

**Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích**  
**Teologická fakulta**  
**Katedra pedagogiky**

**Diplomová práce**

**PREVENCE RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ NA DRUHÉM STUPNI  
ZÁKLADNÍCH ŠKOL VE VZTAHU K PROBLEMATICE  
VOLNÉHO ČASU**

**Vedoucí práce: PhDr. Miroslav Procházka, PhD.**

**Autor práce: Mgr. Bc. Lenka Zevlová**

**Studijní obor: Pedagogika volného času**

**Ročník: 2**

**2017**

### **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích 20.03.2017

.....  
Mgr. Bc. Lenka Zevlová

Tímto bych chtěla poděkovat svému vedoucímu práce panu PhDr. Miroslavu Procházkovi, PhD. za odborné vedení a cenné připomínky při zpracování diplomové práce.

# Obsah

<b>Úvod .....</b>	<b>6</b>
<b>Teoretická část práce .....</b>	<b>9</b>
<b>1 Rizikové chování žáků na druhém stupni základních škol .....</b>	<b>9</b>
1.1 Definice základních pojmů .....	9
1.2 Nejčastější druhy rizikového chování žáků na druhém stupni základních škol.....	13
<b>2 Příčiny rizikového chování žáků na druhém stupni základních škol.....</b>	<b>16</b>
2.1 Vliv rodiny na rizikové chování .....	17
2.2 Vliv školy na rizikové chování .....	21
2.3 Další příčiny rizikového chování žáků na druhém stupni základních škol .....	23
<b>3 Prevence rizikového chování žáků na druhém stupni základních škol.....</b>	<b>26</b>
<b>4 Význam volného času v rámci prevence rizikového chování.....</b>	<b>30</b>
4.1 Možnosti trávení volného času u žáků druhého stupně základních škol .....	31
4.2 Vliv rodiny na trávení volného času u žáků druhého stupně základních škol..	34
4.3 Volnočasové aktivity jako způsob primární prevence rizikového chování .....	40
4.4 Volný čas jako sféra pro rozvoj osobnosti žáků druhého stupně .....	42
4.5 Volný čas jako sféra pro realizaci rizikového chování.....	44
<b>Praktická část práce .....</b>	<b>47</b>
<b>5 Význam volného času u žáků z pohledu primární prevence rizikového chování .....</b>	<b>47</b>
5.1 Představení výzkumného prostředí – základní školy zapojené do výzkumného šetření .....	47
5.2 Cíl výzkumného šetření, výzkumné otázky a hypotézy .....	48
5.3 Metodika výzkumného šetření.....	49
5.4 Výsledky dotazníkového šetření.....	50
5.5 Vyhodnocení hypotéz .....	78

<b>6 Diskuze .....</b>	<b>82</b>
<b>Závěr .....</b>	<b>87</b>
<b>Seznam použitých zdrojů .....</b>	<b>89</b>
<b>Seznam grafů.....</b>	<b>96</b>
<b>Seznam příloh.....</b>	<b>97</b>
<b>Přílohy.....</b>	<b>98</b>
<b>Abstrakt .....</b>	<b>104</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>105</b>

# Úvod

Rizikové chování dětí a mládeže se stává doprovodným jevem současného společenského života. Fenomén s narůstající intenzitou negativně ovlivňuje společenský život.<sup>1</sup>

Nedostatek podpory a porozumění, uspěchanost doby a techniky utváří některé jedince, u kterých se objevuje rizikové chování. Chování ve formě agrese, šikany, krádeží, lhaní, záškoláctví je pouze formou obrany a projevem neschopnosti řešit náročné životní situace.<sup>2</sup>

Pro určitou část populační skupiny dospívajících a dětí je charakteristické problémové a dokonce i rizikové chování, jehož příčiny spočívají mimo jiné i v nedostacích rodinného prostředí. S nejrůznějšími projevy rizikového chování dětí a dospívajících se setkáváme v rámci jejich volného času. Ovšem ve sféře volného času může být stejně tak dobře realizována prevence rizikového chování. Právě z těchto důvodů byla jako téma práce zvolena problematika prevence rizikového chování dětí a dospívajících ve vztahu k fenoménu volného času.

Vzhledem k tomu, že děti a dospívající představují značně početnou populační skupinu, byli jako cílová skupina pro potřeby předložené práce vybráni žáci druhého stupně základních škol. Je tomu tak ze dvou důvodů. Zaprvé žáci druhého stupně již mohou být v relativně značné míře ohroženi nejrůznějšími projevy rizikového chování, a tudíž jakákoli forma prevence má potenciálně velký význam a smysl. Zadruhé žáci druhého stupně již disponují značným objemem volného času tráveného mimo bezprostřední dohled rodičů a jejich budoucnost v mnohém záleží na tom, jak kvalitně dokážou volný čas trávit.

V následujícím textu budou stručně naznačena teoretická východiska této práce. První teoretické východisko představuje rámcové vymezení rizikového chování. Pojem rizikové chování zahrnuje jak vykřikování během vyučovací hodiny, tak i krádeže a šikanu, což je již delikventní chování. Na jedné straně tohoto pojmu stojí lhaní, podvádění, uprostřed se nachází vandalismus a na opačném pólu fyzické ubližování, tedy již vyloženě antisociální chování.<sup>3</sup> Nejčastěji do konceptu rizikového chování řadíme šikanu a násilí včetně dalších forem extrémně agresivního jednání, zneužívání

---

<sup>1</sup> Srov. NAVRÁTIL, S.; MATTIOLI, J. *Problémové chování dětí a mládeže*, s. 9 – 10.

<sup>2</sup> Srov. MARTÍNEK, Z. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*, s. 7.

<sup>3</sup> Srov. SKOPAL, O. a kol. *Vybrané osobnostní rysy a rizikové formy chování českých žáků a žákyň*, s. 24.

návykových látek, nelátkové závislosti (gambling, problémy spojené s nezvládnutým využíváním počítačů), užívání anabolik a steroidů, obecně kriminální jednání, sexuálně rizikové chování, vandalismus, xenofobii, rasismus, antisemitismus, obecně tedy netoleranci, ale i komerční zneužívání dětí, týrání a zneužívání dětí atd.<sup>4</sup> Je tedy zřejmé, že spektrum rizikového chování je velmi široké.

Druhé teoretické východisko představuje zdůraznění zcela zásadního a ničím nenahraditelného významu rodiny pro socializaci dětí a dospívajících. „*Rodinu pokládáme za základní socializační prostředí se zásadní zodpovědností za všechny oblasti vývoje dítěte. Tato zodpovědnost je prvotně dána zejména tím, že rodiče jsou tvůrci dítěte. Rozhodli se pro jeho vznik, čímž ho k sobě připoutali napořád. Druhotně je jim dána zákony. Tak zásadní zodpovědnost za něj mají po celou dobu jeho dětství. Existuje řada dokladů o souvislostech rodinného prostředí a osobnostních charakteristik i chování dítěte. Jsou k dispozici výzkumy zabývající se vztahy úrovně dosaženého vzdělání rodičů, socioekonomickým statusem rodiny, stylem výchovy rodičů, chudobou rodiny, kvalitou citové vazby matky k dítěti v nejranějších stadiích vývoje, množstvím slov pronesených v přítomnosti dítěte, mírou předčítání v předškolním věku a vybranými projevy dítěte.*“<sup>5</sup>

A konečně třetí základní východisko práce představuje teze ohledně významu pozitivně prožívaného volného času pro rozvoj osobnosti dětí či dospívajících. Tento význam je primárně dán skutečností, že v žádném dalším životním období není jedinec schopen zajímat se o tak široké spektrum zájmových aktivit jako v dětství a dospívání.<sup>6</sup> Ve srovnání s ještě relativně nedávnou minulostí je volný čas mnohem rozmanitěji tráven a volněji vybírán z podstatně širšího spektra alternativ podle vlastního výběru. Proto je také jeho vliv na vývoj osobnosti člověka už v dospívání a pak během dospělosti i stáří významný.<sup>7</sup>

Význam volného času v civilizačním kontextu měl pro společnost i člověka dalekosáhlé důsledky dva jevy, a to objevení se a rozvoj volného času a ostřejší vymezení sociální kategorie mládeže. S rostoucí vyspělostí společností totiž bylo možné vyčlenit z práce na určitou dobu skupinu jedinců, kteří nebyli ani dětmi, ale ještě

---

<sup>4</sup> Srov. SÝKORA, J. *Sborník příkladů dobré praxe: Zdravé klima zájmového a neformálního vzdělávání*, s. 7.

<sup>5</sup> MERTIN, V. a kol. *Problémy s chováním ve škole – jak na ně: individuální výchovný plán*, s. 23.

<sup>6</sup> Srov. MINISTERSTVO školství, mládeže a tělovýchovy České republiky. *Volný čas a prevence u dětí a mládeže*, s. 6.

<sup>7</sup> Srov. LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, s. 175 – 176.

ani dospělými, a umožnit jim, aby se vzdělávali a získávali kvalifikaci pro budoucí povolání. S postupujícím vývojem se přitom jednak zvyšoval podíl jedinců, kteří měli možnost se vzdělávat, a současně docházelo k prodlužování doby, během které byli vzděláváni. Podobně pozitivní roli pak plnil i volný čas. Objevil se nárůst tvůrčího a inovačního potenciálu jednotlivých společností i celého lidstva. Bez nich si vůbec nelze představit rozvoj vědy a všeho, co z ní vyplývá.<sup>8</sup>

Cílem práce je zjistit, jakým způsobem a za jakých okolností může být kvalitní či pozitivní prožívání volného času využíváno v rámci prevence rizikového chování dětí na druhém stupni základní školy.

Uvedenému cíli odpovídá i struktura práce. V rámci její teoretické části bude nejdříve vymezeno rizikové chování žáků na druhém stupni základní školy, což znamená, že budou definovány základní pojmy a následně představeny ty nejčastější druhy rizikového chování žáků na druhém stupni základní školy. Dále pak bude věnována pozornost problematice příčin rizikového chování žáků na druhém stupni základní školy. Tyto příčiny budou hledány především v rámci rodinného prostředí, ale také na straně školy a případně i dalších vlivů. Vzhledem k tomu, že potenciálně nejúčinnější způsob řešení rizikového chování představuje jeho prevence, bude další kapitola věnována tomuto fenoménu. Největší pozornost však bude zaměřena na zkoumání významu volného času pro prevenci rizikového chování žáků druhého stupně základní školy. V této souvislosti budou analyzována následující témata: možnosti trávení volného času u žáků druhého stupně základní školy, vliv rodiny na trávení volného času u dětí, pozitivní či kvalitní volnočasové aktivity jako způsob primární prevence rizikového chování, volný čas jako sféra pro rozvoj osobnosti dětí či dospívajících a konečně volný čas jako sféra pro realizaci rizikového chování. Pro potřeby praktické části předložené práce pak bude zaprvé realizováno vlastní dotazníkové šetření zaměřené na zjišťování způsobů trávení volného času a dalších souvisejících jevů u vybrané skupiny žáků druhého stupně základní školy a zadruhé budou představeny dvě případové studie. Na základě výsledků praktické části práce budou formulovány vlastní návrhy a doporučení ke zkoumané problematice.

---

<sup>8</sup> Srov. SAK, P.; KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*, s. 16.



## **Teoretická část práce**

### **1 Rizikové chování žáků na druhém stupni základních škol**

Přední vývojový psycholog Zdeněk Matějček v roce 2001 konstatoval: „*Od úsvitu dějin lidstva na Zemi pro člověka platí nutnost držet při sobě. Bylo nutností spolu vycházet, společně pracovat, navazovat vzájemná pozitivní pouta - pouta překračující rámec nejužší rodinné pospolitosti – vztahy do jisté míry pevné a trvalé. V plánu lidského vývoje je socializace ojedinělá svým charakterem a výjimečná svým rozsahem a hloubkou. Bez socializace by lidský rod na této planetě nepřežil a nemohl by se zformovat do dnešní podoby. Ať už tomu věříme nebo ne, to pozitivní, dobré, prosociální v nás, v lidstvu, převážilo – jinak bychom se už dávno vzájemně vyhubili. Láska vítězí nad nenávistí, altruismus nad egoismem. (A nenechme se mýlit hroživou negativní propagandou šířenou médii.)*“<sup>9</sup>

Ovšem v mnoha jednotlivých případech se socializace dětí a dospívajících nezdaří natolik, že vyrůstají jedinci vyznačující se rizikovým chováním. Rizikové chování dospívajících pak představuje nejen jistou míru ohrožení pro jejich sociální okolí, ale také významnou překážku další efektivní socializace a ovšem i dosažení optimálního rozvoje osobnosti konkrétních jednotlivců.

#### **1.1 Definice základních pojmů**

V odborné literatuře můžeme nalézt velké množství definic a vymezení rizikového chování, přičemž tato skutečnost může do jisté míry znesnadňovat pochopení tohoto fenoménu. Jednotliví autoři se totiž od sebe liší především v tom, které jevy do oblasti rizikového chování zařazují, na které kladou důraz.

Obecně lze konstatovat, že dospívání – zahrnující jak pubertu, tak rovněž adolescenci – představuje velice citlivé období pro rozvoj rizikového chování jednotlivců. Na tomto konstatování panuje všeobecná shoda mezi odborníky různých sociálních věd. Rizikové chování u dětí a dospívajících lze primárně vymezit jako takové chování jednotlivce nebo skupiny osob, které u jeho protagonistů způsobuje prokazatelný a zvýšený nárůst sociálních, psychologických, zdravotních, vývojových,

---

<sup>9</sup> Citováno podle: HOSKOVCOVÁ, S. *Psychická odolnost předškolního dítěte*, s. 13.

fyziologických a dalších rizik, a to nejen pro daného jednotlivce - či skupinu, ale také pro sociální okolí i celou společnost.<sup>10</sup>

Rizikové chování je komplexní pojem, kterým se zabývají nejen společenskovední, ale také medicínské obory. Rizikové chování je takové chování, které přímo nebo nepřímo ústí v psychosociální nebo zdravotní poškození jedince, ale také jiných osob, majetku nebo okolního prostředí.<sup>11</sup> Tato definice je sice v zásadě vystihující, nicméně je příliš stručná, a proto ji bude nutné dále upřesnit.

Rizikové chování je vymezeno jako takové chování jedince nebo skupiny lidí, které je příčinou prokazatelného nárůstu sociálních, psychologických, zdravotních, vývojových, fyziologických a dalších rizik pro jedince, pro jeho okolí, ale i celou společnost.<sup>12</sup> Rovněž tato definice je jistě relevantní, nicméně definice příliš stručná. Navíc tato definice do značné míry koresponduje s již výše uvedenou definicí. V rámci odborné literatury se setkáváme s opakujícími se či alespoň skutečně velmi podobnými tvrzeními a závěry, což může být zcela jednoduše způsobeno tím, že různí autoři se zabývají týmž jevem a dospívají k podobným závěrům.

*„Za soubor fenoménů se považuje rizikové chování, jehož existenci a důsledky je možné podrobit vědeckému zkoumání a které lze ovlivňovat preventivními a také léčebnými intervencemi. Nejčastěji do konceptu rizikového chování řadíme: šikanu a násilí ve školách včetně dalších forem extrémně agresivního jednání, dále záškoláctví, užívání návykových látek, nelátkové závislosti (gambling, problémy spojené s nezvládnutým využíváním PC), užívání anabolik a steroidů, obecně kriminální jednání, sexuální rizikové chování, vandalismus, xenofobii, rasismus, intoleranci a antisemitismus, komerční zneužívání dětí, týrání a zneužívání dětí.“<sup>13</sup>* Je tedy zřejmé, že citovaná definice rizikového chování již obsahuje značný výčet jevů, které představují jednotlivé druhy či formy takového chování.

Vymezení rizikového chování není a v podstatě ani nemůže být nikdy zcela jednoznačné. Posuzování rizikového chování, vnímání jeho závažnosti totiž vždy závisí na kontextu, ve kterém probíhá. Dále je ovlivněno historickou dobou, místem, časem, situací a věkem jeho aktérů. Termín rizikové chování lze považovat za sociální

---

<sup>10</sup> Srov. ŠTEFKOVÁ, I.; DOLEJŠ, M. *Resilience u adolescentů v nízkoprahových zařízeních pro děti a mládež*, s. 24.

<sup>11</sup> Srov. NIELSEN SOBOTKOVÁ, V. a kol. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*, s. 40.

<sup>12</sup> Srov. ZEMANOVÁ, V.; DOLEJŠ, M. *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*, s. 34.

<sup>13</sup> MIOVSKÝ, M. a kol. *Primární prevence rizikového chování ve školství*, s. 24.

konstrukt, který zahrnuje velice rozmanité formy chování, které nemusí být nutně jednoznačně vymezeny. Jsou však hodnoceny jako takové, které způsobují zdravotní, sociální nebo psychické ohrožení, a to jak jedince samotného, tak i jeho sociálního okolí, přičemž ohrožení může být nejen reálné, ale dokonce jen předpokládané. Společným jmenovatelem všech právě naznačených způsobů rizikového chování je kritérium prepatologické úrovně projevů. To tedy znamená, že zatím ještě nedochází k naplnění známk patologie – drogová závislost, poruchy příjmu potravy, poruchy osobnosti, ovšem riziko rozvoje patologie je v jednotlivých případech již relativně značně vysoké.<sup>14</sup>

Neakceptovatelné a ohrožující chování bývá v literatuře označováno jako vyšinuté, deviantní, rizikové, antisociální či delikventní, ale také sociálně patologické, proto je preferován termín rizikové chování, přičemž jako rizikové lze označit takové chování, prostřednictvím kterého jedinec ohrožuje sám sebe či jiné. Hrozící újma přitom může mít fyzickou, psychickou, sociální i materiální podobu. Rizikové chování můžeme vnímat jako alarmující předstupu vzniku deviací a sociálních patologií. Přitom záleží jak na konkrétním jedinci, tak na jeho nejbližším sociálním okolí, zda své rizikové chování zvládne korigovat, nebo zda podcení hrozící nebezpečí a dojde k nepříznivému zvratu.<sup>15</sup>

Dále za rizikové chování lze považovat takové jednání, které ohrožuje zdraví nebo sociální integritu jedince, případně takové chování, které je namířeno proti zájmům společnosti, ale také takové, které ohrožuje integraci jednotlivce do společnosti, tedy ztěžuje jeho pracovní uplatnění, vzdělání, sociální ochranu, zdravotní péči. Jako takové rizikové chování představuje komplex postojů, projevů a hodnot, které jsou rizikové jak pro společnost, tak pro jednotlivce, a to v mnoha aspektech. V důsledku rizikového chování dochází k prokazatelnému nárůstu zdravotních, sociálních, výchovných a dalších rizik. Míra rizika se přitom přímo vztahuje k věku, ale také k sociální a profesní příslušnosti jednotlivce a stálosti jeho charakteru.<sup>16</sup>

Již z předchozího textu částečně vyplynulo, že v oblasti rizikového chování panuje jistá terminologická nejednota. V zájmu větší úplnosti je proto vhodné připomenout, že někteří odborníci pracují i s termínem problémové chování. Vymezit problémové

---

<sup>14</sup> Srov. BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*, s. 228.

<sup>15</sup> Srov. JEDLIČKA, R. a kol. *Poruchy socializace u dětí a dospívajících. Prevence životních selhání a krizová intervence*, s. 63 – 66.

<sup>16</sup> Srov. KUKLA, L. a kol. *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 325.

chování není nikterak jednoduché, protože stále neexistuje jasná a všemi přijímaná definice, což může být ovlivněno i tím, že tento jev zkoumají různé vědy, např. medicína, psychologie, psychopatologie, sociologie, sociální práce, sociální pedagogika atd., přičemž záleží na tom, jakou stanovíme mez odlišující ještě normální chování od chování již problémového. Lze problémové chování vymezit jako takové chování, které se svou intenzitou, frekvencí nebo dobou trvání již natolik odlišuje od běžné společenské normy, může vážně ohrozit fyzické bezpečí dané osoby nebo osob v jejím fyzickém či sociálním okolí. Problémové chování však může být i takové, které může vážně ohrozit zapojení člověka do komunity, ve které žije.<sup>17</sup>

Na závěr této podkapitoly lze ještě zmínit, že podle Miovského a kol. je vhodné významově rozlišovat mezi pojmy rizikové chování neboli *risk behaviour* na jedné straně a riskující chování neboli *risk-taking behaviour* na straně druhé. Podle zmíněného autorského kolektivu je častěji frekventován první ze zmíněných termínů. V pojetí riziko představuje neuvědomovaný nebo popíraný aspekt chování jednotlivce, který je však ve svém chování vedený ve skutečnosti jiným motivem.<sup>18</sup>

Vhodné je ještě dodat, že „*riskování umožňuje adolescentovi testovat vlastní hranice a lépe porozumět sobě samému. Možné negativní následky jsou při něm určitým způsobem vyváženy případnými pozitivními zisky. Kouření marihuany tak kromě zdravotních rizik a případných střetů s rodiči může vést k uznání v očích vrstevníků a k pocitu autonomie a zralosti. Zaměření rizikového chování odpovídá vývojovým potřebám, může vést k osamostatňování se od rodičů, k upevnění vlastní pozice ve vrstevnické skupině, ke zmírňování úzkosti či k potvrzování vlastní zralosti. Zároveň však ohrožuje psychosociální aspekty úspěšného pubescentního a adolescentního vývoje. Rizikové chování také často poukazuje na sníženou resilienci jedince.*“<sup>19</sup>

---

<sup>17</sup> Srov. HAUKE, M. *Zvládání problémových situací se seniory – nejen v pečovatelských službách*, s. 13 – 14.

<sup>18</sup> Srov. MIOVSKÝ, M. a kol. *Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování II.*, s. 163.

<sup>19</sup> ŠTEFKOVÁ, I.; DOLEJŠ, M. *Resilience u adolescentů v nízkoprahových zařízeních pro děti a mládež*, s. 24.

## 1.2 Nejčastější druhy rizikového chování žáků na druhém stupni základních škol

Oblasti rizikového chování lze rozčlenit do několika základních skupin, ovšem s tím, že v praxi jednotlivé skupiny nelze od sebe přísně či striktně oddělovat, protože mezi nimi existují vazby a jevy náležející do dílčích skupin se mohou navzájem ovlivňovat. Jedná se o tři základní skupiny, přičemž do první náleží rizikové chování v oblasti zneužívání návykových látek, do druhé pak rizikové chování spojené se sexuálním životem a konečně do třetí pak rizikové chování v oblasti psychosexuálního vývoje.<sup>20</sup> Toto pojetí vymezení základních skupin rizikového chování je však nutné považovat za pouze rámcové a příliš stručné. V následujícím textu je proto bude vhodné upřesnit a specifikovat, aby bylo možné rizikové chování dětí na druhém stupni základní školy představit v úplnosti jeho nejrůznějších projevů a forem.

Mezi základní druhy rizikového chování, které se mohou vyskytovat – a v praxi také vyskytují – již mezi žáky na druhém stupni základní školy se zařazují především následující:<sup>21</sup>

- Záškoláctví: může být spojeno s různými důvody, nejčastěji se v praxi jedná o důsledek touhy po dobrodružství, experimentu, může ale souviset také s poruchami chování a učení, může to být obrana před problémy ve škole;
- Lhaní: ve společnosti doposud není dostatečně vážně vnímáno jako rizikové;
- Agresivita, agresivní chování, šikana, kyberšikana, obecně násilné chování;
- Obecně kriminální jednání: ve starším školním věku jde především o krádeže peněz či nejrůznějších věcí, ale v horších případech již také o loupeže;
- Vandalismus: ve škole se nejčastěji jedná o poškozování majetku školy nebo majetku spolužáků. Ovšem vandalismus se objevuje také při sportovních utkáních (tzv. hooligans). Zahrnuje ničení veřejného majetku, ať se již jedná o lavičky, osvětlení, dopravní značky, hřbitovní náhrobky, sprejerství;
- Závislostní chování:<sup>22</sup> může se vztahovat k legálním návykovým látkám, tedy alkoholickým nápojům a cigaretám, ale také k nelegálním návykovým látkám

---

<sup>20</sup> Srov. SMOLÍK, J. *Subkultury mládeže. Uvedení do problematiky*, s. 9.

<sup>21</sup> Srov. NIELSEN SOBOTKOVÁ, V. a kol. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*, s. 40 – 41.

<sup>22</sup> Podrobněji viz především KALINA, K. a kol. *Základy klinické adiktologie*.

a zahrnuje i gambling, ale také problémy spojené s nezvládnutým využíváním počítačů, internetu, hraní počítačových her, netolismus, návykové nakupování;

- Rizikové chování na internetu:<sup>23</sup> zahrnuje návštěvu a prohlížení nevhodných webových stránek, online komunikaci s nežádoucími osobami, příliš mnoho času tráveného tzv. online, otevírání spamů a reagování na ně, dále nelegální kopírování a stahování hudby, filmů či případně dalších internetových obsahů;
- Rizikové sexuální chování:<sup>24</sup> zahrnuje předčasný pohlavní styk, promiskuitu, vyhledávání náhodných známostí, pohlavní styk bez ochrany, prostituční chování, předčasné těhotenství, rozvoj sexuální deviace, u které je přítomna triáda příznaků (pozdní noční pomočování, krutost ke zvířatům a žhářství);
- Rizikové chování v dopravě: spočívá v neznalosti dopravních předpisů, účasti na dopravním ruchu pod vlivem návykových látek, přecenění schopností;
- Extrémně rizikové sporty, hazardní aktivity:<sup>25</sup> jedná se o hazardní aktivity, které na rozdíl od extrémních sportů s sebou nesou jasné riziko hazardování s reálnou hrozbou smrti. V poslední době jde hlavně o jízdu mezi vagony metra či vlaku, lezení bez lana, lezení po budovách, přeskokování mezi domy;
- Užívání anabolických steroidů, nezdravé stravovací návyky, bulimie;
- Xenofobie, rasismus, intolerance, antisemitismus, šovinismus, neonacismus.

Mezi rizikové chování řadíme především zneužívání legálních i nelegálních látek, kriminalitu, šikanu, hostilitu a agresivní chování, rizikové sexuální aktivity nebo školní problémy, nejrůznější přestupky. Mezi hlavní rizika dospívání náleží zejména zvýšená zranitelnost, sebepoškozování a ohrožování ostatních lidí, ale v širším měřítku také ohrožování obecně společenských zájmů.<sup>26</sup> Velmi specifický případ rizikového chování dětí a dospívajících se vymezuje záměrné sebepoškozování, jev se definuje jako přímá a záměrná destrukce nebo poškozování vlastních tělesných tkání bez vědomého sebevraždného záměru, což ovšem neznamená, že v extrémním případě sebepoškozování smrtí nemůže skončit.<sup>27</sup>

Vztah mezi zkušeností s šikanou a užíváním návykových látek se vyskytuje u dětí, které zažily šikanu či se staly oběťmi jakéhokoliv druhu agresivního chování, Děti

---

<sup>23</sup> K této problematice viz podrobněji BLINKA, L. a kol. *Online závislosti*.

<sup>24</sup> K této problematice viz podrobněji také WEISS, P. a kol. *Sexuální zneužívání dětí*.

<sup>25</sup> Srov. PASTUCHA, D. a kol. *Tělovýchovné lékařství. Vybrané kapitoly*, s. 175.

<sup>26</sup> Srov. ŠTEFKOVÁ, I.; DOLEJŠ, M. *Resilience u adolescentů v nízkoprahových zařízeních pro děti a mládež*, s. 24.

<sup>27</sup> Srov. KRIEGELOVÁ, M. *Záměrné sebepoškozování v dětství a adolescenci*, s. 17 – 21.

projevují vysokou mírou posttraumatického stresu (bez ohledu na to, zdali šlo o fyzické napadání nebo psychické týrání a šikanu). V některých případech dojde k tomu, že se u nich rozvine závislost na užívání návykových látek.<sup>28</sup>

Co se týče rizikového chování v sexuální oblasti, lze upřesnit, že sexuální rizikové chování je souborem projevů chování doprovázeným sexuálními aktivitami, které pro jedince znamenají rizika v různých oblastech, především pak v oblasti zdravotní a sociální. Do rizikového chování sexuálního charakteru řadíme především nechráněný pohlavní styk při náhodné známosti, výrazně promiskuitní chování, nejružnější rizikové sexuální praktiky, kombinaci užívání návykových látek a rizikového sexu, ale také předčasný pohlavní styk. Do této skupiny však náleží i ryze aktuální trendy projevující se zveřejňováním intimních fotografií na internetu.<sup>29</sup>

Další specifický případ pak podle Miovského a kol. představuje rizikové chování žáků ve vztahu ke školským institucím a vlastnímu vzdělávání. Mezi typické projevy tohoto druhu rizikového chování lze podle zmíněného autorského kolektivu zařadit především takové jevy, jako je výukové selhávání, chronické neplnění školních povinností, záškoláctví či předčasné ukončení školní docházky. Takové projevy chování sice nejsou – zejména pokud jsou nahlíženy z krátkodobé perspektivy - příliš znepokojující. Ovšem pokud uvažíme dlouhodobé důsledky takového chování, jako je např. snížená uplatnitelnost jedince na trhu práce, která s sebou nese riziko intenzivního rozvoje dalšího rizikového chování, pak můžeme odborný zájem o toto chování a obavy z něj považovat za odůvodněné.<sup>30</sup>

---

<sup>28</sup> Srov. HOUBRE, B.; TARQUINIO, C.; THUILLIER, I.; HERGOTT, E.; Bullying among students and its consequences on health. In *European Journal of Psychology of Education*, s. 183 – 208.

<sup>29</sup> Srov. ZEMANOVÁ, V.; DOLEJŠ, M. *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež.*, s. 44.

<sup>30</sup> Srov. MIOVSKÝ, M. a kol. *Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování II.*, s. 162.

## 2 Příčiny rizikového chování žáků na druhém stupni základních škol

Autoři odborné literatury se snaží příčiny rizikového chování dětí a dospívajících vysvětlovat na základě různých teorií rizikového chování. Vymezuji se následující tři základní skupiny těchto teorií:<sup>31</sup>

- Biologicko-psychologické teorie:<sup>32</sup> jedná se o takové teorie, jejichž autoři se primárně zaměřují na vztah mezi chováním, charakterem a tělesnou stavbou jednotlivce, jeho genetikou, enzymy či hormony. Do této skupiny teorií náleží teorie rozeného zločince nebo teorie oligofrenie, tedy nízké úrovně mentálních schopností, jako základních příčin delikvence jednotlivců;
- Sociálně-psychologické teorie: do této skupiny teorií lze zařadit teorii sociálního učení, teorii charakteru a temperamentu nebo teorii odlišného kognitivního stylu. Rovněž tímto způsobem jsou činěny pokusy vysvětlovat příčiny rizikového a problémového chování u dětí a dospívajících jedinců;
- Sociologické teorie:<sup>33</sup> v tomto případě je za základní příčinu rizikového chování považován společenský a kulturní kontext. Konkrétně pak do této skupiny lze zařadit teorii anomie, teorii delikventního prostředí nebo třeba také teorii kulturního přenosu rizikového chování.

