

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ
FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ
Institut mezioborových studií Brno

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ
FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ
Institut mezioborových studií Brno

**Nezdravý životní styl mládeže jako důsledek vlivu
konzumní společnosti, možnosti jeho nápravy**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Lenka Součková

Vypracovala:

Eliška Kulichová

Brno 2012

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Nezdravý životní styl mládeže jako důsledek vlivu konzumní společnosti, možnosti jeho nápravy“ zpracovala samostatně a použila jsem literaturu uvedenou v seznamu použitých pramenů a literatury, který je součástí této bakalářské práce.

Elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné.

V.....dne.....

.....

Eliška Kulichová

Poděkování

Děkuji paní Mgr. Lence Součkové za velmi užitečné a praktické rady, které mi poskytla při zpracování bakalářské práce.

Chtěla bych také poděkovat rodině a svým blízkým za morální podporu a pomoc při studiu.

Eliška Kulichová

OBSAH

Úvod	7
I. TEORETICKÁ ČÁST	9
1. Mládež	9
1.1 Vzdělávání a zaměstnávání mládeže	9
1.2 Charakteristické znaky osobnosti.....	11
2. Konzumní společnost	13
2.1 Reklama	15
2.2 Masová média	17
3. Nežádoucí vlivy působící na mládež.....	19
3.1 Kouření	19
3.2 Alkohol	21
3.3 Drogy	22
3.4 Gambling	24
3.5 Stres	25
3.6 Obezita.....	26
4. Způsoby nápravy	29
4.1 Rodina.....	30
4.2 Aktivity ve školách.....	33
4.3 Volnočasové aktivity	34

II. PRAKTICKÁ ČÁST	36
5. Cíl výzkumu a hypotézy.....	36
5.1 Metoda šetření.....	37
5.2 Výsledky a jejich interpretace.....	38
5.3 Vyhodnocení hypotéz.....	51
Závěr.....	53
Resumé	55
Anotace	56
Seznam použité literatury	57
Přílohy	60

Úvod

V dnešní době lze často zaslechnout při různých příležitostech či na různých místech výroky jako např. „ach ta dnešní mládež“. Jelikož se zatím svým věkem řadím do kategorie mládeže, tak jsem dříve až tak přesně nechápala, proč tento výrok starší lidé při hodnocení mladších používají, a to spíše se smutným či ustaraným tónem. Ráda jsem poslouchala vyprávění starších a starých lidí, jaké to bývalo, když oni byli mladí. Jaká byla doba, co s sebou přinášela za radosti či úskalí. Jaký vliv na jejich životy měla společnost. Zajímavé bylo i vyprávění o jejich studiu, volném čase, vztazích v rodině, jejich každodenních povinnostech a o nástupu do zaměstnání. Čím se bavili, co pro ně bylo potěšením a co nedostižným snem. Je zajímavé, jak zcela jednoduché a pro nás zcela běžné věci byly nepředstavitelné.

Na druhou stranu pro nás věc nepostradatelná by pro ně byla nadbytečná. Můžeme mluvit konkrétně o mobilním telefonu. To vše je dáno jak vývojem společnosti, tak i rozvojem různých oborů. A pokud zde píšete, že je to dáno vývojem společnosti, tak to je to místo, to je ten proud, kterým jsou mladí lidé řízeni. Nevím, zda by byla troufalost touto prací jen okrajově poukázat na to, že mládež nemůže sama za všechny svoje nešvary, ale že tuto mládež spoluvytváří společnost, ve které žije. Proto bych ráda přidala k výše zmiňovanému výroku ještě doplnění – ta dnešní mládež to má v něčem lehčí, ale v mnoha věcech ještě o mnoho těžší než ta minulá. Nedokážeme asi přímo specifikovat a přesně určit to nezdravé, pokusím se alespoň nastínit některé rizikové jevy, které mládež ovlivňují, a jaké má dnešní mládež problémy, s čím se ve svém životě potýká a s čím se musí vypořádat a vyrovnat.

Cílem bakalářské práce je zjistit, zda je mládež ovlivněna konzumní společností. Chci zjistit postoj dospívajících k moderní technice a způsob trávení jejich volného času. Zajímá mne, zda je mládež ovlivňována okolím a jakými finančními prostředky disponuje. Dále bych se chtěla věnovat otázkám životního stylu mládeže, jako je stravování – snídaně, rychlé občerstvení, pitný režim atd.

Práce je rozdělena na část teoretickou a část praktickou, tak aby mohl být naplněn cíl bakalářské práce. Celkově ji tvoří 5 kapitol. První kapitola je zaměřena na mládež a na to, jaký vliv má konzumní společnost na myšlení a jednání v současné společnosti. Druhá kapitola je věnována konzumní společnosti, ve které se pokusím o srovnání současnosti a doby, kdy nás konzumní společnost neovládala zdaleka

tak jako dnes, a ve kterém období nacházíme výhody a nevýhody. Třetí kapitola upozorňuje na nežádoucí vlivy působící na současnou mládež, jako je kouření, alkohol, drogy, gambling, stres a obezita. Čtvrtá kapitola poukazuje na možnosti, kterými je možné předejít následkům nezdravého životního stylu a zároveň využít sociální pedagogiky. V praktické části byla použita dotazníková metoda a výsledky zpracovány do grafů. Ještě před rozděním dotazníku jsem si stanovila hypotézy, které budou v závěru buď potvrzeny, nebo vyvráceny. V závěru budou shrnuty výsledky výzkumu.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. Mládež

Hranice věku, kterým se mládež charakterizuje, není zcela jednoznačná. Zpravidla se hovoří o věku 15-25 let. Spodní hranice je celkem jasná, složitější je to s horní hranicí. Ta se u některých jedinců může snížit, avšak v současné době se spíše hranice dospělosti zvyšuje. Můžeme konstatovat, že moment sociální dospělosti nastává tehdy, když jedinec přebírá role rodinné, profesní a sociální. Jde o osamostatnění ekonomické a sociální, kdy člověk založí rodinu (dnes můžeme mluvit i o volném soužití) a zapojí se do pracovního procesu.¹ „Na jedné straně člověk opouští hodnoty dětství, vrůstá do dospělosti, ale současně ještě projevuje odpor k některým znakům dospělosti (za něž považuje např. sklon ke kompromisům a diplomatičnost).“² Do této věkové hranice se podle Vágnerové dá počítat i adolescence. Ta uvádí věk adolescence od 15 do 20 let. Plně zodpovědný za své jednání je podle současného práva dospělý člověk v 18 letech. Adolescenti často a s radostí přejímají svobodu, ale o zodpovědnost nestojí.³

Z tohoto důvodu nebude v práci mládež rozdělena dle věkových kategorií, jelikož není zcela jasné, kterými roky věku se dá přímo kategorizovat mládež. Ze shora uvedeného vyplývá, že se budu zabývat mladými lidmi v rozmezí 15 až 25 let.

1.1 Vzdělávání a zaměstnávání mládeže

Hranice dospělosti nesouvisí s nabytím plnoletosti, kdy dítě dovrší 18 let věku. Pokud mluvíme o hranici dospělosti, nemusí jít automaticky o stejný okamžik plnoletosti. Tato hranice dospělosti je u každého jedince individuální. Jedná se o mnoho aspektů, které na sebe navazují a spolu souvisí. Hlavním a nezanedbatelným aspektem je přechod ze školních lavic do zaměstnání. Ukončení školní docházky buď učňovského, středoškolského nebo vysokoškolského vzdělání. V tuto chvíli nás zajímá věk, kdy je vzdělání ukončeno, a tím se nám hranice dospělosti může posouvat

¹ KRAUS, Blahoslav et al. *Středoškolská mládež a její svět na přelomu století*. Brno: Paido, 2006. s. 10.

² KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. 1. vydání. Praha: Portál, 2008. s. 62.

³ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 1996. s. 295-313.

směrem dolů od 18 roků a stejně tak nahoru. A v ten okamžik se na mládež, potažmo mladé lidi, začínají hrnout starosti dospělých.

Pokud chodí do školy, všichni mají ten stejný sen, jak to bude nádherné, až si budou vydělávat svoje peníze, budou si moci dělat, co chtějí, a zejména nebudou muset dělat to, co je ne baví. Ale bohužel plno mladých je postaveno před tvrdou realitu. Po získání vzdělání není nikde psáno, že musí automaticky získat práci. O ni teprve začínají usilovat. Nejprve ve svém oboru, ve svém okolí. Ptají se svých známých. Později se začínají zajímat o práci i mimo svůj obor, mimo svoje okolí a zjišťují, že to není tak jednoduché, jak si představovali. Pokud už získají práci, jsou zaměstnání, mohou to považovat za úspěch, a pokud ještě pracují ve svém oboru, tak mohou mluvit o štěstí. Ale ne každému se to podaří. V mnoha oborech je kladen důraz na již získanou praxi. V tu chvíli se uchazeč o zaměstnání dostává na úřad práce a stává se nezaměstnaným. A najednou se to krásné, to vysněné stává nedostižným. Ze všech stran se na ně snáší starosti.

Když chodil tento mladý člověk do školy, tak v něm systém několik let pěstoval návyk k povinnostem, samostatnosti, zodpovědnosti, nějakému řádu a disciplíně. V tu chvíli, kdy zůstává doma, v domácím prostředí a nemusí do zaměstnání, nemá žádné povinnosti, tak se velmi rychle tyto návyky vytrácejí. S tím, že zůstává doma, je spojen druhý jev, totiž dostatek volného času. Jak s ním ale naložit? Jsou jedinci, kteří ho využijí k dalšímu vzdělávání nebo k věnování se něčemu, na co neměli čas při školní docházce, ale setkáváme se spíše s opakem. Tito lidé se začínají nudit. Potulují se po okolí. Setkávají se v partách, kde mají mladí lidé stejné problémy, na které ale ve výsledku zůstává každý jedinec sám a sám se je také snaží řešit. Nedostatek finančních prostředků, nepochopení v rodině, nemožnost se osamostatnit, mít vlastní bydlení, někdy i zklamání ze sebe samotného. Tyto záležitosti nemůže sám vyřešit. Rady hledá u svých vrstevníků, v partě, která mu ale místo odkazu na někoho jiného a spolehlivého podá pomocnou ruku v podobě alkoholu či ještě hůře drog. Nebo tráví více a více času u počítače, brouzdáním po internetu, prostě se baví nicneděláním.

