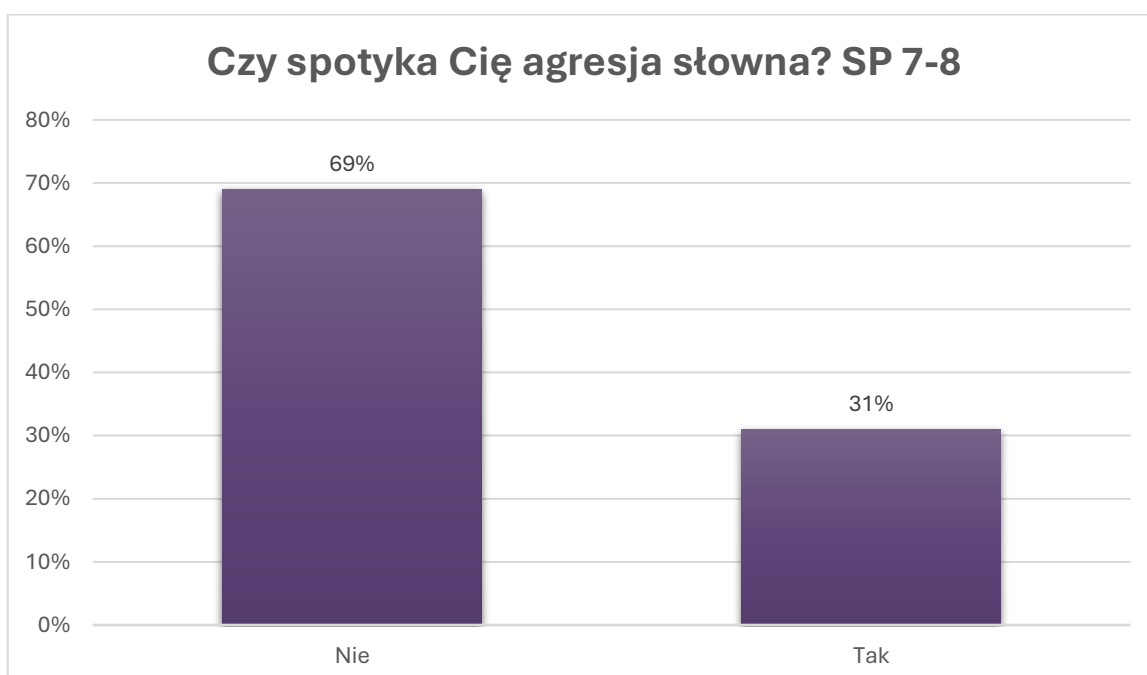
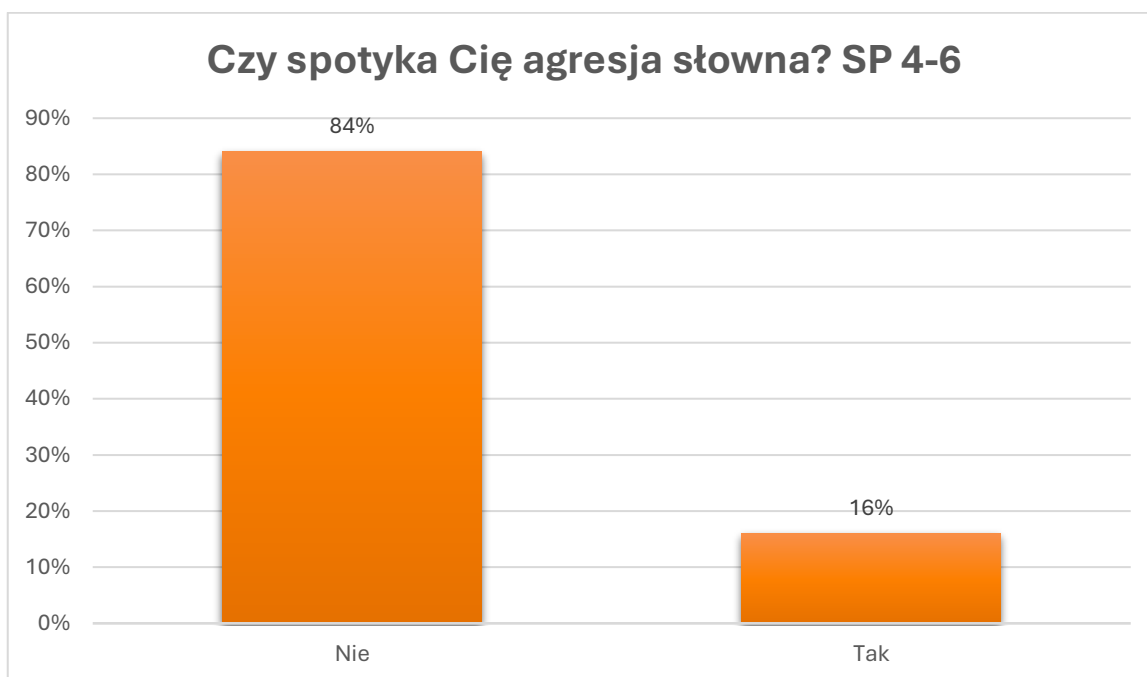
14% uczniów klas 4-6 oraz 10% uczniów klas SP 7-8 w Gminie Panki doświadczyło przemocy domowej.



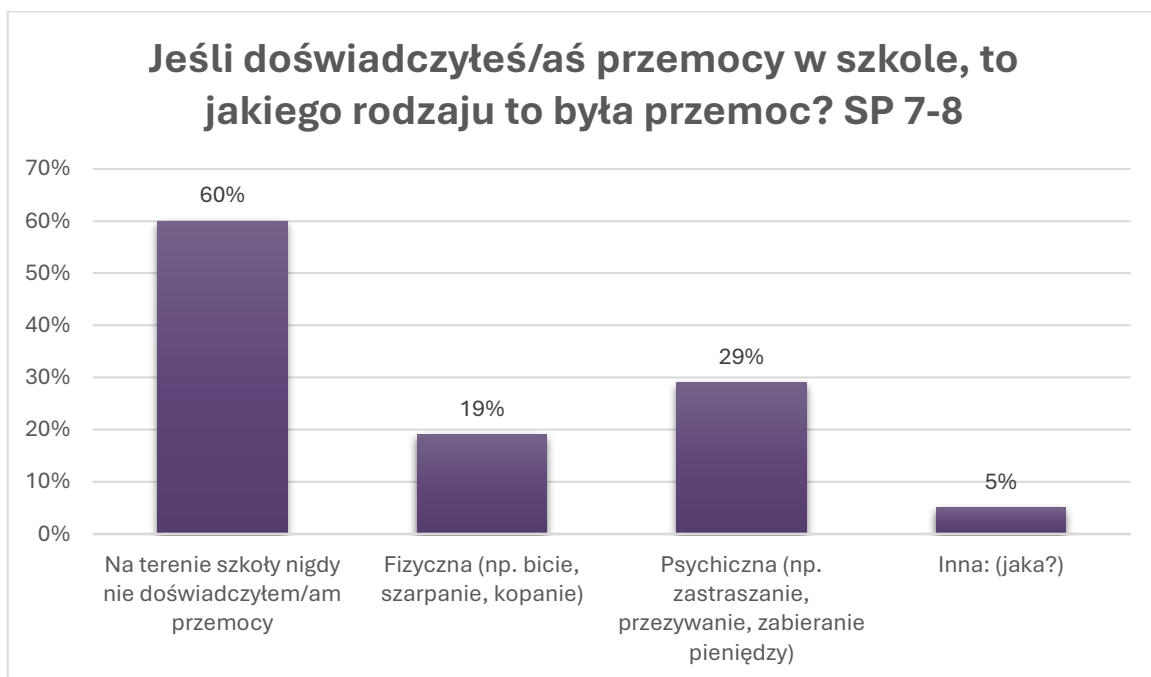
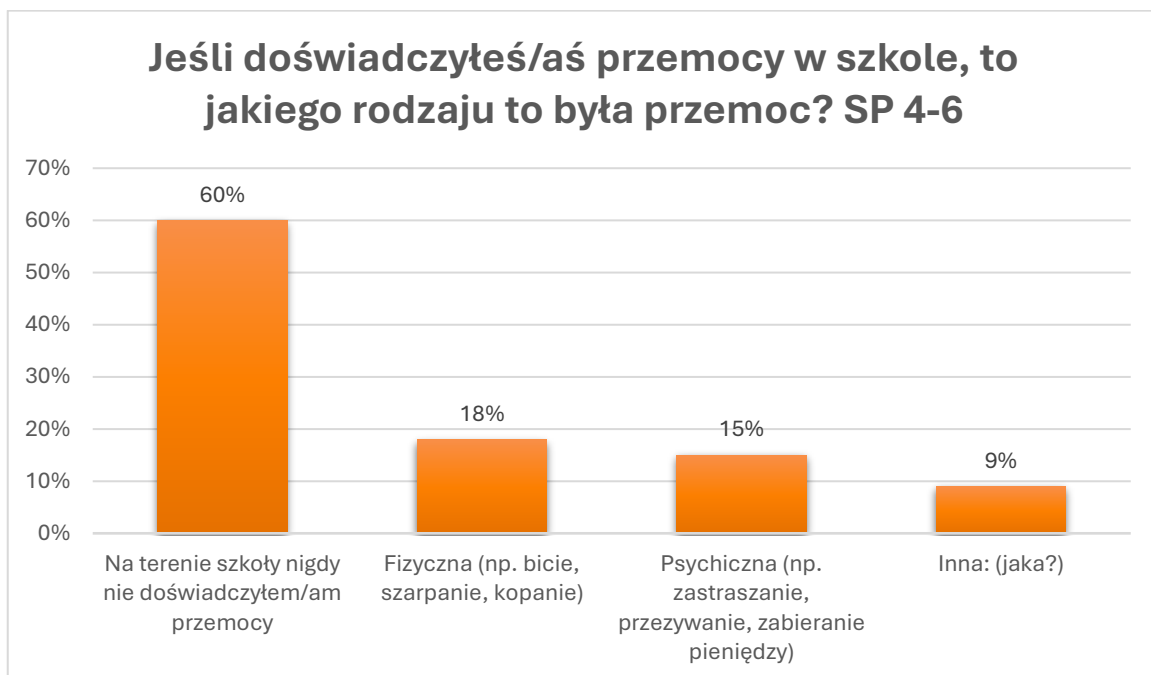
Przemoc rówieśnicza