Je mimo jakoukoli pochybnost, že výše uvedené teorie napomáhají lepšímu pochopení zkoumaného jevu. Stejně tak je ovšem nepochybné, že žádná z teorií si nemůže činit nárok na to, že příčiny rizikového chování pochopí a popíše v jejich úplnosti. V textu následujících podkapitol proto příčiny rizikového chování u žáků na druhém stupni základní školy nebudou zkoumány v kontextu jednotlivých teorií, nýbrž v kontextu fenoménů, které mají na chování dětí významný vliv, tedy především v kontextu rodinného prostředí a školního prostředí.

---

<sup>31</sup> Srov. ZEMANOVÁ, V.; DOLEJŠ, M. *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*, s. 36.

<sup>32</sup> Srov. NIELSEN SÓBOTKOVÁ, V. a kol. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*, s. 42 – 43.

<sup>33</sup> Srov. KUKLA, L. a kol. *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 326.



## 2.1 Vliv rodiny na rizikové chování

Na dospívání lze obecně nahlížet jako na období zvýšených nároků, které často mohou vést ke krizím a konfliktním vzorcům chování. Mládež či dospívající se totiž v rámci každodenního života vypořádávají s celou řadou starostí a problémů. Požadavky, které jsou na dospívající kladené, přitom nezřídka překračují jejich adaptivní kapacitu. Starosti dospívajících se nejčastěji dotýkají rodinného života, ale také školy, mezilidských časů, sféry volného času a samozřejmě také nazírání na sebe sama. Tyto obtíže sice v jednotlivých případech obvykle nejsou mimořádné, nicméně většinou působí dlouhodobě, a méně tak mobilizují psychické síly jedince. Pociťované starosti také mohou být způsobeny normativními životními událostmi, jako např. přechodem ze základní školy na školu střední, nebo opravdu specifickými obtížemi. Stres z jejich prožívání pak negativně působí na jejich životní pohodu. Každodenní obtíže dospívajících ve vztahu k těm nejbližším lidem mohou vést až k depresím, potíže ve vztahu k rodičům pak k rizikovému chování.<sup>34</sup>

Příčiny rizikového chování v dětství a dospívání mohou být v jednotlivých případech velice různé. Empirická šetření v různých zemích světa však shodně prokázaly jako statisticky významné některé společné rizikové – ale také ochranné faktory. Obecně lze tedy konstatovat, že rizikové faktory pro vznik syndromu rizikového chování v dospívání se nacházejí již v období dětství, a to v rodině daného jednotlivce.<sup>35</sup> Tyto faktory svou závažností ovlivňují i pozdější život jednotlivce v dospělosti. Mnohé z těchto faktorů ovlivní jedince velice zásadním způsobem.

Nelze jednoznačně určit konkrétní zdroje, jejichž vliv ve svých důsledcích vede k rozvoji problematického či rizikového chování. Na rozvoj osobnosti dětí a dospívajících totiž mohou působit nejrůznější sociální kontexty. Je tedy mimo jakoukoli pochybnost, že svou roli v tomto ohledu sehrává nejen rodinné zázemí, ale také škola, širší komunita a také celá společnost. Ovšem současně platí, že poskytnutí možností k zapojení do všech zmíněných sociálních skupin působí jako protektivní faktor.<sup>36</sup> Je tedy mimo jakoukoli pochybnost, že právě rodina se může stát prostředím, ve kterém se rizikové chování u dětí rozvine.

---

<sup>34</sup> Srov. ŠTEFKOVÁ, I.; DOLEJŠ, M. *Resilience u adolescentů v nízkoprahových zařízeních pro děti a mládež*, s. 26.

<sup>35</sup> Srov. MACHOVÁ, J. KUBÁTOVÁ, D. a kol. *Výchova ke zdraví*, s. 189.

<sup>36</sup> Srov. KREJČOVÁ, L. *Psychologické aspekty vzdělávání dospívajících.*, s. 154.

V této souvislosti je konstatováno, že bohužel právě rodina v některých případech „představuje vysoce významný faktor při vzniku rizikového chování nebo bezpečného chování. Rozhodující roli hraje pozitivní rodičovský model, rodičovský styl výchovy. Pokud rodiče k dítěti či dospívajícímu přistupují tak, že zkombinují adekvátní kontrolu chování dítěte, jasně stanovená pravidla, která má dítě respektovat, a stálou otevřenost k dialogu, pak se protektivní postavou stává rodič. Takový rodič hraje významnou výchovnou roli, stanovuje pravidla a dohlíží na jejich dodržování a zároveň je schopen brát dítě seriózně, naslouchat mu a mluvit s ním o jeho problémech. Tyto děti a dospívající vědí, že mohou se svými rodiči počítat, že se jejich rodiče nezříkají své výchovné role, že se na ně mohou vždy obrátit o radu, protože je neponechávají napospas ve smyslu totální svobody, která hraničí s lhostejností.“<sup>37</sup> Diskutován bývá rovněž vztah socioekonomického statusu rodiny a její vztah ke zdravému životnímu stylu na rozvoj některých typů rizikového chování (zejména alkoholismu, kouření).<sup>38</sup>

V kontextu výše uvedeného lze doplnit, že rodiny, které se naznačenými charakteristikami nevyznačují, představují prostor, ve kterém se může rizikové či problémové chování u dětí a dospívajících může vcelku snadno rozvíjet.

Je nutné připomenout koncept funkčnosti rodin, který v českém prostředí rozpracoval především Dunovský, který hodnotil rodiny na základě následujících osmi diagnostických kritérií: složení a stabilita konkrétní rodiny, sociálněekonomická situace dané rodiny, primárně vycházející z věku, rodinného stavu, vzdělání a zaměstnání rodičů, ale také z příjmu a bydlení rodiny, dále pak osobnost rodičů zahrnující jejich zdravotní i psychický stav a úroveň jejich společenské adaptace, osobnost případných sourozenců, osobnost samotného dítěte, zájem rodičů o své dítě a péče o dítě. Každou rodinu lze na základě posouzení všech právě zmíněných kritérií zařadit do těchto následujících typů:<sup>39</sup>

- Funkční rodina:<sup>40</sup> jedná se o rodinu, ve které je zajištěn dobrý vývoj dítěte;
- Problémová rodina: je to rodina, ve které se vyskytují závažnější poruchy některých nebo všech funkcí, které však vážněji neohrožují ani rodinný systém,

---

<sup>37</sup> NIELSEN SOBOTKOVÁ, V. a kol. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*, s. 44.

<sup>38</sup> Srov. HUURRE, T.; ARO, H.; RAHKONEN, O.; Well-being and health behaviour by parental socioeconomic status. In *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, s. 249-255.

<sup>39</sup> Srov. GILLERNOVÁ, I. a kol. *Psychologické aspekty změn v české společnosti. Člověk na přelomu tisíciletí*, s. 117.

<sup>40</sup> Srov. KOPECKÁ, Ilona. *Psychologie. 3. díl. Učebnice pro obor sociální činnost*, s. 47 – 48.

ani vývoj dítěte. Rodina je schopna tyto problémy vlastními silami řešit či je alespoň kompenzovat za případné jednorázové pomoci zvenčí;

- Dysfunkční rodina: je chápána jako rodina, ve které se již vyskytují vážné poruchy některých nebo všech funkcí, přičemž tyto poruchy bezprostředně ohrožují nebo poškozují rodinu, a to rodinu jako celek a obzvláště pak vývoj a prospěch dítěte. Tyto poruchy již rodina není schopna řešit sama, a proto je zapotřebí učinit řadu opatření zvenčí, známých pod termínem sanace rodiny;
- Afunkční rodina: v tomto případě jsou poruchy funkcí rodiny již tak velkého rázu, že rodina přestává plnit svůj základní úkol a dítěti závažným způsobem škodí, nebo je dokonce ohrožuje v samotné existenci. Sanace takové rodiny je bezpředmětná a zbytečná. Jediným řešením, které může dítěti prospět, je odebrat ho z této rodiny a umístit do náhradní rodiny.

Funkčních rodin je v běžné populaci České republiky valná většina. Jedná až o 85 % rodin. Zhruba tedy pouze šestina rodin v běžné populaci pak náleží do všech tří ostatních typů. Problémových rodin se v populaci vyskytuje 12 % až 13 %, dále pak dysfunkční rodiny tvoří přibližně 2 % a zbývajících asi 0,5 % rodin podle Slavomila Fischera a Jiřího Škody tvoří rodiny afunkční.<sup>41</sup> S určitým zjednodušením lze předpokládat, že právě v prostředí problémových, dysfunkčních a afunkčních rodin se u dětí mohou rozvíjet různé formy rizikového chování.

Výzkum provedený skrze úplnost či neúplnost rodiny nezjistil významný rozdíl mezi tím, z kterých rodin děti zneužívající alkohol, cigarety či marihuanu pocházejí. Jako významnější faktor se identifikovala vhodná rodičovská kontrola, která dokáže ovlivnit výskyt daných jevů u dětí a dospívajících.<sup>42</sup>

Jako konkrétní rizikové faktory na straně rodiny, které mohou způsobovat rozvoj rizikového chování u dětí a dospívajících vymezují především nedostatečnou rodinnou organizaci, četnější výskyt domácího násilí v rodině či sexuálního zneužívání dětí, dále pak zneužívání různých návykových látek v rodině, benevolentní postoj rodičů k rizikovému chování. Mezi faktory protektivního charakteru působící v rámci rodiny

---

<sup>41</sup> Srov. FISCHER, S.; ŠKODA, J. *Sociální patologie. Analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*, s. 143.

<sup>42</sup> Srov. CHOQUET, M.; HASSLER, Ch.; MORIN, D. Perceived parenting styles and tobacco, alcohol and cannabis use among french adolescents: Gender and family structure differentials, s. 73 – 80.

se řadí pevné rodinné vazby, vzájemné pozitivní interakce a dobrá komunikace, dále pak příležitosti k prosociálnímu chování v rámci rodiny.<sup>43</sup>

O rodinném prostředí jako příčině rozvoje rizikového chování u dětí či dospívajících se často hovoří ve vztahu k násilnému chování. Rodina jako poměrně uzavřený sociální systém představuje rizikové prostředí zejména vzhledem k rozvoji násilného chování. Žijí v ní totiž osoby s různou mírou fyzických sil, s různou mírou osobnostní zralosti, ale také prožitků bezmoci z prostředí, ve kterém vyrůstaly. Pokud má dospělý jedinec z jakékoli příčiny sklon zneužívat své převahy a moci, v intimním prostředí rodiny se to pravděpodobně určitým způsobem projeví. Členové rodiny, na které násilí dopadá, pak mohou prožívat pocity značné bezmoci, osobní degradace, narušené důstojnosti a integrity. V kontextu násilného jednání v rodině tak dochází k extrémně zátěžovým situacím, které logicky ústí v různé typy krizí.<sup>44</sup>

Na závěr této podkapitoly je nutné zdůraznit, že rodina se nemusí stávat jen jedním ze zdrojů rizikového chování dospívajících, jak bylo naznačeno v předchozím textu. Rodina samozřejmě může být a ve většině případů také skutečně je sociální skupinou, která ve vztahu k rizikovému či problému chování svých dětí a dospívajících působí preventivně a posiluje v tomto ohledu jejich resilienci.

V průběhu dětství a následně pak dospívání se u jednotlivců postupně zvyšuje četnost různých strategií zvládání problémových a rizikových situací tak, jak děti a dospívající časem v tomto ohledu získávají zkušenosti, ale také zkušenosti s odhadem situace, dále pak s efektivitou jejich zvládání. Nejdůležitějšími referenčními osobami, které jim poskytují zpětnou vazbu, zda jsou při zvládání nových úkolů a situací úspěšní, jsou především rodiče dětí a dospívajících. Je mimo jakoukoli pochybnost, že konfliktní rodinné prostředí, ve kterém nejsou vyjasněny role a kompetence, a vysoká míra rodičovské kontroly může vést k pasivním reakcím na problémy. Stejně tak ovšem na druhou stranu platí, že samostatné rozhodování a tendence hledat radu a informace je příznačná pro takové dospívající, jejichž rodiče příliš nestrukturují své požadavky, podporují samostatnost svých dětí a vyjadřují emoční angažovanost.<sup>45</sup>

---

<sup>43</sup> Srov. KREJČOVÁ, L. *Psychologické aspekty vzdělávání dospívajících*, s. 154 – 155.

<sup>44</sup> Srov. CIMRMANNOVÁ, T. a kol. *Krise a význam pomáhajících prvního kontaktu. Aplikace v kontextu rodinného násilí*, s. 77 – 78.

<sup>45</sup> Srov. ŠTEFKOVÁ, I.; DOLEJŠ, M. *Resilience u adolescentů v nízkoprahových zařízeních pro děti a mládež*, s. 26.

## 2.2 Vliv školy na rizikové chování

Školské prostředí se může stát jednou z příčin rozvoje rizikového chování u dětí a dospívajících za různých okolností. Procházka v této souvislosti upozorňuje, že mnohé děti ve škole neprožívají úspěch, nedokážou zde optimálně uspokojit své potřeby. Jistou negativní roli v jednotlivých případech může hrát také skutečnost, že některé školy neprovádějí efektivní primární školní prevenci projevů rizikového chování, ale také fakt, že žáci jsou při preventivních programech pasivní, že např. psychoaktivní látky mohou být v některých školách žákům relativně dostupné.<sup>46</sup> Prevalence užívání návykových látek ve školách je významně ovlivňována kulturou školy. V rámci prevence nežádoucího chování musí dojít k pochopení mechanismu poskytování přidané hodnoty školy k účinné prevenci.<sup>47</sup>

Na druhou stranu však platí, že děti a dospívající mohou před rozvojem rizikového chování uchránit nejen jeho rodiče, členové širší rodiny či dobří kamarádi, ale také školní úspěšnost. Významnou roli v tomto ohledu sehrává i smysl pro pozitivní hodnoty, smysl pro sociální soudržnost a obecně pak žití smysluplného života či pocit jednotlivce, že je v něčem skutečně dobrý. Především je však důležité, aby dospívající ve svém životě měl alespoň jednu důležitou a stabilní referenční osobu.<sup>48</sup> Je tedy zřejmé, že škola podobně jako další dítě ovlivňující faktory (rodina, vrstevníci, média) může ve vztahu vůči rizikovému chování dětí a dospívajících sehrávat nejen negativní roli, tedy roli rizikové chování podněcující, ale také roli pozitivní, preventivní či protektivní. Na jednotlivých pedagogích a ředitelích, na atmosféře a klimatu jednotlivých škol pak záleží, která role v praxi převládá a jaké bude mít následky.

Nelze zcela jednoznačně určit konkrétní zdroj, jehož vliv v praxi vede ke snížení rizika či naopak k rozvoji problematického chování. Vždy je totiž nutné posuzovat různé sociální kontexty, které mohou působit na život a rozvoj osobnosti konkrétního dospívajícího. Nejen rodinné zázemí a širší komunita, ale také škola sehrává ve vývoji jedince významnou roli. Ovšem současně platí, že poskytnutí možností k aktivnímu zapojení do všech uvedených sociálních skupin působí jako významný protektivní faktor. V případě školy se může jednat o následující rizikové nebo naopak protektivní

---

<sup>46</sup> Srov. PROCHÁZKA, M. *Sociální pedagogika*, s. 147.

<sup>47</sup> Srov. BISSET, S.; MARKHAM, A. W.; AVEYARD, P. School culture as an influencing factor on youth substance use, s. 485 – 490.

<sup>48</sup> Srov. ZEMANOVÁ, V.; DOLEJŠ, M. *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*, s. 36 – 37.

faktory, které ovlivňují výskyt rizikového chování mezi dospívajícími. Mezi rizikové faktory lze zařadit především nevhodně zvolenou školu a školní neúspěchy, ale také minimální zapojení žáka do života školy a do vzdělávacího procesu či minimum příležitostí k ocenění a úspěchu. Jako protektivní faktory je možné naopak zmínit efektivní propojení rodiny a žáka se školou a samozřejmě i širokou nabídku školy k realizaci prosociálních aktivit.<sup>49</sup> Lze dodat, že ve skutečnosti může být rizikových faktorů mnohem více, přičemž je zřejmé, že některé z nich primárně nemusí souviset se školou, nýbrž naopak třeba s mezilidskými vztahy mezi žáky, jejichž kořeny spočívají v mimoškolním prostředí.

Těsný vztah rizikového chování, školní kázně a problematika školní nekázně souvisejí s otázkami nevhodného, deviantního, ale také delikventního či sociálně patologického chování dětí a mládeže ve školách a školských zařízeních spadají pod zastřešující pojem rizikové chování.<sup>50</sup>

Ve školním prostředí ve vztahu k rizikovému chování dětí a dospívajících sehrává roli nejen školní úspěšnost a neúspěšnost, tedy hlavně prospěch a neprospěch, ale také různé školní problémy a přestupky, které mohou být spojené se školní docházkou či naopak s neomluvenou absencí, s přestupky vůči školnímu řádu. V této souvislosti lze hovořit o přestupcích ve školním chování, které se projevují hlavně neplněním domácích úkolů, nedostatečnou domácí přípravou, zapomínáním učebnic, domácích úkolů, pomůcek, ale také častým vyrušováním během vyučovacích hodin. Dalším projevem rizikového chování ve škole může být záškoláctví, vzdor ve vztahu k vyučujícím, jejich zesměšňování, odmlouvání učitelům. Nelze však opomenout ani opisování a lhaní, překračování školních zákazů, kouření či užívání alkoholu před vyučováním nebo dokonce v jeho průběhu.<sup>51</sup> Jen stručně lze dodat, že škola může mít vliv na rozvoj šikany jakožto zvláštního případu mezilidské agrese.<sup>52</sup> Vliv školy však může být nejen pozitivní, ale i negativní ve smyslu prevence šikany a jejího potlačování.

---

<sup>49</sup> Srov. KREJČOVÁ, L. *Psychologické aspekty vzdělávání dospívajících*, s. 154.

<sup>50</sup> Srov. BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*, s. 226.

<sup>51</sup> Srov. ZEMANOVÁ, V.; DOLEJŠ, M. *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*, s. 53.

<sup>52</sup> Srov. MACHOVÁ, J. a kol. *Výchova ke zdraví*, s. 127.

## 2.3 Další příčiny rizikového chování žáků na druhém stupni základních škol

Co se týče vysvětlování příčin rizikového chování dětí a dospívajících, lze obecně shrnout, že skutečně relevantní teoretická východiska stále ještě nejsou důkladně známa, i když ve skutečnosti existuje mnoho teoretických konceptů, které se rizikovým, ale také problémovým chováním dětí a dospívajících zabývají, přičemž se snaží alespoň rámcově vysvětlovat jeho možné příčiny.<sup>53</sup> V textu dvou předchozích podkapitol byly příčiny rizikového chování zkoumány ve vztahu k rodinnému a školnímu prostředí, což jsou pro děti a dospívající dvě ze sociálního a socializačního hlediska nejdůležitější prostředí. V následujícím textu bude, ovšem nikoli s nárokem na úplnost, věnována alespoň stručná pozornost dalším faktorům, které za jistých okolností mohou fungovat jako příčiny vzniku a rozvoje rizikového chování.

Význam biologických faktorů, mezi které náleží dědičná zátěž, vrozené či získané defekty či případně i psychiatrické diagnózy, dále pak na význam psychických faktorů, jako jsou dlouhodobě prožívané úzkosti, frustrace, depresivní stavy, psychické deprivace, problematické identifikace, ale také emoční labilita, neuroticismus, naučené chybné vzorce chování nebo obranné reakce na prožitá traumata či jiné nepříznivé životní události, různé maladaptace, a také konečně na význam sociálních faktorů, které vysvětlují rozvoj rizikového či přímo deviantního chování na pozadí vazby mezi jedincem a společností. Z tohoto hlediska jsou pak rizikovým chováním ve zvýšené míře ohroženy zanedbávané a také zneužívané děti, lidé s malou sebedůvěrou a sebeúctou, se sklonem k riskování. Obecně pak lze ještě zmínit negativní vliv chudoby, příležitosti k nelegálním činnostem a glorifikaci rizikového chování v médiích.<sup>54</sup>

Biologickým faktorem může být i nadváha a obezita, které jsou stále častějším problémem současné mládeže. Obézní děti se mnohem častěji stávají oběťmi šikany. V tomto ohledu lze hovořit o rizikovém faktoru z pohledu oběti, neboť vztah obezity a nadváhy s šikanou byl prokázán.<sup>55</sup>

---

<sup>53</sup> Srov. SKOPAL, O. a kol. *Vybrané osobnostní rysy a rizikové formy chování českých žáků a žákyň*, s. 24.

<sup>54</sup> Srov. KUKLA, L a kol. *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*, s. 326 – 327.

<sup>55</sup> Srov. JANSSEN, I.; CRAIG, M. W.; BOYCE, F. W.; PICKETT, W. *Associations Between Overweight and Obesity With Bullying Behaviors in School-Aged Children*, s. 187 – 194.

V této souvislosti je však nutné připustit, že každá výrazná kultura se vyznačuje poněkud odlišným pojetím zdraví a nemoci, normality a abnormality a samozřejmě také toho, jaké chování je ještě tolerováno a jaké je naopak již považováno za rizikové či problémové. Pojmy jsou odlišně chápány a vymezovány v individualistických kulturách, jakou se vyznačuje majoritní segment populace ve Spojených státech amerických, na jedné straně a kulturách kolektivistických, jakými se vyznačují Latinoameričané, obyvatelé východní a jihovýchodní Asie na straně druhé. Pro individualistické kultury jsou zmíněné fenomény nazírány jako osobní aspekty, které je možné rozvíjet či potlačovat na základě vlastního přičinění. Pro kolektivistické kultury se naopak jedná o záležitosti štěstí, přirozeného běhu věcí, důsledků nadosobní povahy.<sup>56</sup>

Zajímavý pohled do diskutované problematiky se přináší ve vztahu k rizikovému a problémovému chování seniorů, nicméně závěry a zjištění lze v plné míře vztáhnout i na situaci dětí či dospívajících. Vymezeny jsou tyto tři oblasti příčin rizikového chování:<sup>57</sup>

- Vnitřní příčiny: narušené duševní zdraví, epilepsie, smyslové poruchy, a to zrakového i sluchového charakteru, narušené kognitivní schopnosti, nutnost dodržovat dietu, tělesné postižení, vedlejší účinky léků, bolest, zneužívání návykových látek, závislost či specifický fenotyp negativního charakteru;
- Vnější příčiny: hluk, vysoká či naopak nízká teplota, relativní přelidněnost, špatné osvětlení, nedostatečná či naopak přílišná stimulace, nevyhovující barvy, neoptimální zasedací pořádek ve škole, sterilní prostředí, nepředvídaná či chaotická pravidla, nevyhovující osobní prostor, příliš restriktivní prostředí a dále pak fyzické, sexuální, emocionální či finanční zneužívání;
- Mezilidské příčiny: poškození smyslového vnímání, problémy s mezilidskou komunikací, nedostatečné oceňování, přílišný tlak ze strany kultury či víry, nekorespondující postoje, očekávání a zkušenosti, nedostatečná pozornost, častá či přílišná zklamání, velký strach, naučené negativní chování, nízké sebevědomí, frustrace, nedostatečné pochopení ze strany ostatních lidí.

---

<sup>56</sup> Srov. PTÁČEK, R. a kol. *Etické problémy medicíny na prahu 21. století*, s. 449.

<sup>57</sup> Srov. MALÍKOVÁ, E. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*, s. 287.



Velice specifický zdroj rizikového chování, kterým může být zármutek dítěte či dospívajícího nad úmrtím v rodině. Tento zármutek totiž může vést sekundárně k rozvoji problémového chování ve škole. Pokud se dítěti či dospívajícímu za takové situace nedostane ve škole odpovídající podpory, může se naopak stát prostředím, kde se rozvine agresivní chování vůči učitelům či spolužákům, přičemž školní výsledky obvykle klesají, načež může případně dojít i k rozvoji záškoláctví.<sup>58</sup>

Dále je možné věnovat pozornost vlivu médií na rizikové chování dětí či dospívajících. V této souvislosti je pravděpodobně nejčastěji zkoumána problematika vlivu médií na lidskou agresivitu.<sup>59</sup> Musil<sup>60</sup> shrnuje, že řada odborníků stále pochybuje o tom, že by násilí zobrazované v médiích mělo přímý vliv na agresivitu. Podle nich dosud nebylo uspokojivě vysvětleno, jak násilí zobrazované v médiích a hlavně v televizi způsobuje, že existuje vyšší míra sociálních deviací u jedinců, kteří v dětství a dospívání takové násilí sledovali častěji. Dále konstatuje, že u násilných jedinců může existovat společná příčina agresivity a zájmu o sledování mediálního násilí. Obecná shoda pak panuje v názoru, že u dětí, které jsou vystaveny intenzivnímu vlivu násilí v médiích, nastávají negativní změny psychiky a vnímání reality. Pocity ohrožení, nedůvěra k lidem, nejasný strach, častý neklid vytvářejí frustraci, která může vést až v agresi vůči světu, který je vnímán jako nebezpečný. I v případě, že by neexistoval žádný psychologický mechanismus způsobující, že mediálně zobrazované násilí se stává příčinou reálného agresivního jednání, je možné díky empiricky potvrzené signifikantní korelaci usuzovat, že ona předpokládaná společná příčina zájmu o sledování mediálního násilí v dětství a sklonů k násilnému či kriminálnímu jednání v dospělosti nezapůsobí, nedojde-li ke zvýšenému vystavení dítěte mediálně prezentovanému násilí.<sup>61</sup>

---

<sup>58</sup> Srov. KREJČOVÁ, Lenka. *Psychologické aspekty vzdělávání dospívajících*, s. 149.

<sup>59</sup> Viz např. GILES, D. *Psychologie médií*.

<sup>60</sup> Ale rovněž např. JIRÁK, J.; KÖPPLOVÁ, B. *Média a společnost*.

<sup>61</sup> Srov. MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*, s. 131 – 137.

### 3 Prevence rizikového chování žáků na druhém stupni základních škol

Miovský a kol. za prevenci rizikového chování považují „*jakékoli typy výchovných, vzdělávacích, zdravotních, sociálních či jiných intervencí směřujících k předcházení výskytu rizikového chování, zamezujících jeho další progresi, zmírňujících již existující formy a projevy rizikového chování nebo pomáhajících řešit jeho důsledky.*“<sup>62</sup>

Pod termínem prevence rizikového chování se rozumějí „*veškeré aktivity a také opatření směřující k předcházení a minimalizaci jevů, které jsou spojeny s rizikovým chováním a jeho důsledky. V oblasti prevence rizikového chování se rozlišuje prevence primární, která se ještě dělí na prevenci specifickou a nespecifickou, a dále pak prevence sekundární a terciární.*“<sup>63</sup> Tolik tedy klasifikace rovin prevence. Na úvod této kapitoly lze ještě obecně předeslat, že prevence by měla zahrnovat všechny snahy o pozvednutí celkové úrovně v podstatě všech základních komponent zdraví, a to jak posilováním plné tělesné, duševní a sociální pohody, tak i zvyšování odolnosti vůči nejrůznějším rizikům.<sup>64</sup>

Již výše bylo zmíněno členění prevence do tří základních rovin. Primární prevence spočívá v předcházení problémům ještě předtím, než takové problémy vůbec vzniknou. Ovšem sekundární prevence začíná až po vzniku problémů, ale ještě před tím, než problémy jedincům způsobily nějaké vážnější poškození. A konečně terciární prevence se pak snaží zmírnit již vzniklé následky a předejít tak dalším škodám.<sup>65</sup> Lze dodat, že v podstatě všichni autoři se na tomto rozlišení úrovní prevence v zásadě shodují. Vzhledem k tomu, že rodiny a školy, představují sféru, ve které se odehrává primární prevence, bude právě jí věnováno nejvíce pozornosti.

Lze upřesnit zmíněné úrovně prevence rizikového jednání prezentující následujícím způsobem:<sup>66</sup>

- Primární prevence: snaží se zabránit vzniku rizikového chování dopředu, tedy ještě dříve než se vůbec objeví. Nespecifická primární prevence je zaměřena na žádoucí a vhodné formy chování, na zdravý životní styl. Specifická primární

---

<sup>62</sup> MIOVSKÝ, M. a kol. *Primární prevence rizikového chování ve školství*, s. 24.

<sup>63</sup> BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*, s. 228 – 229.

<sup>64</sup> Srov. MACHOVÁ, J. a kol. *Výchova ke zdraví*, s. 12.

<sup>65</sup> Srov. VELIKOVSKÁ, M. *Psychologie obětí trestných činů*, s. 117.

<sup>66</sup> Srov. OREL, M. a kol. *Psychopatologie*, s. 234 – 235.

prevence je již cílenější na konkrétní rizika. Její součástí může být všeobecná osvěta, informovanost a veřejné povědomí, a to ohledně rizikového chování samotného, tak o konkrétních možnostech léčby;

- Sekundární prevence:<sup>67</sup> zaměřuje se na rizikovou skupinu, přičemž se snaží minimalizovat následky a škody. Měla by tedy být realizována u těch jedinců, kteří již rizikové chování realizují nebo jsou k jeho realizaci velmi náchylní. V popředí je snaha zabránit dalšímu rozvoji a prohloubení rizikového chování a měla by tudíž zahrnovat jak diagnostiku, tak rovněž snahu o nápravu;
- Terciární prevence: je určena pro ty jedince, kteří se již rizikovým chováním vyznačují, přičemž se snaží zabránit recidivě. Terciální prevence proto usiluje o zmírnění následků, znovuzařazení do normálního života.