U mladých žen je to s hledáním zaměstnání ještě o něco složitější. Zaměstnavatelé v nich vidí potencionální matky, které by mohly za rok či dva odejít na mateřskou dovolenou, a tím ztrácí pracovní místo nejméně na 3 roky. Nevyhovují jim ani ženy s malými dětmi, protože zde zase hrozí riziko, že děti budou nemocné a matky s nimi zůstanou doma. Další skupinou jsou ženy kolem 40-50 let. Tuto věkovou hranici považují zaměstnavatelé za neatraktivní. Klademe si otázku proč?

Ženy mají dospělé děti, dlouholetou praxi a není zde důvod, proč by se nemohly práci věnovat naplno.

Dnešní mládež zůstává u rodičů déle, než tomu bylo v minulosti. Dříve mladí lidé uzavírali sňatek již v 18-20 letech, zakládali rodiny a hledali místo, kde budou společně žít. B. Kraus uvádí, jak se posouvá věk pro zakládání rodiny: „Podle současných statistických údajů činí tento věk u chlapců téměř 29 let a u dívek se posunul na 26,5 roku.“⁴ Mladé ženy po dokončení vysokoškolského studia, mají zájem získat alespoň 3letou praxi, než založí vlastní rodinu. Tím se posouvá hranice věku až na 27 let. Pokud mladí lidé mají zaměstnání a zůstanou bydlet u rodičů, rodina je často podporuje. Mohou se společně podílet na chodu domácnosti, což se pro ně stane výhodnější, než kdyby si měli vše platit sami. Při studiu na vysoké škole se snaží rodiče podpořit své děti jak finančně, tak i tím, že po nich nevyžadují prostředky spojené s výdaji na domácnost. Děti považují tuto možnost za pohodlnou a do práce se moc rychle neženou. Není nic neobvyklého, když studenti na středních, a především na vysokých školách chodí na brigády, kde si vydělávají finanční prostředky pro svou vlastní potřebu. Při této příležitosti si tak uvědomují, jak je lehké peníze utratit, ale těžké vydělat.

1.2 Charakteristické znaky osobnosti

Toto období dospívání s sebou nese celou řadu rizikových faktorů. Často dochází k selhávání při naplňování rolí souvisejících s dospělostí, také k selhávání při vytváření vztahů s vrstevníky. To může vést k deviantnímu chování, přijímání norem antisociálních skupin nebo k sociální izolaci. Někdy mohou být tyto problémy spojeny s neschopností vytvořit a udržet uspokojivý partnerský vztah, což může vést k poruchám sexuální identifikace. Charakteristické pro toto období jsou dále podrážděnost, přecitlivělost, pocit méněcennosti, bezmocnost a nedostatečný vývoj pocitu osobní identity. Důsledkem toho může být deviantní chování (agresivita, drogy atd.). V takových situacích, by měl být rodič ostražitý a měl by se snažit vypořádat jakoukoliv změnu u dítěte a naslouchat při sebemenším náznaku komunikace. Je třeba, aby si dospívající začal vytvářet vlastní názor na život, svůj hodnotový žebříček a hledal smysl a perspektivy života. Současná doba podporuje individuální formu života ve

⁴ KRAUS, Blahoslav et al. *Středoškolská mládež a její svět na přelomu století*. Brno: Paido, 2006. s. 16.

smyslu „ať se každý postará sám o sebe“, což přispívá k osamocení. Tento proces individualismu však představuje nebezpečí pro další vývoj společnosti. Život v dnešní době běží natolik rychle, než aby vytvářel dostatečný časoprostor pro postupné vrůstání do společnosti. Situace nutí mladistvé žít ze dne na den, bez hodnotného prožívání volného času, bez výraznějších duchovních hodnot a bez dlouhodobějších cílů. Z toho vyplývá, že cílem je žít přítomností.⁵

Mladí lidé mají často v oblíbenou hudbu, slézání vrcholu, adrenalinové sporty. Rádi dosahují určitého maxima a chtějí rychle dosáhnout pocitu uspokojení pomocí nějakého cíle. Takovými aktivitami jsou rychlé známosti, spontánní sňatek, krádež auta, peněz atd.⁶ Avšak tyto činnosti, které provozují, nebývají orientovány do budoucna, poněvadž si neuvědomují následky svého jednání. V souvislosti s mladými lidmi je možné hovořit i o otázce identity, tedy otázky „kdo jsem“? Mládež se identifikuje určitým životním stylem a tím se snaží získat identitu. Ovšem často se jedná pouze o vnější znaky jako je oblečení či poslech určitého typu hudby. Tohle období dospívání je ukončeno tím, že jedinec převezme plnou zodpovědnost za vlastní život poté jej lze považovat za dospělého.⁷

⁵ KRAUS, Blahoslav et al. *Středoškolská mládež a její svět na přelomu století*. Brno: Paido, 2006. s. 13-17.

⁶ VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 1996. s. 295-296.

⁷ Mládež, *Mládež* [online]. [24. 3. 2012] Dostupný z WWW: <http://www.tf.jcu.cz/getfile/4c75cfdb2ef576df>

2. Konzumní společnost

Encyklopedický slovník uvádí, že konzumní společnost je: „Spotřební společnost – typ společnosti, v níž je většina členů jednostranně orientována na spotřebu, akcentuje maximalizaci uspokojování svých materiálních potřeb a zároveň opomíjí jiné hodnoty, zejména duchovní.“⁸ V dnešní konzumní společnosti by lidé chtěli mít vše, co je zrovna moderní a „in“. Je to právě konzum, který v lidech vyvolává pocit méněcennosti, pokud nebudou ten či onen produkt vlastnit, i když ho nakonec možná ani využívat nebudou. Mají ho ale všichni, tak jej musejí mít taky. V minulosti lidé žili ve skromnějších podmínkách a k radosti ze života jim stačilo jen málo. Děti se dokázaly radovat z dárků, jako byly například cukrovinky a drobné osobní věci, jako boty na celý rok. Na Vánoce měly radost ze skromně, ale krásně nazdobeného stromečku, pod kterým se toho mnoho nenacházelo. Lidé se dříve tolik nehnali za hmotnými statky a dokázali se více soustředit na svoji rodinu a přátele.

S vývojem moderní techniky, kterou nám přináší konzumní společnost, se dá pracovat doma, na ulici, ve vlaku, v autobuse a jiných místech, kde můžeme s někým hovořit pomocí mobilního telefonu nebo surfovat po internetu. Člověk už ani nemá chvíli klidu na svoje soukromí a to se týká i dětí. Dnes děti mají mobilní telefon už v první třídě, což lze považovat za extrém. Děti jsou ještě malé, aby pochopily, že mobilní telefon není levná záležitost a mohly by jej snadno ztratit. Už v tak raném věku se u dětí mohou začít vytvářet sociální rozdíly. Důvodem jsou životní úrovně rodin. Někteří rodiče na tom nejsou finančně nejlépe a nemohou si takové věci dovolit. Děti na prvním stupni základní školy zatím nepocítují něco jako ponížení, že jejich kamarád má něco značkového či modernějšího. Jsou rády, že mají alespoň něco. Oproti tomu dospívající děti už to takhle vnímají. Jeden spolužák se předhání před druhým, co má nového. Jak se má pak cítit dítě, které takovou věc mít nemůže, protože rodiče na to nemají finanční prostředky? Samozřejmě to berou jako ostudu a křivdu, protože oni takovou věc nikdy mít nebudou, i když by si ji moc přály. V tomto věku jsou děti svou upřímností až zlé. Nemají ještě vypěstovanou hranici tolerantnosti, ohleduplnosti či taktického chování. Dokážou jedince až vytěsnit z kolektivu jen proto, že ho jeho rodina není schopna vybavit moderním oblečením či elektronickými novinkami. Záleží na samotném jedinci, jak dokáže být odolný vůči tomuto chování. Tento postoj získaný

⁸ Kolektiv autorů. *10 let v českých médiích*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005. s. 543.

v dětství je důležitý i v dospělosti. Ale toto platí i o druhé skupině, která má vše jen proto, aby se jejich rodiče blýskli před druhými lidmi. I tito rodiče mohou mít problémy, jelikož nikde není psáno, že tento způsob života je jim zaručen po zbytek života. Zda si ony samy, tyto děti, budou moct dovolit veškerý luxus a blahobyť, který jim dávají jejich rodiče? Budou se umět vyrovnat se ztrátou postavení v kolektivu, kdy byly zvyklé hrát prim, a už je nikdo nebude obdivovat?

Nejde o to, aby ze shora uvedených řádků vyplynulo, že vše je špatné a nevhodně působící na společnost. Jsou věci, které vnímáme jako velkou výhodu dnešní doby, a to zejména pro dospívající, možnost vycestovat do všech zemí světa. Člověk se může naučit cizí jazyk, který je dnes tak potřebný v komunikaci s okolním světem, může také poznat nové kamarády, kulturu, sociální jevy dané země a zažít mnohá dobrodružství. Nejde pouze o formu cestování či trávení volného času, poznávání nových světů, ale i o možnost studovat v zahraničí na prestižních vysokých školách. Je to velkým přínosem pro vzdělání a získání užitečných zkušeností pro další život i pro budoucí výběr zaměstnání, kde je právě výhodou prokázat se těmito získanými zkušenostmi a i přímo certifikáty či tituly. Z toho vyplývá, že učení cizích jazyků se dnes příkládá daleko větší důraz, jelikož hranice České republiky jsou otevřeny celému světu a komunikace jím je nezbytná. V době komunistického režimu se podařilo vycestovat jen málo jedincům. Člověk byl nucen vypsát mnoho nesmyslných dotazníků týkajících se jeho osoby a rodiny. V případě emigrace některého z členů rodiny následovaly nedozírné problémy pro celou zůstávající rodinu, jako bylo nepřijetí na střední nebo vysokou školu, degradace v zaměstnání, omezení cestování atd. Dnešní mládež tak má vše, o čem jejich rodiče mohli jenom snít. Bohužel si této možnosti mnohdy neváží a nevyužívají ji. Minulost, a hlavně tu z pohledu negativ společnosti v různých dobách, je nutné stále připomínat a zapisovat do dějin a učiva pro budoucí generace.