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 szkole pozwalają przyjrzeć się dokładniej nasileniu zjawiska agresji w środowisku szkolnym.

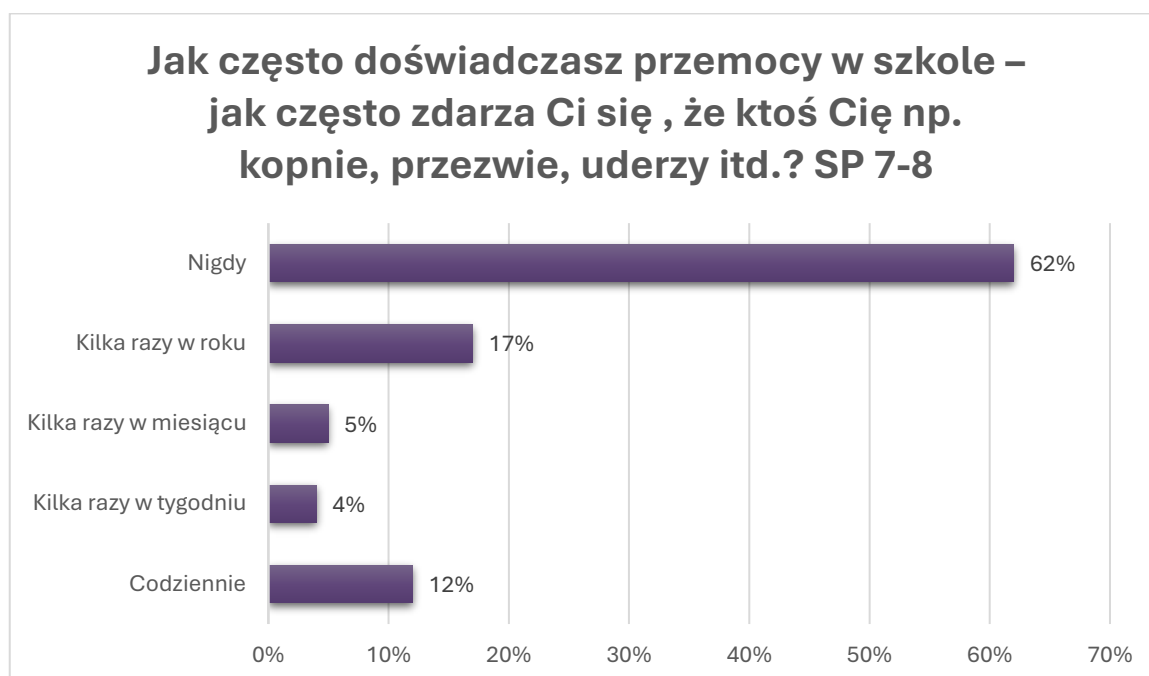
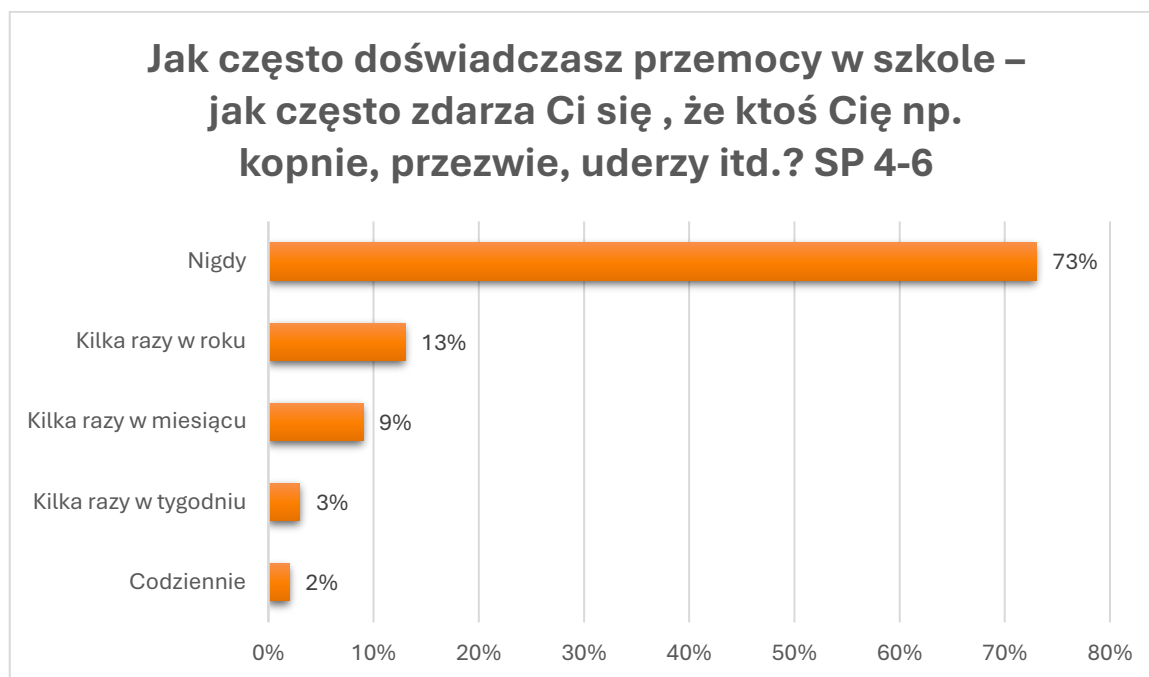
16% uczniów klas 4-6 i 31% uczniów klas SP 7-8 spotyka agresja słowna.



Jeżeli chodzi o rodzaj doświadczanej przemocy przez uczniów respondenci wskazali, że spotyka ich zarówno przemoc psychiczna (SP 4-6 – 15%; SP 7-8 – 29%) oraz przemoc fizyczna (SP 4-6 – 18%; SP 7-8 – 19%). Zaznaczając „inne”, uczniowie nie podali przykładów.



Zapytano uczniów także o doświadczenie przemocy w szkole. Według wyników badań 73% uczniów klas 4-6 i 62% uczniów klas SP 7-8 nigdy jej nie doświadczyło. Jednakże są uczniowie, którzy doświadczają przemocy w szkole codziennie (SP 4-6 – 2%; SP 7-8 – 12%) kilka razy w tygodniu (SP 4-6 – 3%; SP 7-8 – 4%) kilka razy w miesiącu (SP 4-6 – 9%; SP 7-8 – 5%), kilka razy w roku (SP 4-6 – 13%; SP 7-8 – 17%).