Primární prevenci rizikového chování lze tedy členit na prevenci nespecifickou a specifickou. Specifickou primární prevenci rizikového chování lze dále členit na prevenci všeobecnou, selektivní a indikovanou. Do nespecifické primární prevence, lze zařadit takové aktivity, které nemají přímou souvislost s rizikovým chováním, a dále pak aktivity, které napomáhají snižovat riziko vzniku a rozvoje rizikového chování prostřednictvím lepšího a efektivnějšího využívání volného času. Do této skupiny podle zmíněného autorského kolektivu náleží zájmové, sportovní, kulturní a volnočasové aktivity, které vedou k dodržování určitých společenských pravidel, zásad zdravého rozvoje osobnosti a odpovědnosti za vlastní chování a jednání. Nespecifické programy jsou důležitou součástí péče o děti a mládež, protože nabízejí alternativy rizikovému chování. Efektivita programů však není měřitelná a prokazatelná.<sup>68</sup>

Nespecifická primární prevence rizikového chování se snaží takovému chování předcházet tím, že dětem nabízí širokou paletu pozitivních volnočasových aktivit, ať již sportovního, kulturního či jiného charakteru, které odvádějí pozornost dětí i mládeže od neukázněného, rizikového, asociálního či deviantního chování. Základním cílem nespecifické primární prevence je výchova dětí a mládeže ke zdraví, ke zdravému životnímu stylu, k rozvoji pozitivního sociálního chování. Měla by však zahrnout také usilovnou snahu o zachování integrity osobnosti dětí a dospívajících.<sup>69</sup>

---

<sup>67</sup> Srov. ŠNÝDROVÁ, I. *Psychodiagnostika*, s. 72 – 73.

<sup>68</sup> Srov. KALINA, K. a kol. *Základy klinické adiktologie*, s. 261 – 262.

<sup>69</sup> Srov. BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*, s. 230.

Obecně pak lze upřesnit, že přelom puberty a adolescence je považován za klíčové období pro prevenci rizikového chování, protože někteří dospívající k jednotlivým formám rizikového chování právě začínají intenzivněji inklinovat. Preventivní působení se v tomto vývojovém období jeví jako nejvýhodnější, protože není zaměřeno na témata, která dospívajícím ještě nic neříkají, a současně část z nich s různými formami rizikového chování teprve začíná koketovat, což znamená, že prevence je osloví právě včas a tudíž by mohla splnit svůj účel.<sup>70</sup>

Za specifickou primární prevenci rizikového chování pak lze považovat takové aktivity, které se specializují na některou z konkrétních forem rizikového chování. Tato úroveň prevence se proto zaměřuje na jasně definovanou cílovou skupinu, u které se perspektivně může objevit rizikové chování. V tomto případě je vhodné působit na mládež selektivně a specificky.<sup>71</sup> V praxi to pak znamená, že autoři, ale také účastníci příslušných preventivních programů či aktivit vědí, že se daná preventivní činnost týká šikany, drogových závislostí, vandalismu, ale také záškoláctví, xenofobie či jiného projevu rizikového chování.<sup>72</sup>

Problematicke specifické primární prevence se věnuje mimo jiné i příslušný metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy České republiky, který pedagogy všech škol nabádá, aby se prioritně zaměřovali zejména na následující rizikové projevy v chování žáků: agrese, šikana, kyberšikana, násilí, vandalismus, intolerance, antisemitismus, extremismus, rasismus, xenofobie, ale také homofobie, záškoláctví, závislostní chování, užívání všech druhů návykových látek netolismus, gambling, rizikové sporty a rizikové chování v dopravě, celé spektrum poruch příjmu potravy, negativní působení sekt a rizikové sexuální chování.<sup>73</sup>

Specifickou prevencí dále můžeme členit do tří úrovní, a to v závislosti na tom, jaká je míra ohrožení cílové skupiny. Cílové skupiny je vhodné posuzovat zejména podle kritérií věku, míry sociální a zdravotní zátěže. Všeobecná primární prevence je zaměřená na běžnou populaci dětí, a to bez rozdělování na více či méně rizikové skupiny. Zohledňuje se pouze obecná prevalence daného rizikového chování na průměrné úrovni ohrožení rizikovými faktory. Selektivní primární prevence se pak zaměřuje na skupiny osob, u kterých jsou již ve zvýšené míře přítomny rizikové

---

<sup>70</sup> Srov. KREJČOVÁ, L. *Psychologické aspekty vzdělávání dospívajících*, s. 146.

<sup>71</sup> Srov. KALINA, K. a kol. *Základy klinické adiktologie*, s. 262.

<sup>72</sup> Srov. BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*, s. 229.

<sup>73</sup> Srov. KNOTOVÁ, D. a kol. *Školní poradenství*, s. 51.

faktory pro vznik a vývoj různých forem negativních sociálních jevů, tedy na skupiny nadprůměrně ohrožených dětí. Co se týče indikované primární prevence, lze konstatovat, že ta se zaměřuje na jedince, kteří jsou již vystaveni působení výrazně rizikových faktorů, případně u kterých se vyskytly první projevy rizikového chování. Takové děti by však měly být ideálně identifikovány ještě ve fázi, kdy experimentují, avšak zatím nedosáhli bodu, kdy může být stanovena diagnóza konkrétní formy rizikového chování. Snahou je tedy podchytit problém co nejdříve.<sup>74</sup>

Z psychologického hlediska mimo jakoukoli pochybnost představuje základní pilíř primární prevence *„samotná rodina. Její významná úloha spočívá v harmonické výchově dítěte, a to hlavně ve výchově citové, která se asi nejvýznamněji odráží v chování a jednání každého jednotlivce. Navázání pevných citových vztahů s dítětem, dostatečná stimulace, poskytování bezpodmínečné lásky umožňují zdravý osobnostní vývoj jedince, který prostřednictvím učení a vhodných výchovných vzorů vede ke zralému a také sebevědomému pohledu na svět a jeho participaci na něm.“*<sup>75</sup> Zcela zásadní je význam rodiny, který v tomto ohledu nelze plnohodnotně nahradit vlivem žádného jiného sociálního faktoru.

---

<sup>74</sup> Srov. KALINA, K. a kol. *Základy klinické adiktologie*, s. 262 – 264.

<sup>75</sup> VELIKOVSKÁ, M. *Psychologie obětí trestných činů*, s. 117.

## 4 Význam volného času v rámci prevence rizikového chování

Volný čas lze definovat jako čas, kdy člověk nevykonává své činnosti pod tlakem závazků, které vyplývají z jeho sociálních rolí. Volný čas je tedy vymezen jako čas, který jedinci zbývá po splnění jeho pracovních i nepracovních povinností a po uspokojení jeho základních biologických potřeb. K realizaci volnočasových činností člověk přistupuje s pozitivními očekáváními, účastní se jich na základě svého vlastního svobodného rozhodnutí. Jedná se tedy o dobu, kdy se člověk může svobodně realizovat. Efektivní využívání volného času přispívá k tělesnému i duševnímu zdraví jedince a podporuje také pozitivní mezilidské vztahy. Je proto ve všeobecném společenském zájmu, abychom ve výchově dětí již od malička pěstovali schopnost naučit se s volným časem hospodařit a využívat jej výrazně pozitivním a prosociálním způsobem.<sup>76</sup>

Obecně lze konstatovat, že význam volného času a jeho využití dětmi a mládeží v rámci moderní společnosti výrazně narůstá. Vzhledem k tomu, že potřeby a zájmy dětí a mládeže se ve vztahu k volnému času stávají stále různorodějšími, bude se muset nabídka pro volný čas efektivně měnit. V kontextu tématu této práce je podstatné, že se již delší dobu posiluje kompenzační role volného času, což znamená, že se rozšiřuje rejstřík volnočasových činností, které do jisté míry dokážou vyrovnávat jednostrannost zájmů určité části dětí. V životě dětí a mládeže se také mnohé vlivy odrážejí negativně, což je způsobeno mimo jiné i komplikovanými sociálními a ekonomickými podmínkami části rodin.<sup>77</sup>

Vhodně volené a pozitivní volnočasové aktivity mohou plnit preventivní a kompenzační funkci, a to jak obecně v rámci osobnostního rozvoje, tak specificky ve vztahu k rizikovému chování. V tomto ohledu je nutné volný čas chápat a také oceňovat jako velice významnou sféru, která je rozšiřována v souvislosti s tím, jak se společnost civilizačně a technologicky rozvíjí.

---

<sup>76</sup> Srov. PROCHÁZKA, R. *Teorie a praxe poradenské psychologie*, s. 127.

<sup>77</sup> Srov. HÁJEK, B.; HARMACH, J. *Děti, vedoucí, volný čas*, s. 34.

## 4.1 Možnosti trávení volného času u žáků druhého stupně základních škol

Volný čas tedy představuje dobu, ve které se jedinec může svobodně realizovat, efektivní či optimální využívání volného času významným způsobem přispívá k rozvoji fyzického i psychického zdraví a podporuje dobré mezilidské vztahy. Mezi hlavní funkce volného času náleží odpočinek, a to jak pasivní, tak i aktivní, dále pak zábava podílející se rovněž na regeneraci duševních sil a konečně rozvoj osobnosti, a to prostřednictvím spoluúčasti na vytváření kultury daného společenství. Kompenzace spočívající v odstraňování zklamání a frustrace, výchovu a další vzdělávání, dále pak kontemplaci, tedy hledání smyslu života a duchovní výstavbu života, ale také komunikaci, tedy sociální vztahy a partnerství, participaci, tedy podílení se účast na vývoji společnosti, integraci, čili stabilizaci života rodiny, a konečně akulturaci, čili osvojení kultury a norem.<sup>78</sup>

Je však nutné upozornit, reálný objem volného času v posledních dvou desetiletích paradoxně buď stagnuje, nebo dokonce mírně, nicméně setrvale klesá, k čemuž dochází i přes masivní rozšiřování moderních informačních a komunikačních technologií. Platnost tohoto zjištění se však primárně vztahuje na dospělou složku populace v produktivním věku.<sup>79</sup>

Možnosti trávení volného času u žáků druhého stupně základní školy je skutečně vhodné posuzovat na základě pochopení jednotlivých funkcí volného času. V této souvislosti a v kontextu rozvoje dospívajících vymezují především následující funkce výchovy ve volném čase:<sup>80</sup>

- Výchovně vzdělávací funkce:<sup>81</sup> spočívá v záměrném a také cílevědomém ovlivňování osobností dětí a dospívajících. Podmínky volného času dávají možnost působení na psychickou, fyzickou i sociální stránku osobnosti, na rozvíjení rozumových schopností, emocí či volných vlastností. Výchova ve volném čase dává také prostor pro uspokojování a kultivaci nejrůznějších potřeb, dále pro uspokojování, usměrňování a rozšiřování zájmů a konečně

---

<sup>78</sup> Srov. KOLAŘÍK, M. *Interakční psychologický výcvik pro praxi. Nové hry pro výcvikové skupiny*, s. 103.

<sup>79</sup> Srov. KESNER, L. *Marketing a management muzeí a památek*, s. 81.

<sup>80</sup> Srov. BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*, s. 122 – 123.

<sup>81</sup> Viz také KIRCHNER, J. *Psychologie prožitku a dobrodružství: pro pedagogiku a psychoterapii*.

pro objevování a rozvíjení specifických dovedností. V rámci zájmových skupin také probíhá nenásilné sociální učení a osvojování řady dovedností;

- Zdravotní funkce:<sup>82</sup> měla by spočívat v tom, že veškeré volnočasové aktivity podporují zdravý tělesný, duševní i sociální vývoje dítěte či dospívajícího. Za tímto účelem lze vhodně uspořádat režim dne, zařazovat pohybové aktivity, a to právě u dětí školního věku, které mají v průběhu vyučování pohybu nedostatek, vést děti ke zdravému stravování, k dodržování pitného režimu či odstraňování stravovacích zlovyků, dále pak pěstovat a upevňovat různé hygienické návyky v péči o tělo, ale také dodržovat zásady bezpečnosti práce ve škole a konečně respektovat požadavky psychohygieny, utvářet pohodové klima, podporovat pozitivní mezilidské vztahy ve vrstevnickém kolektivu;
- Sociální funkce:<sup>83</sup> nejčastěji spočívá v zajištění bezpečnosti, dohledu nad dětmi, jejich hlídání v čase mimo vyučování, který děti netráví s rodiči. Sociální funkce subjektů, ve kterých dítě tráví volný čas, však spočívá také v možnosti navazovat rozmanité sociální vztahy, přátelství a kamarádství s jedinci, kteří se vyznačují podobnými zájmy, setkávat se třeba s novými autoritami, hrát nové sociální role, zdokonalovat své dovednosti v oblasti sociální percepce a komunikace, realizovat nenásilné sociální učení.

Další funkcí výchovy ve volném čase je pak funkce preventivní, která má velký význam právě ve vztahu k rizikovému chování dětí a mládeže. Této funkci však bude věnována podrobnější pozornost až níže v textu příslušné podkapitoly. Na tomto místě lze pouze stručně předestlat, že v rámci sféry volného času je však možné realizovat nejen potenciálně účinnou prevenci nejrozumnějších projevů rizikového chování, nýbrž ve volném čase je možné rizikové chování také realizovat.

Trávení volného času u dětí a mládeže v České republice se v současné době již v podstatě nijak neodlišuje od způsobů trávení volného času u vrstevníků ve vyspělých státech západní či severní Evropy. Na jedné straně je pro volnočasové aktivity dětí a dospívajících charakteristická orientace na masovou medializovanou spotřební kulturu a s ní spojené formy zábavy, odpoutání, úniku, dále pak nízká kulturní kompetence a požadavek na okamžité uspokojení, na druhou stranu je však tato část populace podle zmíněného autora charakterizovaná objektivně stále vyšší vzdělaností,

---

<sup>82</sup> K této problematice viz rovněž SIKOROVÁ, L. *Potřeby dítěte v ošetrovatelském procesu*.

<sup>83</sup> Podrobněji viz také GULOVÁ, L. *Sociální práce. Pro pedagogické obory*.



mobilitou, zájmem o spíše hodnotné a autentické prožitky a kvalitní způsoby trávení volného času.<sup>84</sup> Děti a dospívající v České republice na rozdíl od svých vrstevníků ve vyspělých státech Evropské unie prožívají svůj volný čas daleko méně strukturovaným a diferencovaným způsobem. Podobně jako děti či dospívající v dalších státech střední, východní a jihovýchodní Evropy, i v České republice se děti a dospívající hojně zapojují do práce doma a pomoci rodičům.<sup>85</sup>

Před závěrem této podkapitoly lze upozornit na výsledky zajímavého empirického šetření, které v roce 2011 realizoval kolektiv odborníků pod vedením Bocana mezi příslušníky populační skupiny dětí ve věku 6 až 15 let. Zmíněný autorský kolektiv zjistil, že způsoby trávení volného času dětí v České republice v současnosti ovlivňuje celá řada faktorů, jako věk či pohlaví, ale především vzdělání rodičů a socioekonomické postavení rodiny. Na základě způsobů trávení volného času pak lze vymezit pět základních oblastí aktivit:<sup>86</sup>

- Neorganizovaná činnost: zahrnuje pobyt dítěte s kamarády venku, návštěvy u kamarádů doma, sportovní aktivity mimo organizované kroužky, sledování televize. Tyto volnočasové aktivity náleží mezi vůbec nejrozšířenější;
- Oblast IT a hudby: zahrnuje veškeré činnosti realizované prostřednictvím internetu, chatování, hraní počítačových her, sledování filmů na DVD nebo na počítači, poslech hudby, což moderní informační a komunikační technologie v současné době již umožňují. Tato oblast představuje takový způsob trávení volného času dětí, který je ve srovnání s jinými způsoby spíše více rozšířen, u starších dětí poslech hudby představuje dokonce jednu z vůbec nejrozšířenějších volnočasových aktivit;
- Sport a kroužky: zahrnuje činnosti realizované v organizovaných sportovních kroužcích, či oddílech, ale také návštěvy nespportovních kroužků a intenzivní sport mimo kroužky. Tato oblast představuje způsob trávení volného času, který je ve srovnání s jinými oblastmi rozšířen pouze středním způsobem;
- Intelektuální činnost: zahrnuje četbu knížek či časopisů, návštěvu knihoven, domácí učení zahrnující jak přípravu do školy, tak i samostudium, ale také některé vzdělávací kroužky. Do této oblasti spadají aktivity, jejichž

---

<sup>84</sup> Srov. KESNER, L. *Marketing a management muzeí a památek*, s. 82.

<sup>85</sup> Srov. HUBINKOVÁ, Zuzana a kol. *Psychologie a sociologie ekonomického chování*, s. 89.

<sup>86</sup> Srov. BOCAN, M. a kol. *Děti v ringu dnešního světa. Hodnotové orientace dětí ve věku 6 až 15 let*, s. 52 – 53.

rozložení v populaci je odlišné. Zatímco učení náleží mezi nejrozšířenější volnočasové aktivity, četba knížek a časopisů patří mezi středně frekventované, naopak návštěva naučných zájmových kroužků a zejména pak knihoven představuje ve srovnání s ostatními volnočasovými aktivitami spíše okrajovou záležitost;

- Orientace na spotřebu: zahrnuje návštěvy fastfoodů, nakupování na různých místech, návštěvy kin. Mezi dětmi je tato oblast rozšířena jen okrajově.

Organizované volnočasové aktivity jistě představují bezpečný způsob trávení volného času. V období staršího školního věku se již také výrazněji projevuje zájem a talent konkrétního dítěte, a to společně se schopností vynaložit jistou vůli a úsilí pro dosažení vytyčeného cíle. Rodiče by však při výběru organizovaných mimoškolních aktivit svého dítěte měli postupovat velmi uváženě a vyváženě. Pokud dítě již realizuje výkonové aktivity, jako je výuka cizího jazyka nebo hra na určitý hudební nástroj, kde dítě musí hodně cvičit a také se učit a připravovat, pak je vhodné vyrovnat to nějakým kroužkem typu skautského či turistického oddílu či kroužku ochrany přírody. Jedná se primárně o takové typy organizovaných volnočasových aktivit, kde se dítě pohybuje v přirozené skupině vrstevníků, se kterými aktivně podniká určité akce. Dítě zde jen pasivním způsobem nekonzumuje volnočasový program, nýbrž je často aktivním aktérem.<sup>87</sup> Na závěr této podkapitoly lze dodat, že pro většinu rodičů je velmi důležité vědět, kde mohou jejich děti organizovaně trávit volný čas. Většina rodičů přitom má o tom, co je jejich dětem v místě bydliště nabízeno, opravdu dobrý přehled. Jen velice malá část rodičů má v tomto ohledu podle svého vlastního přiznání přehled špatný.<sup>88</sup>

## **4.2 Vliv rodiny na trávení volného času u žáků druhého stupně základních škol**

Aktivní trávení volného času představuje nejen výzvu k zábavě, relaxaci, učení se novým věcem, přičemž v případě dětí a mládeže působí často také jako vhodná prevence proti sklonům k rizikovým projevům chování. Rodina má nejen zásadní vliv

---

<sup>87</sup> Srov. HORÁKOVÁ HOSKOVCOVÁ, S.; SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ, L. *Výchova k psychické odolnosti dítěte. Silní pro život*, s. 103 – 104.

<sup>88</sup> Srov. ŠIMKOVÁ, S. *Já chci do oddílu aneb jak si děti a rodiče vybírají kroužky a oddíly*, s. 7.

na vývoj dětí, ale také na jejich přístup k trávení volného času. Rozhodujícím faktorem, který ve vztahu k trávení volného času dětí hraje zásadní roli, je společenskoekonomické postavení rodičů a jejich vzdělání. Hodnotový svět dětí je zásadně určován životním stylem rodiny. Děti z rodin s vyšším socioekonomickým statusem a děti rodičů s vyšším vzděláním tráví volný čas aktivněji a organizovaněji. Tyto děti se také k životu staví pozitivněji a aktivněji, což se týče i jejich životních priorit. Rodiče jsou však nejdůležitější zejména pro malé děti. S jejich přibývajícím věkem výrazně stoupá vliv kamarádů, vrstevníků, médií, internetu a dalších informačních a komunikačních technologií. Děti, které tráví volný čas aktivně a v organizacích poskytujících zájmové či neformální vzdělávání – typicky tedy organizované volnočasové aktivity – jsou v běžném životě subjektivně šťastnější a spokojenější.<sup>89</sup>

Velice důležitou součástí výchovy dětí je správné využívání volného času po výuce, během víkendů a o prázdninách. Během tohoto času totiž děti mohou nabýt nebo ztratit dobré či škodlivé návyky, které mají velký vliv na jejich osobnostní rozvoj. Rodiče by měli vést děti k tomu, aby alespoň část svého volného času využívaly k aktivitám, které kromě zábavy mohou také doplňovat nějaký aspekt jejich sebevzdělávání a seberozvoje, ať se již jedná o sport, četbu, učení se cizím jazykům. Děti by však neměly být zatěžovány dalšími povinnými činnostmi, nýbrž spíše by mělo jít o to, aby se děti naučily kreativně si uspořádat volný čas. Není totiž vhodné, aby děti ztotožňovaly odpočinek s leností a nečinností.<sup>90</sup> Nečinnost totiž může představovat faktor, v důsledku kterého se ze sféry volného času stane sféra, ve které se u některých dospívajících jedinců začne rozvíjet rizikové chování, které může vyústit až v kriminální aktivity.

Rodina do značné míry určuje životní styl svých členů, což se samozřejmě týká i volného času, protože ten je jedním z ukazatelů životního stylu. Od rodičů se děti učí chápat volný čas jako jistou hodnotu, učí se hospodařit s ním a naplňovat jej určitými aktivitami. Rodiče mají v tomto ohledu mnoho možností, přičemž svým dětem především slouží jako vzory pro napodobování. Dále samozřejmě mají mnoho možností trávit společně se svými dětmi volný čas při zajímavých činnostech. Právě z těchto

---

<sup>89</sup> Srov. BOCAN, M. a kol. *Děti v ringu dnešního světa. Hodnotové orientace dětí ve věku 6 až 15 let.*, s. 7 – 8.

<sup>90</sup> Srov. MIRAS, J.; BAÑARES, J. *Manželství a rodina*, s. 132.

důvodů je žádoucí, aby rodiče věnovali pozornost dětským zájmům a podporovali činnosti svých dětí.<sup>91</sup>

Životní styl dítěte je především životním stylem jeho rodiny. Způsob a kvalita trávení volného času rodiny jsou pro rozvoj dítěte a jeho schopností či talentu klíčové. U nejnáročnějších aktivit mladého člověka stál vždy na počátku zájem a péče jeho rodičů a společné volnočasové aktivity rodiny. Jak se dítě vyvíjí a roste, klesá přitom dominance rodiny a v sociálním poli se objevují další prvky, především vrstevníci, což jsou stimuly pro další rozvoj a utváření životního stylu. Volný čas a volnočasové aktivity jsou nejvýznamnější právě pro mládež, přičemž nejširší spektrum volnočasových aktivit je charakteristické pro dospívající ve věku 15 až 17 let.<sup>92</sup> Právě tato věková skupina je také výrazněji ohrožená různými projevy rizikového chování.

Nelze docenit význam času, který rodiče či případně jiní dospělí příslušníci rodiny tráví společně s dětmi. Ovšem další významný pozitivně ovlivňující faktor v této souvislosti představuje stanovení dětských povinností v rodině, protože povinnosti propojují volný čas dětí s domovem a současně přispívají k tvorbě pocitu zodpovědnosti již v dětství.<sup>93</sup> Čas, který rodiče tráví společně se svými dětmi, představuje čas, který se významným způsobem pozitivně projeví v emočním prožívání dětí, v jejich psychickém vývoji a obecně pak v průběhu jejich socializace a života v dospělosti.

Realizace volného času v rodinách závisí především na jejich sociálním statusu, vzdělání, životním stylu, ale i vztahu k volnočasovým potřebám dětí. Pokud děti neumějí volný čas využít, pak může docházet k jejich nežádoucímu chování a k nárůstu rizikového chování. V praxi se můžeme setkat s extrémem, kdy na jedné straně určité dítě celý svůj volný čas tráví u počítače či potulováním venku, zatímco na druhé straně jiné dítě je zcela zahlceno nejrůznějšími organizovanými aktivitami, které v rámci týdne navštěvuje. Z toho je patrné, že ani jeden ze způsobů trávení volného času není optimální. Je proto zapotřebí ve společné práci s rodinou hledat možnosti optimalizace. Rodina má totiž ve vztahu k volnočasovým potřebám dítěte plnit především následující funkce. Jedná se o funkci inspirátora, podporovatele, ale také realizátora volnočasových aktivit. Je zapotřebí vést děti ke kreativnímu přístupu k trávení volného času.

---

<sup>91</sup> Srov. BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*, s. 130.

<sup>92</sup> Srov. SAK, P.; KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*, s. 98 – 99.

<sup>93</sup> Srov. PAVLOVSKÝ, P. a kol. *Soudní psychiatrie a psychologie*, s. 156 – 157.

To znamená, že rodiny by měly učit děti přistupovat k volnému času tvůrčím způsobem a tím vytvářet pozitivní postoje k životu.<sup>94</sup>

Lze tedy považovat za prokázané, že způsob, intenzitu a kvalitu prožívání a trávení volného času dětí ovlivňuje socioekonomický status jejich rodičů. Pokud jako obecně platnou přijmeme tezi, která není rozporována v podstatě žádnými autory odborné literatury, že ve sféře volného času je možné realizovat prevenci rizikového chování u dětí a dospívajících, pak je nutné dospět k závěru, že svou roli v tomto ohledu, mimo jiné i prostřednictvím různých možností trávení volného času, opět hraje zmíněný socioekonomický status rodičů a samozřejmě i jejich vzdělání a osobnostní charakteristiky. Lépe situované rodiny tedy v tomto ohledu mají více možností jak podporovat pozitivní aktivity svých dětí. Na jednotlivých rodičích pak záleží, jakým způsobem tyto možnosti dokážou využít.

V kontextu všeho výše uvedeného lze prezentovat ve vztahu k životnímu stylu a volnému času dětí následujících pět přibližně stejně početných skupin rodičů.<sup>95</sup>

- Rodinný typ: tito rodiče vyznávají spíše tradiční způsob života. V žebříčku hodnot mají na prvním místě rodinu, které věnují téměř veškerý svůj volný čas. Tito rodiče se o své děti zajímají, vědí, co je baví, mají přehled, co a kdy dělají, a snaží se jim zorganizovat volný čas co možná nejsmysluplněji;<sup>96</sup>
- Nároční rodiče: jedná se o skupinu poměrně bohatých rodičů, kterým záleží především na kvalitě prožívání volného času dětí. Přestože nejsou typem vyloženě rodinným, o své děti mají zájem, chtějí, aby mohly v životě dělat to, co je baví, a poskytují jim pro to dostatečný prostor a podporu, i finanční;<sup>97</sup>
- Moderní rodiče: jedná se o úspěšné moderní lidi, kteří rádi zkoušejí nové věci, sami se vyznačují množstvím zájmů a o totéž se snaží i u svých dětí. Pamatují si, co je v dětství bavilo, a tytéž aktivity se snaží nabízet i dětem;
- Chudší rodiče:<sup>98</sup> pro příslušníky této příjmově slabší sociální skupiny je výběr dětských kroužků podstatně omezen zejména finančními možnostmi rodiny a také dostupností kroužků. Děti těchto rodičů méně často navštěvují zájmové

---

<sup>94</sup> Srov. PROCHÁZKA, R. *Teorie a praxe poradenské psychologie.*, s. 130.

<sup>95</sup> Srov. ŠIMKOVÁ, Svatava. *Já chci do oddílu aneb jak si děti a rodiče vybírají kroužky a oddíly*, s. 9

<sup>96</sup> Ke stejnému závěru dospívá i SEDLÁČKOVÁ, D. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka.*

<sup>97</sup> Socioekonomický faktor ve vztahu k volnočasovým aktivitám zmiňují i SAK, P. SAKOVÁ, K. *Mládež na křižovatce. Sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace.*

<sup>98</sup> K problematice vlivu socioekonomické situace na život rodiny viz také GILLERNOVÁ, I. a kol. *Psychologické aspekty změn v české společnosti. Člověk na přelomu tisíciletí.*

aktivity či školní družinu a naopak se častěji věnují vlastním zájmům doma nebo svůj volný čas tráví venku s kamarády, což však nemusí být optimální;

- Uzavření rodiče: tato skupina rodičů nejeví o volnočasové aktivity svých dětí příliš velký zájem, což je způsobeno mimo jiné i tím, že se jedná většinou o rodiče starších dětí. Volný čas svých dětí tyto lidé neorganizují a ani o něm nemají dostatečný přehled. Dítě si své aktivity vybírá převážně samo.

V oblasti volného času rodin a dětí je však možné napáchat určité chyby. Jedním ze současných negativních trendů je zapojovat děti již v předškolním věku do širokého spektra kroužků a zájmových aktivit. Zájmové kroužky jsou samozřejmě v mnoha ohledech užitečné a jejich význam pro trávení volného času je nesporný, nicméně v tomto ohledu existuje určité riziko. V souvislosti se schopností být sám sebou lze z dlouhodobého hlediska při nadměrném konzumu kroužků vyslovit obavu, že se dítě nenaučí trávit čas jen tak samo se sebou, tedy volnou nijak neorganizovanou zábavou. Dítě tak může být doslova odsouzeno k potřebě zábavy poskytované z vnějších zdrojů. Pokud pak dítě nebude mít prostředky nebo vůli zaopatřit si hodnotnou zábavu, snadno se může uchýlit k nadměrnému sledování televize, v horším případě pak ke konzumaci alkoholu a drog, které klamnou iluzi dobře prožitého času konkrétnímu jedinci poskytnou.<sup>99</sup>

Lze dodat, že dítě se ve volném čase nemusí uchýlit pouze ke sledování televize, nýbrž také k činnostem realizovaným prostřednictvím nejrůznějších informačních a komunikačních technologií, které televizi v současné době zdatně konkurují a v mnohém ji již překonávají. Jeví se jako vysoce pravděpodobné, že pro současné generace dětí a dospívajících již televize nebude hrát ani zdaleka tak významnou roli jako pro generace jejich rodičů.