Konzum do našich životů přináší stále něco nového a neočekávaného a každý si musí uvědomit, zda je pro něj důležité věc vlastnit z důvodu prestiže či vlastního chtíce, nebo může žít jako předtím i bez ní.

2.1 Reklama

Definice reklamy, schválená Parlamentem České republiky, zní: „Reklamou se rozumí oznámení, předvedení či jiná prezentace šířená zejména komunikačními médii, mající za cíl podporu podnikatelské činnosti, zejména podporu spotřeby nebo prodeje zboží, výstavby, pronájmu nebo prodeje nemovitostí, prodeje nebo využití práv nebo závazků, podporu poskytování služeb, propagaci ochranné známky, pokud není dále stanoveno jinak.“⁹(zákon č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy §1 ods. (2))

„Reklamou obvykle rozumíme placenou formu prezentace a propagace zboží, služeb nebo myšlenek nejčastěji prostřednictvím reklamní agentury s cílem dosáhnout zisku prodejem zboží zákazníkovi.“¹⁰ V dnešní konzumní společnosti je reklama nejvíce užívaná pro přilákání co největšího počtu spotřebitelů na daný výrobek či službu. S reklamou se člověk setkává dnes a denně. Nejčastěji se můžeme s reklamou setkat v televizi, v rádiu, na internetu, v tisku nebo ve formě reklamních letáků, plakátů, billboardů, jako reklamní prostředek firem atd. Nelze s jistotou konstatovat, které z těchto druhů nás nejvíce zasahují. Kvalitní reklama se snaží získat pozornost lidí, například dobrým grafickým zpracováním, zvukem (chytlavá melodie), nápaditým sloganem. Vzbudit zájem o koupi mohou prostředky, které se postarají o vaši bezpečnost, zdraví, vzhled nebo také vyvolávají chuť na něco dobrého, čemuž nemůžete odolat. Poté už následuje potřeba věc mít, vlastnit ji.¹¹

Zájemce o daný výrobek si může věc koupit v kamenném obchodě nebo objednat z pohodlí domova přes internet. Dnes může člověk získat informace, o spoustě výrobků na trhu. O jejich kvalitě, složení, zkušenosti jiných uživatelů aj. Některé firmy se snaží pomocí reklamy nalákat uživatele na výhodnou koupi, když nakoupí dva výrobky, dostanou třetí zdarma. Dále například při sbírání čárových kódů a následném odeslání na uvedenou adresu Vám dojde nějaký dárek. Samozřejmě neexistují pouze reklamy na kvalitní a dobré věci. Mezi nejhorší reklamy patří ty, které lákají lidi k „výhodným půjčkám“. Nejvíce těchto půjček využívají lidé těsně před Vánocemi, kdy zjistí, že by nebylo co naložit pod stromeček. Dalším příkladem může být půjčka na vysněnou dovolenou. Člověk se pak dostane do svízelné a tíživé situace. Jedna půjčka překrývá druhou, avšak východisko ze situace zde není žádné. Přichází na řadu

⁹ Zákon č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy §1 ods. (2) zákon o regulaci reklamy a o změně a doplnění některých dalších zákonů zákon.

¹⁰ MAREŠ, Svatopluk. *Prodej a reklama*. 1. vydání. Hradec Králové: Gaudeamus, 1998. s. 87.

¹¹ Tamtéž, s. 87.

ta nejhorší věc, a to je exekuce. Reklama má ale i své dobré stránky, protože může poukázat na menší podnikatele, kteří se potřebují zviditelnit a dostat se na trh práce.

Reklama musí splňovat určité etické zásady tak, aby nedocházelo k jejímu zneužití. „Kodex reklamy vydaný Radou pro reklamu ve shodě s článkem III. stanov Rady pro reklamu s cílem, aby reklama v České republice sloužila k informování veřejnosti a splňovala etická hlediska působení reklamy vyžadovaná občany České republiky.“¹² Reklama by měla být především čestná, pravdivá a slušná, musí respektovat mezinárodně uznávané zásady reklamní praxe zpracované Mezinárodní obchodní komorou. Právní regulace reklamy není kodexem nahrazena, ale doplněna. **Čestnost** znamená, že reklama nebude zneužita ke skryté reklamě, kdy například ve večerním seriálu, na který se dívá spousta lidí, doporučí lék, který je nejlepší na trhu a kdykoliv odstraní bolest. Také nesmí zneužívat důvěru spotřebitele. **Slušností** se především rozumí, že reklama nebude hrubě narušovat mravnost s ohledem na to, jakou cílovou skupinu reklama zasáhne. **Pravdivost** poukazuje na to, že reklama nesmí šířit klamavé údaje o cizím či vlastním podniku, klamavé označení zboží či služeb. Z tohoto kodexu plyne i společenská odpovědnost, kdy reklama nesmí využívat motiv strachu, předsudků, pověr, tedy nic, co by mohlo vést k násilí nebo co by hrubým způsobem uráželo národnostní, rasové nebo náboženské cítění. Kodex reklamy se ve velké míře zabývá dětmi a mládeží. V reklamě na alkoholické nápoje nebo tabákové výrobky nesmí vystupovat osoba mladší 25 let, musí vypadat starší a tyto reklamy nesmí být zaměřené na jedince mladší 18 let atd. Co se týče dětí a mládeže, jsou zde uvedeny všeobecné informace, které například uvádí, že reklama nesmí v dětech vyvolat pocit méněcennosti z toho, že nevlastní daný výrobek. Dále je zde poukazováno na bezpečnost dětí v reklamě a na potraviny a nealkoholické nápoje zaměřené na děti.¹³

¹² Zdroj: Rada pro reklamu, *Kodex reklamy* [online]. 2009 [1. 12. 2011]. Dostupný z WWW: www.rpr.cz/download/rpr/kodex.doc

¹³ Tamtéž.

2.2 Masová média

Mezi masová média řadíme **tisk, rozhlasové a televizní vysílání** a v dnešní době nejvíce populární **internet**. Média se podílejí na podobě našeho každodenního života a jsou jedním z rysů naší současnosti. Postupem času si masová média vytvořila určité postupy, které jí umožňují zpracovávat informace aktuálně, v krátkých a pravidelných periodách (např. denní tisk) či průběžně (televize, rozhlas, internet) s ohledem na to, co je v danou chvíli podstatné či zajímavé. Masová média se především snaží o zasažení co největšího počtu obyvatel. To se děje pomocí komunikace, kdy dochází k procesu přenášení sdělení od zdroje k nějakému adresátovi (příjemci).¹⁴

Lidé z různých důvodů tráví čas s médii. „Jejich zájem může být formován celou řadou podnětů, od potřeby orientovat se v politickém či ekonomickém životě společnosti přes snahu vzdělat se, pobavit se či jen zaplnit volný čas až po to, že si na přísun takových sdělení prostě zvykli.“¹⁵ V knize 10 let v českých médiích se zase dočteme, že „Média se přeměnila z institutu poskytujícího občanům informace o jejich společnosti na nástroj utváření a přetváření mocensko-ekonomické dimenze společenské skutečnosti.“¹⁶

V poslední době se hovoří o „zdravém životním stylu“. Je to reakce obyvatelstva, především ve vyspělých zemích, na informační explozi působením masmédií a současně na stav životního prostředí a všech negativních faktorů, které přinesl vědecký a technický pokrok. Mládež si vytváří také vlastní subkulturu, jako je vlastní způsob vyjadřování, odívání, vyznávání určitých druhů hudby, specifické výrazy, symboly. To vše v souvislosti s možnostmi, které poskytují komunikační kanály (mobilní telefon, internet).¹⁷ Pro současnou mládež je vlastnění počítače samozřejmostí. Pokud jej mládež nemá, je považován za chudého či „divného“. „Vývoj médií a vývoj mladé generace jsou vzájemně provázány.“¹⁸ Urban, Dubský, Murdza uvádí, že masová média jsou provázána s ekonomickými a politickými silami, které mají potřebu dávat o sobě stále vědět, ať již jde o zmínku zápornou či kladnou. To stejné platí

¹⁴ JIRÁK, Jan, KÖPPOVÁ, Barbara. *Masová média*. 1. vydání. Praha: Portál, 2009. s. 21-26.

¹⁵ BEDNAŘÍK, Petr, JIRÁK, Jan, KÖPPOVÁ, Barbara. *Dějiny českých médií, od počátku do současnosti*. 1. vydání. Praha: Grada, 2011. s. 13.

¹⁶ Kolektiv autorů. *10 let v českých médiích*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005. s. 105.

¹⁷ KRAUS, Blahoslav et al. *Středoškolská mládež a její svět na přelomu století*. Brno: Paido, 2006. s. 20-21.

¹⁸ Kolektiv autorů. *10 let v českých médiích*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005. s. 107.

i o celebritách. Média je třeba kontrolovat, což se děje pomocí různých kodexů. „Mezinárodní minima novinářských etických kodexů lze shrnout do těchto zásad:

- úcta k objektivní pravdě (faktům) a přesnost při její interpretaci,
- nestrannost a nepředpojatost,
- respekt k soukromí jednotlivce,
- odpovědnost ke společnosti a k něčemu, co bychom nazvali veřejným blahem,
- úcta a respektování právního řádu dané země,
- slušnost a vkus,
- mít informace ověřené z alespoň dvou nezávislých zdrojů.“¹⁹

Názorů na to, kdy masová média vstoupila do života lidí, je několik. Uvádí se, že buď do konce 19. století (rozvoj tzv. masového tisku), nebo konec 19. století (ve spojení s kulturními, ekonomickými a jinými změnami), do počátku 20. století (nástup filmu), někdy dokonce až do dvacátých až třicátých let 20. století (nástup masového rozhlasového vysílání).²⁰

Média mohou mít vliv na postoje, emoce i chování jedince. Média v nás mohou vyvolat smutek, nostalgii, nudu, ale také strach, zuřivost, slast. Na chování mohou média působit tím, že ze zobrazení sociálně nežádoucího jednání (vražda, extremismus) se jedinci mohou přiučit, jak to či ono mají provést (loupež). Komunikace po e-mailu, smskách nebo dalších komunikačních prostředcích, kde není možno se navzájem spatřit, podléhá tomu, že jedinec nemůže vyjádřit svoje emoce. Proto lidé používají tzv. emotikony, aby vyjádřili svoje city ke sdělovanému, oslovovanému nebo v jakém rozpoložení se nachází.²¹ Právě proto, aby nedocházelo pouze ke komunikaci přes masová média je třeba, aby lidé mezi sebou navazovali kontakty a komunikovali spolu a tím předcházeli tomu, že se ve svých emocích budou vnitřně utápět.