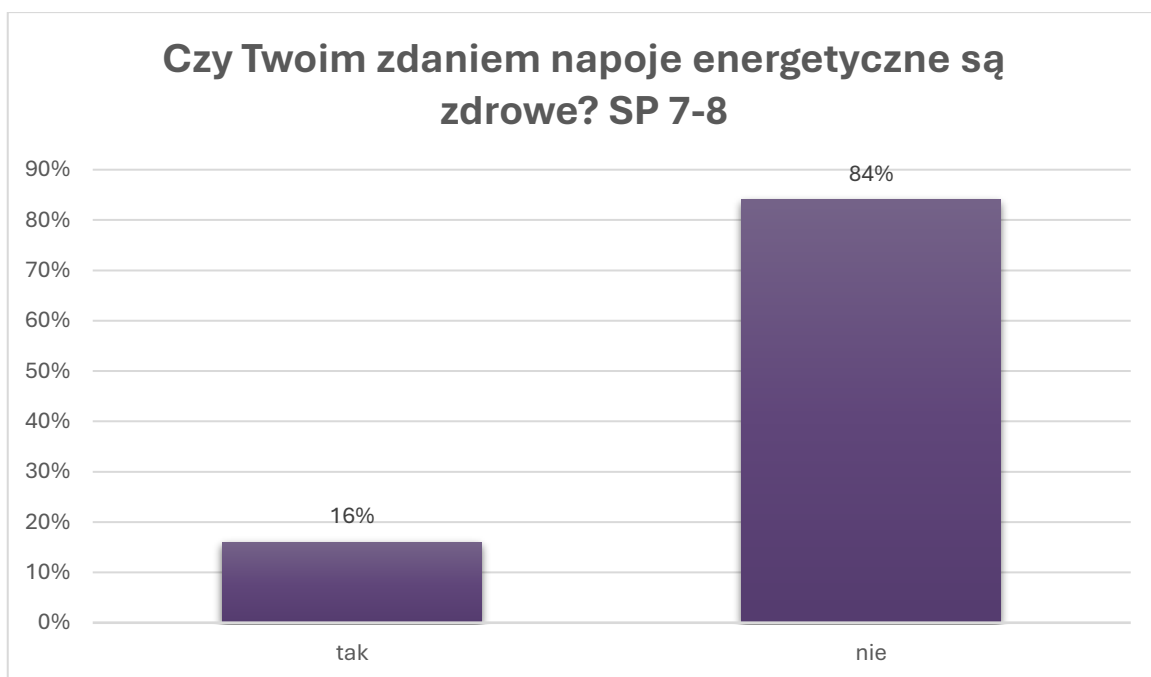
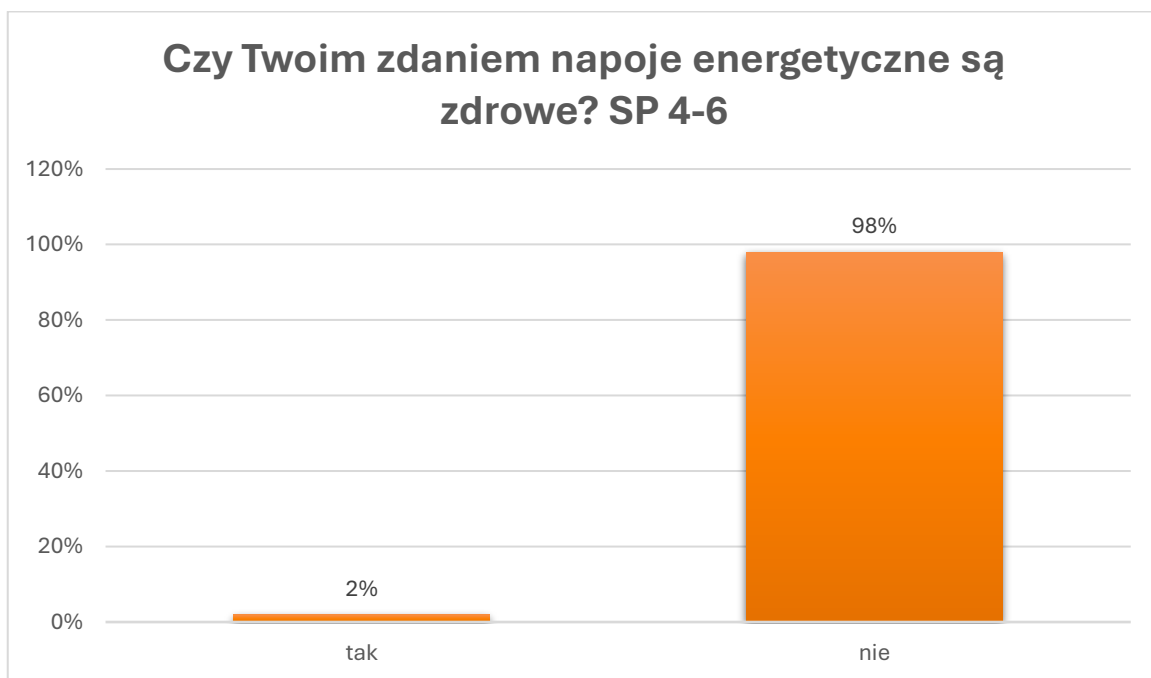
Napoje energetyczne

W Polsce od 1 stycznia 2024 roku obowiązuje zakaz sprzedaży napojów energetycznych osobom poniżej 18. roku życia. Został on wprowadzony na mocy ustawy o zdrowiu publicznym, która została znowelizowana w 2023 roku. Zakaz dotyczy zarówno sprzedaży napojów energetycznych w sklepach, jak i podawania ich w placówkach oświatowych i gastronomicznych. Ponadto zabrania się reklamy napojów energetycznych skierowanej do dzieci i młodzieży. Głównym celem tej regulacji jest ochrona młodzieży przed negatywnymi konsekwencjami zdrowotnymi wynikającymi z nadmiernej konsumpcji tego typu napojów.

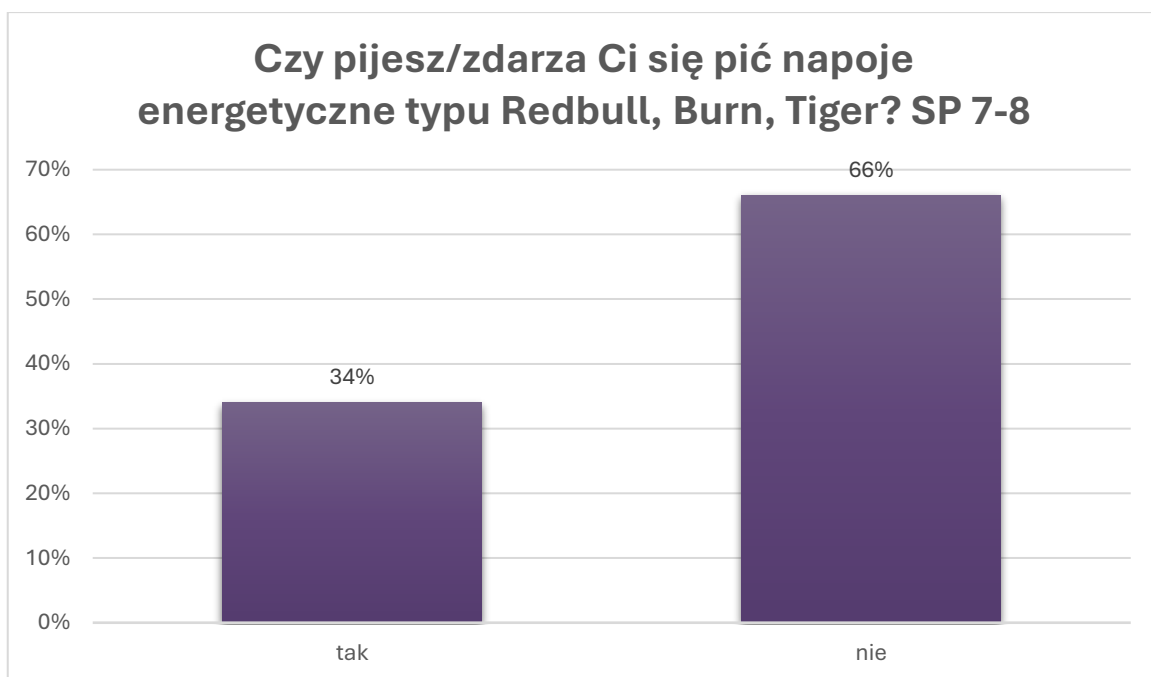
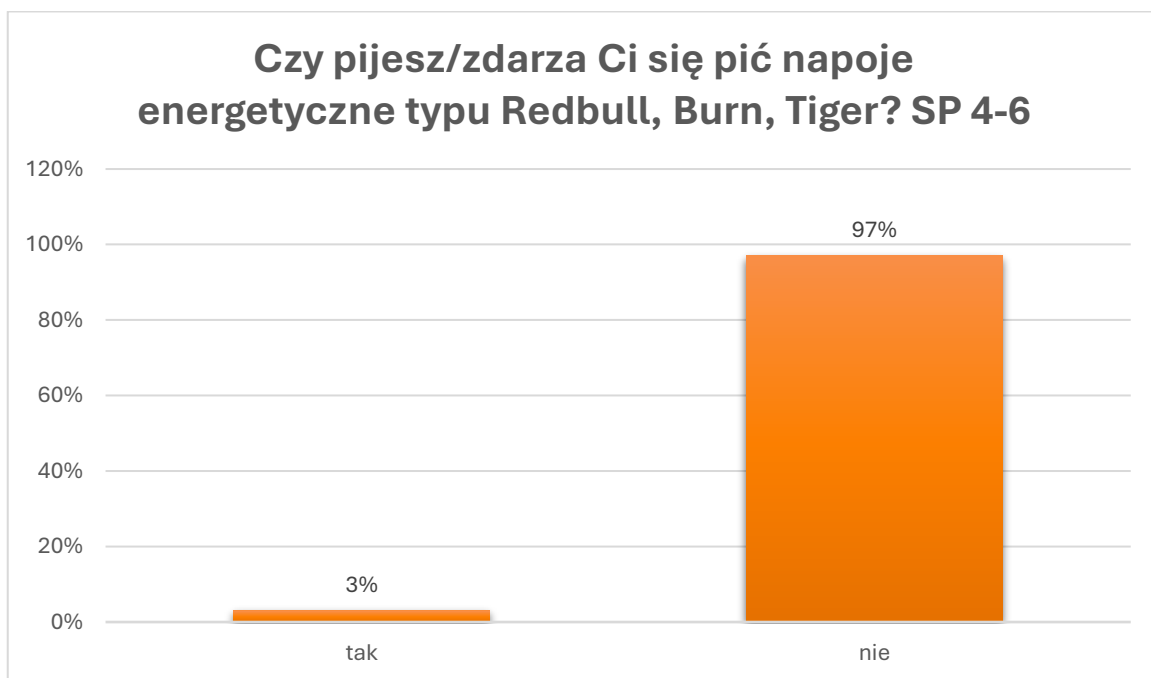
Konsekwencje spożywania napojów energetycznych przez dzieci i młodzież:

- Zaburzenia snu – Wysoka zawartość kofeiny może prowadzić do trudności z zasypianiem i bezsenności, co wpływa negatywnie na regenerację organizmu oraz funkcje poznawcze.
- Zaburzenia pracy serca – Napoje energetyczne, szczególnie w dużych ilościach, mogą powodować tachykardię (przyspieszone tętno), wzrost ciśnienia krwi oraz zaburzenia rytmu serca, co stanowi poważne zagrożenie dla młodego organizmu.
- Wzrost poziomu lęku i niepokoju – Wysokie dawki kofeiny mogą nasilać uczucie lęku, prowadzić do nadmiernej nerwowości i problemów z koncentracją. Młodzież jest bardziej podatna na te negatywne efekty ze względu na rozwijający się układ nerwowy.
- Uzależnienie – Regularne spożywanie napojów energetycznych może prowadzić do uzależnienia od kofeiny, co objawia się koniecznością zwiększania ilości spożywanego napoju, aby osiągnąć pożądaną efekt. Objawem odstawienia mogą być bóle głowy, drażliwość oraz spadek energii.
- Nadwaga i otyłość – Wysoka zawartość cukru w napojach energetycznych może przyczyniać się do nadmiernego przyrostu masy ciała oraz zwiększa ryzyko wystąpienia cukrzycy typu 2, szczególnie w przypadku regularnego spożywania napojów o wysokiej kaloryczności.
- Problemy z koncentracją i nadpobudliwość – Nadmierne spożycie napojów energetycznych może prowadzić do zaburzeń koncentracji oraz nadmiernej pobudliwości, co może negatywnie wpływać na wyniki w nauce oraz funkcjonowanie w szkole.
- Ryzyko przedawkowania kofeiny – Wysoka zawartość kofeiny w napojach energetycznych, w połączeniu z innymi produktami zawierającymi kofeinę (jak kawa czy herbata), może prowadzić do przedawkowania, objawiającego się nudnościami, zawrotami głowy, a w skrajnych przypadkach – drgawkami czy omdleniami.

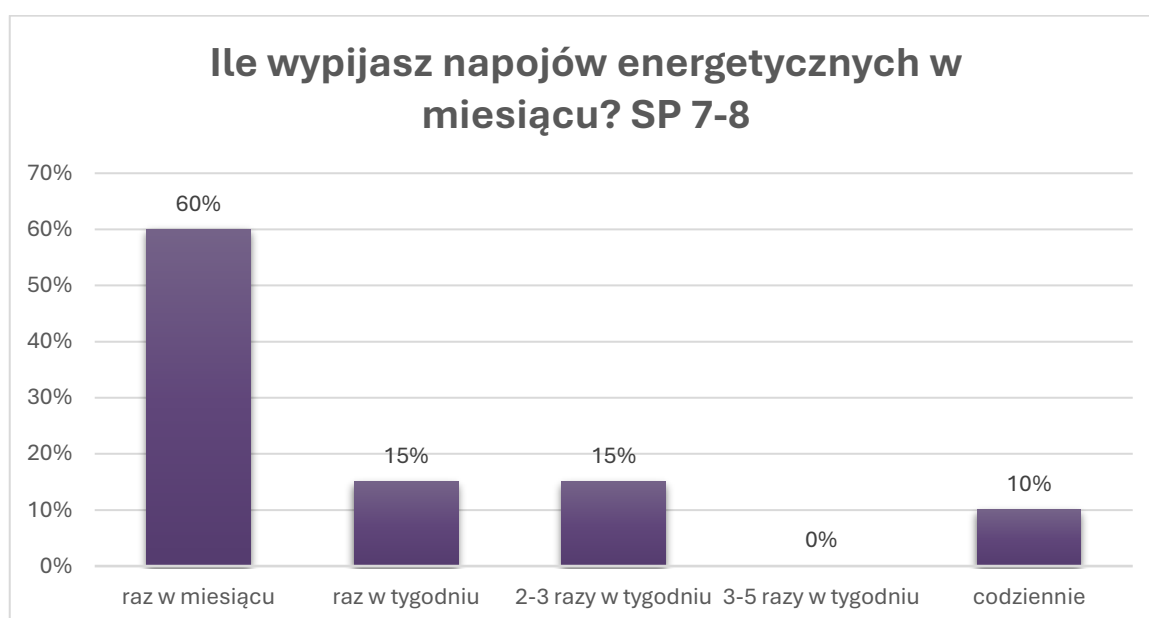
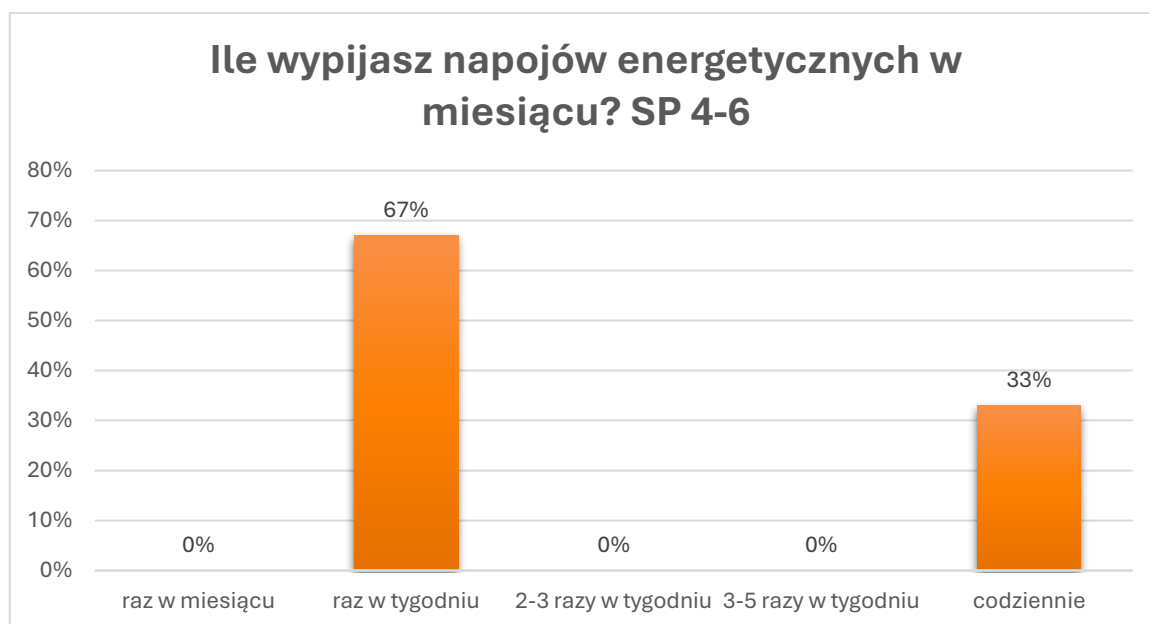
2% uczniów klas 4-6 oraz 16% uczniów klas SP 7-8 uważa, że napoje energetyczne są zdrowe.