Rodina představuje rozhodujícího činitele socializace. Dvě rodiny ze stejné kultury, ale s rozdílným společenským postavením, se mohou vyznačovat odlišným postojem k jednotlivým oblastem života, typicky např. právě k volnému času. Pro rodiny z vyšších společenských vrstev představuje volný čas jakousi říši svobody a současně prostor pro realizaci oblíbených činností a tím i pro vývoj osobitých zájmů dětí. Příslušníci nižších sociálních vrstev obvykle svůj volný čas tráví mnohem pasivněji, a to pouhým odpočinkem, sledováním televize atd. Ovšem příslušníci nižších sociálních

---

<sup>99</sup> Srov. HORÁKOVÁ HOSKOVCOVÁ, S.; SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ, L. *Výchova k psychické odolnosti dítěte. Silní pro život.*, s. 102 – 103.

vrstev, mnohdy prostě z ekonomických či existenčních důvodů, ve svém volném čase vykonávají dodatečné práce. Specifické pojetí volného času pak rodiče prostřednictvím výchovy dále přenášejí na své potomky, což přispívá k reprodukci vrstevního vědomí, v tomto případě tedy rozdílných názorů na to, že volný čas je prostorem pro odpočinek na jedné straně nebo pro osobnostní rozvoj na straně druhé.<sup>100</sup>

Rodiče by měli působit jako pozitivní vzory ve vztahu k užívání volného času. Sami by měli umět s volným časem dobře hospodařit, což znamená volný čas nepřeceňovat, ale ani nepodceňovat. Dobrým vzorem jistě nebude ten rodič, který tráví většinu času v zaměstnání a i doma se věnuje různým pracovním povinnostem, či matka, která nemá čas si pohrát s dětmi, protože se snaží vzorně pečovat o domácnost. Jako špatný příklad však samozřejmě slouží i ti rodiče, kteří po práci svůj čas tráví nečinností nebo kteří jsou dokonce nezaměstnaní. Z jednání rodičů by naopak mělo vyplývat, že plnění povinností i volnočasové aktivity jsou zcela přirozenou součástí života člověka. Pro děti je z hlediska jejich socializace dobré, když vidí, že jejich rodiče mají své záliby, zájmy a koníčky, že se jim ve volném čase věnují a že si navzájem tolerují odlišné zájmy. Společné prožívání volného času je pak mimořádně významné také pro utváření dobrých mezilidských vztahů v rámci rodiny, pro posilování pozitivních emočních vazeb.<sup>101</sup>

Pokud jsou děti ochuzené o pozitivní vzory v oblasti trávení volného času ve svých rodinách, mohou jim různé volnočasové kroužky pomoci. Pokud totiž děti doma vidí, že jejich rodiče tráví volný čas jen před televizí a že se pobaví pouze za asistence alkoholu, pak je pro ně pravděpodobně lepší, když se naučí konzumovat organizovanou zábavu v různých zařízeních volného času. U těch dětí, jejichž rodiny svou funkci neplní, totiž mimoškolní zájmová činnost představuje jakýsi ozdravný ostrůvek v jejich životě.<sup>102</sup> Je tomu tak ovšem pouze v těch případech, kdy jsou volnočasové aktivity smysluplné.

---

<sup>100</sup> Srov. CAKIRPALOGLU, P. *Úvod do psychologie osobnosti*, s. 55.

<sup>101</sup> Srov. BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*, s. 130.

<sup>102</sup> Srov. HORÁKOVÁ HOSKOVCOVÁ, S.; SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ, L. *Výchova k psychické odolnosti dítěte. Silní pro život*, s. 103.

### 4.3 Volnočasové aktivity jako způsob primární prevence rizikového chování

Posuzování potenciálního významu hodnotných volnočasových aktivit jako jednoho z potenciálně účinných způsobů primární prevence rizikového chování dětí a dospívajících je složité, protože u mnoha volnočasových aktivit je jejich výsledek z hlediska obecně stanovených cílů výchovy a vzdělávání jen obtížně vyhodnotitelný.<sup>103</sup> Přesto lze takový význam či účinek hodnotných volnočasových aktivit teoreticky předpokládat.

Cílem výchovy ve volném čase je především naučit děti kvalitně využívat jejich volný čas a chápat jej jako významnou životní hodnotu. Nejvíce jsou ohroženy ty děti, které nemají žádné hodnotné a trvalé zájmy. Za účelem nejen povzbuzování, ale také modelování zájmů dětí a dospívajících slouží jejich seznamování s širokou škálou volnočasových aktivit, objevování vlastních dispozic a jejich následné rozvíjení, ale také sestavování racionálního režimu dne, uvědomění si vlastních hodnot, rozvíjení zdravého sebevědomí.<sup>104</sup> Nejrůznější aktivity volného času pomáhají řešit negativní jevy mezi dětmi a dospívajícími.<sup>105</sup>

Výchově ve volném čase spočívá především v předcházení nejrůznějším negativním jevům, jako je neukázněnost, lhaní, krádeže, záškoláctví, útěky z domova, agresivita, šikana, vandalismus, experimentování s drogami či jejich zneužívání, gamblerství a další závislosti, ale také problémy v oblasti sexuality, projevy netolerance, rasismu atd. Lze obecně předpokládat, že vhodně zvolené a také dostupné volnočasové aktivity mohou sloužit jako potenciálně efektivní forma nespecifické primární prevence. Zmíněný autorský kolektiv dodává, že u těch dětí, které umí dobře využívat svůj volný čas, které mají své zájmy a věnují se jim, je mnohem méně pravděpodobné, že podlehnou špatným vzorům a projeví se u nich některé z negativních sociálních jevů a projevů rizikového chování. Základní premisa přitom zní, že primární prevence je levná a účinná, a to zejména ve srovnání s prevencí sekundární a terciární.<sup>106</sup>

---

<sup>103</sup> Srov. HEŘMANOVÁ, J. *Metodika pro podporu tvorby ŠVP ve školských zařízeních pro zájmové vzdělávání*, s. 63.

<sup>104</sup> Srov. HÁJEK, B.; HARMACH, J. *Děti, vedoucí, volný čas.*, s. 90

<sup>105</sup> Srov. PROCHÁZKA, R. *Teorie a praxe poradenské psychologie*, s. 131.

<sup>106</sup> Srov. BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*, s. 123.



Rodiče oceňují preventivní přínos pozitivního trávení volného času pro jejich děti, přičemž tento přínos spatřují především ve čtyřech aspektech: jejich děti smysluplně tráví volný čas, ale také získávají nové informace a poznávají něco nového, dále se pak naučí naplánovat si věci a rozvrhnout si svůj čas a konečně získají kamarády, z nichž se časem mohou stát i dobří přátelé.<sup>107</sup>

Stále více rodičů řídí volný čas svých dětí, takže ty mají stále méně příležitostí utvářet si svůj volný čas podle vlastního uvážení. Některé děti téměř nemají šanci zažít nudu nebo nečinnost. Tímto způsobem jsou ochuzeny o šanci naučit se samostatně aktivně a smysluplně využít a vyplnit svůj volný čas a jsou stále odkázány na druhé, kteří jim říkají, co mají dělat. Je velmi snadné nechat se přesvědčit zdánlivou funkčností tohoto přístupu, protože důsledky se neprojeví hned ani nápadně. Prostor, ve kterém mohou být děti spontánní a samy sebou je totiž velmi důležitý. Děti, které jsou příliš ochraňovány a řízeny ze strany dospělých, jsou připravovány o důležité zkušenosti v oblasti mezilidské komunikace, setkávání se s jinými lidmi, experimentování, poznávání vlastních hranic prostřednictvím úspěchů a neúspěchů, v důsledku čehož se postupně později mohou stát neschopnými dospělými.<sup>108</sup> Preventivní význam volného času v tomto případě souvisí s ochotou rodičů ponechat dětem určitou, samozřejmě bezpečnou a optimální, míru autonomie v jednání. Ponechání autonomie dětem ovšem nevylučuje dohled ze strany rodičů. Naopak je nutné konstatovat, že ponechání volnosti dětem citlivý dohled vyžaduje.

Na tomto místě je však nutné upozornit, že odborníci naopak nudu a nečinnost u dětí považují za výrazně rizikový faktor, který může vést až ke kriminalitě mladistvých a nezletilých.<sup>109</sup>

Preventivní význam nejrůznějších sportovních aktivit. *„Sportování dětí. Jednoduché, zcela běžné slovní spojení, za kterým si každý člověk představí konkrétní činnost nejmladší generace. A přece se v něm skrývá množství velmi často protichůdných pohledů. Můžeme v něm vidět hry, které děti hrají před domem nebo na hřišti, patří sem hodiny tělesné výchovy. Chápeme v něm také důležitý zdravotní aspekt, nezbytný pro harmonický vývoj dětí, řadí se také k základním aktivitám volného času, které mohou přispět prevenci negativních sociálních jevů.“*<sup>110</sup>

---

<sup>107</sup> Srov. ŠIMKOVÁ, S. *Já chci do oddílu aneb jak si děti a rodiče vybírají kroužky a oddíly*, s. 17 – 22.

<sup>108</sup> Srov. JIRÁSEK, O. a kol. *Děti a emoce. Učíme děti vnímat, poznávat a pracovat se svými pocity*, s. 22 – 23.

<sup>109</sup> Srov. PAVLOVSKÝ, P. a kol. *Soudní psychiatrie a psychologie*, s. 169.

<sup>110</sup> PERIČ, T a kol. *Sportovní příprava dětí.*, s. 7.

Potenciální preventivní význam různých dětských her se stanovenými pravidly, která dětem poskytují jistotu, ale současně také bezpečí. Hry tohoto druhu jsou významné především z hlediska prevence násilí, protože pomáhají nacvičovat uznávání či respektování hranic, které mají druzí lidé, současně umožňují kontrolu agresivního chování atd.<sup>111</sup>

Preventivní význam pozitivních volnočasových aktivit však není nutné chápat pouze ve vztahu k rizikovému jednání, nýbrž obecněji k lidskému zdraví, protože pevné zdraví a z toho vyplývající optimistický životní pocit mimo jakoukoli pochybnost rovněž fungují jako dobrá primární prevence negativních jevů.

*„Kardio-fitness aktivity a vytrvalostní zatížení mají svoje zákonitosti a specifika. Jejich výhodou je, že mohou být dobrým způsobem, jak aktivně trávit volný čas bez ohledu na věk, kondici a zdraví. Při jejich provozování je třeba mít na mysli pouze omezení, která souvisejí s objemem nebo intenzitou zatížení. Na prvním místě musí být vždy zdraví a prožitek jedince a ne maximální výkon. Aktuálnost kardio-fitness aktivit je dána ústupem přirozených aktivit z každodenního života a nárůstem civilizačních onemocnění, která lidstvo začínají omezovat v plnohodnotném životě.“<sup>112</sup> Právě citovaným konstatováním lze text této podkapitoly uzavřít.*

#### **4.4 Volný čas jako sféra pro rozvoj osobnosti žáků druhého stupně**

Na úvod této podkapitoly lze předeslat následující: *„Možnosti, jak blahodárně a účelně trávit volný čas, jsou stále přítomným předmětem zájmu pracovníků řady pedagogických a sociálních profesí, protože představuje příležitost pro osobnostní a sociální rozvoj dětí a mládeže a také poskytuje důležitý prostor pro vlastní duševní hygienu.“<sup>113</sup>*

Volný čas a volnočasové aktivity jsou ze všech věkových či populačních skupin nejvýznamnější právě pro děti a mládež. Nejširší spektrum volnočasových aktivit je charakteristické pro dospívající ve věku patnácti až sedmnácti let. V tomto věku jsou pro jedince také velmi významné mezilidské vztahy a navazování kontaktů

---

<sup>111</sup> Srov. JIRÁSEK, O. a kol. *Děti a emoce. Učíme děti vnímat, poznávat a pracovat se svými pocity.*, s. 23.

<sup>112</sup> DÝTOVÁ, J. a kol. *Kardio-fitness. Vytrvalostní aktivity v každém věku*, s. 35.

<sup>113</sup> PROCHÁZKA, R. *Teorie a praxe poradenské psychologie*, s. 127.

s příslušníky opačného pohlaví. Celá řada volnočasových aktivit přitom primárně či alespoň sekundárně umožňuje právě setkávání, seznamování a navazování vztahů a známostí.<sup>114</sup> Vývojové období puberty a adolescence tedy představuje takovou část lidského života, kdy dítě či dospívající jedinec obvykle experimentuje s celou řadou volnočasových aktivit, přičemž si z nich postupně vybírá takové, které mu nejvíce vyhovují a kterým se posléze bude věnovat mnohem intenzivněji. Tím dochází k rozvoji osobnosti.

Základní principy pedagogiky volného času jsou:<sup>115</sup>

- Pohled na volný čas jako na prostředek rozvoje osobnosti, upevňování zdraví, volný čas jako výzva a úkol osobnosti: ve svém volném čase může každý dělat to, co se mu líbí, pokud to ovšem není v rozporu se zákony nebo třeba s dobrými mravy. Dítě by se o svém volném čase mělo rozhodovat svobodně;
- Aktivita jedince, překonání pasivní konzumace, rozvoj tvořivosti a nápadů: byt' i nicnedělání má význam v tomto ohledu, že napomáhá regeneraci sil, vychovatelé dítěte by mu měli umět nabídnout různé možnosti, vzbudit jeho zájem a případně i poradit, vést, organizovat a pomáhat dítěti při rozvoji;
- Orientace na sociální kontakt, společné prožívání volného času s rodinou či vrstevníky: existuje řada jedinců, kteří svůj volný čas tráví nejraději sami se sebou. Ovšem děti se obvykle rády setkávají se svými vrstevníky, ale zároveň potřebují mít možnost si zvolit, s kým a jak často budou svůj volný čas trávit;
- Uvolněnost, otevřenost pro nové myšlenky, trendy, zkušenosti: ve volném čase je každý zbaven svých povinností, což vytváří optimální podmínky pro určité uvolnění a spontánnější chování. Jakmile se jedinec takto uvolní, je schopen a ochoten přijímat nové podněty, vyměňovat si názory a zkušenosti;
- Zábava, radost, požitok z činnosti:<sup>116</sup> volnočasové aktivity jsou obvykle činěny dobrovolně a s radostí. Rovněž tato skutečnost značně podporuje kreativitu dětí a dospívajících, přičemž má nepochybně preventivní účinek;
- Uvolnění, odreagování, prostor pro znovunalézání smyslu:<sup>117</sup> pokud dokážeme dětem nabídnout vhodnou volnočasovou činnost, pak jim současně významně pomáháme při nalézání cíle a smyslu další existence.

---

<sup>114</sup> Srov. SAK, P.; KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů.*, s. 99.

<sup>115</sup> Srov. HÁJEK, B.; HARMACH, J. *Děti, vedoucí, volný čas.*, s. 35 – 36.

<sup>116</sup> Podrobněji viz např. také HANUŠ, R. CHYTILOVÁ, L. *Zážitkové pedagogické učení.*

Na tomto místě je vhodné připomenout, že sféra volného času by měla zahrnovat také domácí přípravu dětí a dospívajících do školy či samostudium, jež lze označit i jako sebevzdělávání. V optimálním případě by se děti a dospívající ve svém volném čase měli věnovat jak přípravě do školy, tak i samostudiu, protože v obou případech se jedná o vcelku významný příspěvek k rozvoji osobnosti.

Přinutit se odpoledne k učení vyžaduje od dětí a dospívajících čím dál tím pevnější vůli. V současné době totiž existuje již doslova nepřehledné množství nejrůznějších možností, jak trávit volný čas, přičemž mnohé děti a mnozí dospívající se rádi nechají zlákat zajímavým televizním pořadem, nabídkou atraktivních zájmových kroužků a volnočasových aktivit či vidinou setkání s přáteli. Domácí úkoly a přípravu do školy pak žáci mnohdy jen chvatně vyřídí později odpoledne nebo až večer. Poté, co děti při sportu, hrách vydaly spoustu energie, v sobě musí najít ještě vůli a sílu k učení. Ovšem objektivně platí, že po osmnácté hodině večerní žáci základních škol již rozhodně nejsou schopni podávat žádné smysluplné duševní výkony. Jsou totiž již obvykle vyčerpaní, plní dojmů z televizních pořadů a příběhů, z počítačových her, přičemž část informací, které načerpali dopoledne, již zapomněli.<sup>118</sup>

## 4.5 Volný čas jako sféra pro realizaci rizikového chování

Volný čas se v některých případech může stát sférou pro realizaci rizikového chování. V této souvislosti připomínají empirické studie, které podle nich zjistily, že vyšší úroveň nezávislosti dětí a dospívajících a větší objem volného času, kterým disponují, přispívají k rapidnímu nárůstu kriminality mladistvých. Autoři mnoha studií zjistili, že k největšímu množství přestupků u mládeže dochází mezi patnáctou až dvacátou hodinou, tedy v době po skončení vyučování.<sup>119</sup> Významnou roli v tomto ohledu hraje i skutečnost, že v podstatě již s nástupem puberty se děti začínají více odpoutávat od své rodiny, přičemž volný čas raději tráví s vrstevníky než se svou rodinou.<sup>120</sup> Menší dohled ze strany rodičů pak může usnadňovat realizaci rizikového chování. Je však nutné připustit, že ani nadměrný dohled rodičů není optimální, protože dítě v zájmu dobrého průběhu socializace potřebuje určitou míru autonomie.

---

<sup>117</sup> K této problematice viz např. SLEZÁČKOVÁ, A. *Průvodce pozitivní psychologií. Nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace.*

<sup>118</sup> Srov. KOSSAK, H. *Jak se snadno učit a více si pamatovat. Techniky, cvičení, výsledky*, s. 61.

<sup>119</sup> Srov. PAVLOVSKÝ, P. a kol. *Soudní psychiatrie a psychologie*, s. 157.

<sup>120</sup> Srov. SIKOROVÁ, L. *Dětská sestra v primární a komunitní péči*, s. 97.

Dynamický vývoj, který v České republice probíhal v devadesátých letech minulého století, zcela zásadně změnil situaci v české společnosti, což se nemohlo neprojevit také v oblasti volného času dětí a mládeže. Výrazně přibýlo nových možností, jak trávit volný čas, mnohé volnočasové aktivity se staly zbožím. Přitom obecně platí, že především dospívající se často snaží realizovat a hledat své já v rámci nejrůznějších volnočasových aktivit, z nichž mnohé jsou, ovšem mnohé naopak nejsou příliš pozitivního charakteru. Jako pozitivní lze označit navazování nových přátelství, vznik hudebních kapel, různých projektů, fanklubů. Jako negativní pak samozřejmě musíme vnímat aktivity vedoucí k rozvoji drogové či jiné závislosti, agresivity, trestné činnosti mládeže, šikany a řady dalších projevů rizikového chování dětí a dospívajících.<sup>121</sup>

Děti a dospívající v současné době ve volném čase se věnují v poměrně velké míře nejrůznějším mediálním aktivitám, které jsou v podstatě pasivním trávením volného času, o jejichž obsahu a kvalitě lze velmi často diskutovat, ba spíše pohybovat. Takové aktivity jsou v nejednom případě doplňovány konzumací nezdravého jídla a nápojů, což se negativním způsobem projevuje na zdraví dětí a dospívajících a následně pak působí ekonomickou zátěž celé společnosti. Na druhou stranu klesá frekvence takových aktivit, jako je četba knih, časopisů, návštěvy kin, divadel. Některé skupiny mládeže však svůj volný čas věnují také konzumaci alkoholu či jiných návykových látek.<sup>122</sup>

Jeden z vůbec nejzávažnější a nejnebezpečnějších projevů rizikového chování u dětí a mládeže mimo jakoukoli pochybnost představuje nejrůznější kriminální činnost. Rovněž k jejímu rozvoji v některých případech dochází ve volném čase. Ovšem příčiny pochybení musíme obvykle hledat v rodinném prostředí.

Významnými motivy trestné činnosti dospívajících jsou obecně nuda, která souvisí s nestrukturovaným volným časem. Oba fenomény pak jsou spojené s potřebou odreagovat se. Mnozí dospívající se pak nacházejí na velmi nezřetelném pomezí hry, dobrodružných představ a touhy po dostatku dostupných finančních prostředků. Dospívající se pak dopouštějí krádeží (vloupání do chat či sklepů, drobné krádeže, odcizování součástí motorových vozidel), vandalismu (rozbíjení městského mobiliáře, oken, drobné zhářství atd.), ale také např. pytláctví, které se projevuje třeba amatérským a dobrodružným lovem ryb. Do kategorie delikvence z nudy lze zařadit také fenomén

<sup>121</sup> Srov. SMOLÍK, J. *Subkultury mládeže. Uvedení do problematiky*, s. 18.

<sup>122</sup> Srov. HUBINKOVÁ, Z. a kol. *Psychologie a sociologie ekonomického chování*, s. 88.

sprejerství, ten má však nejrůznější podoby a jeho pachatelé se od sebe značně odlišují. Jednu ze zásadních charakteristik rizikového jednání dospívajících představuje jeho skupinovitost. Samostatně operující dospívající je spíše zvláštností, zatímco naopak jsou typické dvojice a ještě více pak větší skupiny, obvykle party, které vyznávají určité negativní společné hodnoty a společným patologickým způsobem tráví svůj volný čas.<sup>123</sup>

---

<sup>123</sup> Srov. PAVLOVSKÝ, P. a kol. *Soudní psychiatrie a psychologie*, s. 169.

## **Praktická část práce**

### **5 Význam volného času u žáků z pohledu primární prevence rizikového chování**

Tato kapitola se ve svém obsahu zaměří na výzkumné šetření týkající se významu volného času u žáků druhého stupně vybraných základních škol z pohledu primární prevence rizikového chování realizované na školách.

#### **5.1 Představení výzkumného prostředí – základní školy zapojené do výzkumného šetření**

Pro realizaci výzkumného šetření byly vybrány tři základní školy v Českých Budějovicích, do kterých byly distribuovány dotazníky pro děti. Respondenti byli požádáni, aby odpovídali podle pravdy a skutečnosti, aby získané výsledky byly pokud možno co nejobjektivnější. Za tímto účelem byli ujištěni, že jejich odpovědi budou sloužit pouze pro potřeby práce a že jim bude zajištěna absolutní anonymita. Přesto není možné objektivně zjistit, zda někteří respondenti neuvedli takové odpovědi, které nekorrespondují s realitou. To však představuje obecný problém všech dotazníkových šetření. Již na tomto místě je také nutné předeslat, že veškerá zjištění se vztahují pouze ke zkoumanému vzorku respondentů, přičemž je otázkou, nakolik - a zda vůbec - je možné je vztáhnout na celý příslušný segment populace v České republice.

##### **Základní škola A, České Budějovice**

Základní škola je úplná s devíti ročníky, vždy se dvěma až třemi paralelními třídami. Základní škola je zaměřená na umělecké obory – výuku výtvarné a hudební výchovy.

##### **Základní škola B, České Budějovice**

Základní škola funguje jako bezbariérová. Věnuje se výuce a péči o nadané i handicapované žáky. Základní škola má bohatou tradici a zkušenosti s rozšířenou výukou hudební výchovy a umělecké aktivity. Základní škola nabízí kroužky - pěvecký, anglický jazyk, aerobik, keramika, výtvarný, dramatický, zdravotnický.

## **Základní škola C, České Budějovice**

Základní škola vznikla jako úplná škola s kapacitou 20 tříd. Aktuálně se základní škola skládá z budovy základní školy, školní družiny, školní jídelny a mateřské školy. Základní škola disponuje 4 tělocvičnami, velkým sportovním areálem. Od prvního ročníku nabízí základní škola žákům v rámci volnočasového vyžití různé zájmové kroužky – výtvarný, cizí jazyky, vaření, ruční práce, keramika, drátování, sportovní.

## **5.2 Cíl výzkumného šetření, výzkumné otázky a hypotézy**

Cílem výzkumného šetření bude analyzovat názory žáků druhého stupně základních škol na trávení a význam volného času a souvislost úlohy volného času v prevenci rizikového chování a ve vztahu k primární prevenci realizované na dané škole.

Pro naplnění cíle práce byly stanoveny tyto otázky:

1. Převažuje u dětí pasivní nebo aktivní formy trávení volného času?
2. Jaké zkušenosti s rizikovým chováním přiznají děti druhého stupně základních škol?
3. Jak děti na základní škole reflektují realizaci prevence?
4. Jak podle dětí ovlivňují jejich rodiče trávení volného času?
5. Je možné nalézt rozdíl mezi trávením volného času u dětí z 6. a 7. tříd ve srovnání s trávením volného času dětí 8. a 9. tříd?

Pro naplnění cíle práce byly stanoveny tyto hypotézy:

- **Hypotéza 1:** Více než polovina respondentů uvede způsoby trávení volného času, které mají pasivní formu;
- **Hypotéza 2:** Více než třetina respondentů připustí, že ve volném čase realizuje způsoby chování, které lze vnímat jako rizikové;
- **Hypotéza 3:** Více než polovina respondentů uvede, že byli v rámci školní prevence seznámeni s nebezpečnými důsledky rizikového chování;
- **Hypotéza 4:** Více než tři čtvrtiny respondentů uvede, že rodiče rozhodují o způsobech, kterým mohou trávit volný čas;
- **Hypotéza 5:** Budou existovat rozdíly v trávení volného času dětí 6. až 7. tříd a dětí 8. a 9. tříd ZŠ.



### 5.3 Metodika výzkumného šetření

Pro naplnění cíle výzkumného šetření bylo zvoleno metody dotazníkového šetření. Dotazník je metodou využívanou jak v kvalitativním, tak kvantitativním výzkumu. Je metodou písemného kladení otázek, na které respondenti rovněž písemně odpovídají (opak ústního rozhovoru). Otázky v dotazníku bývají pro respondenty vytvořeny v předem stanovené struktuře a promyšleném postupu dotazování. Dotazník je vhodnou metodou, pokud je zájmem získat velký počet odpovědí od většího počtu respondentů, se kterými by bylo velmi časově a finančně náročné zrealizovat například rozhovory nebo případové studie. Vzhledem k tomu, že bylo zájmem oslovit více základních škol, bylo dotazníkové šetření jasnou volbou. Současně je možné čerpat výhodu, kterou je snazší zpracování a vyhodnocení výsledků. Zároveň je třeba zmínit, že dotazník nabízí výhodu anonymity, což může pozitivně ovlivnit relevantnost odpovědí respondentů. Za komplikaci dotazování lze považovat získání dostatečného množství respondentů, neboť především u neosobního oslovení může hrozit nižší návratnost aj.

Při stylizaci otázek dotazníku byl brán ohled na to, pro jakou konkrétní cílovou skupinu (děti základní školy, druhý stupeň) bude. Otázky v dotazníku byly zformulovány nejčastěji jako uzavřené (nabízející přesný počet variant odpovědí), ale některé byly zvoleny jako otázky polouzavřené (nabízející varianty odpovědí včetně možnosti doplnit svůj názor – nejčastěji v rámci varianty odpovědi „jiné“). Na začátku dotazníku bylo žákům vysvětleno, jaký je účel dotazníku, k čemu bude sloužit, ale i tím, jaký postup mají zvolit žáci při vyplňování dotazníku. V jeho úvodu je žákům také sděleno, že jde o anonymní dotazování související s nepotřebností podepisování se.

Pak už žáci mohli začít odpovídat na první otázky. Celkem bylo otázek v dotazníku pro žáky připraveno 28 otázek. První dvě otázky dotazníku však byly informační a zjišťovaly pohlaví žáků a také třídu, kterou aktuálně navštěvují. Poté již pokračoval dotazník otázkami zaměřenými na splnění cíle výzkumu. Otázky v dotazníku byly seskupeny podle stanovených hypotéz do čtyř segmentů, kdy první se zaměřoval především na způsoby trávení volného času dětmi, následovaly otázky zaměřující se na zkušenosti žáků s některými sociálně patologickými jevy, poté měli žáci odpovídat na otázky zaměřující se prevenci ve školách a poslední otázky směřovaly k zjištění zkušeností trávení volného času s rodinou a vlivem rodičů na trávení volného času dětí.

Respondenty dotazníkového šetření tvořily oslovené děti, respektive žáci výše představených základních škol z Českých Budějovic. Kritériem pro účast na dotazníkovém šetření bylo u žáků to, že se nacházeli na druhém stupni základní školy. Oslovování tedy byli žáci 6., 7., 8. a 9. tříd. Všechny vybrané základní školy, jejichž žáci byli oslovováni, byly základní školy běžné, veřejné vyučující podle Rámcového vzdělávacího systému pro základní školy.

Dotazníky mezi žáky distribuovali jejich třídní učitelé, kterým byly dotazníky předány v rámci osobní návštěvy základní školy výzkumníkem (případně jiným zástupcem školy, podle domluvy). K té došlo pochopitelně za předchozí domluvy s vedením základní školy. Dotazníky děti dostávaly na začátku vyučování tedy z rukou jejich učitelů s tím, že je mají vyplnit během přestávek, případně doma a donést vyplněné během týdne do připravené přihrádky. Dotazníkový výzkum v dané třídě tedy probíhal jeden týden, celkově ovšem bylo vzhledem k oslovenému počtu škol a jejich tříd pro výzkum vyhrazen celý měsíc. Po vysbírání všech potřebných dotazníků od dětí a jejich učitelů byly tyto dotazníky následně kompletovány, kontrolovány a vyřazovány ty, které žáci nevyplnili kompletně nebo chybně. Jejich výsledky byly zaznamenávány do tabulek a z nich pak vynášeny do sloupcových grafů.

## **5.4 Výsledky dotazníkového šetření**

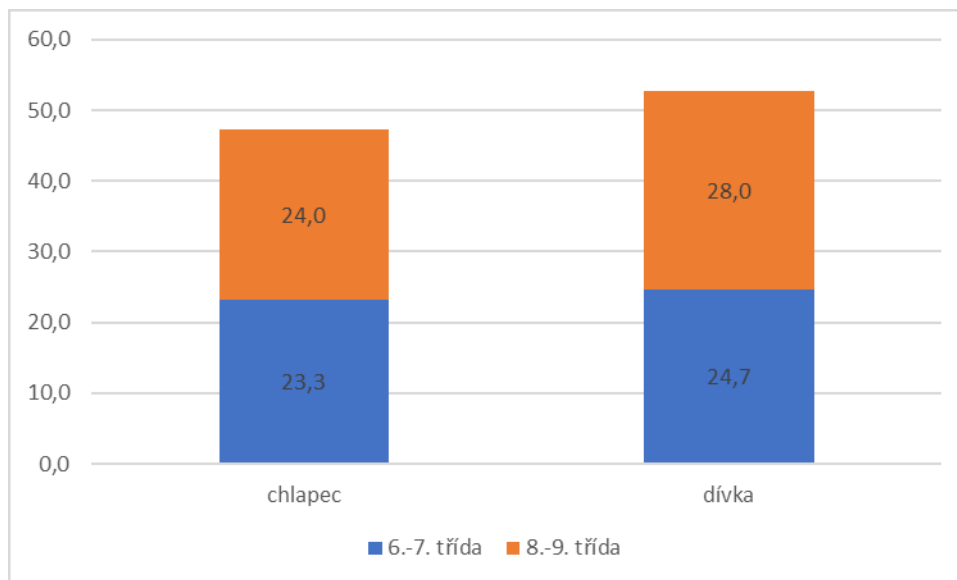
Výsledky odhalují strukturu vzorku respondentů dle pohlaví. Celkem se výzkumu zúčastnilo 242 žáků, kdy 95 žáků bylo ze Základní školy A, dalších 74 žáků bylo ze Základní školy B, a zbylých 73 žáků pak ze Základní školy C.