¹⁹ URBAN, Lukáš, DUBSKÝ, Josef, MURDZA, Karol. *Masová komunikace a veřejné mínění*. 1. vydání. Praha: Grada, 2011. s. 70.

²⁰ JIRÁK, Jan, KÖPPLOVÁ, Barbara. *Masová média*. 1. vydání. Praha: Portál, 2009. s. 57.

²¹ Tamtéž, s. 37- 360.

3. Nežádoucí vlivy působící na mládež

Nežádoucích vlivů existuje celé množství. Jsou zde použity takové pojmy, které lze považovat nejvíce rozšířené a stále se o nich hovoří. Je poukázáno na jednotlivé příčiny a negativní dopady, které se u mládeže mohou projevit. S řadou těchto nežádoucích vlivů se člověk setkal i v minulosti, avšak dnes je k návykovým látkám velice snadný přístup a civilizační choroby způsobené konzumní společností se objevují stále více a více.

Za základní problém vzniku sociálně patologických jevů je možné považovat to, že mladiství mají spoustu volného času, ve kterém vymýšlí, co by kde provedli a experimentují s neznámým. Tím může být kouření, gamblerství, alkohol a drogy, které pro ně znamenají vzrušení a překročení další své hranice, se kterou se pochlubí kamarádům. Jelikož jsou tyto sociálně patologické jevy finančně náročné, dopouštějí se mladiství často kriminality. Některé skupiny mladistvých berou tyto výzvy jako něco, co musí zkusit každý, kdo chce být členem jejich party. Dnes mladiství dají především na to, co na jejich chování řeknou přátelé a jak se ukážou v jejich očích. V současné době, mladiství tráví spoustu času na internetu. O těchto nežádoucích vlivech, působících na mládež, mohou získat jakoukoliv informaci. Pokud se stane, že dospívající je terčem posměchu, šikany nebo je často ve stresu, uzavře se do sebe a snadno se nechá zlákat právě k sociálně patologickým jevům. Přinese mu to uvolnění a zapomnění, jak se k němu ostatní chovají a jaký má těžký život. V takové partě lidí ho nečeká nic dobrého, což si zatím neuvědomuje. Je rád, že má kamarády a někam patří.

3.1 Kouření

Pro pubescenty představuje cigareta zakázané a vzrušující dobrodružství, tzv. zkoušku dospělosti. V mnohých případech mladiství velice snadno přejdou od kouření cigaret ke kouření marihuany a poté k silnějším drogám. Riziko přechodu k silnějším drogám je zde vyšší, než u mladistvých, kteří žijí zdravým způsobem života. Organismus si na nikotin rychle zvyká.²² V případě, že kouří rodiče a starší sourozenci, je velká pravděpodobnost, že mladší děti po jejich vzoru budou také kouřit. Ženy kouří méně než muži, bohužel jejich počet se zvyšuje a s pravidelným kouřením začínají

²² ILLES, Tom. *Děti a drogy*. 2. upravené vydání. Praha: ISV, 2002. s. 12.

ve stále nižším věku. Mladí lidé se sdružují v některých skupinách, kde kouření je povinností každého člena.²³

Česká koalice proti tabáku uvádí, že věk první cigarety se pohybuje kolem 10 let. (Počátkem 90. let byl věk první cigarety kolem 14let). Skoro 90 % kuřáků začalo kouřit před dovršením 18 let. 40 % mladistvých ve věku 15-18 let kouří. V současnosti kouří více dívek než chlapců. Mladiství při pokusu o odvykání trpí abstinenci příznaky, protože jsou na tabáku již závislí.²⁴ Cigareta nepředstavuje pouze nebezpečí pro aktivní kuřáky, ale také pro nekuřáky, kteří musí pobývat v zakouřeném prostředí. Jedná se tedy o tzv. pasivní kouření, kdy kuřák vydechuje více než 5 000 chemických látek, kterými ohrožuje život nekuřáka. Dnešní společnost se snaží bojovat proti kouření tím, že zakazuje kouření na veřejných prostranstvích a v mnoha restauracích je vyhrazena místnost pro nekuřáky, kde mohou pobývat i rodiče s dětmi. Nejde o diskriminaci kuřáků, ale o zdraví nekuřáků, kteří jsou nuceni se v tomto prostředí pohybovat a žít.

Dospívající si neuvědomuje, že dlouhodobé kouření způsobuje následky do budoucna, které mohou být až smrtelné. „Na nemoc související s kouřením umírá každý druhý kuřák, polovina z nich předčasně. Nejčastější příčinou smrti jsou nemoci srdce a cév (ročně téměř 1,7 milionů kuřáků), chronická onemocnění průdušek a plic (ročně 970 tisíc kuřáků) a rakovina plic (ročně téměř 700 tisíc kuřáků).“²⁵ Kouření může vést mimo jiné ke vzniku různých nádorů, jako například ledvin, střev, konečníku, močového měchýře aj. a má také vliv na nervový systém. Následky kouření se často projevují v oblasti sexuálního života. Muži, kteří kouří, mají často potíže s potencí i s plodností, jelikož zplodiny z cigaretového kouře mají vliv na tvorbu a zrání spermií. Kouření u žen způsobuje problémy s plodností i průběhem těhotenství (poruchy placenty, mimoděložní těhotenství, předčasný porod).²⁶ Stále se o těchto chorobách způsobených kouřením mluví, a proto už několikrát došlo ke zdražení u tabákových výrobků. Na každém obalu cigaret se objevuje varování, které upozorňuje na škodlivost kouření. Bohužel ani tyto obranné mechanismy nezpůsobují pokles kuřáků.

²³ MARHOUNOVÁ, Jana, NEŠPOR, Karel. *Alkoholici, fetišci, gambleři*. 1. vydání. Praha: Empatie, 1995. s. 65.

²⁴ Zdroj: Bez cigaret, *Kouření dětí a mladistvých – nejdůležitější fakta* [online]. [26. 11. 2011]. Dostupný z WWW: <http://www.bezcigaret.cz/koureni-deti>

²⁵ ŽALOUĐÍKOVÁ, Iva, HRUBÁ, Drahoslava. *Normální je nekouřit: program podpory zdraví a prevence kouření pro mladší školní věk (7-11 let)*. 3. vydání. Brno: MSD, 2009. s. 11.

²⁶ ŽALOUĐÍKOVÁ, Iva, HRUBÁ, Drahoslava, PŘÍDALOVÁ, Svatava, ŘEZÁČ, Jaroslav. *Normální je nekouřit: program podpory zdraví a prevence kouření pro mladší školní věk (7-11let) II. díl*. 3. Vydání. Brno: MSD, 2009. s. 20.

Zarážející je, že i při tak vysokých cenách cigaret si je mladiství mohou stále dovolit koupit. O tom svědčí fakt, že adolescenti dostávají peníze od rodičů ve formě nemalého kapesného a dětem není líto utráct peníze právě za cigarety.

3.2 Alkohol

Česká republika má jedno smutné prvenství, a to v množství zkonsumovaného alkoholu na jednu osobu. Pití alkoholu je ve většině případů součástí každé rodiny, tudíž mládež k němu nemá až tak daleko. Dospívající začínají s pitím alkoholu z řady důvodů. Můžeme jmenovat některé z nich, například když se chtějí vyrovnat svým starším kamarádům nebo vidí konzumaci alkoholu u svých rodičů. Dále aby ztratili zábrany v kontaktu s druhým pohlavím, při problémech v rodině atd. Proces závislosti na alkoholu je tím rychlejší, čím je člověk začínající s alkoholem mladší. Požívání alkoholu vede k trvalému poškození jater, zanechává následky na všech orgánech dutiny břišní, dochází k poškození mozku a srdečnímu onemocnění.²⁷

Marhounová, Nešpor uvádí, že pokud si člověk nedokáže odříct svou obvyklou dávku alkoholu, je to první krok k chronickému alkoholismu. Vznik návyku na alkohol je pravděpodobnější u jedinců, kteří ho dobře snáší. Alkohol je droga, která je zprvu příjemná, člověk se zbaví špatné nálady, úzkosti, myšlenek na problematické situace. Později, při vytvoření závislosti na alkohol, kdy jedinec abstinuje, se objeví špatná nálada.²⁸ Dále uvádí, jak se závislost na alkoholu vyvíjí ve čtyřech vývojových stádiích:

1. „stadium – alkohol je drogou, kterou si pijan sám ordinuje, aby potlačil nepříjemné psychické stavy nebo aby dosáhl dobré nálady;
2. stadium – pijan přechází od méně koncentrovaných nápojů ke koncentrovanějším a dobře alkohol snáší;
3. stadium – tolerance organismu vůči množství alkoholu v krvi je stále dobrá, ale začínají se objevovat poruchy paměti, tzv. okénka;
4. stadium – tolerance organismu se snižuje, k opilosti stačí už velmi malé množství. Pijan začíná s požíváním alkoholických nápojů už ráno a pije několik dnů po sobě, přičemž „okénka“ jsou stále častější!“²⁹

²⁷ ILLES, Tom. *Děti a drogy*. 2. upravené vydání. Praha: ISV, 2002. s. 9-10.

²⁸ MARHOUNOVÁ, Jana, NEŠPOR, Karel. *Alkoholici, fetišci, gambleři*. 1. vydání. Praha: Empatie, 1995. s. 66.

²⁹ MARHOUNOVÁ, Jana, NEŠPOR, Karel. *Alkoholici, fetišci, gambleři*. 1. vydání. Praha: Empatie, 1995. s. 69.