3% uczniów klas 4-6 i 34% uczniów klas SP 7-8 deklaruje, że zdarza się im pić napoje energetyczne.



60% starszych uczniów zadeklarowało, że pije napoje energetyczne raz w miesiącu, są uczniowie, którzy robią to raz w tygodniu (SP 4-6 – 67%; SP 7-8 – 15%), 2-3 razy w tygodniu (SP 7-8 – 15%) oraz codziennie (SP 4-6 – 33%; SP 7-8 – 10%).



Czas wolny

Czas wolny jest okresem, w którym dzieci i młodzież mogą realizować swoje zainteresowania i aktywności niezwiązane z obowiązkami szkolnymi. Jest to przestrzeń do wypoczynku, zabawy, rozwijania hobby oraz budowania relacji społecznych.

Dzieci i młodzież często spędzają czas wolny samodzielnie, korzystając z technologii (smartfony, komputery, gry komputerowe). W tej formie mogą rozwijać pasje, takie jak czytanie, rysowanie, programowanie, ale też mogą nadużywać czasu spędzanego online.

Czas spędzany z rodziną, np. podczas wspólnych posiłków, wycieczek, gier planszowych, jest istotny dla budowania więzi rodzinnych, wspierania poczucia

bezpieczeństwa i emocjonalnego rozwoju dziecka. Jednak może być tak, że część młodzieży, zwłaszcza starszej, spędza coraz mniej czasu z rodzicami na rzecz kontaktów z rówieśnikami.

Znajomi ze szkoły to ważna część życia społecznego dzieci i młodzieży. Wspólne spędzanie czasu wolnego z rówieśnikami (na przykład po szkole, w weekendy) umożliwia nawiązywanie bliskich relacji, wzmacnia poczucie przynależności oraz rozwija umiejętności społeczne. W tym kontekście spotkania często odbywają się w formie wspólnej zabawy, wyjść na miasto czy korzystania z rozrywek elektronicznych, np. gier online.

Dzieci i młodzież mogą również spędzać czas z osobami z innych środowisk (np. spoza szkoły, z klubów zainteresowań, kursów). Dzięki temu rozwijają zdolności adaptacyjne i interpersonalne oraz poszerzają krąg znajomości. Ta forma czasu wolnego umożliwia poznanie innych perspektyw i poglądów, co wspiera rozwój społeczny.

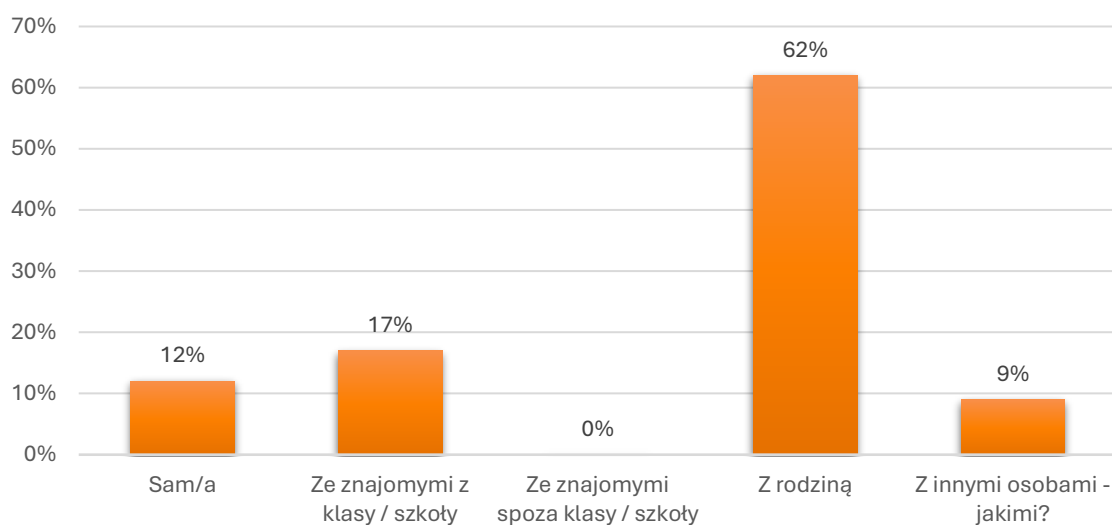
Zajęcia dodatkowe, takie jak kursy sportowe, artystyczne, językowe, mogą być sposobem na rozwijanie pasji i talentów. Spotkania z instruktorami, trenerami oraz uczestnikami zajęć wzbogacają doświadczenia społeczne i rozwijają umiejętności pracy w grupie.

Czas wolny jest nieodzownym elementem rozwoju dzieci i młodzieży, który przy odpowiednim zarządzaniu może przynieść wiele korzyści. Jednak nadmierne korzystanie z technologii czy brak aktywności fizycznej stanowi ryzyko dla zdrowia i rozwoju psychospołecznego.

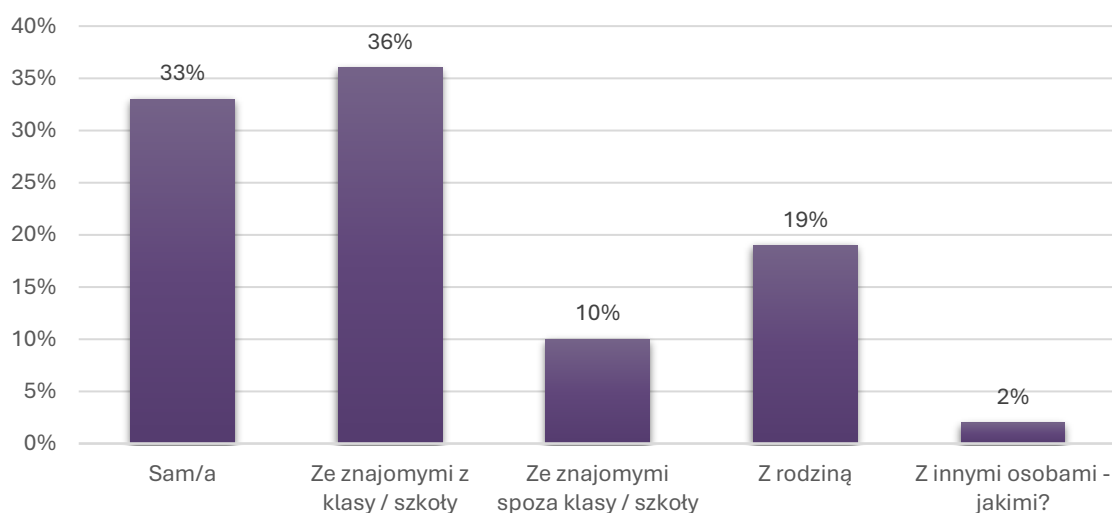
W klasach 4-6 największa część uczniów (62%) spędza czas wolny z rodziną, natomiast 17% wybiera znajomych z klasy lub szkoły. 12% spędza czas samotnie.

Uczniowie klas SP 7-8 spędzają czas wolny samotnie (33%) lub z osobami ze szkoły i klasy (36%). 10% respondentów wskazało, że spędza wolny czas ze znajomymi spoza klasy lub szkoły. Z rodziną czas wolny spędza 19% badanych uczniów. Stosunkowo niski odsetek wskazań na czas spędzany z rodziną może świadczyć o rosnącej potrzebie samodzielności i niezależności wśród uczniów starszych klas szkoły podstawowej.