## Odovědi na otázku č. 1 – *Tvé pohlaví je...*

Graficky výsledky zprehledňuje Graf č. 1.

**Graf č. 1 Pohlaví dotázaných dětí**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

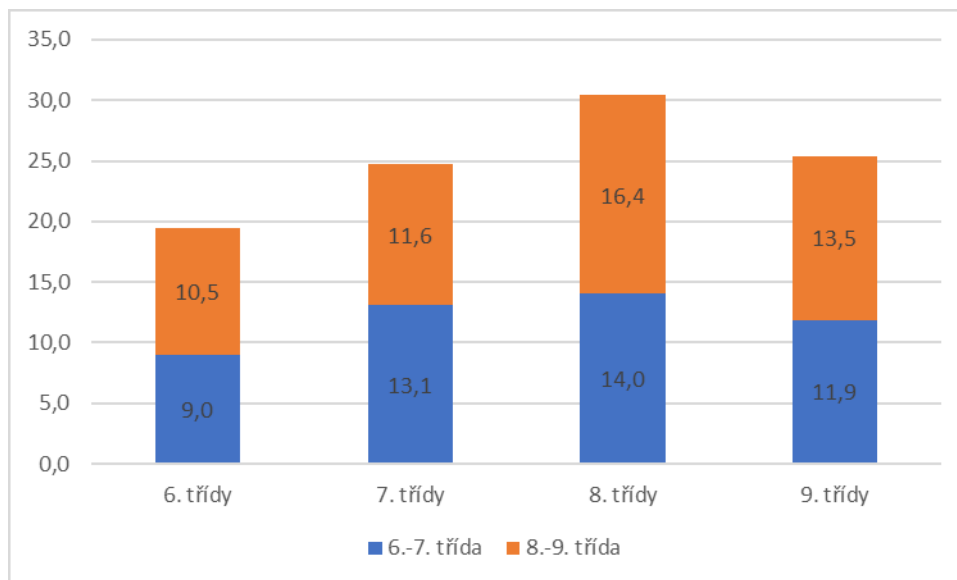
Z Grafu č. 1 vyplývá, že mezi respondenty mírně převážily dívky, které tvořily 52,7 % dotázaných žáků. Chlapci ve výzkumu prezentovali zbývajících 47,3 % respondentů. Poměr mezi jednotlivými třídami byl vyrovnaný, v obou sledovaných skupinách převážily mírně dívky.

## Odpovědi na otázku č. 2 – *Docházíš do:*

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 2

**Graf č. 2** Množství respondentů z jednotlivých tříd základní školy

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

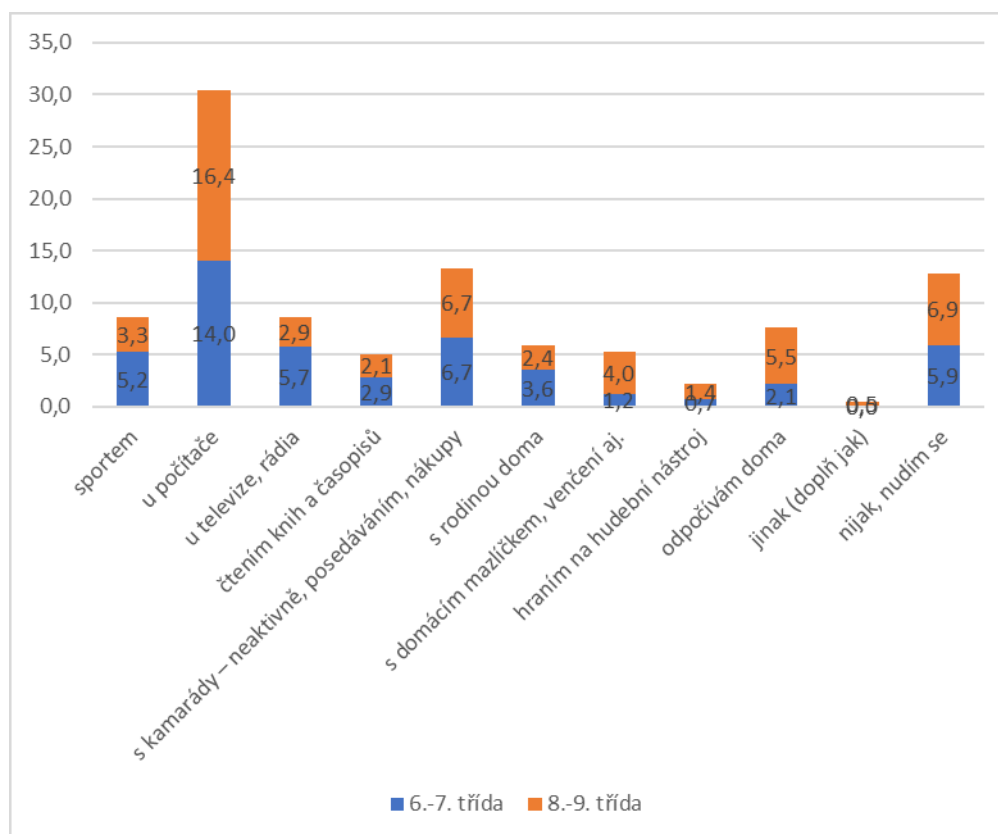
V tomto grafu jsou zobrazeni respondenti podle toho, do jaké třídy v době výzkumu docházeli. Je tak možné si všimnout, nejvíce bylo respondentů z 8. třídy (30,4 %). Poté bylo 25,4 % dotázaných z 9. třídy, následně pak 24,7 % z třídy sedmé a zbylých 19,5 % dotázaných tvořili respondenti z šesté třídy.

### Odovědi na otázku č. 3 – Uved' jeden způsob, jak nejčastěji trávíš svůj volný čas?

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 3

Graf č. 3 Nejčastější způsob trávení volného času dětí

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Zde měli respondenti uvést pouze jeden způsob, jak tráví čas, a to nejčastěji. Jak je vidět, jasně u obou skupin tříd základních škol převážilo trávení volného času u počítače (30,4 %) – odpověděla tak větší třetina dotázaných respondentů. Druhým nejčastěji uváděným trávením volného času bylo s kamarády – neaktivně, posedáváním s kamarády (13,4 %), dalších 12,8 % pak uvedlo, že jejich nejčastější trávení volného času je nuda. Dále sdělilo 8,6 % respondentů, že tráví nejčastěji volný čas u televize a rádia. Jen 8,5 % dotázaných odpovědělo, že nejčastěji tráví volný čas sportem. Pak 7,6 % dotázaných odpovědělo, že odpočívají doma. Další odpovědi byly uváděny jen minimálně.

U této odpovědi bylo možné zaznamenat odlišnosti v odpovědích žáků 6. až 7. tříd a žáků 8. až 9. tříd. Žáci 6. až 7. tříd označili nejčastěji počítač, pak trávení volného

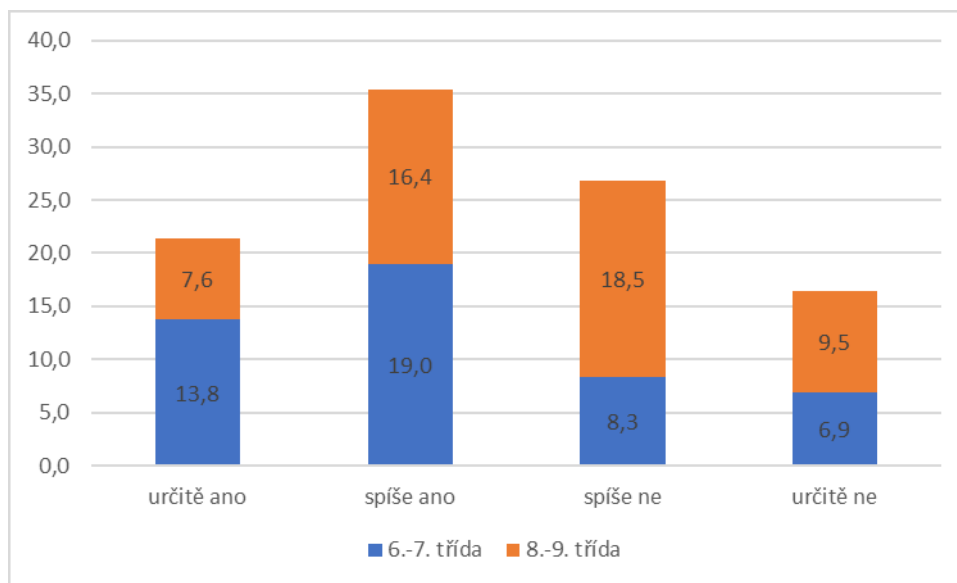
času neaktivně a posedáváním a následně nijak a nudou. Žáci starší připustili nejprve počítač, pak nudu a poté posedávání s kamarády.

#### **Odpovědi na otázku č. 4 – *Myslíš si, že využíváš efektivně svůj volný čas?***

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 4

**Graf č. 4** Názory dětí na efektivnost jimi využívaného volného času

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Nadpoloviční většina dotázaných zde odpověděla, že si myslí, že svůj volný čas tráví efektivně. Konkrétně odpovědělo 21,4 %, že určitě využívají svůj volný čas efektivně. Dále pak 35,4 % dotázaných odpovědělo, že se domnívají, že využívají svůj volný čas spíše efektivně. Dalších 26,8 % dotázaných pak ale odpovědělo, že se domnívají, že svůj volný čas spíše efektivně nevyužívají a zbylých 16,4 % dotázaných odpovědělo, že určitě svůj volný čas efektivně netráví.

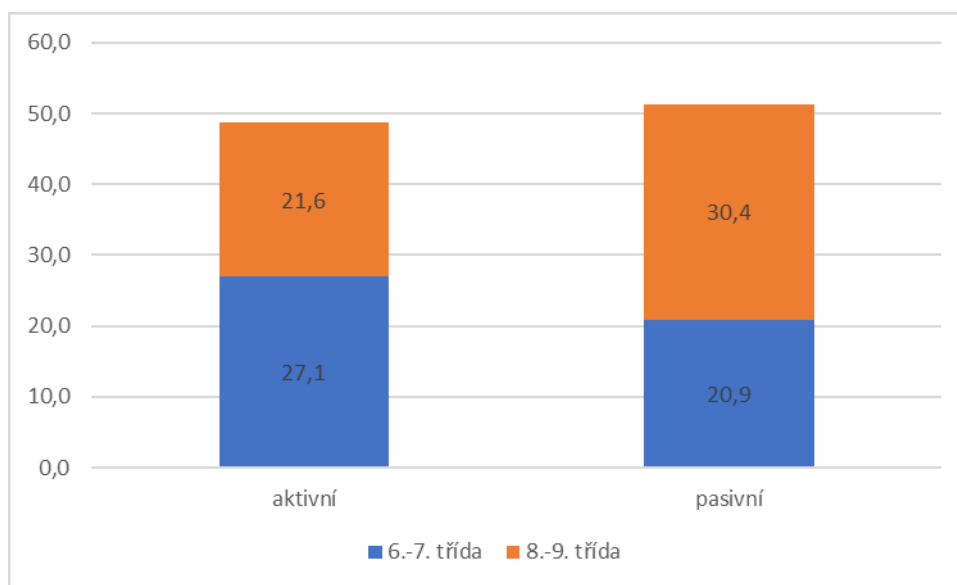
U této odpovědi bylo možné zaznamenat odlišnost mezi sledovanými skupinami dětí. U dětí z 6. a 7. třídy převážily kladné odpovědi, tedy, že tráví svůj čas efektivně. Děti starší už si uvědomovaly, že převážně tráví svůj volný čas neefektivně. U obou skupin přitom podle předchozí otázky převažuje pasivní trávení volného času. To obecně vyplývá i z dále uvedeného grafu.

**Odpovědi na otázku č. 5 – Převládá u tebe aktivní trávení volného času (např. sport, procházky se psem, výtvarné či hudební tvorba aj.) nebo pasivní (např. odpočinek doma, počítač, televize, posedávání s kamarády)?**

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 5

**Graf č. 5 Typ převládajícího trávení volného času dětmi**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

U této otázky se potvrdilo, což vyplynulo z předešlé části výzkumného šetření. Děti v nadpoloviční většině odsouhlasily, že u nich převládá pasivní trávení volného času (51,3 %). Zajímavé je, že tento přesah byl ale velmi nepatrný, přitom aktivní trávení volného času v jedné z předešlých otázek uvádělo jen minimum respondentů. Zbylých 48,7 % zde tedy potvrdilo, že tráví volný čas spíše aktivně.

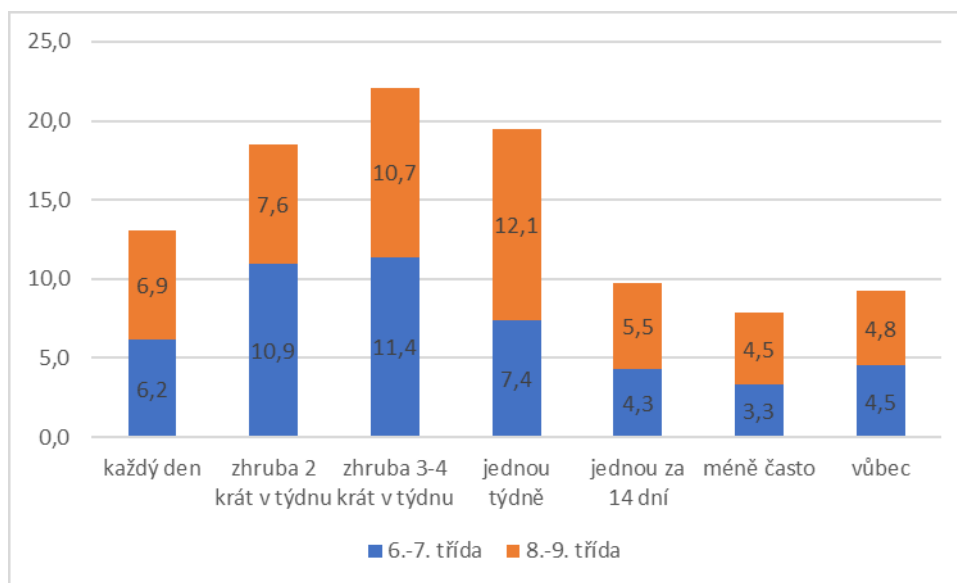
I zde si lze všimnout, že děti ze 6. a 7. třídy vybraly spíše odpověď, že tráví volný čas aktivně. Děti navštěvující 8. a 9. třídu zvolily převážně odpověď, že tráví volný čas pasivně.

## Odovědi na otázku č. 6 – *Jak často trávíš volný čas sportem nebo nějakou pohybovou aktivitou?*

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 6

**Graf č. 6** Doba volného času strávení sportem nebo pohybovou aktivitou

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Zde si je možné všimnout, že nejčastěji dotázaní žáci uváděli, že tráví volný čas sportem asi 3-4 krát v týdnu (22,1 %). Poté uvedlo 19,5 % respondentů, že sportují zhruba jen jednou týdně. Následně 18,5 % odpovědělo, že sportují zhruba 2 krát v týdnu. Poté 13,1 % žáků odpovědělo, že sportují každý den. Dále pak 9,8 % dotázaných uvedlo, že sportují maximálně jednou za 14 dní, dále pak 9,3 % dotázaných dokonce odpovědělo, že nesportují vůbec a zbylých 7,8 % odpovědělo, že sportují méně často než jednou za 14 dní.

I zde byly odpovědi žáků vybraných tříd odlišné. Žáci 6. a 7. třídy odpovídali nejčastěji, že sportují asi 3-4 v týdnu, poté, že sportují zhruba 2 krát v týdnu a následně, že jednou týdně. Žáci starší odpovídali, že sportují nejčastěji jednou týdně, poté, že zhruba 3-4 týdně a pak, že asi 2 krát týdně. Žáci mladší tak uváděli, že sportují častěji, než žáci starší.

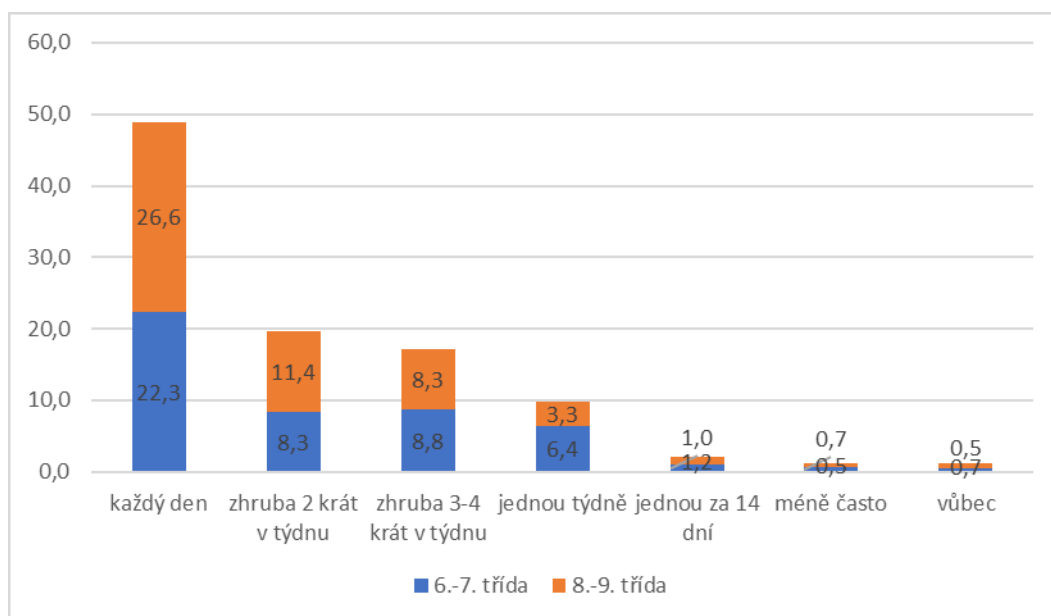


## Odovědi na otázku č. 7 – *Jak často trávíš volný čas na počítači?*

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 7

**Graf č. 7** Doba volného času trávená na počítači

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Zde měli respondenti uvést dobu strávenou na počítači. Každý den tráví svůj volný čas na počítači skoro polovina dotázaných respondentů (48,9 %). Následně odpovědělo 19,7 % respondentů, že na počítači tráví čas zhruba 2 krát v týdnu. Poté 16,6 % dotázaných odpovědělo, že na počítači jsou zhruba 3-4 krát týdně, dalších 9,7 % dotázaných uvedlo, že na počítači jsou pravidelně jen jednou týdně. Jednou za 14 dní je na počítači jen 2,2 %, méně často poté jen 1,2 % dotázaných a 1,2 % dotázaných uvedlo, že na počítači netráví žádný volný čas.

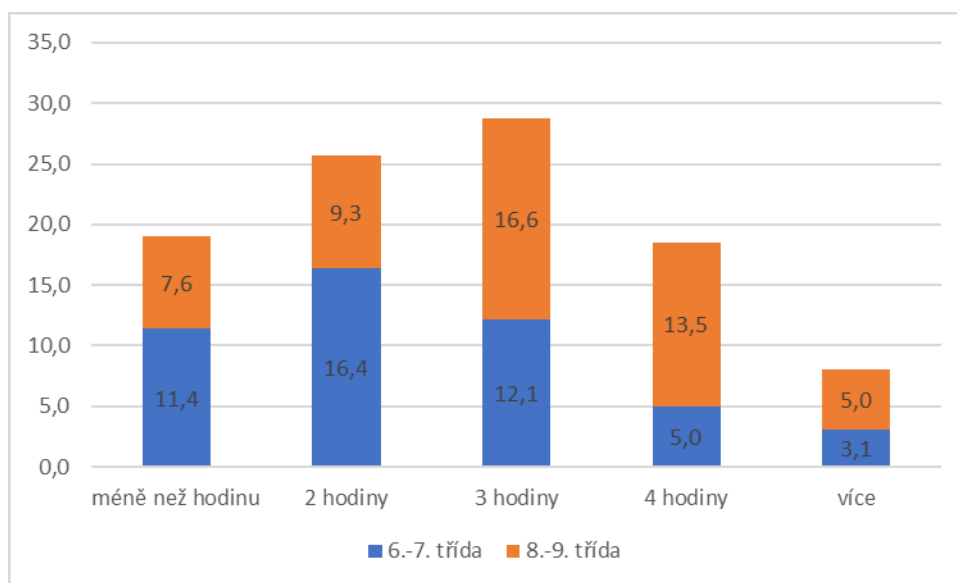
Na prvním místě obě skupiny žáků uváděly, že na počítači jsou každý den, ovšem dále pak na druhém místě u žáků mladších převážila odpověď, že jsou na počítači 3-4 krát týdně, ovšem starší žáci častěji, kolem 2 krát týdně.

## Odovědi na otázku č. 8 – Kolik hodin denně trávíš na počítači?

Graficky výsledky zprehledňuje Graf č. 8

**Graf č. 8 Počet hodin volného času tráveného na počítači**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Tato otázka byla rozšiřující, aby zjistila, kolik hodin denně na počítači děti strávily. Nejčastější odpovědí bylo, že využívaly 3 hodiny denně u počítače (28,7 % – tedy více než třetina dotázaných). Poté odpovědělo 25,7 % dotázaných, že denně na počítači užívali kolem 2 hodin času. Méně než hodinu denně trávilo na počítači 19,0 % dotázaných dětí. Čtyři hodiny za den na počítači uvedlo 18,5 % dotázaných a více než 4 hodiny denně pak zbývajících 8,1 % dotázaných žáků.

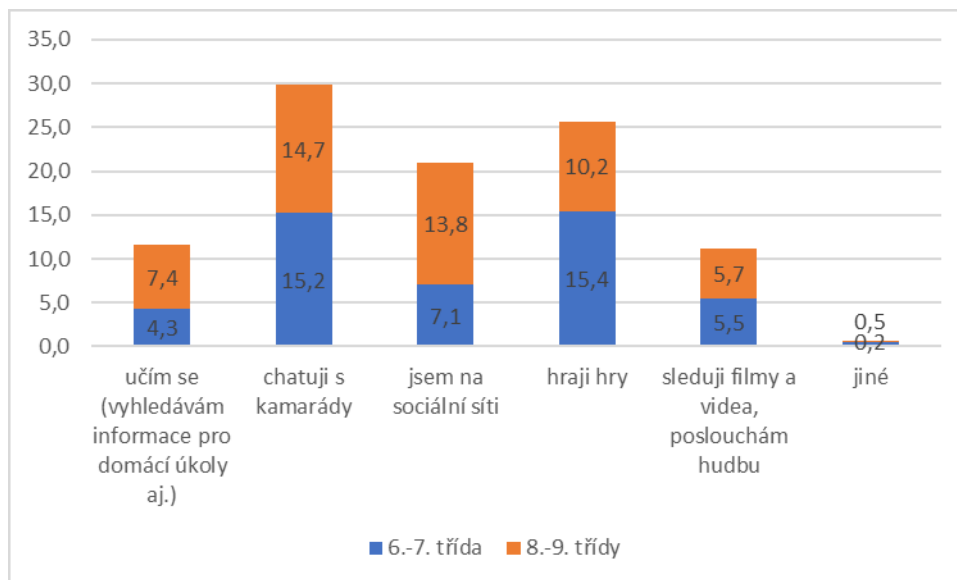
I zde lze zaznamenat rozdíly mezi odpověďmi jednotlivých skupin žáků. Mladší žáci nejčastěji sdělili, že stráví na počítači dvě hodiny, poté, že tři a následně, že méně než hodinu. Starší žáci nejčastěji na počítači strávili 3 hodiny, pak 4 hodiny a pak 2 hodiny. Dle grafu to vypadá, že se stoupajícím věkem stoupá i čas užívaný na počítači. Vysvětlením by ale mohlo být, že starší děti na počítači tráví i více času přípravou do školy.

## Odovědi na otázku č. 9 – Co hlavně na počítači děláš?

Graficky výsledky zprehledňuje Graf č. 9

**Graf č. 9** Aktivity realizované na počítači

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

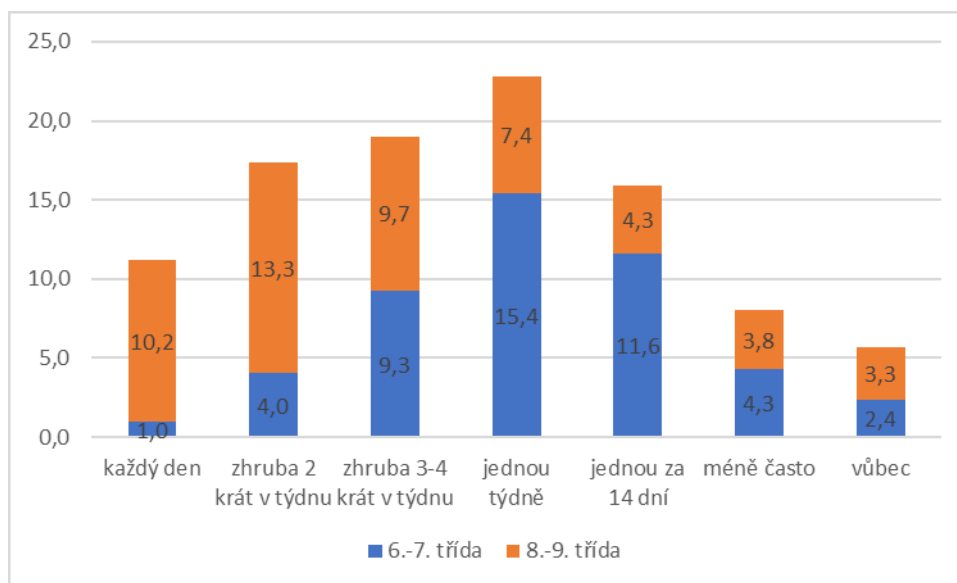
Nejčastější aktivitou prováděnou na počítači je podle dotázaných žáků chatování s přáteli (29,9 %). Dalších 25,6 % pak uvedlo, že nejčastější aktivitou je hraní her na počítači. Poté 20,9 % žáků uvedlo, že tráví čas na počítači na sociálních sítích. Pro 11,7 % dotázaných respondentů je nejčastější aktivitou na počítači učení se a příprava do školy. Dále pak 11,2 % dotázaných odpovědělo, že na počítači sledují filmy, videa nebo poslouchají hudbu. Zbýlých 0,7 % dotázaných zvolilo variantu „jiné“ v rámci které uváděli žáci nákupy věcí na internetu a blogování.

**Odpovědi na otázku č. 10 – Jak často trávíš čas s kamarády bezcílným touláním po okolí, posedávám v parku, kavárně, po obchodních domech apod.?**

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 10

**Graf č. 10 Volný čas trávený s kamarády neaktivně**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Volný čas s kamarády bezcílným touláním po okolí, posedávám v parku, kavárně, po obchodních domech apod. tráví nejvíce dotázaných jednou týdně (22,8 %). Dále 19,0 % dotázaných odpovědělo, že takto tráví volný čas zhruba 3-4 krát v týdnu. Poté 17,3 % odpovědělo, že volný čas s kamarády tráví bezcílným touláním po okolí, posedávám v parku, kavárně, po obchodních domech apod. zhruba 2 krát v týdnu, jednou za 14 dní takto tráví volný čas 15,9 % dotázaných žáků, každý den je to nejčastější typ trávení volného času pro 11,2 % dotázaných. Dalších 8,1 % dotázaných uvedlo, že takto volný čas tráví méně často a zbylých 5,7 % pak nikdy.

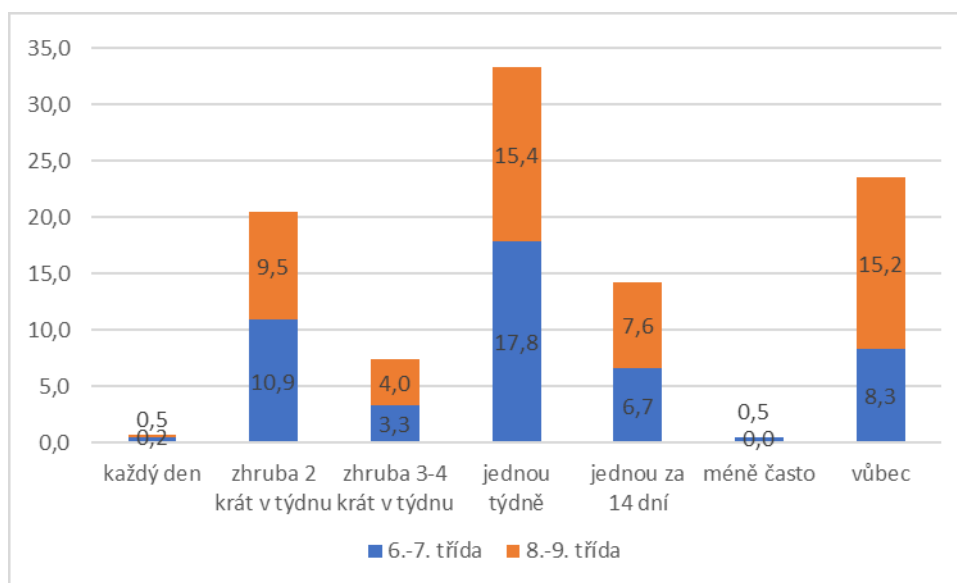
I zde byly zjevné rozdíly mezi sledovanými skupinami. Volný čas s kamarády bezcílným touláním po okolí, posedávám v parku, kavárně, po obchodních domech apod. tráví častěji starší děti, mladší děti takto čas tak často netráví. Pro žáky 8. a 9. tříd je to častý způsob trávení volného času, nejčastěji 2 krát v týdnu nebo každý den, pro žáky 6. a 7. třídy pak jednou týdně nebo jednou za 14 dní.

## Odovědi na otázku č. 11 – Navštěvuješ nějaký kroužek, klub apod.?

Graficky výsledky zprehledňuje Graf č. 11

**Graf č. 11 Děti navštěvuující nějaký zájmový klub nebo kroužek**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Nějaký zájmový kroužek nebo klub navštěvuje více než tři čtvrtiny dotázaných (76,5 %). Konkrétně nejčastěji žáci uváděli, že navštěvuují nějaký zájmový kroužek jednou týdně (33,2 %). Dále uvedlo 23,5 % dotázaných, že nenavštěvuují žádný zájmový kroužek. Následně 20,4 % dotázaných odpovědělo, že navštěvuují nějaký kroužek zhruba 2 krát v týdnu (tedy buďto intenzivně jeden kroužek nebo více zájmových kroužků). Pak uvedlo dalších 14,3 % dotázaných, že navštěvuují nějaká kroužek jednou za 14 dní, 7,3 % pak zhruba 3-4 krát v týdnu, pouze 0,7 % pak uvedlo, že každý den. Zbýlých 0,5 % pak uvedlo, že méně často.