Alkohol je dnes běžně podáván nezletilým jedincům. Málokde se setkáme s tím, že by prodejci po nezletilém chtěli, aby jim ukázal průkaz totožnosti či jiný doklad, kterým by prokázal svůj věk. Policie ČR provádí spolu s orgány sociálně právní ochrany dětí namátkové kontroly těchto podniků, a pokud zde nějaké podnapilé nezletilce přistihnou, zavolají zákonným zástupcům a ti si pro ně přijedou. Policie se snaží zjistit, kdo jim alkohol podal, a ukládají blokovou pokutu. Nový trestní zákoník platný od 1. ledna 2010 vymezuje §204 – Podání alkoholu dítěti: „Kdo ve větší míře nebo opakovaně prodá, podá nebo poskytne dítěti alkohol, bude potrestán odnětím svobody až na jeden rok.“³⁰ Tento paragraf by měl poskytnout ochranu před tím, aby už nebylo možné spatřit nezletilé se sklenkou alkoholu v ruce či v podnapilém stavu.

3.3 Drogy

Vokurka (2002) uvádí, že droga je: „látka přírodní či syntetická, která splňuje dva základní požadavky: a) ovlivňuje prožívání reality,
b) může vyvolat závislost.“³¹

Vokurka (2002) dále uvádí, co je drogová závislost: „chorobný stav spojený s nevladatelnou touhou po opakovaném braní drogy, mnohdy s tendencí ke zvyšování dávek. Při nedostatku drogy může vzniknout abstinenční syndrom daný existencí psychické či fyzické závislosti.“³² „Drogová závislost má velmi vážné psychické, somatické i sociální důsledky, je často provázena rizikem AIDS, v řadě případů končí smrtí.“³³

Počet lidí závislých na drogách stále narůstá a věk osob, které přicházejí do kontaktu s drogami, se snižuje. Názorů proč a jak vzniká drogová závislost, existuje mnoho. Dosud se nepodařilo najít jednu příčinu, která by vysvětlovala vznik, trvání a konec drogové závislosti. Nelze považovat za příčinu jen drogu, osoby, dobu nebo prostředí, ale musí se brát v potaz všechny tyto příčiny a jejich souvislosti. Důvodů k užívání drog je nesmírné množství. Příkladem je třeba neschopnost vyrovnat se s osobní prohrou, špatné sociální vztahy v rodině i společnosti, hloupá hra mezi

³⁰ Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník § 204.

³¹ VOKURKA, Martin, HUGO Jan a kolektiv. *Velký lékařský slovník*. 3. vydání. Praha: Maxdorf Jessenius s. r. o., 2002. s. 190.

³² Tamtéž, s. 190.

³³ PRŮCHA, Jan, MAREŠ, Jiří, WALTEROVÁ, Eliška. *Pedagogický slovník*. 2. rozšíř. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 1998. s. 56.

kamarády a další. Problémem některých dnešních rodičů je neinformovanost o drogách a jejich možné závislosti tak, aby dítě mohlo získat potřebné informace. Rodiče a vychovatelé dnešních patnáctiletých dětí nemají vlastní zkušenost s drogou a jejich argumenty proti užívání drog jsou zjednodušené a často nadělají víc škody než užitku.³⁴

Dělení drog dle závislosti (WHO):

- alkoholovo-barbiturátový typ
- amfetaminový typ
- halucinogenový typ
- cannabisový typ
- opiátový typ
- inhalační typ
- khatový typ
- kokainový typ³⁵

Studie ESPAD z roku 2007 uvádí následující poznatky týkající se užívání nelegálních drog v České republice. Tento výzkum byl uskutečněn prostřednictvím standardizovaného dotazníku mezi 15-16letými žáky základních a středních škol ve všech 14 krajích ČR. Nejčastěji měli respondenti zkušenost s užíváním konopných látek (45,1 %). Jako další se objevuje zkušenost s užíváním léků se sedativním účinkem (9,1 %), halucinogenních hub (7,4 %), čichání rozpouštědel (7,0 %), LSD (5,0 %), extáze (4,6 %) a amfetaminy (3,5 %) jsou méně časté. V populaci mezi šestnáctiletými je minimální zkušenost s drogami typu kokain a heroin (1,1 %)³⁶

Požítí drog, zejména u dětí a mladistvých, nepříznivě ovlivňuje dospívání a vyhrávání celé osobnosti. Tolerance je schopnost organismu snášet určité látky. Při opakovaném užití některých látek se tato tolerance mění. Dle odborníků je jedním z nejsilnějších faktorů psychická závislost jedince, která vede k závislosti na drogách. Každý abstinční příznak se u jedinců projevuje jinak. Některé mohou být nepatrné a některé až pro život nebezpečné. Typy abstinčních příznaků jsou například pocení, úzkost, nespavost, pocit horka či chladu, zvýšená teplota, neklid, zvracení, rozšíření zorniček, třes atd. V souvislosti s úspěšným řešením problémů, týkajících se zneužívání

³⁴ ILLES, Tom. *Děti a drogy*. 2. upravené vydání. Praha: ISV nakladatelství, 2002. s. 5-7.

³⁵ Zdroj: Moodlinka, *Zneužívání návykových látek* [online]. 2004 [17. 11. 2011]. Dostupný z WWW: <http://moodlinka.ped.muni.cz/mod/resource/view.php?id=1732>

³⁶ Zdroj: O drogách, *ESPAD 2007* [online]. [17. 11. 2011]. Dostupný z WWW: http://www.odrogach.cz/skola/vyzkumy/espac-2007.html?section_id=50

drog spolupracují odborníci z řady oborů, jako jsou lékaři, farmakologové, psychologové, sociologové, ekologové, ekonomové, právníci, pracovníci sociálních služeb.³⁷

3.4 Gambling

Pojem patologické hráčství neboli gambling je u nás rozšířen řadu let. „Porucha spočívá v častých opakovaných epizodách hráčství, které dominují v životě subjektu na úkor sociálních, materiálních, rodinných a pracovních hodnot a závazků.“³⁸

Ve většině menších vesnic s restauračním zařízením jsou i hrací automaty. Ve městech je možné najít automaty na každém kroku. Výherní automat je počítač, který má ve svém programu přednastavený určitý model hry. Závislý hráč hraje, i když peníze nemá. Hráči si nepřipouští, že hrají, protože jsou závislí. Mládež závislá na hraní nenavštěvuje školy, straní se svému blízkému okolí.³⁹

Hráči popisují, že u nich propuká intenzivní puzení ke hře, které lze jen těžko ovládnout. Chorobné hráčství je možné rozdělit do více fází. Pro první stadium je typické, že hráč se věnuje hře příležitostně a je ve svém hraní úspěšný. Gambler začíná mít představy o větší a větší výhře, následkem toho hráč tráví u automatu spousty času a investuje do hry více peněz. V dalším stadiu se radost z výhry mění v nezvladatelnou vášně. Hráč není schopen puzení do hry odolat. Už pouhá myšlenka na hru zcela ovládá jeho život. Poté nastává dlouhé prohrávání, které vede k finančním potížím. Peníze se snaží obstarat jak legální formou, což může být například prodávání svého vlastního majetku, půjčováním peněz od známých, nebo nelegální formou, jako je trestná činnost. U mladistvých gamblerů není výjimkou ani prostituce či distribuce drog. V posledním stadiu se hráč dostává do plné závislosti na hře. Toto období je označováno jako fáze zoufalství. Gambler ztrácí přátele, dochází k poškození jeho pověsti, někdy může docházet k pokusům o sebevraždu, často trpí depresi. Pokud to zajde až tak daleko, je jediným možným řešením léčení. Gamblerství se dá léčit a tato léčba bývá zpravidla velice úspěšná.⁴⁰

³⁷ URBAN, Eduard. *Mládež a drogy*. 2. vydání. Praha: Ústav zdravotní výchovy, 1974. s. 3-7.

³⁸ MARHOUNOVÁ, Jana, NEŠPOR, Karel. *Alkoholici, fetišci, gambleři*. 1. vydání. Praha: Empatie, 1995. s. 95.

³⁹ Tamtéž, s. 85-87.

⁴⁰ Zdroj: epravo: Gamblerství [online]. 2001 [10. 11. 2011] Dostupný z WWW: <http://www.epravo.cz/top/clanky/gamblerstvi-15247.html>

3.5 Stres

Stres je možné charakterizovat jako reakci „organismu, který je obecnou odezvou na jakoukoliv výrazně působící zátěž, ať už tělesnou nebo duševní.“⁴¹ Stres tu byl již v minulosti, avšak ne v takové míře jako dnes. Dnešní doba je taková, že stres působí na všechny věkové kategorie. Lze hovořit i o seniorech, kteří pobírají důchod, a řada lidí si myslí, že se nemají proč stresovat, ale opak je pravdou. Některým lidem zůstane po zaplacení nájmu pouze minimum na jídlo a na ostatní věci sloužící k přežití, ale někdy ani to ne. V těchto případech jsou lidé zoufalí a nevědí, co bude dál s jejich životem. U mladých lidí je stres vyvolán obavami, zda už je vhodná doba pořídit si dítě, vlastní byt či dům. V těchto případech se pořád bavíme o finančních prostředcích, jelikož se každý bojí o to, aby zabezpečil sebe a svou rodinu. S těmito existenčními problémy se poslední dobou člověk setkává poměrně často, což může vyvolávat otázku, kam tahle společnost spěje? Proč s tím nikdo nic nedělá?

V souvislosti se stresem dětí a dospívajících je řešen jiný problém než finanční. Jde spíše o to, aby byl u dětí stres rozpoznán a následovala buď rodičovská, nebo lékařská pomoc, která by jedinci pomohla se s jeho konkrétní situací vyrovnat. „Rozeznat příznaky stresu u dítěte není vždy snadné, a tak neutěšený stav mnohdy pokračuje bez povšimnutí, až se nakonec vystupňuje na nejvyšší míru.“⁴² Spousta dětí se uzavře do sebe, ztrácí sebedůvěru a nechce s nikým komunikovat. V těchto situacích je velice důležitá rodina, která musí postupovat velice pomalu vůči dítěti a nedělat žádné ukvapené závěry, kterých by mohla později litovat.