Z kim najczęściej spędzasz czas wolny? SP 4-6



Z kim najczęściej spędzasz czas wolny? SP 7-8



PODSUMOWANIE I WNIOSKI

Wnioski z badań dotyczących mieszkańców Gminy Panki

- Mieszkańcy Gminy Panki w badaniu jako najbardziej istotny problem społeczny najczęściej wskazywali uzależnienie od alkoholu, które uzyskało aż 77% wskazań. Następnie wskazano na uzależnienie od papierosów – 75% wskazań, na kolejnym miejscu są: uzależnienie od alkoholu – 81% oraz zanieczyszczenie powietrza – 67%.
- 52% wskazało, że inicjacja alkoholowa miała miejsce pomiędzy 16 a 18 rokiem życia, 27% powyżej 18 roku życia. 15% przyznaje, że pierwszy raz pili alkohol w wieku pomiędzy 13 a 15 rokiem życia, a 3% poniżej 12 roku życia. 3% nigdy nie próbowało alkoholu.
- Do picia alkoholu kilka razy w miesiącu przyznało się – 28% badanych, kilka razy w roku – 26%, raz w tygodniu – 13%, kilka razy w tygodniu – 11%, prawie codziennie – 1%. 21% w ogóle nie pije alkoholu.
- Badani zaznaczali najczęściej, że spożywają jednorazowo 1-2 porcje alkoholu – 44%, 3-4 porcje alkoholu – 24%, 5-6 porcji alkoholu – 2%, 7,8 lub 9 porcji – 1%. 29% nie pije alkoholu.
- 70% badanych nie wie, gdzie może zgłosić się po pomoc osoba uzależniona od alkoholu.
- Następnie ankietowani zostali poproszeni o wskazanie, w jakim stopniu zgadzają się z określonymi stwierdzeniami. Pierwsze ze stwierdzeń dotyczyło mitu, jakoby alkohol zawarty w piwie jest mniej groźny niż ten zawarty w wódce. Łącznie 77% badanych zaznaczyło, iż nie zgadza się z powyższym stwierdzeniem. Kolejne stwierdzenie badające postawy względem alkoholu dotyczyło dostępności i kontroli sprzedaży alkoholu. 69% badanych mieszkańców zgadza się ze stwierdzeniem, że „dostęp do alkoholu powinien być ograniczony lub kontrolowany”. 72% respondentów ocenia osoby pijące alkohol, jako zagrażające lub raczej zagrażające bezpieczeństwu w środowisku lokalnym. 64% badanych uważa, że osoby nieletnie nie mają łatwości w zakupie alkoholu w lokalnych sklepach. 97% respondentów uważa, że kobiety w ciąży nie mogą pić bezpiecznie nawet niewielkich ilości alkoholu, a także, że prowadzenie samochodu po spożyciu alkoholu jest zabronione – 95%. Kolejno, 87% ankietowanych jest zdania, że picie alkoholu nie pomaga w trudnych sytuacjach życiowych.
- Zapytano mieszkańców również o ich zdanie na temat ilości sklepów i lokali, w których można kupić alkohol. 51% badanych mieszkańców uważa, że jest ich za dużo, 3% twierdzi, że jest ich za mało oraz 46% wskazuje na ich odpowiednią ilość.

- 15% respondentów pali regularnie papierosy, 3% pali regularnie e-papierosy, a 15% pali okazjonalnie papierosy i e-papierosy. 67% nie pali w ogóle papierosów.
- Jeżeli chodzi o wiek inicjacji nikotynowej, to 18% wskazało, że inicjacja nikotynowa miała miejsce, gdy byli już pełnoletni. 24% respondentów przyznało, że pierwszy raz zapalili papierosa w wieku pomiędzy 13 a 15 rokiem życia oraz 35% badanych pomiędzy 16 a 18 rokiem życia, 1% pomiędzy 9 a 12 rokiem życia. 22% nigdy nie próbowało.
- 42% mieszkańców Gminy Panki twierdzi, że nie ma w swoim otoczeniu osób, które przyjmują narkotyki lub dopalacze. 15% zna jedną osobę, 32% twierdzi, że zna od 2 do 5 osób przyjmujących substancje odurzające, 5% zna od 6 do 10 osób oraz 6% zna ponad 10 osób.
- 32% badanych wskazuje najczęściej na marihuanę, haszysz, 10% na amfetaminę, 14% na dopalacze, 15% na leki używane w celu odurzenia. 34% nie wie, jakie substancje przyjmują takie osoby oraz 31% nie słyszało o osobach, które przyjmowałyby substancje odurzające.
- 99% respondentów wskazało, że nie wie, gdzie może nabyć substancje psychoaktywne takie, jak narkotyki czy dopalacze.
- Zapytano zatem badanych o to, czy kiedykolwiek grali w gry internetowe, w których można wygrać pieniądze (np. poker). 93% wskazało, że nie grało nigdy w tego rodzaju gry.
- Z 1% respondentów deklarujących granie w gry na pieniądze, 50% przyznaje, że jest to rozrywka, sposób „na nudę” oraz 33% ma przeczucie, że czeka go wysoka wygrana.
- 94% badanych mieszkańców twierdzi, że można się uzależnić od gier na pieniądze.
- mieszkańcy Gminy Panki za najbardziej powszechne problemy społeczne uznają nikotynizm (77%), alkoholizm (67%) oraz sieciologizm (62%) – to właśnie te uzależnienia najczęściej określano jako bardzo lub dość powszechne.
- 84% dostrzega potrzeby realizacji działań z zakresu profilaktyki uzależnień.
- Mieszkańcy stwierdzili, że najbardziej potrzebne działania to wsparcie psychologiczne dla rodzin – 36%, warsztaty profilaktyczne dla uczniów – 23%, otwarte konsultacje z terapeutą uzależnień – 21% oraz ogólnospołeczne kampanie profilaktyczne – 16%.
- Na podstawie wyników badań można zauważyć, że 22% respondentów potwierdza obecność osób doświadczających przemocy domowej w swoim otoczeniu. Kolejne 34% badanych ma pewne podejrzenia, choć nie posiada jednoznacznej pewności co do występowania takich sytuacji. Natomiast 44% ankietowanych nie zetknęło się z tym problemem, co wskazuje na duże zróżnicowanie doświadczeń i świadomości w tym zakresie.

- 37% respondentów przyznało, że zdarza im się regulować emocje poprzez jedzenie, natomiast 63% odpowiedziało przecząco. Wskazuje to na obecność mechanizmu „zajadania stresu”, co może być sygnałem do działań profilaktycznych w zakresie zdrowia psychicznego i żywieniowego.
- 26% badanych przyznało, że zdarza im się doświadczać kompulsywnego objadania się czy natrętnych myśli o jedzeniu, co może wskazywać na ryzyko rozwijania się zaburzeń odżywiania lub problemów emocjonalnych związanych z jedzeniem. 74% respondentów nie zauważa u siebie tego typu zachowań.

Wnioski z badań dotyczących pracowników instytucjonalnych w Gminie Panki

- Analiza wyników wskazuje, że w lokalnym środowisku najpoważniejszym problemem społecznym jest nadużywanie alkoholu przez dorosłych, które aż 75% respondentów uznało za bardzo istotne. Istotnym wyzwaniem pozostaje także spożywanie alkoholu przez młodzież oraz niewystarczająca świadomość zagrożeń związanych z uzależnieniami, co może sprzyjać utrwalaniu negatywnych wzorców. Wysoko oceniono również znaczenie problemu zażywania leków na receptę w celach niemedycznych, co wskazuje na rosnące zagrożenie tzw. cichych uzależnień. Nadużywanie substancji psychoaktywnych przez młodzież oraz uzależnienia behawioralne, zwłaszcza od Internetu, zostały uznane za średnio istotne, jednak wymagają dalszego monitorowania i działań profilaktycznych. Brak dostępu do terapii uzależnień oceniono jako istotną barierę w skutecznym rozwiązywaniu problemów osób potrzebujących pomocy. Z kolei uzależnienia i przemoc domowa powiązana z nadużywaniem substancji ocenione zostały jako umiarkowanie istotne, co może sugerować częściową skuteczność działań interwencyjnych. Ogólnie wyniki pokazują, że problematyka uzależnień – zwłaszcza alkoholowych – pozostaje jednym z kluczowych wyzwań dla społeczności lokalnej i wymaga dalszego wsparcia w zakresie profilaktyki, terapii i edukacji społecznej.
- Zdecydowana większość respondentów (100%) wskazała, że najbardziej istotnym zadaniem Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych jest motywowanie osób uzależnionych do podjęcia leczenia. Następnie znalazło się: kontrola świadczeń o rocznej sprzedaży alkoholu – 75%, podejmowanie działań zgodnych z rekomendacjami KCPU – 50%, procedura kierowania na leczenie odwykowe – 50% oraz właściwe wydatkowanie środków GKRPA – również 25%.
- Wyniki dotyczące oceny skuteczności współpracy między Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (GKRPA) a Zespołem Interdyscyplinarnym (ZI) w zakresie

przeciwdziałania uzależnieniom i przemocy domowej wskazują na bardzo skuteczny odbiór tej współpracy – 25% respondentów ją tak oceniło. 75% ankietowanych wskazało je jako skuteczny.