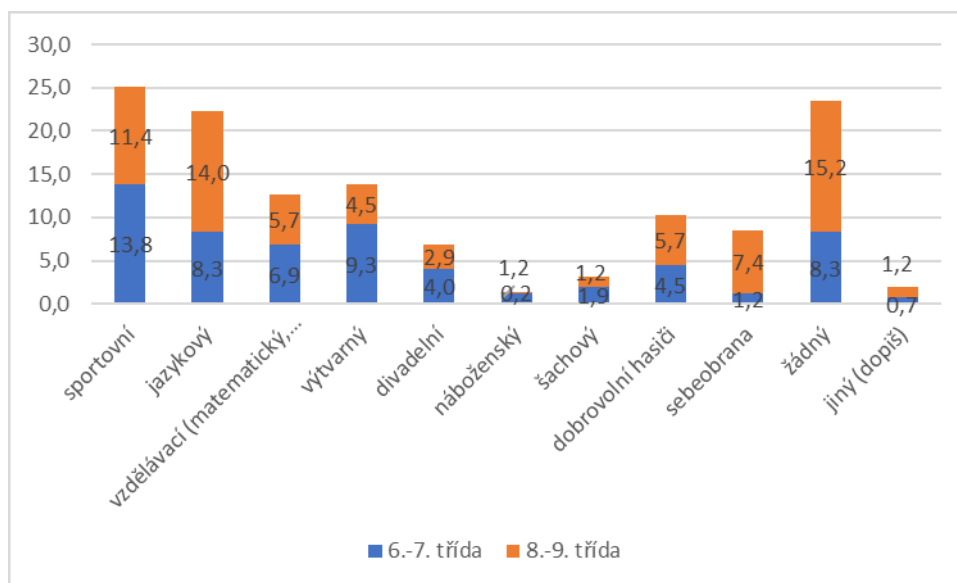
I zde lze zaznamenat, že nějaký zájmový kroužek navštěvuují častěji mladší žáci (6. a 7. třída) než žáci 8. a 9. tříd. Mladší žáci nejčastěji odpovídali jednou týdně, pak 2 krát v týdně, starší žáci pak jednou týdně a vůbec.

**Odpovědi na otázku č. 12 – O jaký typ kroužku jde (Můžeš vybrat více možností, pokud navštěvuješ kroužků více)?**

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 12

**Graf č. 12 Typ navštěvovaného zájmového kroužku**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Zde mohli respondenti zvolit více odpovědí zároveň, tudíž odpovědi znázorňují procento ze všech respondentů, ne odpovědí. Mezi nejčastěji uváděné zájmové kroužky patřil mezi dotázanými žáky sportovní kroužek (25,2 %), poté 22,3 % odpovědělo, že jde o jazykový zájmový kroužek, dalších 13,8 % odpovědělo, že jde o kroužek výtvarný, pak 12,6 % navštěvuje kroužek vzdělávací (matematický aj.). Dále pak 10,2 % dotázaných navštěvuje dobrovolné hasiče, 8,6 % pak navštěvuje kroužek sebeobrany, 6,9 % navštěvuje kroužek divadelní, náboženský pak 2,4 % dotázaných, 1,9 % pak uvedlo kroužek jiný, kde uváděli turistický kroužek, lukostřelbu aj. Zbýlých 23,5 % odpovědělo jako u předešlé otázky, že nenavštěvují žádný kroužek.

Návštěvnost kroužků sledovanými skupinami dětí bylo opět odlišné. Pro mladší sledovanou skupinu to byl nejčastěji sportovní kroužek, poté výtvarný, pro starší sledovanou skupinu to byl nejčastěji jazykový kroužek a pak kroužek sportovní.

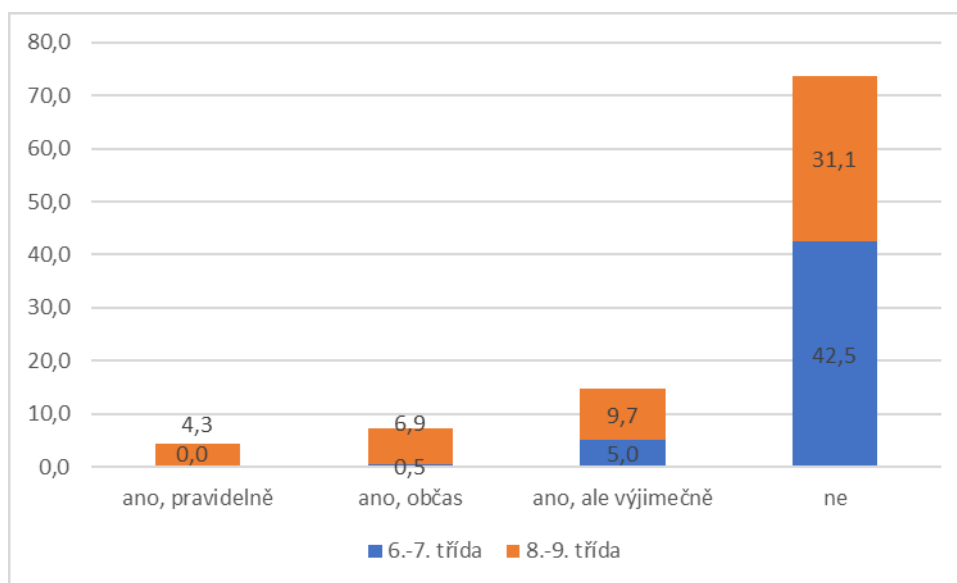
Z konečného počtu odpovědí bylo zřejmé, že někteří žáci uváděli více než jeden zájmový kroužek nebo klub.

## Odovědi na otázku č. 13 – *Je součástí tvého trávení volného času užívání alkoholu?*

Graficky výsledky zprehledňuje Graf č. 13

**Graf č. 13 Zkušenosti dětí s užíváním alkoholu**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Větší polovina dotázaných zde odpověděla, že nemají zkušenost s užíváním alkoholu během trávení volného času (73,6 %). Poté odpovědělo 14,7 % dotázaných, že zkušenost mají, ale výjimečnou, dalších 7,4 % dotázaných uvedlo, že alkohol užívají občas a 4,3 % dotázaných uvedlo, že užívání alkoholu je pravidelnou součástí trávení jejich volného času.

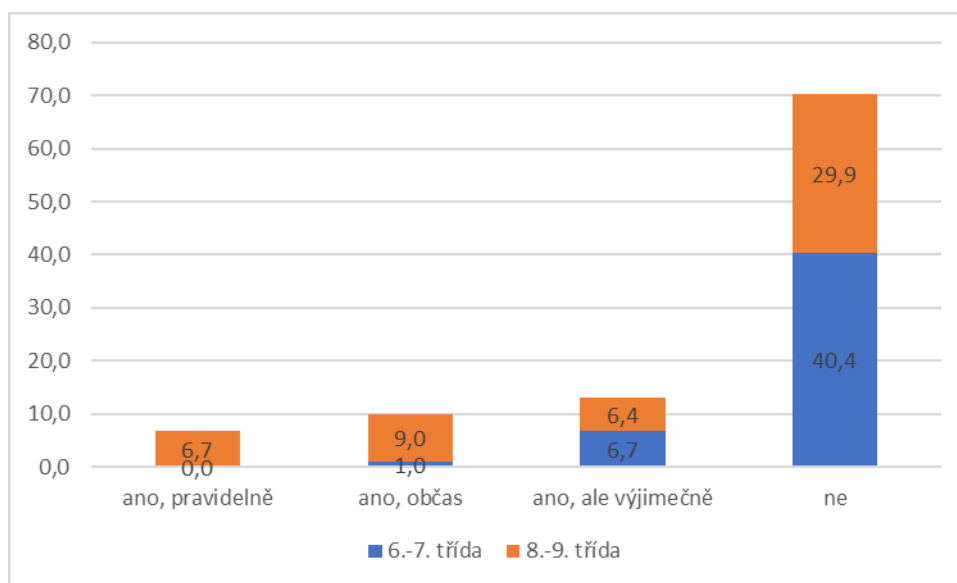
Jak je vidět, větší převaha kladných odpovědí byla od žáků ze starší věkové skupiny (žáci 8. a 9. třídy).

## Odpovědi na otázku č. 14 – *Je součástí tvého trávení volného času kouření?*

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 14

**Graf č. 14** Zkušenosti dětí s kouřením

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Na otázku ohledně kouření odpovědělo záporně méně než tři čtvrtiny respondentů, konkrétně 70,3 % dotázaných žáků. Výjimečnou zkušenost s kouřením mělo v době výzkumu celkem 13,1 % dotázaných. Občas se ve volném čase věnuje kouření celkem 10,0 % dotázaných žáků a pravidelnou součástí volného času je kouření u 6,7 % dotázaných žáků (8. a 9. třídy).

I zde si lze tedy všimnout, že více zkušeností potvrzovali žáci 8. a 9. třídy, než ti z mladší věkové kategorie.

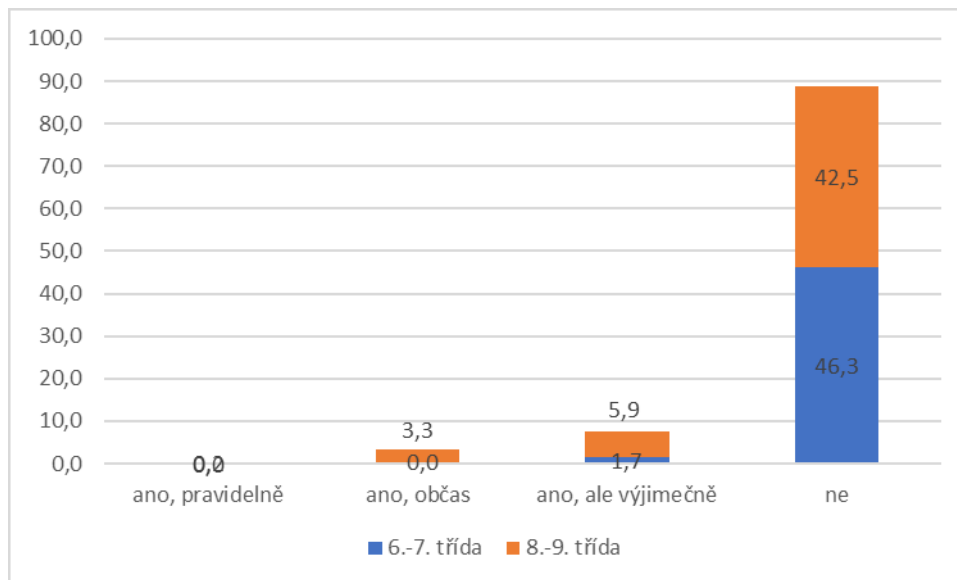


### **Odpovědi na otázku č. 15 – Je součástí tvého trávení volného času užívání nějakých jiných drog (marihuany aj.)?**

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 15

#### **Graf č. 15 Zkušenosti dětí s užíváním jiných návykových látek či drog**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

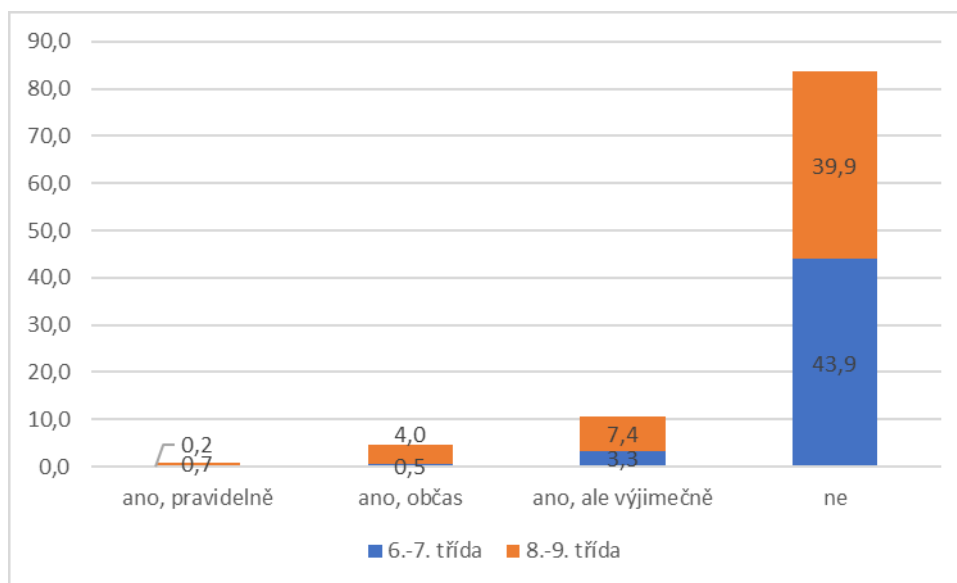
S dalšími drogami jako je marihuana či jiné mělo občasnou zkušenost celkem 3,3 % dotázaných a výjimečnou zkušenost pak 7,6 % dotázaných. Pravidelnými uživateli marihuany či dalších drog nebyl podle výpovědi žáků ani jeden z nich. Zbýlých 88,8 % dotázaných pak odpovědělo negativně, tedy, že součástí jejich trávení volného času není užívání nějakých jiných drog (marihuany aj.). I zde se potvrzuje, že více zkušenosti uváděly děti ze starší věkové skupiny.

**Odpovědi na otázku č. 16 – Je součástí tvého trávení volného času záškoláctví (chození za školu aj.)?**

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 16

**Graf č. 16 Zkušenosti dětí s chozením za školu**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

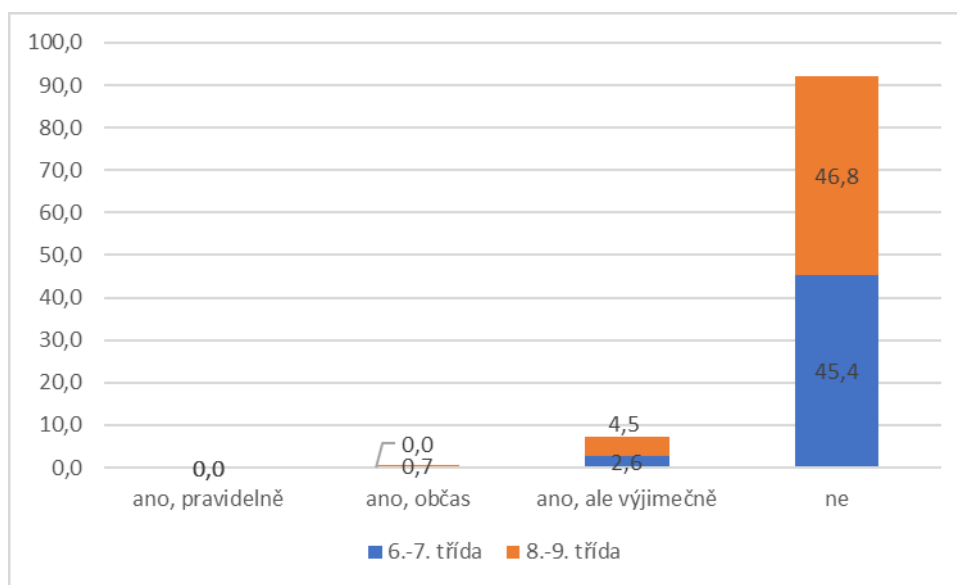
Pravidelnou součástí trávení volného času je záškoláctví pro 0,9 % dotázaných žáků. Občasné záškoláctví praktikuje v rámci svého volného času celkem 4,5 % respondentů. Pro 10,7 % dotázaných je záškoláctví výjimečnou součástí jejich trávení volného času. Zbylých 83,8 % pak uvedlo, že záškoláctví, tedy chození za školu není součástí jejich trávení volného času. I zde více zkušeností potvrzovaly děti z 8. a 9. třídy.

**Odpovědi na otázku č. 17 – Je součástí tvého trávení volného času vandalismus = drobné krádeže, poškozování, ničení veřejných věcí, prostranství, sprejerství apod.?**

Graficky výsledky zpřehledňuje Graf č. 17

**Graf č. 17 Zkušenosti dětí s nějakou formou vandalismu**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

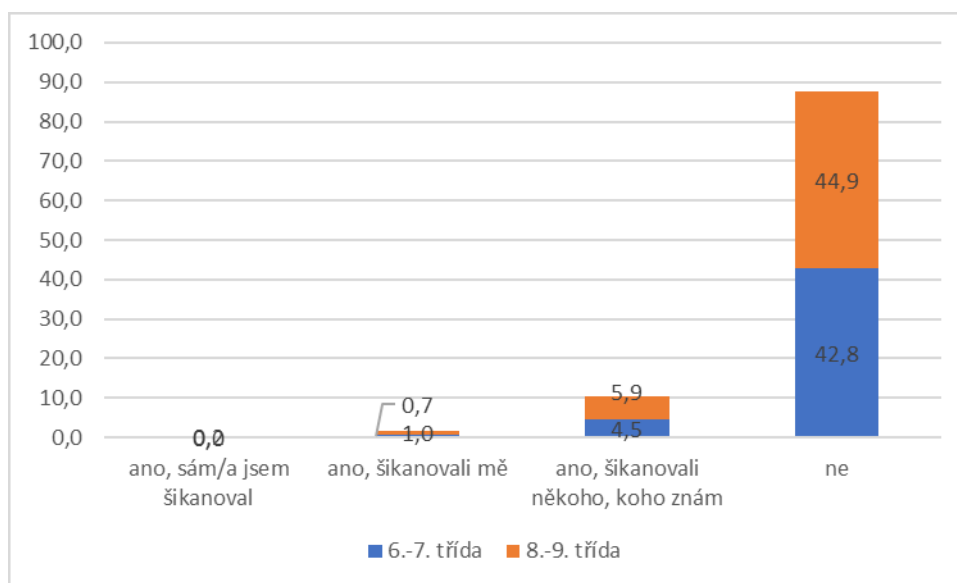
Zkušenosti s vandalismem má během trávení svého volného času občas 0,7 % dotázaných. Dalších 7,1 % dotázaných uvedlo, že je vandalismus (drobné krádeže, poškozování, ničení veřejných věcí, prostranství, sprejerství apod.) součástí jejich volného času jen výjimečně. Zbýlých 92,2 % respondentů uvedlo, že s vandalismem žádnou zkušenost zatím nemají. I zde častěji nějakou formu zkušenosti uváděli žáci 8. a 9. třídy.

## Odovědi na otázku č. 18 – Máš zkušenost s šikanou?

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 18

**Graf č. 18 Zkušenosti dětí s šikanou**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

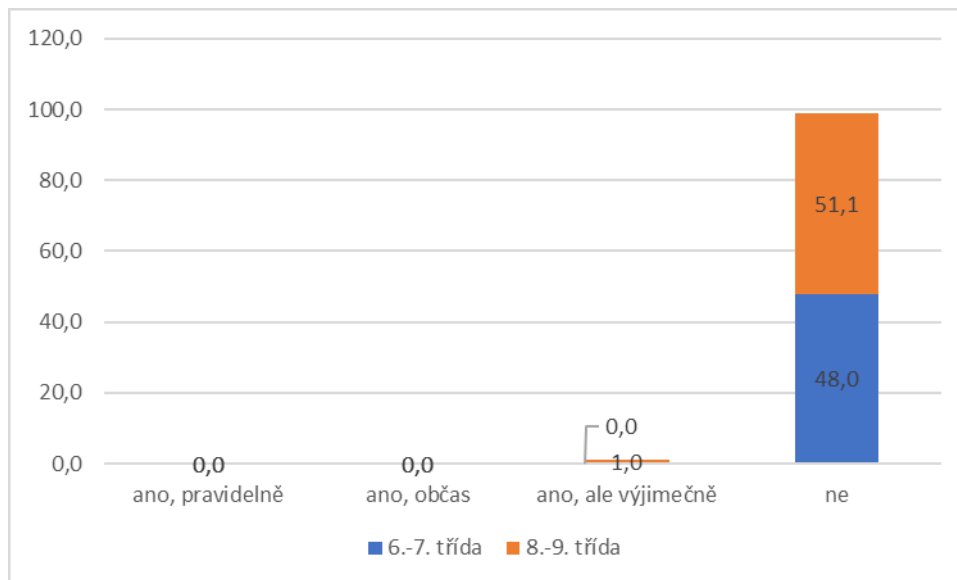
U této otázky odpovědělo celkem 1,7 % dotázaných, že někdy byli ve svém životě šikanovali. K tomu, že by sami někoho šikanovali, se nikdo z dotázaných nepřiznal. Dále pak ale 10,4 % dotázaných uvedlo, že znají někoho, kdo byl šikanoval. Zbýlých 87,7 % dotázaných uvedlo, že s šikanou žádnou zkušenost nemají.

## Odovědi na otázku č. 19 – *Je součástí tvého trávení volného času hraní na automatech?*

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 19

### Graf č. 19 Zkušenosti dětí s hraním na automatech

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

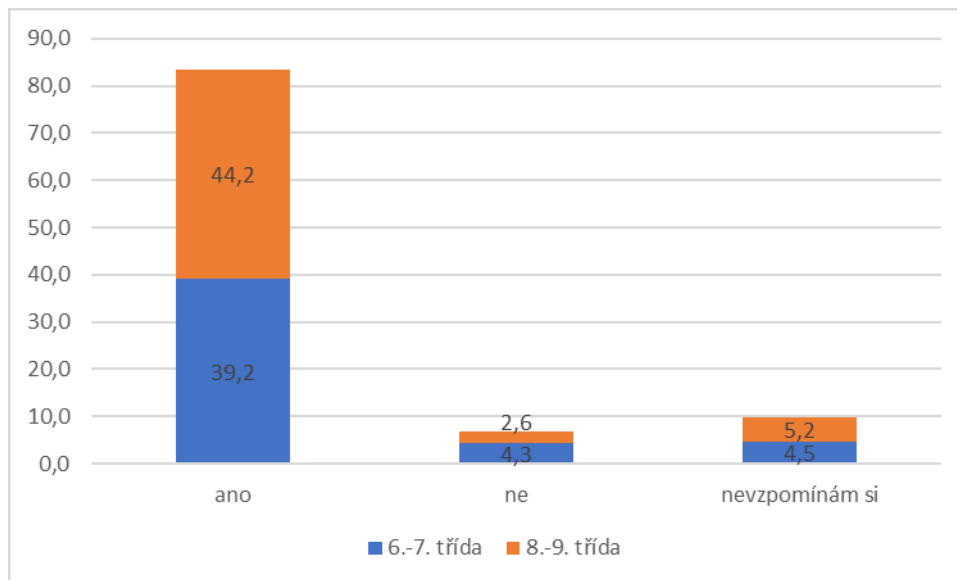
S hraním na automatech mělo zkušenost pouze 1,0 % dotázaných respondentů, a to jen zkušenost výjimečnou. Toto procento bylo žáků 8. a 9. tříd. Zbývajících 99,0 % tedy potvrzovalo, že součástí jejich trávení volného času není hraní na automatech.

**Odpovědi na otázku č. 20 – Řeší/řešili s tebou učitelé prevenci výše uvedených jevů (šikana, alkohol), jak se bránit, co dělat v ohrožení, že to není správné apod.?**

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 20

**Graf č. 20 Zkušenosti dětí s primární prevencí realizovanou jejich učitelem ve škole**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

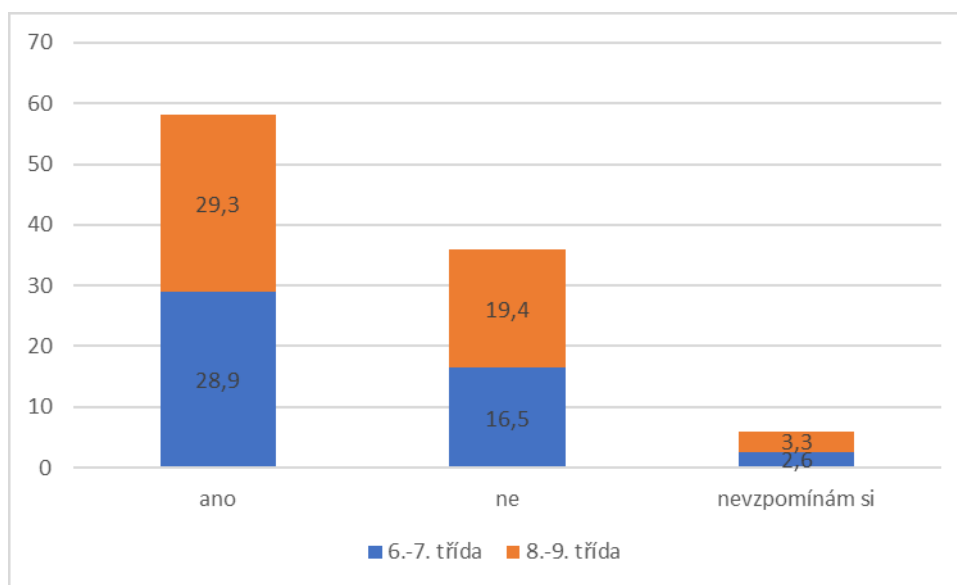
Více než tři čtvrtiny dotázaných žáků odpověděly, že s nimi řeší/řešili učitelé prevenci výše uvedených jevů (šikana, alkohol), dozvídají se, jak se bránit, co dělat v ohrožení, že to není správné apod. Odpovědělo tak 83,4 % dotázaných žáků. Dalších 9,7 % dotázaných žáků pak uvedlo, že neví, jestli s nimi učitelé řeší nebo řešili prevenci výše uvedených jevů (šikana, alkohol), nedozvěděli se, jak se bránit, co dělat v ohrožení, že to není správné apod. Zbývajících 6,9 % dotázaných uvedlo, že s nimi jejich učitelé neřeší ani nikdy neřešili prevenci výše uvedených jevů. Odpovědi žáků z daných skupin byly shodné.

**Odpovědi na otázku č. 21 – Měli jste ve škole nějakou besedu, přednášku na téma prevence rizikového chování (užívání drog, hraní automatů, alkoholismus, krádeže, rizikové sexuální chování aj.)?**

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 21

**Graf č. 21 Absolvování nějaké besedy ve škole na téma prevence rizikového chování**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

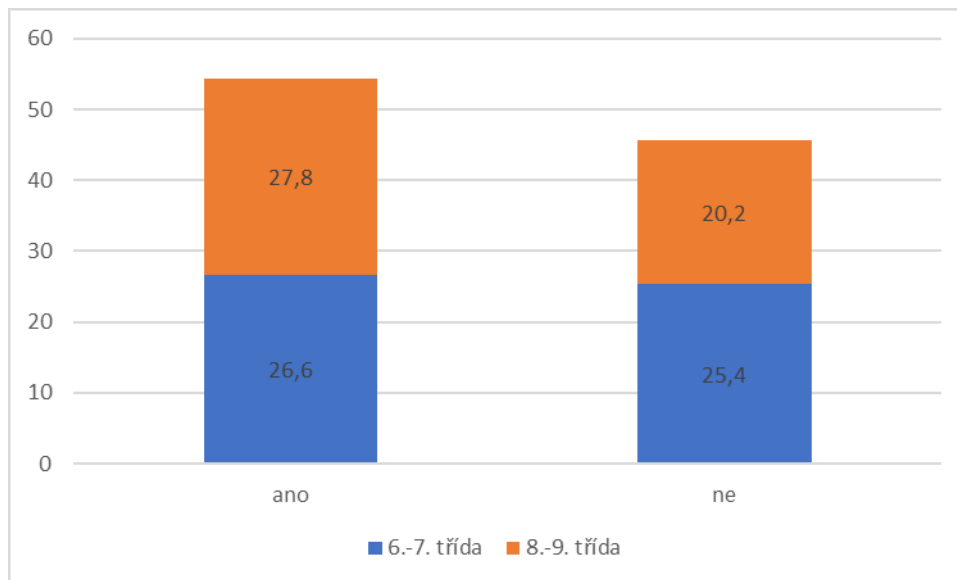
Nadpoloviční většina dotázaných žáků (58,2 %) potvrdila, že ve škole absolvovali nějakou besedu, přednášku na téma prevence rizikového chování (užívání drog, hraní automatů, alkoholismus, krádeže, rizikové sexuální chování aj.). Dalších 35,9 % dotázaných pak odpovědělo, že ve škole neabsolvovali žádnou besedu, přednášku na téma prevence rizikového chování a zbylých 5,3 % dotázaných odpovědělo, že už si nevzpomínají. Odpovědi obou skupin žáků u této otázky byly shodné.

**Odpovědi na otázku č. 22 – Víš, na koho se ve škole obrátit, kdyby tě někdo šikanoval, nebo bys potřeboval pomoci, či promluvit si o svých problémech?**

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 22

**Graf č. 22** Vědomosti dětí o tom, na koho se obrátit v případě nějakých problémů

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Na tuto otázku odpověděla nadpoloviční většina dotázaných žáků (54,4 %), že ví, na koho se ve škole obrátit, kdyby je někdo šikanoval, nebo by potřebovali pomoci, či promluvit si o svých problémech. Jen 45,6 % dotázaných potvrdilo záporně, že neví, na koho se ve škole obrátit, kdyby je někdo šikanoval, nebo by potřebovali pomoci, či promluvit si o svých problémech. Odpovědi obou dotázaných skupin respondentů byly obdobné.