Na dospívající může působit řada nepříznivých vlivů, které v nich vyvolává právě stres. Můžeme jmenovat řadu z nich. Jako první lze uvést dnes nejrozšířenější problém, který vyvolává u dětí stres, a to je rozvod rodičů. V dnešní době počet rozvrácených manželství stále přibývá a mladiství tuto náhlou změnu nesou dost špatně. Nastává pro ně řada změn, se kterými se musejí vyrovnat, jako je například odchod jednoho z rodičů, časté hádky, jichž je dítě svědkem. Někdy může dojít i k fyzickému násilí. „Ze všeho nejvíc potřebují vědět, že doma je bezpečný přístav, kde mohou kdykoli zakotvit.“⁴³ Na mladistvé je vyvíjen tlak, aby se rozhodli, se kterým z rodičů

⁴¹ VOKURKA, Martin, HUGO Jan a kolektiv. *Velký lékařský slovník*. 3. vydání. Praha: Maxdorf Jessenius s. r. o., 2002. s. 793.

⁴² MARKHAMOVÁ, Ursula. *Pomáháme dětem zvládnout stres*. 1. vydání. Praha: Talpress, 1996. s. 10.

⁴³ SHARRY, John. *Řešíme problémy s výchovou dětí a dospívajících*. 1. vydání. Brno: Computer Press, 2006. s. 101.

zůstane, což pro některé nemusí být zrovna lehké. „Důsledky této krize si dítě často nese do dalšího života (obtížná identifikace s rolí dospělého muže či ženy, problémy s hledáním partnera, nestálost, promiskuita, nezřídká i různé sociální a psychické deviace).“⁴⁴

Dalším z mnoha možných faktorů, které u dospívajících vyvolávají stres, je školní prostředí. Může jím být přechod ze základní školy na střední školu, kdy člověk vstupuje do neznáma a je jenom na něm, jak se zapíše do podvědomí svých spolužáků. Na jeho studijních výsledcích se také ukáže, jak zvládá přípravu do jednotlivých předmětů. Jde o to, jaký způsob učení mu vyhovuje, zda ho více či méně stresuje vyjadřovat se nahlas při zkoušení či psát nerušeně písemný test. Se školou souvisí i šikana, o které se dnes ve školách tak často hovoří. Šikanování mohou být jak dívky, tak i chlapci. Nemusí jít pouze o fyzické napadání, ale i o psychickou šikano, zesměšňování a kradení osobních věcí. Následky šikanování se stávají někdy až celoživotním traumatem.

Stres patří k životu, v malé míře organismus aktivizuje k lepším výkonům, ale naopak intenzivní stres člověka dezorganizuje a otupuje. Člověk nemusí být bezmocný proti stresu, ale může se ho naučit zvládat a efektivně s ním bojovat.

3.6 Obezita

Obezita je velice diskutované téma dospělých, dospívajících, ale dnes i dětí. Zejména u dětí a dospívajících sehrávají velice důležitou roli rodiče. Jsou to právě oni, kteří se podílejí na tom, jak se jejich dítě bude stravovat. „Základem prevence vzniku nadváhy a obezity je správné stravování, kterému se říká „racionální výživa.“⁴⁵ V současné době je velice široká nabídka potravin, a rodič má tedy možnost vyvážit pestrost stravy právě „racionální výživou“. Bohužel tohle se ve většině domácností neděje. Je přece jednodušší dát svému dítěti kapesné, aby si „něco“ koupilo. Jak už to u dospívajících bývá, určitě to nebude zeleninový salát nebo ryba, ale brambůrky, hamburger, smažený sýr, hranolky, to vše připravované v rychlém občerstvení na přepáleném tuku. Takový způsob rychlého občerstvení ale není známý jen u mládeže. Tento nešvar je rozšířen v celé společnosti, a proto se nedá přímo toto chování vytýkat pouze mládeži. Ve světě máme přímo vzorové příklady, kdy obézní

⁴⁴ KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. 1. vydání. Praha: Portál, 2008. s. 85.

⁴⁵ FOŘT, Petr. *Stop dětské obezitě*. 1. vydání. Praha: Ikar, 2004. s. 69.

lidé žalují řetězec známého McDonald's o ublížení na zdraví. Žalujícími jsou již dospělí lidé, a přesto nedokázali odolat jak reklamě, tak i špatnému životnímu stylu. Pokud to neumí dospělí, nemůžeme se divit mládeži, že snadno podlehne této neodolatelné chuti. Je nutné, aby byl zdravý způsob života, pestrá vyvážená strava a aktivní odpočinek rozšiřován a mladým lidem více přibližován takovým způsobem, aby se pro ně stal nepostradatelným životním stylem a omezoval tím narůstající obezitu.

Ve školách se setkáváme s automaty na pití nabízející Coca-Colu, Fantu, Sprite. Tyto nápoje obsahují veliké množství cukru. Děti opět raději sáhnou po pití tohoto druhu než po obyčejné vodě. Obezita je dále spojena s celou řadou civilizačních chorob, které se u dětí a dospívajících mohou projevit až v dospělosti. Je velice těžké se s tímto problémem vyrovnat. Rodiče jsou pro dítě vzorem, od něhož přejímají určité návyky. Například ráno vstanou, nesnídají a do oběda leží v posteli. Následně udělají co nejrychlejší oběd, aby mohli sledovat televizi. V horším případě děti vezmou do restaurace nebo si oběd nechají dovést domů. Proto se nemůžeme divit, že je tolik obézních dětí. Navíc televizní reklamy a jejich sledovanost lákající děti na naprosto nevhodná jídla plná cukrů, tuků a dnes naprosto běžných „ěček“ podporujících trvanlivost potravin. „Hlavní je však fakt, že způsob stravování celé populace podléhá vlivu agresivní sugestivní nabídky levných potravin a pokrmů.“⁴⁶

Pohyb, to je to, co těmto dětem a dospívajícím nejvíce chybí! „Rodiče, kteří sami neinklinují k fyzické aktivitě a při řešení problému svého dítěte tento stav nehodlají změnit, mohou alespoň zorganizovat zapojení dítěte do sportovní aktivity mimo rodinu v rámci různých sportovních oddílů, v případě dívek také do různých forem tance.“⁴⁷ Není nutné, aby sport provozovaly na profesionální úrovni a přetěžovaly tak svoje síly. Důležité je, aby si kolem sebe vytvořily partu přátel, se kterými by měly společné zájmy a záliby, aby se na takto strávený volný čas těšily a vyvolával v nich příjemné pocity. Bohužel v rodinách nepodporujících a nezajímajících se o svoje děti dochází k tomu, že se jedinec může cítit osamoceny a méněcenný. Dříve či později může podlehnout špatné společnosti. V dřívějších dobách ve volném čase děti běhaly po ulicích, hrály hry, stavěly bunkry a vymýšlely, jak a s kým ho příjemně prožijí. A dnes? Dospívající si radši zapne počítač a jde brouzdat po internetu, hraje hry, zhlédne fotografie, statusy nebo chatuje se svými „virtuálními“ přáteli na facebooku. Bylo by jistě užitečnější a zdraví prospěšné jít ven s kamarády, podniknout nějaké

⁴⁶ FOŘT, Petr. *Stop dětské obezitě*. 1. vydání. Praha: Ikar, 2004. s. 58.

⁴⁷ Tamtéž, s. 69.

dobrodružství a zábavu, ale opak je bohužel pravdou. Právě tento nezdravý způsob života je natolik rozšířen mezi dětmi i dospívajícími, že jsou tak schopni strávit denně několik hodin. Ptáte se jak tomu zabránit? Rodiče by se k tomu měli postavit a promluvit si o tom se svými dětmi a omezit dobu strávenou dětmi na počítači. Určitě to není snadné, protože dítě bude zajisté odporovat. Důležité je o problému mluvit a najít kompromis pro obě strany. Dále by rodič měl vysvětlit dítěti, že neustálé sezení u počítače může vést k obezitě. Problém obezity nelze přičítat pouze rodičům, ale i škole, rodině a celé společnosti.

Opakem obezity a dnes častým tématem je mentální anorexie a bulimie, kterou trpí převážně dívky právě v období puberty a dospívání. Často je tento problém způsobován tím, že v televizi, časopisech, na internetu a v dalších médiích propagují vyzábělé modelky jako obraz dokonalé ženy. Dívky by se chtěly takovým krásným ženám podobat, začínají být posedlé svým vzhledem, a proto se u nich objevují příznaky spojené s mentální anorexií či bulimií. U obou se jedná o poruchu příjmu potravy. Anorektičky se „snaží zabránit ztloustnutí, často jen domnělému nebo souvisejícímu s vývojem sekundárních ženských pohlavních znaků (zvětšení prsů, boků, typické ukládání tuků). Pacientky odmítají jídlo, vyvolávají si zvracení, později se u nich skutečně vyvine nechutenství.“⁴⁸ Bulimičky se záchvatovitě přejídají a poté se snaží zabránit ztloustnutí (projímadla, zvracení). Tyto dívky trpí především psychickou poruchou. Následkem těchto poruch je, že jedinec trpí depresemi, úzkostí, strachem z nárůstu hmotnosti. Anorektičky mají slabé a vypadávající vlasy, pokožka je studená a suchá, zpomalený tělesný růst, neplodnost atd. Bulimičky vlivem zvracení trpí kazivostí zubů, záněty žaludku, zpomaleným trávením, je zde nebezpečí prasknutí žaludku při přejedení, mají oteklé klouby a tváře atd.

⁴⁸ VOKURKA, Martin, HUGO Jan a kolektiv. *Velký lékařský slovník*. 3. vydání. Praha: Maxdorf Jessenius s. r. o., 2002. s. 506.