- Aby zwiększyć skuteczność współpracy między Zespołem Interdyscyplinarnym (ZI) a Gminną Komisją Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (GKRPA), respondenci najczęściej wskazywali na regularne spotkania i wymianę informacji (75%) oraz na organizację wspólnych szkoleń (75%). Następnie wskazali: potrzebę realizowania wspólnych projektów i programów profilaktycznych (50%), ustalenie wspólnych celów i strategii działania (25%) oraz zwiększenie zaangażowania społeczności lokalnej (25%).
- Główne bariery utrudniające skuteczną realizację działań GKRPA i Zespołu Interdyscyplinarnego w Gminie Panki dotyczą przede wszystkim: 75% respondentów wskazało na niską świadomość społeczną dotyczącą problemu uzależnień i przemocy jako kluczową przeszkodę oraz niedobór specjalistów, takich jak terapeuci i psychologowie – wskazany przez 75% badanych. Następnie wybrano brak wystarczających środków finansowych (50%), niewystarczającą współpracę między instytucjami (25%) oraz brak odpowiednich programów edukacyjnych (25%).
- 50% respondentów uważa, że władze gminy są dobrze poinformowane o potrzebach Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (GKRPA) oraz Zespołu Interdyscyplinarnego (ZI) i aktywnie wspierają podejmowane działania. 50% respondentów wskazuje, że władze są poinformowane, ale ich wsparcie jest ograniczone. Nikt nie wskazał na brak wsparcia ze strony władz ani na brak poinformowania o potrzebach GKRPA i ZI.
- Respondenci wskazali, że najważniejszymi działaniami, które powinny zostać wdrożone przez GKRPA i Zespół Interdyscyplinarny są kampanie społeczne, których celem miałyby być zwiększanie świadomości na temat skutków uzależnień – wskazało je 50% badanych. Po 75% respondentów uznało, że skutecznym rozwiązaniem będą: konsultacje i wsparcie psychologiczne dla rodzin oraz programy edukacyjne w szkołach. 25% wskazań dotyczy: współpracy z lokalnymi instytucjami zdrowia i pomocy społecznej oraz szkoleń i warsztatów dla dorosłych mieszkańców.

Wnioski z badań dotyczących uczniów z Gminy Panki

- Uczniowie w Gminie Panki deklarują w zdecydowanej większości bardzo dobre relacje z opiekunami: SP 4-6 – 97%; SP 7-8 – 95%.
- uczniowie w Gminie Panki mają bardzo dobre i dobre relacje z nauczycielami: SP 4-6 – 80%; SP 7-8 – 57%.
- uczniowie z Gminy Panki relacje z rówieśnikami oceniają w większości bardzo dobrze lub dobrze: SP 4-6 – 94%; SP 7-8 – 91%.

Alkohol:

- 1% uczniów klas 4-6 oraz 12% uczniów klas SP 7-8 przyznało, że ich rówieśnicy piją alkohol.
- Następnie badanych zapytano o to, w jakich miejscach ich koledzy/ koleżanki spożywają alkohol. Uczniowie najczęściej wskazywali na świeże powietrze (SP 7-8 – 29%), dyskoteki i imprezy (SP 7-8 – 43%), dom (SP 7-8 – 14%) oraz podczas wycieczek szkolnych (SP 7-8 – 14%). 100% młodszych uczniów oraz 57% starszych uczniów nie wie.
- Jeżeli chodzi o przyczyny, z jakich ich rówieśnicy sięgają po alkohol badani uczniowie wskazywali zazwyczaj na chęć zaimponowania innym (SP 7-8 – 43%), a także dla lepszej zabawy, wyluzowania (SP 7-8 – 29%), a także żeby zapomnieć o kłopotach (SP 4-6 – 100%; SP 7-8 – 14%).
- Do spożywania alkoholu rzadziej niż raz w miesiącu przyznaje się 2% uczniów klas SP 7-8. 2% uczniów SP 7-8 spożywa alkohol co najmniej raz w tygodniu. 100% klas uczniów klas 4-6 oraz 96% uczniów klas SP 7-8 nigdy nie spożywa alkoholu.
- Uczniowie najczęściej sięgają po szampana – 100% uczniów klas 7-8. Po 50% odpowiedzi uzyskały: wino, alkopopy, likier i nalewkę, wódkę oraz piwo.
- Istotnym zagadnieniem jest wiek inicjacji alkoholowej. 50% uczniów klas SP 7-8 pierwszy raz spożyło alkohol w wieku poniżej 8 lat oraz 50% uczniów klas SP 7-8 spróbowało alkoholu pomiędzy 11. a 13. rokiem życia.
- Oprócz częstotliwości spożywania alkoholu oraz wieku inicjacji alkoholowej ważne jest także to, z jakich powodów młodzi ludzie sięgają po alkohol. Wśród młodzieży klas 7-8 najczęściej wskazywano chęć lepszej zabawy (50%), z nudy (50%), aby zmniejszyć objawy kaca (50%) oraz dlatego, że lubią jego smak (50%). 100% starszych uczniów wskazuje na „inne”.

- Według 40% uczniów klas 4-6 oraz 52% uczniów klas SP 7-8 każdy może uzależnić się od alkoholu. 7% uczniów klas 4-6 oraz 5% uczniów klas SP 7-8 uważa, że w ich miejscowości są miejsca, gdzie osoba niepełnoletnia może kupić alkohol bez problemu.

Papierosy:

- Znaczny odsetek uczniów wskazał, że ich rówieśnicy palą papierosy lub e-papierosy: SP 4-6 – 5%, SP 7-8 – 38%. Jednakże 15% uczniów klas 4-6 oraz 43% uczniów klas SP 7-8 zaznaczyło, że nie wie czy osoby w ich wieku palą papierosy lub e-papierosy.
- 3% uczniów klas 4-6 oraz 2% uczniów klas SP 7-8 spróbowało tylko raz. 2% starszych uczniów pali regularnie. 97% uczniów klas 4-6 oraz 96% uczniów klas SP 7-8 nie pali.
- 50% uczniów klas SP 7-8 w ciągu ostatnich 30 dni paliło najczęściej więcej niż 20 papierosów dziennie. 33% uczniów klas 4-6 paliło mniej niż 1 papieros na tydzień. 67% młodszych uczniów oraz 50% starszych uczniów deklaruje, że ich to nie dotyczy.
- Zapytano uczniów o powody palenia papierosów lub e-papierosów. Wśród uczniów klas 4-6, którzy wzięli udział w badaniu, 34% wskazało, że pytanie ich nie dotyczy, co oznacza, że nie mieli doświadczeń z paleniem e-papierosów lub papierosów oraz 33% podało inne powody oraz 33% respondentów wskazało chęć spróbowania czegoś nowego. Wśród uczniów klas SP 7-8, 100% respondentów wskazało odpowiedź „inne”.

Narkotyki:

- Wyniki badań wskazują, że niektórzy uczniowie mogą przejawiać problemy związane z przyjmowaniem narkotyków: 9% uczniów klas SP 7-8 wskazuje, że ich rówieśnicy mają kontakt z narkotykami albo z dopalaczami. 24% uczniów klas 4-6 oraz 55% uczniów klas SP 7-8 nie wie.
- 5% uczniów klas SP 4-6 oraz 3% uczniów klas SP 7-8 przyznało, że sami próbowali już narkotyków lub dopalaczy.
- Następnie zapytano uczniów o miejsca, w których zdarzyło im się zażywać narkotyków lub dopalaczy. To pytanie dotyczyło osób, które zadeklarowały spożywanie narkotyków lub dopalaczy. Wśród uczniów SP 4-6 najczęściej wskazywano, że to pytanie ich nie dotyczy – 100%, mimo że 5% uczniów zadeklarowało spożywanie narkotyków lub dopalaczy. Uczniowie klas 7-8 wskazali: teren szkoły, dom, sklep, szkolne wycieczki, bar, klub, a także inne miejsca – każde z powyższych miało po 50% zaznaczeń.
- Następnie uczniów poproszono o wskazanie źródła, z którego mogliby pozyskać substancje odurzające. Wśród uczniów klas 4-6 wszyscy (100%) odpowiedzieli, że pytanie ich nie dotyczy. Natomiast w grupie uczniów klas 7-8 szkoły podstawowej

połowa (50%) wskazała, że substancję zakupiła od osoby poznanej „ze słyszenia”, której nie znali osobiście, a pozostałe 50% uznało, że pytanie ich nie dotyczy.

- Badani w większości nie wiedzą, czy pozyskanie owych środków psychoaktywnych byłoby w ich otoczeniu łatwe, czy też trudne: SP 4-6 – 75%; SP 7-8 – 81%. Jednakże 3% młodszych oraz 5% starszych uczniów zaznaczyło, że byłoby to łatwe. Pozostali ankietowani odpowiedzieli, że pozyskanie narkotyków/ dopalaczy w ich środowisku lokalnym byłoby trudne: SP 4-6 – 22%; SP 7-8 – 14%.
- Zapytano uczniów o znajomość miejsc, w których można kupić narkotyki lub dopalacze w swojej miejscowości. Większość uczniów zadeklarowała, że nie zna takich miejsc (SP 4-6 – 89%; SP 7-8 – 88%). Nieliczni wskazywali na osiedla (SP 4-6 – 4%; SP 7-8 – 3%), szkołę i jej okolice (SP 7-8 – 7%), boiska sportowe (SP 7-8 – 2%), inne miejsca zakupu (SP 4-6 – 9%; SP 7-8 – 7%) oraz dyskoteki (SP 7-8 – 2%).