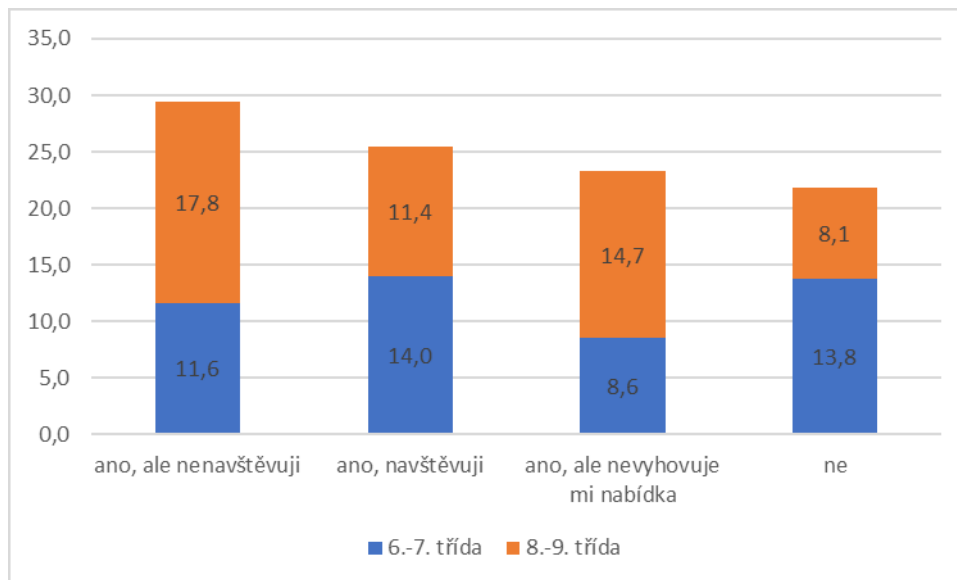


**Odpovědi na otázku č. 23 – Nabízí tvoje škola podle tebe dostatek volnočasových aktivit (kroužků, volně přístupné hřiště)?**

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 23

**Graf č. 23** Názory na dostatečnost nabízených volnočasových aktivit školou

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

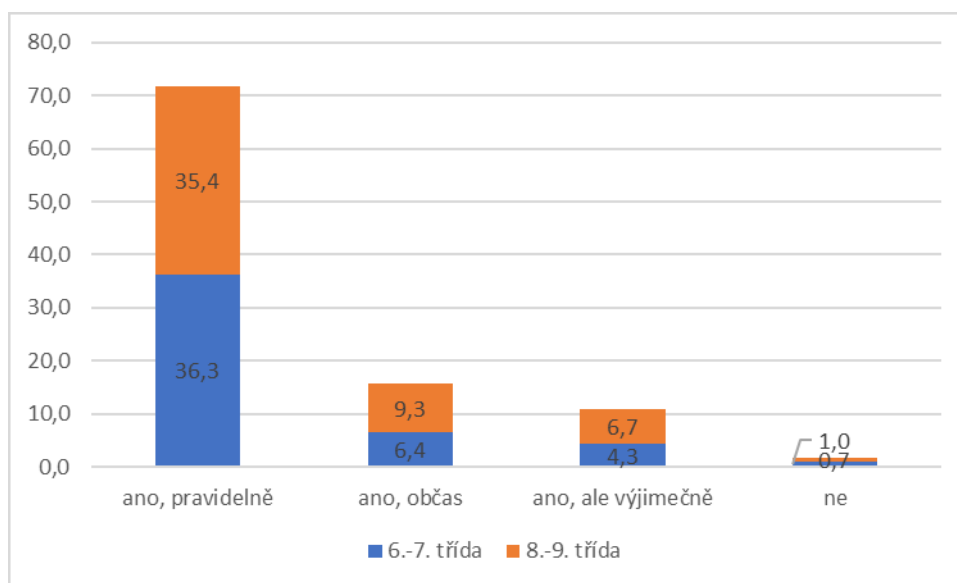
Dotázaní žáci odpověděli na tuto otázku vesměs kladně, tedy, že jejich škola nabízí podle nich dostatek volnočasových aktivit (kroužků, volně přístupné hřiště). Ovšem pak odpovědělo 29,4 %, že podle nich škola nabízí dostatek volnočasových aktivit, ale nenavštěvují je. Jen 25,4 % dotázaných uvedlo, že jsou spokojeni s nabídkou a také tyto volnočasové aktivity ve škole navštěvují. Dále pak 23,3 % dotázaných uvedlo, že škola nabízí dostatek volnočasových aktivit, ale zrovna jim tato nabídka nevyhovuje. Zbývajících 21,9 % dotázaných pak uvedlo, že nabídka školy není vyhovující.

## Odpovědi na otázku č. 24 – *Trávíš svůj volný čas s rodinou?*

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 24

**Graf č. 24** Trávení volného času dětí s rodinou

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

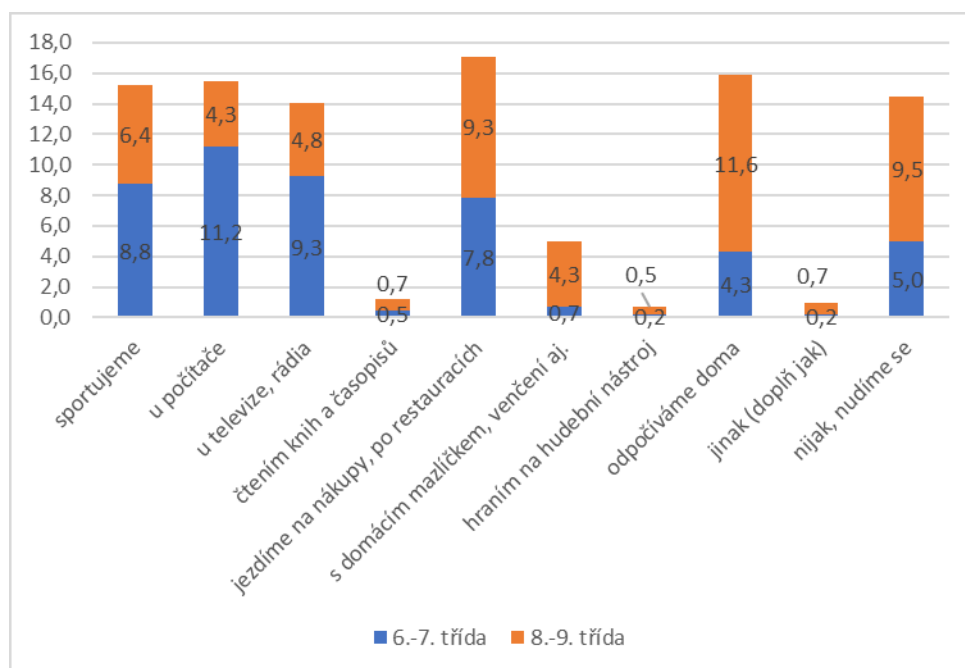
Celých 71,7 % dotázaných žáků odpovědělo, že pravidelně tráví volný čas s rodinou. Dále pak 15,7 % dotázaných odpovědělo, že s rodinou tráví volný čas jen občas. Dalších 11,0 % dotázaných pak odpovědělo, že tráví volný čas s rodinou jen výjimečně. Zbývajících 1,7 % dotázaných odpovědělo negativně, že s rodinou volný čas netráví. Odpovědi vybraných skupin respondentů byly podobné.

## Odpovědi na otázku č. 25 – *Pokud ano, jak nejčastěji?*

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 25

**Graf č. 25** Způsoby trávení volného času dětí s rodinou

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

U této otázky mohli respondenti opět zvolit více odpovědí současně. Nejvíce dotázaných žáků odpovědělo, že s rodinou tráví čas ježděním po nákupech a restauracích (17,1 %), dále pak 15,9 % dotázaných odpovědělo, že s rodinou odpočívají doma. Dále 15,5 % dotázaných odpovědělo, že tráví s rodinou volný čas u počítače. Dále 15,2 % dotázaných uvedlo, že s rodinou sportují, 14,5 % pak s rodinou netráví volný čas nijak, jen se nudí. Dalších 14,1 % tráví volný čas u televize nebo rádia.

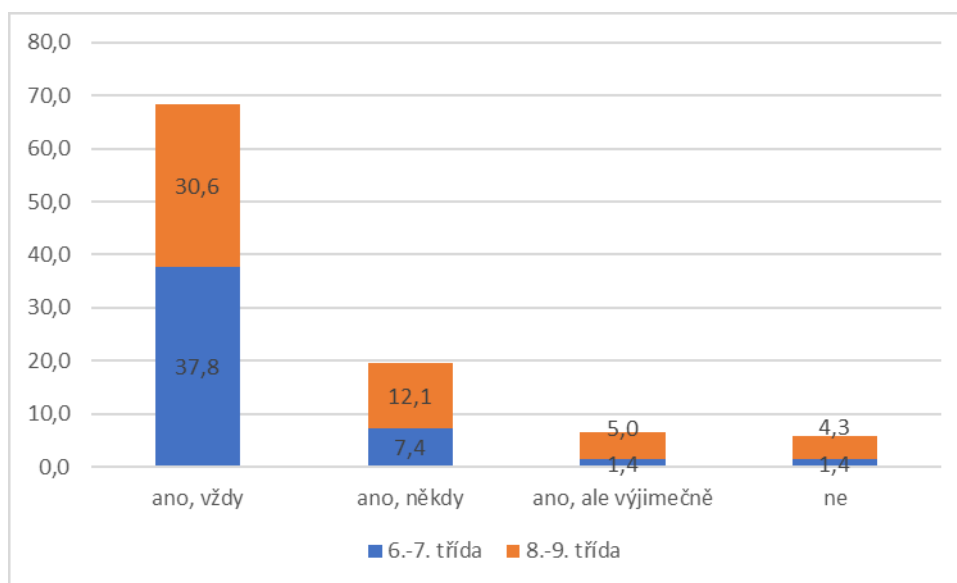
Odpovědi sledovaných skupin respondentů zde byly opět odlišné. Žáci 6. a 7. tříd nejčastěji s rodinou u počítače, poté u televize a rádia a následně i sportem. U žáků 8. a 9. tříd bylo nejčastější aktivitou trávenou s rodinou ve volném čase odpočívání doma, nuda a poté nakupování.

## Odovědi na otázku č. 26 – Vědí rodiče, jak tráví svůj volný čas, pokud nejsi s nimi?

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 26

**Graf č. 26 Informovanost rodičů dětí o tom, jak jejich děti tráví svůj volný čas**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Nadpoloviční většina dotázaných uvedla, že rodiče vědí, jak tráví děti svůj volný čas, pokud nejsou s nimi (68,4 %). Dalšíh 19,5 % dotázaných sdělilo, že jejich rodiče někdy vědí, jak tráví svůj volný čas, pokud jej netráví s rodiči. Následně označilo 6,4 % respondentů, že rodiče vědí jen výjimečně, jak tráví děti svůj volný čas ve chvíli, kdy jej netráví s rodiči. Zbývajících 4,7 % pak připustilo, že jejich rodiče netuší, jak tyto děti tráví svůj volný čas, pakliže nejsou s nimi.

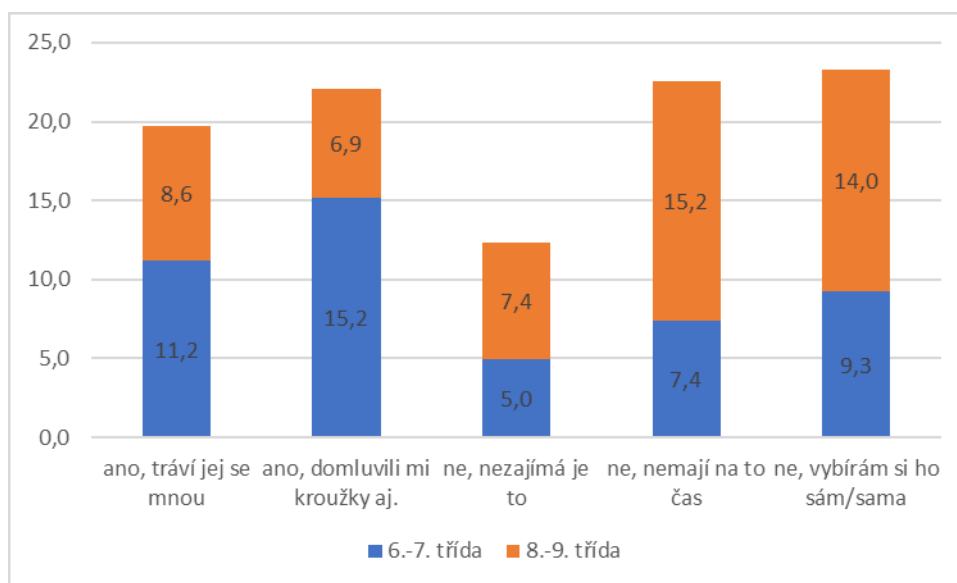
V grafu si lze všimnout, že mladší žáci uvádějí větší míru kontroly rodičů, než žáci ze starší věkové skupiny.

## Odpovědi na otázku č. 27 – Ovlivňují rodiče to, jak trávíš svůj volný čas?

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 27

**Graf č. 27** Ovlivňování volného času dětí rodiči

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Z této otázky vyplývá, že děti jsou názoru, že jejich rodiče neovlivňují to, jak tráví svůj volný čas. Konkrétně to potvrdilo jen 41,9 % dotázaných. Z toho 19,8 % dotázaných odpovědělo, že rodiče ovlivňují to, jak děti tráví svůj volný čas, a to proto, že jej tráví s nimi. Dalších 22,1 % dotázaných respondentů odpovědělo, že rodiče ovlivňují jejich volný čas, neboť jim domluvili zájmové kroužky apod.

Poté už žáci odpovídali negativně. Konkrétně 12,4 % dotázaných žáků odpovědělo, že rodiče neovlivňují, jak dítě tráví svůj volný čas, protože to rodiče nezajímá. Dalších 22,6 % respondentů uvedlo, že rodiče neovlivňují trávení volného času svých dětí, protože na to nemají čas. Zbývajících 23,3 % dotázaných pak sdělilo, že rodiče neovlivňují trávení volného času, protože si jej žáci volí sami.

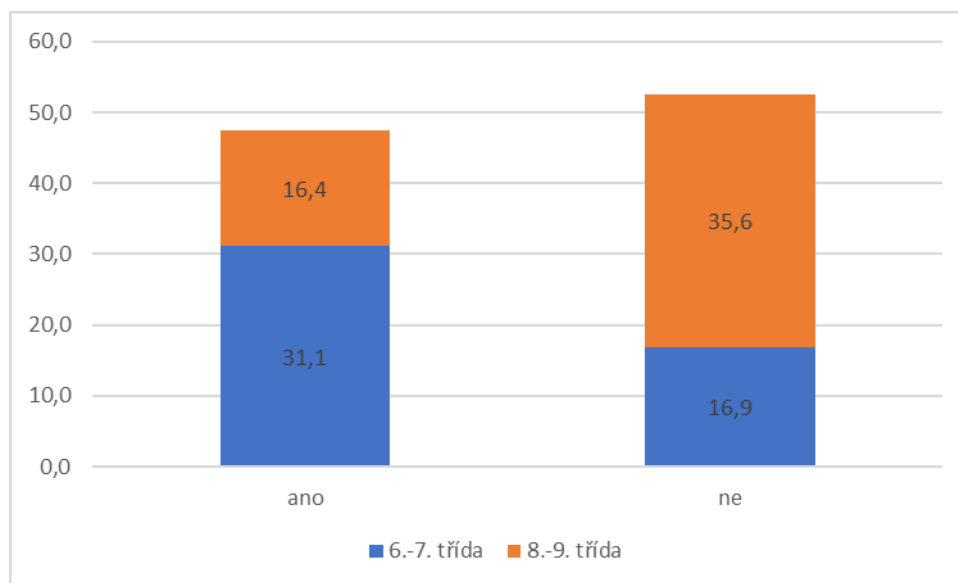
Odpovědi v rámci vybraných skupin byly odlišné. Žáci 6. a 7. tříd spíše potvrzovali, že rodiče ovlivňují trávení jejich volného času a žáci starší, navštěvující 8. a 9. třídy už odpovídali spíše negativně a vliv rodičů nepotvrzovali.

## Odovědi na otázku č. 28 – Omezují ti rodiče volný čas trávený na počítači, u televize aj.?

Graficky výsledky zřehledňuje Graf č. 28

**Graf č. 28 Omezování volného času na počítači rodiči**

(údaje uvedeny v relativních četnostech,  $f_i=100\%$ ,  $n_i=242$ )



Zdroj: vlastní zpracování

Větší polovina dotázaných žáků uvedla, že rodiče neomezují jejich volný čas trávený na počítači, u televize aj. Konkrétně tak odpovědělo 52,5 % respondentů. Zbýlých 47,5 % dotázaných pak potvrdilo, že jim rodiče čas strávený na počítači omezují.

Z grafu také jasně vyplývá, že žáci 6. a 7. třídy potvrzovali, že jim rodiče omezují čas na počítači, kdežto žáci 8. a 9. třídy odpovídali naopak, že jim rodiče tento čas neomezují. Zřejmě s přibývajícím věkem žáků tato rodičovská kontrola opadá.

## 5.5 Vyhodnocení hypotéz

Pro naplnění cíle práce byly stanoveny konkrétní hypotézy, které je následně možné vyhodnotit.

**Hypotéza 1:** Více než polovina respondentů uvede způsoby trávení volného času, které mají pasívní formu.

Hypotéza se potvrdila.

Na přímou otázku, jestli u žáků převažuje pasivní nebo aktivní trávení volného času jich nadpoloviční většina odpověděla, že tráví volný čas pasivně (51,3 %). Zajímavé je, že tento přesah byl ale velmi nepatrný. Zbýlých 48,7 % zde tedy potvrdilo, že tráví volný čas spíše aktivně.

Potvrdily to i další otázky, například otázka, kde měli dotázaní žáci vybrat, jak nejčastěji tráví svůj volný čas. Tam jasně převážila odpověď, že žáci tráví nejčastěji volný čas u počítače nebo neaktivně s kamarády, posedáváním.

Rovněž při srovnání toho, kolik času tráví žáci sportem v porovnání s tím, kolik času tráví žáci u počítače nebo posedáváním s kamarády, si bylo možné všimnout, že u počítače tráví volný čas žáci nejčastěji denně, a to dokonce 2 až 3 hodiny každý den. Zarážející je také to, že na počítači nejvíce času tráví žáci chatováním s kamarády nebo hraním her. Ve srovnání s tímto, sportu se věnuje nejvíce žáků 3 až 4 krát týdně nebo jen jednou týdně.

Za pozitivní lze alespoň označit fakt, že nadpoloviční většina dotázaných dětí navštěvuje nějaký zájmový kroužek, některé dokonce více zájmových kroužků. Nejčastěji se dokonce jednalo o zájmový kroužek sportovní. Na druhém místě se pak umístil kroužek jazykový či jiné vzdělávací, což úplně nekoresponduje s volným časem a jeho naplněním jako časem relaxačním a lze se domnívat, že tyto kroužky děti často navštěvují na popud rodičů než samy od sebe, ale nemusí tomu tak být.

**Hypotéza 2:** Více než třetina respondentů připustí, že ve volném čase realizuje způsoby chování, které lze vnímat jako rizikové.

Hypotéza se potvrdila

Není sice možné říct, že by více než třetina žáků měla zkušenost a každým uvedeným rizikovým jevem, ale dva bylo možné potvrdit určitě. Konkrétně se jednalo o kouření a užívání alkoholu. Tam potvrdila více než třetina dotázaných, že v rámci svého volného času se těmito rizikovým aktivitám věnují. Ovšem je třeba také podotknout, že jen malá část z žáků, kteří zkušenost s rizikovými jevy potvrzovali, současně uváděli, že jsou pravidelnými kuřáky nebo pravidelnými uživateli alkoholu. Nejčastěji uváděli žáci zkušenost výjimečnou nebo občasnou.

Minimum žáků pak potvrzovalo, že by měli zkušenost s vandalismem, netýkalo se to ani zkušeností s šikanou, užíváním jiných drog jako je marihuana apod. Zkušenost nepotvrzovaly děti ani s hraním na automatech.

Doplnit tyto informace lze o skutečnost, že pokud už děti uváděly nějakou zkušenost s rizikovými jevy, častěji tuto zkušenost uváděli respondenti z 8. a 9. tříd, méně pak žáci 6. a 7. tříd, což naznačuje, že s vyšším věkem přibývá zkušeností s rizikovými jevy, které se odehrávají ve volném čase těchto dětí.

**Hypotéza 3:** Více než polovina respondentů uvede, že byli v rámci školní prevence seznámeni s nebezpečnými důsledky rizikového chování.

Hypotéza se potvrdila.

Nadpoloviční většina žáků skutečně potvrdila, že z úst svého učitele byli seznámeni s oblastí prevence v dotazníku uváděných jevů, kterými byla šikana, užívání alkoholu kouření, užívání drog, hraní na automatech záškoláctví a vandalismus. S dětmi učitelé tedy zřejmě probrali, jak se uvedeným jevům bránit, co dělat a jak se zachovat v ohrožení.

Rovněž lze za pozitivní fakt shledávat, že více než polovina dotázaných žáků potvrdila, že v rámci školního vyučování absolvovali nějakou besedu, přednášku na téma prevence rizikového chování (užívání drog, hraní automatů, alkoholismus, krádeže, rizikové sexuální chování).

Za pozitivní skutečnost pak lze považovat, že větší polovina dotázaných dětí má také vědomost, na koho by se ve škole při výskytu nějakých podobných rizikových jevů měly případně ve škole obrátit.

**Hypotéza 4:** Více než tři čtvrtiny respondentů uvede, že rodiče rozhodují o způsobech, kterým mohou trávit volný čas.

Hypotéza se nepotvrdila.

Z výzkumu spíše vyplynulo, že děti jsou názoru, že jejich rodiče neovlivňují to, jak tráví svůj volný čas. Konkrétně ovlivňování volného času rodiči potvrdilo pouhých 41,9 % dotázaných. Na druhou stranu ale skoro všechny dotázané děti potvrzovaly, že rodiče mají přehled o tom, jak tráví děti svůj volný čas.

Z uvedeného tak může vyplývat, že rodiče dětem nechávají volnost ve výběru jejich volnočasových aktivit. Děti si je vybírají podle sebe, ale současně určitá kontrola volného času rodiči existuje, když děti potvrzují, že rodiče vědí, jak děti tráví svůj volný čas.

I zde pak bylo možné zaznamenat, že s přibývajícím věkem žáků zřejmě tato kontrola, respektive vědomost upadá. Mladší žáci častěji uváděli, že rodiče



ovlivňují jejich volný čas i častěji potvrzovali, že rodiče vědí, jak tento volný čas děti tráví.

Ovšem skoro třetina žáků pak také uvedla, že rodiče se o volný čas svých dětí nezajímají, protože nemají čas, někteří dokonce uvedli důvod, že rodiče nezajímá, jak děti tráví svůj volný čas. Tam může být právě riziko rozvoje nežádoucích jevů, když rodiče nijak neovlivňují ani nemonitorují volný čas svých potomků.

Nadpoloviční většina dotázaných žáků také uvedla, že jim rodiče nijak neovlivňují to, kolik času tráví na počítači. Přitom hodně žáků uvádělo, že na něm tráví tři hodiny denně nebo i více někteří. Navíc aktivitou realizovanou na počítači byla příprava do školy jen u minima dotázaných respondentů.

**Hypotéza 5:** Budou existovat rozdíly v trávení volného času dětí 6. až 7. tříd a dětí 8. a 9. tříd ZŠ.

Hypotéza se potvrdila.

Rozdíly mezi sledovanými skupinami respondentů, které byly pro tento výzkum vytvořeny dvě, a to žáci 6. a 7. tříd a poté druhá skupina žáků 8. a 9. tříd, byly zjevné. Nebylo, je sice možné zaznamenat ve všech ohledech a u všech otázek, ne vždy byly nějak významně markantní, ale přesto byly.

Obě skupiny dětí sice potvrdily, že nejčastějším trávením volného času u nich je trávení času na počítači. Ovšem názory žáků daných skupin na to, jestli u nich převažuje pasivní nebo aktivní trávení volného času, už byly odlišné. Žáci mladší uváděli převahu aktivního trávení volného času, žáci starší přiznávali převahu pasivního trávení volného času. Rovněž byly rozdíly v názorech na efektivnost trávení volného času. U dětí z 6. a 7. třídy převážily kladné odpovědi, tedy, že tráví svůj čas efektivně. Děti starší už si uvědomovaly, že převážně tráví svůj volný čas neefektivně. V rámci dalších otázek také mladší děti uváděly častější trávení volného času sportem. Starší děti pak také uváděly delší dobu trávenou denně na počítači. Starší děti také častěji tráví volný čas neaktivním posedáváním s kamarády. Mladší děti ve větším počtu navštěvovaly sportovní kroužek, u starších žáků pak převládal jazykový kroužek. Rovněž bylo možné zaznamenat, že u starších žáků (skupina 8. a 9. třída) bývá častěji součástí trávení volného času některé z uvedených rizikových chování.

## 6 Diskuze

Z výsledků provedeného výzkumu vyplynulo několik zásadních zjištění. Jedním z nich je zajisté to, že u sledovaných žáků druhého stupně vybraných základních škol převládá pasivní trávení volného času. To, jak bylo uvedeno v teoretické části práce<sup>124</sup>, velmi často souvisí s rizikem vzniku nepříznivého sociálního chování, kriminality. K těm se totiž děti velmi často uchylují právě v době po skončení školního vyučování. Z našeho výzkumu jasně vyplynulo, že pasivní trávení volného času je nejběžnějším způsobem trávení volného času respondentů. Je možné se tak domnívat, že sledovaní respondenti jsou aktuálně v riziku vzniku některých rizikových projevů v chování. Navíc typem pasivního trávení volného času sledovaných žáků byla dost často nuda, nicnedělání, posedávání s kamarády, zkrátka bezcílné aktivity.

Navíc současně mezi pasivní trávení volného času patří jeho trávení na počítači. U něj sice žáci obvykle sedí doma, ale i tak může být počítač zdrojem rizikového chování. Zmínit lze např. kyberšikanu, která se odehrává právě v prostředí internetu. Riziko lze sledovat i v nevhodných obsazích, které se na internetu nachází a v současné době není nijak složité se k nim dostat ani v dětském věku.

Pohybová aktivita tak příliš mezi dotázanými žáky své místo nenacházela, ačkoliv některé děti sportovní aktivity jako součást trávení volného času uváděly. U pohybové aktivity navíc platí právě to, že funguje preventivně vůči vzniku rizikového chování u dětí. Dává totiž dětem prostor pro vybití přebytečné energie, učí je zodpovědnosti, týmové spolupráci, spolehlivosti, dodržování pravidel a ne výjimečně souvisí sportovní aktivita i obecně se zdravým životním stylem, který by sportovci měli dodržovat, chtějí-li ve svém oboru něco dokázat.

Navíc pohybová aktivita má prokazatelně<sup>125</sup> pozitivní dopady na vnímání pohody a štěstí u dětí, včetně pozitivního utváření sebepojetí. U pasivního trávení volného času toto zjištěno nebylo, spíše naopak. Navíc je zde i zjevný pozitivní efekt pohybových aktivit a sportu na zdraví dětí, ale obecně i celé populace.<sup>126</sup> Lze předpokládat, že u dětí, které se budou více věnovat sportovním aktivitám ať už organizovaně nebo neorganizovaně, či třeba s rodinou, bude u nich docházet k lepšímu rozvoji tělesné konstituce. Preventivně pak taková pohybová aktivita může působit proti vzniku

<sup>124</sup> Srov. PAVLOVSKÝ, P. a kol. *Soudní psychiatrie a psychologie*, s. 169.

<sup>125</sup> Srov. HOLDER, M. D.; COLEMAN, B.; SEHN, Z. L.; *The Contribution of Active and Passive Leisure to Children's Well-being*, s. 378 – 86.

<sup>126</sup> Srov. DÝTOVÁ, J. a kol. *Kardio-fitness*, s. 35.

nadváhy a obezity, která začíná být rovněž mnohem častěji přítomná už v dětském věku.<sup>127</sup>

Navíc je třeba zdůraznit, že žáci ve svém trávení volného času zřejmě neshledávali nic problematického. Převážila totiž odpověď, že dle jejich názoru tráví svůj volný čas efektivně. U starších žáků sice převážilo uvědomění si, že volný čas efektivně netráví (také uváděli méně často, že sportují, oproti mladší věkové skupině), ale v celkovém počtu respondentů převážily kladné odpovědi. Jedná se o závažnou skutečnost, díky které lze jen těžko očekávat, že by děti byly motivovány k nějaké změně.

V tomto směru je třeba klást důraz na úlohu rodičů v prevenci. Jak bylo několikrát uvedeno, jsou to právě rodiče, kteří utvářejí za prvé hodnotové vzory, ale i obecně volný čas dětí. Z výzkumu vyplynulo, že pasivní trávení volného času se realizuje mnohdy i za spoluúčasti rodičů. Žáci odpovídali, že pokud tráví volný čas s rodiči, pak je to mnohdy právě neaktivně – nakupováním, nudou doma, odpočinkem apod. Jen těžko se lze domnívat, že by se děti začaly aktivněji účastnit na svém volném čase, když zřejmě nemají žádný pozitivní příklad z rodiny.

Z výzkumného šetření také vyplynulo, že rodiče se příliš neúčastní na ovlivňování volného času dětí. To může být v některých ohledech negativní, neboť zejména u mladších žáků může vznikat riziko, že si děti zvolí svůj volný čas právě z oblasti rizikového trávení volného času. V mladším věku nemusí mít ještě správně utvořené vzorce správného chování, ještě nemusí mít zažité normy chování a jejich volba trávení volného času tak může být riziková. Důvodem proč je riziková může být to, že rodiče neovlivňují volný čas dětí nebo fakt, že na to nemají čas nebo, že je to nezajímá. U starších dětí zase může být rizikový vliv party.

Na druhou stranu je zde fakt zmiňovaný v teoretické části práce, a to, že konkrétně názor Jiráska a kol.<sup>128</sup>, kteří uváděli, že nadměrné tendence rodičů dětí v tom řídit volný čas svých dětí mohou být naopak negativní. Důvodem byl podle autorů fakt, že děti pak mají stále méně příležitostí utvářet si svůj volný čas podle vlastního uvážení. V tomto směru by pak výsledky tohoto výzkumu bylo možné vnímat pozitivně, neboť z pohledu žáků jim jejich rodiče volný čas neorganizují. Za pozitivní a případně podporující uvedený předpoklad lze považovat skutečnost, že ale většina žáků ve výzkumu potvrdila, že jejich rodiče vědí o tom, jak svůj volný čas tráví. Lze se tak domnívat, že pokud by se žáci svěřili rodičům s tím, že jdou trávit volný čas

<sup>127</sup> Srov. STRÁNSKÝ, J. Nadváha a obezita u dětí a dospívajících, s. 907 – 911.

<sup>128</sup> JIRÁSEK, O. a kol. *Děti a emoce. Učíme děti vnímat, poznávat a pracovat se svými pocity*, s. 22 – 23

jakkoliv rizikově, rodiče by pravděpodobně zasáhli. Nemusí to tak ovšem být v nefunkčních či problémových rodinách.

Z výzkumu také vyplynulo, že podle žáků jejich základní škola nabízí dostatek volnočasových aktivit, ovšem z různých důvodů je většina žáků nenavštěvuje. Přitom ale v rámci jedné z položených otázek uváděli žáci, že zájmové kroužky navštěvují. Je tak na místě se zamyslet, proč je nabídka školy pro žáky neatraktivní či nevyhovující. Základní školy by zřejmě měly přehodnotit, respektive pozměnit stávající nabídku. Možné je se zamyslet i nad tím, jakým způsobem škola zájmové kroužky žákům prezentuje, jestli o nich vůbec vědí a mají dostatek informací. Důvodem může být například i náplň a kvalita nabízených zájmových aktivit pro žáky. Kvality pedagogů, kteří zájmové kroužky vedou, jsou rovněž důležité. Na druhou stranu ne každé dítě pro svůj volný čas preferuje organizované aktivity, ačkoliv v preventivním působení volného času svůj význam mají, proto je vhodné se i v tomto ohledu zaměřit na tuto nabídku a její kvalitu.