4. Způsoby nápravy

Vliv sociální pedagogiky, která se „věnuje oblasti využívání a ovlivňování volného času dětí a mládeže, jindy skupinám, které jsou ohroženy narušenou socializací, nebo části nějak znevýhodněné populace. Celkově lze říci, že vývoj dospěl k širšímu pojetí – problematika sociální pedagogiky se netýká jen určitých kategorií společnosti, ale v zásadě celé populace, a nejde jen o oblast mimo školu, ale mluví se i o sociálněpedagogické práci ve škole.“⁴⁹ Sociální pedagogika se tedy podílí při nápravě jedinců, kteří jsou zasaženi novodobou společností, samozřejmě se snaží předcházet vzniku negativních jevů, jenž působí na současnou mládež. Má také vztah k jiným vědním disciplínám, především k sociologii, antropologii, psychologii, pedagogice, politologii atd.⁵⁰

Dnešní společnost je velice uspěchaná a snaží se mládeži nabídnout co nejvíce vzdělávacích, zájmových a jiných kroužků, mluvíme zde o volnočasových aktivitách. Někdy dospívající chodí z jedné činnosti do druhé. Občas ani neví, co dřív má dělat, zkrátka je toho na něj občas moc. Rodičům, kteří se o dítě starají a věnují mu čas, se tento model vytíženosti líbí. Vědí, že volný čas jejich dítěte je plnohodnotně naplněn. Program nabitý činnostmi je prevencí před nezdravým životním stylem, který je dnes v řadě domácností praktikován. Mnohé studie uvádějí, „že zdraví je z 50-60 procent ovlivňováno způsobem života, asi z 20 procent závisí na životním a pracovním prostředí a pouze zbytek je usměrňován zdravotní péčí. Je proto zřejmé, že podíl jedince na vlastním zdraví je značně vysoký a působení na žáka ve smyslu prevence je nezbytné.“⁵¹

Právě v období dospívání je důležité jedince přimět k tomu, aby si udržel stále takový zájem o svůj koníček či činnost, jako měl doposud, anebo pokud žádný takový koníček nemá, aby se ho rodiče pokusili nasměrovat tím správným směrem, kterým by se měl ubírat. Je to cesta k tomu, aby jeho volný čas byl tráven plnohodnotným způsobem. Někdy je ze strany rodičů na jedince vyvíjen tlak, aby činnost, kterou dělají, dotáhli k vrcholové úrovni, a za uspokojivý výsledek považují pouze 1. místo.

⁴⁹ KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. 1. vydání. Praha: Portál, 2008. s. 41.

⁵⁰ Tamtéž, s. 52-53.

⁵¹ MUŽÍK, Vladislav, KREJČÍ, Milada. *Tělesná výchova a zdraví*. 1. vydání. Olomouc: Hanex, 1997. s. 20.

Další možností nápravy společnosti je škola. Ve škole tráví mládež spoustu času, proto je třeba, aby se škola ve svém programu zaměřila na tento problém. Ve školách se setkáváme s možnostmi, jak využívat volný čas, mluvíme o volnočasových aktivitách. Jedná se o různé zájmové kroužky, školní kluby, družiny a o samostatné školní akce. Při školách jsou zřízeny sportovní kluby, divadelní spolky, modelářské kroužky, prostě je podporován jakýkoliv obor zájmu a je možné, aby škola při těchto aktivitách organizovala i víkendové akce. Není na škodu, když jsou školní akce propojeny s veřejným děním v obci, ve městě, kde je příležitost propojit různé věkové kategorie či různé aktivity a úspěchem je okamžik, kdy jsou účastníci naplněni příjemným pocitem ze setkání, z pohybu, či z výrobku.

Ve škole je ale nemalý čas věnován i prevenci patologických jevů. Existují různé projekty, do kterých jsou školy zapojovány. Můžeme poukázat na preventivní program PEER, který je ve školách známý jako vrstevnický preventivní program. Tento program je doporučován, jelikož se forma prezentace správného chování, prevence, zdravého životního stylu aj. od starších spolužáků – aktivistů těm mladším jeví jako přijatelnější. Aktivity, při kterých probíhá prevence patologických jevů, musí být mládeži předávána přijatelnou formou a to se v tomto programu také stává. V aktivitách se hrají hry, scénky, maluje se, diskutuje, učitel není přítomen a celou hodinu řídí skupinka aktivistů. Každá vyřčená rada nebo výzva k dobrému cíli je užitečná, jelikož předchází špatným návykům pro další život. Tento program není jediným způsobem, jak poukázat na možná rizika a jejich následky. Školy pořádají různé besedy a přednášky. Organizují výstavy, soutěže a projekty na dané téma. Tyto akce pak mají svá vyhodnocení, výzkumy a posouzení efektivity působení na mládež.

Školy přistupují v dnešní době i na individuální školní docházku, kdy se snaží podporovat mimoškolní aktivitu dětí. Nechtějí, aby pravidelná školní docházka omezila rozvíjení talentu dětí. Ale stejně tak tyto děti musí splnit dané podmínky pro tuto formu výuky, aby byly naplněny osnovy vzdělávání.

4.1 Rodina

Rodina je „nepostradatelnou a těžko nahraditelnou institucí i pro dospělého člověka, natož pro dítě. Je nezastupitelná při předávání hodnot z generace na generaci, funguje jako nejvýznamnější socializační činitel.“⁵²

⁵² KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. 1. vydání. Praha: Portál, 2008. s. 79.

Přechod dětí do světa dospělých je pro ně většinou velice náročný. „Během krátké doby nastává plno změn. Není divu, že se dospívající ocitají ve stavu zmatku, někdy se až bojí.“⁵³ Jejich sebevědomí klesá, po stránce tělesné se mění proporce těla, často ne k jejich spokojenosti. V jednom okamžiku prožívají lásku plnou štěstí a v druhém okamžiku jsou naštvaní na celý svět. Dospívající si začnou budovat vlastní názory a postoje.⁵⁴ Ale ne vždy jsou tyto názory shodné s názory rodičů. Každý se na ten daný problém dívá ze svého úhlu pohledu. U rodiče jeho názor ovlivňují již získané zkušenosti. Bohužel, když se říká, že zkušenost se nedá předat, ale musí se prožít, je to pravda, a tak rodič může jen přijatelnou formou poukazovat na možné následky. Názory na jednotlivé záležitosti mohou být opravdu rozdílné a v tomto okamžiku je důležité, aby se v rodině nevytratila vzájemná komunikace, která může předejít nedorozumění, nepochopení a následnému odcizení. A jelikož je rodič ten zkušenější, je potřeba, aby svému dítěti věnoval veškerou pozornost a podporu v tomto nelehkém životním období, kdy mladý člověk v sobě hledá své já. Pokud v období, kdy si mládež utváří své názory, narazí na odmítavý postoj, na okamžitou negativní reakci, není potom divu, že se jedinec uzavře sám do sebe nebo hledá porozumění někde jinde. Zdravá komunikace je přímo nutná k dotváření vzájemných vazeb a postojů v rodině.

„Rodiče zajímající se aktivně o běžný život svého dítěte znají nekonečnou řadu podrobností o tom, co dělá, co má rádo, co nesnáší a podobně. Podílejí se na jeho koníčcích, dají si práci s tím, aby si zapamatovali jména kamarádů.“⁵⁵ Aby rodiče získali takové informace, je důležité, aby dětem věnovali spoustu svého času. Právě vymezení času pro svého potomka, aby si spolu mohli popovídat a prostě spolu být, je nejdůležitější. Samozřejmě v dobrém rozpoložení obou stran. Pro trávení volného času s dítětem nemusí rodič vymýšlet nějaké výlety, naprosto stačí společná snídane, večeře, sledování televize, prostě cokoliv, u čeho se dá povídat. Většina rodin si vymezí alespoň jeden den v týdnu, kdy společně obědvají nebo večeří. Kdykoliv rodič vycítí, že se s ním dítě snaží navázat kontakt, je třeba přijmout tuto iniciativu k navázání blízkého vztahu k dítěti. Rodiče by se s dospívajícím měli podělit i o svoje zkušenosti, zážitky, úspěchy i prohry, které by umožnily dospívajícímu uvědomit si, že ani rodiče to neměli

⁵³ SHARRY, John. *Řešíme problémy s výchovou dětí a dospívajících*. 1. vydání. Brno: Computer Press, 2006. s. 82.

⁵⁴ Tamtéž, s. 82.

⁵⁵ Tamtéž, s. 90.

lehké, jak si mnozí myslí.⁵⁶ „Ovšem i zde platí, že každý dospívající je jiný; to, co na jednoho platí, se u druhého míjí účinkem.“⁵⁷

V současné době, kdy rodiče tráví většinu času v práci a na děti jim nezbyvá tolik času, je jejich aktivita v rodině snížena na pouhé minimum. Dnes rodiče přicházejí v pozdních odpoledních až večerních hodinách z práce domů a spíše už na nic nemají náladu, natož být se svým dospívajícím dítětem. I v pracovním procesu jsou na zaměstnance kladeny stále větší a větší nároky. Rodiče přicházejí ze zaměstnání fyzicky, ale i psychicky vyčerpaní. A pokud oni sami nemají možnost nějakého aktivního odpočinku nebo nějaké relaxace pro nabytí ztracené energie, bývají často podráždění, neklidní a nevstřícní možným situacím, které vyžadují jejich rozvahu a klid. Pokud jsou rodiče v práci postaveni před každodenní shon nebo před získávání možného postupu v kariéře, mají sami se sebou starosti, aby vše zvládli a vyrovnali se s tímto tlakem. Oni vědí, že je nutné udržet si zaměstnání, aby mohli rodině, dětem zajistit sociální jistoty. V ten moment se může stát, že kariéra a získání větších finančních odměn zastíní každodenní starost o děti, potažmo dospívající mládež. U mládeže se už nestarají o základní hygienické potřeby a návyky, o přípravu do školy, o to zda, jsou nasyceni. Berou to tak, že už jsou „velcí“ a nemusejí na ně stále dohlížet a ani na to nemají čas. Snaží se dětem svou nepřítomnost vynahradit dárkem. Ale takovým dárkem, které dnešní vyspělá společnost nabízí. Jsou to spíše dárky v podobě nejnovější elektroniky, jako jsou dotykové mobilní telefony, notebooky, playstationy atd. Ale i značkové oblečení je pro ně vhodným dárkem. Pro rodiče, kteří vydělávají vyšší finanční částky, tak není problém takovéto věci svému dítěti pořídit a trochu odlehčit svému svědomí, že s ním nejsou schopni trávit více společného času. Takto obdarované dítě je na nějakou dobu uspokojeno, ale bohužel, technický pokrok nezaostává a na rodiče je za nějaký čas kladen nárok na výrobek modernější. Ale ono ani *perpetuum mobile* by nedokázalo nahradit to lidské teplo, ten upřímný zájem o človíčka, tu rodičovskou lásku, kterou jedinec očekává. A tak místo toho, aby se v rodině vytvářelo potřebné prostředí pro mladého člověka, kterému by bylo třeba vhodnou cestou předávat názory rodičů, mluvit o zdravém způsobu života, nechávají rodiče děti napospas okolnímu světu a svou nepřítomnost vynahrazují možnostmi, které nabízí společnost. Právě tato mládež se stává typickými konzumenty.