Uzależnienia behawioralne:

- Uczniowie za najbardziej popularne zjawisko występujące w ich otoczeniu wybrali: uzależnienie od Internetu (SP 4-6 – 34%; SP 7-8 – 55%) oraz uzależnienie od smartfona (SP 4-6 – 33%; SP 7-8 – 55%). Warto jest także wspomnieć o zakupoholizmie (SP 4-6 – 16%; SP 7-8 – 54%).
- zapytano uczniów o to, ile czasu dziennie korzystają z komputera. Badani wskazywali zazwyczaj, że spędzają w ten sposób do 2 godzin dziennie: SP 4-6 – 41%; SP 7-8 – 28%, czy też do 4 godzin dziennie: SP 4-6 – 11%; SP 7-8 – 28%. Znacznie niepokoją odsetki ankietowanych, którzy zaznaczyli, że spędzają przed komputerem powyżej 6 godzin dziennie: SP 4-6 – 4%; SP 7-8 – 7%. Do 6 godzin korzysta: SP 4-6 – 8%; SP 7-8 – 15%.
- 47% młodszych uczniów oraz 31% starszych uczniów deklaruje, że brak dostępu do Internetu nie miałby dla nich znaczenia. Aczkolwiek, spora część uczniów przyznaje, że odczułaby brak dostępu do Internetu: SP 4-6 – 53%; SP 7-8 – 69%.
- Jak wynika z przeprowadzonych badań, 43% młodszych uczniów oraz 47% starszych uczniów korzysta z telefonu od 2 do 3 godzin dziennie. Znaczny niepokój budzi fakt, iż 9% uczniów SP 4-6 oraz 19% uczniów SP 7-8 deklaruje, że korzysta z telefonu 4-5 godzin dziennie. 8% uczniów SP 4-6 oraz 22% uczniów SP 7-8 uczniów wskazuje, że korzysta z telefonu powyżej 5 godzin dziennie. Część uczniów spędza w ten sposób czas około godziny dziennie: SP 4-6 – 34%; SP 7-8 – 10%.
- Uczniów zapytano, na czym spędzają najwięcej czasu podczas korzystania z telefonu. Niewielka grupa zadeklarowała, że w ogóle nie używa telefonu (SP 4-6 – 8%). Najwięcej

uczniów wskazało na spędzanie czasu na czatach, portalach społecznościowych (SP 4-6 – 6%; SP 7-8 – 28%), następnie na słuchanie muzyki (SP 4-6 – 24%; SP 7-8 – 19%), oglądanie filmików i śmiesznych obrazków (SP 4-6 – 24%; SP 7-8 – 19%).

- Zapytano również młodzież o czas poświęcany na granie w gry komputerowe przez nich. 31% uczniów SP 4-6 oraz 25% uczniów SP 7-8 gra w gry komputerowe od 1 do 3 godzin dziennie. Znaczny niepokój budzi fakt, iż 23% młodszych uczniów oraz 13% starszych uczniów deklaruje, że gra w gry od 3 do 6 godzin dziennie oraz 8% uczniów SP 4-6 i 3% uczniów

SP 7-8 wskazuje, że gra w gry komputerowe powyżej 6 godzin dziennie. Część uczniów spędza w ten sposób czas około godziny dziennie: SP 4-6 – 10%; SP 7-8 – 38%.

- Zapytano także uczniów o różne sytuacje, które mogły ich spotkać w Internecie. 18% uczniów SP 4-6 oraz 47% uczniów SP 7-8 otrzymywało złośliwe komentarze, tzw. hejty. Uczniowie klas 4-6 (12%) i uczniowie klas SP 7-8 (36%) oraz zdarzyło się, że udostępniono ich prywatną rozmowę (SP 4-6 – 11%; SP 7-8 – 29%).

Hazard:

- Uczniowie w Gminie Panki w większości nie mają doświadczeń związanych z grami hazardowymi: SP 4-6 – 94%; SP 7-8 – 72%. Jednakże 6% młodszych uczniów oraz 28% starszych uczniów przyznało, że grało już w tego rodzaju gry.

Przemoc:

- 14% uczniów klas 4-6 oraz 10% uczniów klas SP 7-8 w Gminie Panki doświadczyło przemocy domowej.
- 16% uczniów klas 4-6 i 31% uczniów klas SP 7-8 spotyka agresja słowna.
- Jeżeli chodzi o rodzaj doświadczanej przemocy przez uczniów respondenci wskazali, że spotyka ich zarówno przemoc psychiczna (SP 4-6 – 15%; SP 7-8 – 29%) oraz przemoc fizyczna (SP 4-6 – 18%; SP 7-8 – 19%).
- Zapytano uczniów także o doświadczenie przemocy w szkole. Według wyników badań 73% uczniów klas 4-6 i 62% uczniów klas SP 7-8 nigdy jej nie doświadczyło. Jednakże są uczniowie, którzy doświadczają przemocy w szkole codziennie (SP 4-6 – 2%; SP 7-8 – 12%) kilka razy w tygodniu (SP 4-6 – 3%; SP 7-8 – 4%) kilka razy w miesiącu (SP 4-6 – 9%; SP 7-8 – 5%), kilka razy w roku (SP 4-6 – 13%; SP 7-8 – 17%).

Napoje energetyczne:

- 2% uczniów klas 4-6 oraz 16% uczniów klas SP 7-8 uważa, że napoje energetyczne są zdrowe.

- 3% uczniów klas 4-6 i 34% uczniów klas SP 7-8 deklaruje, że zdarza się im pić napoje energetyczne.
- 60% starszych uczniów zadeklarowało, że pije napoje energetyczne raz w miesiącu, są uczniowie, którzy robią to raz w tygodniu (SP 4-6 – 67%; SP 7-8 – 15%), 2-3 razy w tygodniu (SP 7-8 – 15%) oraz codziennie (SP 4-6 – 33%; SP 7-8 – 10%).

Czas wolny:

- W klasach 4-6 największa część uczniów (62%) spędza czas wolny z rodziną, natomiast 17% wybiera znajomych z klasy lub szkoły. 12% spędza czas samotnie. Uczniowie klas SP 7-8 spędzają czas wolny samotnie (33%) lub z osobami ze szkoły i klasy (36%). 10% respondentów wskazało, że spędza wolny czas ze znajomymi spoza klasy lub szkoły. Z rodziną czas wolny spędza 19% badanych uczniów. Stosunkowo niski odsetek wskazań na czas spędzany z rodziną może świadczyć o rosnącej potrzebie samodzielności i niezależności wśród uczniów starszych klas szkoły podstawowej.

Rekomendacje

Profilaktyka jest systemową odpowiedzią na zjawiska uznawane za zagrożenie dla zdrowia publicznego. W tym sensie dotyczy również tzw. nałogów behawioralnych, które wiążą się z licznymi szkodami zdrowia somatycznego, psychicznego oraz negatywnymi skutkami funkcjonowania społecznego. Profilaktyka to zapobieganie problemom, zanim one wystąpią lub minimalizowanie szkód związanych z podejmowaniem zachowań ryzykownych. Z tego względu adresatami oddziaływań profilaktycznych są najczęściej ludzie młodzi, ale nie można też zapomnieć o osobach dorosłych. Skuteczna profilaktyka prowadzona wśród młodzieży może zmniejszyć koszty związane z leczeniem nałogów behawioralnych u osób dorosłych, a także zmniejszyć wydatki publiczne związane z naprawianiem szkód społecznych powstałych w wyniku tych problemów.

Rekomenduje się:

- **Upowszechnianie wiedzy na temat uzależnień od substancji psychoaktywnych, uzależnień behawioralnych, przemocy, cyberprzemocy w środowisku lokalnym i szkolnym** – dystrybuowanie materiałów o charakterze informacyjno-edukacyjnym (ulotki, plakaty, filmy), organizowanie wydarzeń (lokalne imprezy powiązane z przedmiotową tematyką, spotkania dla rodziców, warsztaty dla dzieci i młodzieży szkolnej, pogadanki i otwarte spotkania ze specjalistami) i prowadzenie kampanii społecznych.
- **Szeroko pojęte edukowanie** – szkolenia dla nauczycieli i pedagogów, terapeutów uzależnień, pracowników socjalnych i służb pomocy społecznej, policji, lekarzy, osób zaangażowanych w prace Zespołu Interdyscyplinarnego oraz Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.
- **Pedagogizację rodziców** – spotkania ze specjalistami z zakresu uzależnień, a także przemocy.
- **Współpracę między instytucjami** funkcjonującymi na terenie Gminy celem możliwie szybkiego podjęcia działań profilaktycznych i interwencyjnych.