Hájek a Harmch<sup>129</sup> například v tomto ohledu zmiňují využívání tzv. zážitkové pedagogiky. Ta se uplatňuje při navozování zdravých sociálních vztahů, a tím také zjevně prevenci úniku k rizikovým aktivitám jako je závislost na alkoholu, drogách, gamblerství apod. Její principy je možné využívat jak ve škole, školní družině, ale i v rodinách. Zážitková pedagogika vychází z toho, že při vytváření jakýchkoliv volnočasových aktivit (výběru námětů, motivování, hodnocení, volba prostředí aktivity) je nezbytné vytvářet dostatek místa, aby byl čas i na povídání si s dětmi, ale jak rodiče, tak učitelé by měli být schopni dětem naslouchat. Důležité je rovněž podněcovat děti k tomu, aby naslouchaly i samy sobě. Volnočasové aktivity je ideální volit tak, aby navozovaly radostnou atmosféru, aby při nich mohly být úspěšné všechny děti a zvyšovalo se sebevědomí všech dětí. Volnočasové aktivity pro děti (ať už v rodinách nebo škole, družině) se doporučuje aktivity vhodně pozměňovat, aby pocit úspěchu mohly zažít všechny děti.

Závažným zjištěním bylo rovněž to, že více než třetina dotázaných již měla zkušenost s kouřením a užíváním alkoholu. Jiné negativní a rizikové jevy potvrzeny nebyly. Pakliže děti měly zkušenost, byla spíše ojedinělá a také přítomna u starší sledované skupiny žáků. V tomto ohledu lze opět uvést, že s přibývajícím věkem dětí dochází zřejmě k oprošťování se dětí z vlivu rodičů a vzrůstá vliv party. V partě dětí

---

<sup>129</sup> HÁJEK, B. HARMACH, J. Děti, vedoucí, volný čas, s. 90 – 91.

se pak častěji objevuje právě alkohol a kouření a i v dotazníkovém výzkumu dotázaní žáci ze starší věkové skupiny uváděli, že velmi často tráví volný čas právě s kamarády neaktivním posedáváním apod.

Uvedené zkušenosti s rizikovými jevy je tak do jisté míry možné dávat právě s pasivním trávením volného času u sledovaných dětí a je možné se domnívat, že s lepší a kvalitnější strukturací jejich volného času, intenzivnějším zapojením sportu či jiných pohybových aktivit do jimi preferovaných zájmových aktivit, by bylo možné uvedenému předcházet. Významnou úlohu by pochopitelně měli sehrát rodiče dětí.

Navíc i úloha školy je důležitá a z výzkumu vyplynulo, že i dotazovaní žáci totiž uvedli, že absolvovali besedu zaměřenou na téma prevenci. Jejich učitelé s nimi toto probrali, lze se však domnívat, že účelná by mohla být i beseda či přednáška se zainteresovanými osobami, které by mohly s žáky promluvit odborněji (např. lékaři, ale třeba i vyléčení alkoholici apod.). Ačkoliv má zajisté pedagog u svých žáků spíše důvěru, informace od odborníků by mohly mít pro žáky rovněž podstatnou váhu. Navíc žáci uvedli, že vědí, na koho by se mohli obrátit v případě výskytu či ohrožení uvedenými rizikovými jevy.

### **Doporučení pro základní školy**

Na základě zjištěných skutečností je možné zde zmínit některá doporučení pro základní školy:

- **Přehodnotit stávající nabídku volnočasových aktivit** – žáci aktuálně tuto nabídku buďto nevyužívají nebo jim nevyhovuje skladba. Je tak na místě zvážit, jakou nabídku zájmových kroužků školy mají a případně přímo u žáků zjistit, o jaké zájmové kroužky by měli zájem (např. prostřednictvím dotazníkového šetření) a následně zvážit jednání o změně nabídky zájmových kroužků, o možnostech kvalifikovaných odborníků, kteří by je vedli. Vzhledem ke zjištěným skutečnostem lze doporučit zejména znásobit nabídku sportovních kroužků. Pro dívky by mohlo být zajímavé nabídnout kroužek aerobiku, moderní zumbi, jógu, sebeobranu či moderní typy cvičení, které u dívek spíše budou mít větší oblibu. Pro chlapce to může být nabídka bojových umění;
- **Zapojit rodiče do zvyšování pohybové aktivity dětí** – jak bylo prokázáno, pakliže žáci upřednostňují pasivní trávení volného času, často to bývá i proto, že i s rodiči takto svůj volný čas tráví. Je tak na místě případně rodiče podpořit

v tom, aby trávili se svými dětmi čas aktivně, případně je k tomu podněcovat. Využit lze k tomu vytvoření společných společenských akcí pro rodiče s dětmi (např. fotbalový zápas pro rodiče s dětmi, geocaching pro rodiče s dětmi, pro menší děti pak hledání ztraceného pokladu apod.). Motivovat rodiče k tomu, aby podporovali děti v aktivním trávení volného času, lze rovněž navázáním s nimi kontaktu v oblasti zájmové činnosti, ať už od rodičů zjišťovat, o jaké kroužky by měli zájem, případně, jestli by se rodiče nechtěli podílet na jejich vedení;

- **Dále provádět prevenci rizikových jevů** – lze jen doporučit, aby školy zajišťovaly dále besedy či přednášky pro žáky na různá témata, především lze doporučit negativní důsledky kouření a alkohol, neboť se jednalo o jevy, se kterými mají žáci nejvíce zkušeností. Besedy lze doporučit s lékaři, případně pracovníky odvykacích center. Důležité se jeví, aby tuto prevenci prováděli i samotní třídní učitelé, kteří mají s žáky obvykle nejbližší vztah. Je žádoucí, aby učitelé navazovali blízké vztahy s žáky, aby poté žáci byli motivováni se s jakýmkoliv problémem či rizikem obrátit právě na svého učitele či jinou osobu ve škole.

## Závěr

Tato práce se zaměřila na oblast prevence rizikového chování na druhém stupni základních škol ve vztahu k problematice volného času. Cílem práce tak bylo zjistit, jakým způsobem a za jakých okolností může být kvalitní či pozitivní prožívání volného času využíváno v rámci prevence rizikového chování dětí na druhém stupni základní školy.

Uvedený cíl refletovala i nastavená struktura práce. V rámci teoretické části práce bylo nejprve vymezeno rizikové chování žáků na druhém stupni základní školy, což znamená, že byly definovány základní pojmy a následně představeny ty nejčastější druhy rizikového chování žáků se zřetelem na jeho specifikaci na druhém stupni základní školy. Poté následovala problematika příčin rizikového chování žáků na druhém stupni základních škol. Uvedené příčiny byly dávány do souvislosti zejména s rodinným prostředím, ale také školním prostředím zohledněním i dalších možných vlivů.

Ve vztahu k tomu, že potenciálně nejúčinnější způsob řešení rizikového chování představuje jeho prevence, věnovala se navazující kapitola právě tomu. Největší pozornost ovšem byla zaměřena na zkoumání významu volného času pro prevenci rizikového chování žáků druhého stupně základní školy. V tomto směru byla zmíněna témata jako možnosti trávení volného času u žáků druhého stupně základní školy, vliv rodiny na trávení volného času u dětí, pozitivní či kvalitní volnočasové aktivity jako způsob primární prevence rizikového chování, volný čas jako sféra pro rozvoj osobnosti dětí či dospívajících a konečně volný čas jako sféra pro realizaci rizikového chování.

Pro potřeby empirické části předložené práce pak bylo uskutečněno vlastní dotazníkové šetření zaměřené na zjišťování především způsobů trávení volného času u vybrané skupiny žáků druhého stupně základní školy. Děti byly ale dotazovány i na své zkušenosti s některými rizikovými jevy, s úlohou rodičů na organizaci volného času dětí, ale také na jejich zkušenosti s primární prevencí na školách.

Z výzkumu mezi dětmi vyplynulo závažné zjištění potvrzující převahu pasivního trávení jejich volného času. Navíc byly identifikovány dva rizikové jevy, které potvrzovala více než třetina dotázaných dětí, a to kouření a užívání alkoholu. Je možné se tak domnívat, že zde může panovat souvislost, ovšem na trávení volného času má vliv více faktorů a bylo by tak zajisté vhodné doplnit tento předpoklad například

studiem několika vybraných dětí, u kterých bylo zjištěno pravidelné užívání alkoholu či kouření pro lepší poznání všech okolností ovlivňující jejich rizikové chování (zejména rodinnou situaci, vztah k normám a společenským pravidlům, sebepojetí dítěte apod.).

I tak se ovšem jeví, že značnou úlohu na kvalitním trávení volného času mají především rodiče. Jejich úloha na trávení volného času dětí byla v práci potvrzena ve smyslu, že převaha trávení volného času dětí vesměs reflektuje trávení volného času v rodinách těchto dětí. Při kladení si dotazu, jakým způsobem a za jakých okolností může být kvalitní či pozitivní prožívání volného času využíváno v rámci prevence rizikového chování dětí na druhém stupni základní školy, lze tak říci, že těmito okolnostmi by měl být kvalitní příklad z rodiny, případně i kvalitně prováděna prevence na základních školách.



## Seznam použitých zdrojů

- BENDL, S. a kol. *Vychovatelství. Učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-4248-9.
- BISSET, S.; MARKHAM, A. W.; AVEYARD, P. School culture as an influencing factor on youth substance use. In *Epidemiology & Community Health*. 2007. Vol. 61, Issue 6. pp. 485-490.
- BLINKA, L. a kol. *Online závislosti*. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-271-0991-3.
- BOCAN, M. a kol. *Děti v ringu dnešního světa. Hodnotové orientace dětí ve věku 6 až 15 let*. Praha: Národní institut dětí a mládeže MŠMT, 2012. ISBN 978-80-87449-24-0.
- CAKIRPALOGLU, P. *Úvod do psychologie osobnosti*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-4033-1.
- CIMRMANNOVÁ, T. a kol. *Krize a význam pomáhajících prvního kontaktu. Aplikace v kontextu rodinného násilí*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2013. ISBN 978-80-246-2205-7.
- DÝTOVÁ, J. a kol. *Kardio-fitness. Vytrvalostní aktivity v každém věku*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2273-3.
- FISCHER, S.; ŠKODA, J. *Sociální patologie. Analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2781-3.
- HOUBRE, B.; TARQUINIO, C.; THUILLIER, I.; HERGOTT, E. *Bullying among students and its consequences on health*. In *European Journal of Psychology of Education*. 2006. Vol. 21, Issue 2, pp 183-208.
- HUURRE, T.; ARO, H.; RAHKONEN, O.; *Well-being and health behaviour by parental socioeconomic status*. In *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 2003. Vol. 38, Issue 5, pp 249-255.

- CHOQUET, M.; HASSLER, Ch.; MORIN, D. *Perceived parenting styles and tobacco, alcohol and cannabis use among french adolescents: Gender and family structure differentials*. In Alcohol. 2008. Vol. 43, Issue 1, pp. 73-80.
- GILES, D. *Psychologie médií*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-3921-2.
- GILLERNOVÁ, I. a kol. *Psychologické aspekty změn v české společnosti. Člověk na přelomu tisíciletí*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-2798-1.
- GULOVÁ, L. *Sociální práce. Pro pedagogické obory*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3379-1.
- HANUŠ, R.; CHYTILOVÁ, L. *Zážitkové pedagogické učení*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2816-2.
- HAUKE, M. *Zvládání problémových situací se seniory – nejen v pečovatelských službách*. Praha: Nakladatelství Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-5216-7.
- HÁJEK, B.; HARMACH, J. *Děti, vedoucí, volný čas*. Praha: Institut dětí a mládeže MŠMT, 2004. ISBN 80-86784-06-1.
- HÁJEK, B. HARMACH, J. *Děti, vedoucí, volný čas*. Praha: Národní institut pro další vzdělávání, 2004. ISBN 9788086784069.
- HEŘMANOVÁ, J. *Metodika pro podporu tvorby ŠVP ve školských zařízeních pro zájmové vzdělávání*. Praha: Národní institut dětí a mládeže, 2009. ISBN 978-80-86784-77-9.
- HOLDER, M. D.; COLEMAN, B.; SEHN, Z. L. *The Contribution of Active and Passive Leisure to Children's Well-being*. In Journal of Health Psychology. 2009. Vol 14, Issue 3. pp. 378-86.
- HORÁKOVÁ HOSKOVCOVÁ, S.; SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ, L. *Výchova k psychické odolnosti dítěte. Silní pro život*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2206-1.

- HOSKOVCOVÁ, S. *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Praha: Grada Publishing, 2006. ISBN 978-80-247-1424-8.
- HUBINKOVÁ, Z. a kol. *Psychologie a sociologie ekonomického chování*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-1593-3.
- JANSSEN, I.; CRAIG, M. W.; BOYCE, F. W.; PICKETT, W;. *Associations Between Overweight and Obesity With Bullying Behaviors in School-Aged Children*. In *Pediatrics*. 2004. Vol. 113, Issue 5, 187-194.
- JEDLIČKA, R. a kol. *Poruchy socializace u dětí a dospívajících. Prevence životních selhání a krizová intervence*. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-5447-5.
- JIRÁK, J.; KÖPPLOVÁ, B. *Média a společnost*. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-287-4.
- JIRÁSEK, O. a kol. *Děti a emoce. Učíme děti vnímat, poznávat a pracovat se svými pocity*. Brno: Edika, 2013. ISBN 978-80-266-0361-0.
- KALINA, K. a kol. *Základy klinické adiktologie*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-1411-0.
- KESNER, L. *Marketing a management muzeí a památek*. Praha: Grada Publishing, 2005. ISBN 978-80-247-1104-4.
- KIRCHNER, J. *Psychologie prožitku a dobrodružství: pro pedagogiku a psychoterapii*. Praha: Computer Press, 2009. ISBN 978-80-251-2562-5.
- KOPECKÁ, I. *Psychologie. 3. díl. Učebnice pro obor sociální činnost*. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-3877-2.
- KNOTOVÁ, D. a kol. *Školní poradenství*. Praha: Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-4502-2.
- KOLAŘÍK, M. *Interakční psychologický výcvik pro praxi. Nové hry pro výcvikové skupiny*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-4450-6.

- KOSSAK, H. *Jak se snadno učit a více si pamatovat. Techniky, cvičení, výsledky.* Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-4009-6.
- KREJČOVÁ, L. *Psychologické aspekty vzdělávání dospívajících.* Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3474-3.
- KRIEGELOVÁ, M. *Záměrné sebepoškozování v dětství a adolescenci.* Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2333-4.
- KUKLA, L. a kol. *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí.* Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-3874-1.
- LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie.* Praha: Grada Publishing, 2006. ISBN 80-247-1284-9.
- MACHOVÁ, J. a kol. *Výchova ke zdraví.* Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5351-5.
- MALÍKOVÁ, E. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních.* Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3148-3.
- MARTÍNEK, Z. *Agresivita a kriminalita školní mládeže.* Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2310-5.
- MERTIN, V. a kol. *Problémy s chováním ve škole – jak na ně: individuální výchovný plán.* Praha: Nakladatelství Wolters Kluwer, 2013. ISBN 978-80-7478-026-4.
- MINISTERSTVO školství, mládeže a tělovýchovy České republiky. *Volný čas a prevence u dětí a mládeže.* Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky, 2002.
- MIOVSKÝ, M. a kol. *Primární prevence rizikového chování ve školství.* Praha: Centrum adiktologie, 2010. ISBN 978-80-87258-47-7.
- MIOVSKÝ, M. a kol. *Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování II.* Praha: Universita Karlova v Praze, 2015. ISBN 978-80-7422-393-8.

- MIRAS, J.; BAÑARES, J. *Manželství a rodina*. Praha: Axis, 2014. ISBN 978-80-903-8649-5.
- MUSIL, J. *Sociální a mediální komunikace*. Praha: Universita Jana Amose Komenského, 2010. ISBN 978-80-7452-002-0.
- NAVRÁTIL, S.; MATTIOLI, J. *Problémové chování dětí a mládeže*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-7180-9.
- NIELSEN SOBOTKOVÁ, V. a kol. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Praha: Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-4042-3.
- OREL, M. a kol. *Psychopatologie*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-7170-0.
- PASTUCHA, D. a kol. *Tělovýchovné lékařství. Vybrané kapitoly*. Praha: Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-9482-2.
- PAVLOVSKÝ, P. a kol. *Soudní psychiatrie a psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-6963-9.
- PERIČ, T. a kol. *Sportovní příprava dětí*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-4218-2.
- PROCHÁZKA, M. *Sociální pedagogika*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-4033-1.
- PROCHÁZKA, R. a kol. *Teorie a praxe poradenské psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-4451-3.
- PTÁČEK, R. a kol. *Etické problémy medicíny na prahu 21. století*. Praha: Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-5471-0.
- SAK, P.; SAKOVÁ, K. *Mládež na křižovatce. Sociologická analýza postavení mládeže ve společnosti a její úlohy v procesech evropeizace a informatizace*. Praha: Svoboda Servis 2004. ISBN 80-86320-33-2.

- SAK, P.; KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5.
- SEDLÁČKOVÁ, D. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2685-4.
- SIKOROVÁ, L. *Dětská sestra v primární a komunitní péči*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3592-4.
- SIKOROVÁ, L. *Potřeby dítěte v ošetrovatelském procesu*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3593-1.
- SLEZÁČKOVÁ, A. *Průvodce pozitivní psychologií. Nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3507-8.
- SMOLÍK, J. *Subkultury mládeže. Uvedení do problematiky*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-2907-7.
- SKOPAL, O. a kol. *Vybrané osobnostní rysy a rizikové formy chování českých žáků a žákyň*. Olomouc: Universita Palackého v Olomouci, 2014. ISBN 978-80-244-4223-5.
- STRÁNSKÝ, J. *Nadváha a obezita u dětí a dospívajících*. In *Postgraduální medicína*, 2010.
- SÝKORA, J. *Sborník příkladů dobré praxe: Zdravé klima zájmového a neformálního vzdělávání*. Praha: Národní institut pro další vzdělávání, 2012. ISBN 978-80-874-4930-1.
- ŠEVČÍKOVÁ, A. a kol. *Děti a dospívající online. Vybraná rizika používání internetu*. Praha: Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-5010-1.
- ŠIMKOVÁ, S. *Já chci do oddílu aneb jak si děti a rodiče vybírají kroužky a oddíly*. Praha: Národní Institut pro další vzdělávání České republiky, 2012. ISBN 978-80-874-4920-2.
- ŠNÝDROVÁ, I. *Psychodiagnostika*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2165-1.

ŠTEFKOVÁ, I.; DOLEJŠ, M. *Resilience u adolescentů v nízkoprahových zařízeních pro děti a mládež*. Olomouc: Universita Palackého v Olomouci, 2016. ISBN 978-80-244-4903-6.

VELIKOVSKÁ, M. *Psychologie obětí trestných činů*. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-4849-8.

WEISS, P a kol. *Sexuální zneužívání dětí*. Praha: Grada Publishing, 2005. ISBN 978-80-247-0909-5.

ZEMANOVÁ, V.; DOLEJŠ, M. *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*. Olomouc: Universita Palackého v Olomouci, Filosofická fakulta, 2015. ISBN 978-80-244-4492-5.

ZRZAVÝ, J. *Proč se lidé zabíjejí: Homicida a genocida – evoluční okno do lidské duše*. Praha: Triton, 2004. ISBN 978-80-725-4518-6.

## Seznam grafů

Graf č. 1 Pohlaví dotázaných dětí .....	51
Graf č. 2 Množství respondentů z jednotlivých tříd základní školy .....	52
Graf č. 3 Nejčastější způsob trávení volného času dětí .....	53
Graf č. 4 Názory dětí na efektivnost jimi využívaného volného času .....	54
Graf č. 5 Typ převládajícího trávení volného času dětmi .....	55
Graf č. 6 Doba volného času strávení sportem nebo pohybovou aktivitou .....	56
Graf č. 7 Doba volného času trávená na počítači .....	57
Graf č. 8 Počet hodin volného času tráveného na počítači .....	58
Graf č. 9 Aktivity realizované na počítači .....	59
Graf č. 10 Volný čas trávený s kamarády neaktivně .....	60
Graf č. 11 Děti navštěvující nějaký zájmový klub nebo kroužek .....	61
Graf č. 12 Typ navštěvovaného zájmového kroužku .....	62
Graf č. 13 Zkušenosti dětí s užíváním alkoholu .....	63
Graf č. 14 Zkušenosti dětí s kouřením .....	64
Graf č. 15 Zkušenosti dětí s užíváním jiných návykových látek či drog .....	65
Graf č. 16 Zkušenosti dětí s chozením za školu .....	66
Graf č. 17 Zkušenosti dětí s nějakou formou vandalismu .....	67
Graf č. 18 Zkušenosti dětí s šikanou .....	68
Graf č. 19 Zkušenosti dětí s hraním na automatech .....	69
Graf č. 20 Zkušenosti dětí s primární prevencí realizovanou jejich učitelem ve škole .	70
Graf č. 21 Absolvování nějaké besedy ve škole na téma prevence rizikového chování .....	71
Graf č. 22 Vědomosti dětí o tom, na koho se obrátit v případě nějakých problémů .....	72
Graf č. 23 Názory na dostatečnost nabízených volnočasových aktivit školou .....	73
Graf č. 24 Trávení volného času dětí s rodinou .....	74
Graf č. 25 Způsoby trávení volného času dětí s rodinou .....	75
Graf č. 26 Informovanost rodičů dětí o tom, jak jejich děti tráví svůj volný čas .....	76
Graf č. 27 Ovlivňování volného času dětí rodiči .....	77
Graf č. 28 Omezování volného času na počítači rodiči .....	78



## **Seznam příloh**

Příloha I. Dotazník pro žáky druhého stupně základních škol (Zdroj: vlastní zpracování)

## Přílohy

### Příloha I.

Dotazník pro žáky druhého stupně základních škol (Zdroj: vlastní zpracování)

Ahoj,

ráda bych tě poprosila o vyplnění dotazníku, který se zabývá tématem trávení volného času. Dotazník je anonymní, není třeba se podepisovat. Pečlivě si prosím přečti znění každé otázky a vybranou odpověď zakroužkuj, popř. dopiš, pokud to otázka nabízí. Není-li přímo u otázky uvedeno, že můžeš vybrat více variant odpovědí, zakroužkuj **vždy pouze jednu odpověď**.

*Tvé pohlaví je:*

- a) chlapec
- b) dívka

*Docházíš do:*

- a) 6. třídy
- b) 7. třídy
- c) 8. třídy
- d) 9. třídy

*Uved' jeden způsob, jak nejčastěji trávíš svůj volný čas?*

- a) sportem
- b) u počítače
- c) u televize, rádia
- d) čtením knih a časopisů
- e) s kamarády – neaktivně, posedáváním, nákupy
- f) s rodinou doma
- g) s domácím mazlíčkem, venčení aj.
- h) hraním na hudební nástroj
- i) odpočívám doma
- j) jinak (doplň jak): .....
- k) nijak, nudím se

*Myslíš si, že využíváš efektivně svůj volný čas?*

- a) určitě ano
- b) spíše ano
- c) spíše ne
- d) určitě ne

*Převládá u tebe aktivní trávení volného času (např. sport, procházky se psem, výtvarné či hudební tvorba aj.) nebo pasivní (např. odpočinek doma, počítač, televize, posedávání s kamarády)?*

- a) aktivní
- b) pasivní

*Jak často trávíš volný čas sportem nebo nějakou pohybovou aktivitou?*

- a) každý den
- b) zhruba 2 krát v týdnu
- c) zhruba 3-4 krát v týdnu
- d) jednou týdně
- e) jednou za 14 dní
- f) méně často
- g) vůbec

*Jak často trávíš volný čas na počítači?*

- a) každý den
- b) zhruba 2 krát v týdnu
- c) zhruba 3-4 krát v týdnu
- d) jednou týdně
- e) jednou za 14 dní
- f) méně často
- g) vůbec

*Kolik hodin denně trávíš na počítači?*

- a) méně než hodinu
- b) 2 hodiny
- c) 3 hodiny
- d) 4 hodiny
- e) více

*Co hlavně na počítači děláš?*

- a) učím se (vyhledávám informace pro domácí úkoly aj.)
- b) chatuji s kamarády
- c) jsem na sociální síti
- d) hraji hry
- e) sleduji filmy a videa, poslouchám hudbu
- f) jiné.....

*Jak často trávíš čas s kamarády bezcílým touláním po okolí, posedávám v parku, kavárně, po obchodních domech apod.?*

- a) každý den
- b) zhruba 2 krát v týdnu
- c) zhruba 3-4 krát v týdnu
- d) jednou týdně
- e) jednou za 14 dní
- f) méně často
- g) vůbec

*Navštěvuješ nějaký kroužek, klub apod.?*

- a) každý den
- b) zhruba 2 krát v týdnu
- c) zhruba 3-4 krát v týdnu
- d) jednou týdně
- e) jednou za 14 dní
- f) méně často
- g) vůbec

*O jaký typ kroužku jde (Můžeš vybrat více možností, pokud navštěvuješ kroužků více)?*

- a) sportovní
- b) jazykový
- c) vzdělávací (matematický, přírodovědný aj.)
- d) výtvarný
- e) divadelní
- f) náboženský
- g) šachový
- h) dobrovolní hasiči

- i) sebeobrana
- j) žádný
- k) jiný (dopiš).....

*Je součástí tvého trávení volného času užívání alkoholu?*

- a) ano, pravidelně
- b) ano, občas
- c) ano, ale výjimečně
- d) ne

*Je součástí tvého trávení volného času kouření?*

- a) ano, pravidelně
- b) ano, občas
- c) ano, ale výjimečně
- d) ne

*Je součástí tvého trávení volného času užívání jiných drog (marihuany aj.)?*

- a) ano, pravidelně
- b) ano, občas
- c) ano, ale výjimečně
- d) ne

*Je součástí tvého trávení volného času záškoláctví (chození za školu aj.)?*

- a) ano, pravidelně
- b) ano, občas
- c) ano, ale výjimečně
- d) ne

*Je součástí tvého trávení volného času vandalismus = drobné krádeže, poškozování, ničení veřejných věcí, prostranství, sprejerství apod.?*

- a) ano, pravidelně
- b) ano, občas
- c) ano, ale výjimečně
- d) ne

*Máš zkušenost s šikanou?*

- a) ano, sám/a jsem šikanoval
- b) ano, šikanovali mě
- c) ano, šikanovali někoho, koho znám
- d) ne

*Je součástí tvého trávení volného času hraní na automatech?*

- a) ano, pravidelně
- b) ano, občas
- c) ano, ale výjimečně
- a) ne

*Řeší/řešili s tebou učitelé prevenci výše uvedených jevů (šikana, alkohol), jak se bránit, co dělat v ohrožení, že to není správné apod.?*

- a) ano
- b) ne
- c) nevzpomínám si

*Měli jste ve škole nějakou besedu, přednášku na téma prevence rizikového chování (užívání drog, hraní automatů, alkoholismus, krádeže, rizikové sexuální chování aj.)?*

- a) ano
- b) ne
- c) nevzpomínám si

*Víš, na koho se ve škole obrátit, kdyby tě někdo šikanoval, nebo bys potřeboval pomoci, či promluvit si o svých problémech?*

- a) ano
- b) ne

*Nabízí tvoje škola podle tebe dostatek volnočasových aktivit (kroužků, volně přístupné hřiště)?*

- a) ano, ale nenavštěvuji
- b) ano, navštěvuji
- c) ano, ale nevyhovuje mi nabídka
- d) ne

*Trávíš svůj volný čas s rodinou?*

- a) ano, pravidelně
- b) ano, občas

- c) ano, ale výjimečně
- b) ne

*Pokud ano, jak nejčastěji?*

- c) sportujeme
- d) u počítače
- e) u televize, rádia
- f) čtením knih a časopisů
- g) jezdíme na nákupy, po restauracích
- h) s domácím mazlíčkem, venčení aj.
- i) hraním na hudební nástroj
- j) odpočíváme doma
- k) jinak (doplň jak):.....
- l) nijak, nudíme se

*Vědí rodiče, jak trávíš svůj volný čas, pokud nejsi s nimi?*

- a) ano, vždy
- b) ano, někdy
- c) ano, ale výjimečně
- d) ne

*Ovlivňují rodiče to, jak trávíš svůj volný čas?*

- a) ano, tráví jej se mnou
- b) ano, domluvili mi kroužky aj.
- c) ne, nezajímá je to
- d) ne, nemají na to čas
- e) ne, vybírám si ho sám/sama

*Omezují ti rodiče volný čas trávený na počítači, u televize aj.?*

- a) ano
- b) ne

## **Abstrakt**

Zevlová, L. *Prevence rizikového chování na druhém stupni základních škol ve vztahu k problematice volného času*. České Budějovice 2017. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta, Katedra pedagogiky. Vedoucí práce M. Procházka.

**Klíčová slova:** prevence rizikového chování, rizikové chování, volný čas, výchova ve volném čase

Práce se zabývá problematikou prevence rizikového chování v souvislosti s významem volného času u žáků druhého stupně základních škol. V teoretické části se zabývá charakteristikou volného času a jeho významem, příčinami rizikového chování a možnostmi prevence. V praktické části jsou zkoumány názory žáků a rodičů a pedagogických pracovníků na problematiku rizikového chování a volného času. Cílem práce bylo analyzovat způsob trávení volného času a dalších souvisejících jevů u vybrané skupiny žáků druhého stupně základních škol. Byl zvolen kvantitativní přístup, metoda získávání dat pomocí dotazníkového šetření. Na základě výzkumného šetření jsou formulovány doporučení pro výchovu ve volném čase.



## **Abstract**

Prevention of risk behaviour at upper primary school in relation to the issue of leisure time

**Keywords:** behaviour, leisure time education, leisure time, risk behaviour prevention, risk

The study enquires into the issue of risk behaviour prevention in relation to the importance of leisure time in upper primary school pupils. The theoretical part looks into the characteristics of leisure time and its importance, causes of risk behaviour, and the options for its prevention. The practical part examines the views of pupils, parents and education staff on the issues of risk behaviour and leisure time. The aim of the study was to analyse the types of leisure time activities and other related phenomena in a selected group of upper primary school pupils. The quantitative research approach was utilised, the data was acquired by means of a questionnaire. The survey research served as a basis for formulation of recommendations for leisure time education.