⁵⁶ SHARRY, John. *Řešíme problémy s výchovou dětí a dospívajících*. 1. vydání. Brno: Computer Press, 2006. s. 90-98.

⁵⁷ Tamtéž, s. 91.

4.2 Aktivity ve školách

V prostředí školy stráví žák část svého života, proto právě škola by měla jedinci poskytnout velké množství pohybových možností, kterým dá přednost před sociálně patologickými vlivy. Především učitel tělocviku má ve své náplni podporovat pohybovou aktivitu žáků. Zpravidla by se mělo jednat o pedagoga se snahou porozumět současné mládeži. Učitel tělocviku sehrává významnou roli, vysvětluje dětem, jak se pohybovat a jaké nebezpečí hrozí z nedostatku pohybu. Naučí je různé hry, které by ve volném čase mohly provozovat místo sezení u počítače. Neměl by s nimi dojít na hřiště, dát jim míč a říct, ať si dělají, co chtějí. To je určitě špatný přístup a děje se v nejedné škole.

Důležité je zapojení pedagoga mezi žáky a jeho poznání, jak se kdo chová ke svým kamarádům, jak přijímá prohru či výhru, jak daleko je schopný ve svém jednání zajít. Často je to právě učitel tělocviku, který se dozví informace z jejich osobního života a může si s žáky povídat a získat k nim osobní vztah. Škola, ať už hovoříme o základní či střední škole, by měla žáky vést k lepšímu trávení volného času, než je sezení před počítačem. B. Kraus uvádí, že „Školy by se ovšem měly zamýšlet třeba i nad tím, jak vytvořit ve svých prostorách co nejlepší podmínky, za nichž by jejich žáci trávili přestávky či jiný volný čas mezi vyučovacími hodinami.“⁵⁸ Často tento volný čas někteří prosedí v lavici se sluchátky v uších nebo tím, že se podívají na internet v mobilu a napíší na facebook nějakou pikantnost odehrávající se ve škole. Ještě než přijdou domů, vědí všichni jejich přátelé, co se ve škole odehrávalo.

Většina škol nabízí dospívajícím možnost školy v přírodě, lyžařské kurzy, výlety a další. Tento druh pohybové aktivity je pro ně velice příjemný a odlehčující vzhledem k pohybovým aktivitám, a nemusí tak sedět celý den v lavici. Navíc jsou děti plné zážitků a utkví jim v paměti celý život. Bohužel v současné době nastává obrovský problém spojený právě s konzumní společností a nedostatkem finančních možností rodičů. Vybavení a cena výletů se stávají finančně nedostupné pro řadu rodičů. Pak se může stát to, že si rodiče vezmou nějakou „extrémně“ výhodnou půjčku, která je dostane do ještě horší situace, než ve které se právě nachází.

⁵⁸ KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. 1. vydání. Praha: Portál, 2008. s. 103.

4.3 Volnočasové aktivity

Volný čas je: „čas, s kterým člověk může nakládat podle svého uvážení a na základě svých zájmů.“⁵⁹ Do volného času dětí a mládeže rozhodně nepatří vyučování. Volný čas zahrnuje zejména odpočinek, rekreaci, zábavu, zájmové činnosti, které si můžeme vybrat a děláme je rádi, dobrovolně a přináší nám pocit radosti.⁶⁰ Dítě by mělo být vedeno k přiměřenému dělení svého času mezi zábavu, povinnosti a pohybovou aktivitu tak, aby se dokázalo naučit uspořádat svůj denní a týdenní režim.⁶¹

Způsob, jakým bude mládež trávit volný čas, je ovlivněn sociálním prostředím, ve kterém žije. Největší vliv má rodina. Prvními vzory pro dítě jsou rodiče. Děti přebírají a napodobují jejich životní styl. Rodič může být pro dítě vzor negativní, v lepším případě pozitivní. Pokud rodiny neplní svoji výchovnou funkci dobře, snaží se tento nedostatek kompenzovat školy, výchovná zařízení a další subjekty. Nepodaří-li se to ani jedné výchovné skupině, je zde zvýšené nebezpečí, že se dítě či dospívající jedinec dostane do nežádoucího vlivu negativních vrstevníků. V období dospívání, kdy u mladistvých narůstá význam vrstevnických skupin, postrádáme dostatečné množství různorodých zařízení pro volný čas, která by byla atraktivní i pro mládež z méně podnětného či sociálně slabšího prostředí.⁶²

Podle Pávkové a kol. je problematiku volného času možné vnímat z různých pohledů. „Z **ekonomického hlediska** je důležité, kolik prostředků společnost investuje do zařízení pro volný čas, zda a jakým způsobem se aspoň část nákladů vrátí. Z **hlediska sociologického a sociálněpsychologického** je zapotřebí sledovat, jak činnosti ve volném čase přispívají k utváření mezilidských vztahů, zda pomáhají tyto vztahy kultivovat. Z **politického hlediska** nutno uvážit, jak a do jaké míry bude stát svými orgány zasahovat do volného času obyvatelstva, jaká bude školská politika, zda v rámci školské soustavy bude věnována patřičná pozornost i zařízením pro ovlivňování volného času. **Zdravotně-hygienický pohled** na využívání volného času především sleduje, jak lze podporovat zdravý tělesný i duševní vývoj člověka.

⁵⁹ PRŮCHA, Jan, MAREŠ, Jiří, WALTEROVÁ, Eliška. *Pedagogický slovník*. 2. rozšíř. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 1998. s. 225.

⁶⁰ PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*. 4. vydání. Praha: Portál, 2008. s. 13.

⁶¹ MUŽÍK, Vladislav, KREJČÍ, Milada. *Tělesná výchova a zdraví*. 1. vydání. Olomouc: Hanex, 1997. s. 3.

⁶² PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*. 4. vydání. Praha: Portál, 2008. s. 15-16.

Pedagogická a psychologická hlediska berou v úvahu věkové a individuální zvláštnosti a jejich respektování ve volném čase.⁶³ Všechna tato hlediska se vzájemně prolínají.

Volný čas pro mnohé z nás znamená to nejlepší, co nás každý den čeká. Je na každém, jak si svůj volný čas zorganizuje a naplní ho takovými aktivitami, které bude považovat za adekvátní.

⁶³Tamtéž, s. 15-17.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5. Cíl výzkumu a hypotézy

Cílem výzkumu je zjistit, zda život mládeže podléhá konzumnímu způsobu společnosti či nikoliv. Z důvodů obsáhlosti teoretické části je dotazník zaměřen jen na konkrétní problematiku životního stylu dnešní mládeže.

Cíle výzkumu:

- zjistit, jaký má mládež postoj k moderní technice
- zjistit, jak tráví volný čas
- zjistit, zda je mládež ovlivňována okolím
- zjistit, kde získávají finanční prostředky
- zjistit, životní styl dospívajících (stravování, pitný režim,...)

Kromě stanovení cíle výzkumu jsou stanoveny i hypotézy, které budou buď potvrzeny, nebo vyvráceny.

H1: Předpokládám, že rodiče jsou při trávení volného času vzorem pro své děti.

H2: Mládež tráví volný čas více u PC než u jiné zájmové činnosti.

H3: Pro mládež je důležitá značka oblečení, telefonu atd.

H4: Mládež se stravuje v rychlém občerstvení jednou týdně.

H5: Mládež dává přednost slazeným nápojům před ostatními tekutinami.

5.1 Metoda šetření

Pro výzkum byla zvolena kvantitativní metoda, tedy metodu dotazníku (viz příloha). „Kvantitativní výzkum pracuje s číselnými údaji. Zjišťuje množství, rozsah nebo frekvenci výskytu jevů, resp. jejich míru (stupeň)“⁶⁴ Významným faktorem je možnost „oslovit větší počty respondentů a tak získat velké množství dat, z něhož lze zjistit základní tendence vazeb mezi proměnnými.“⁶⁵ „Je možné od nich dostat informace, které nejsme schopni získat jinou technikou, zejména pokud jde o stanoviska, názory nebo postoje dotazovaných osob.“⁶⁶ Důležitým faktorem při zpracovávání a vyhodnocení dotazníku je také jeho snadná administrace.

Dotazník se skládá z 18 otázek a k tomu tři dotazy, které jsou pouze informačního charakteru – pohlaví, věk, trvalé bydliště. Ostatní otázky už se týkají daného tématu. Pouze otázka týkající se věku respondenta je otevřená. Zbylé otázky jsou uzavřené, ze kterých respondenti měli možnost vybírat odpovědi, které se jim zdály nejvíce vhodné. Dotazník byl zcela anonymní a žáci byli ujištěni, že dotazník bude sloužit výlučně pro zpracování bakalářské práce.

Otázky se týkají několika okruhů:

- **postoj k moderní technice** – otázky č. 1, 2, 3 – jsou zaměřeny na to, zda v dnešní době opravdu každá domácnost vlastní počítač, co na něm děti dělají a kolik hodin denně stráví na internetu
- **trávení volného času** – otázky č. 4, 5, 8 – zjišťují, jakým způsobem mládež tráví svůj volný čas, kolik hodin stráví sledováním televize a jestli se trávení volného času rodičů odrazí v trávení volného času dětí
- **vliv okolí na mládež** – otázky č. 6, 7 – se snaží zjistit, zda reklama má vliv na mladistvého a jestli je pro mládež důležitá značka
- **finanční prostředky** – otázka č. 9 – je zaměřena na to, kolik dostávají mladiství měsíčně kapesného
- **životní styl** – otázky č. 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18 – se vztahují na to, jak mládež dodržuje denní pitný a stravovací režim

⁶⁴ GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. s. 31.

⁶⁵ PELIKÁN, Jiří. *Základy empirického výzkumu*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2004. s. 103.

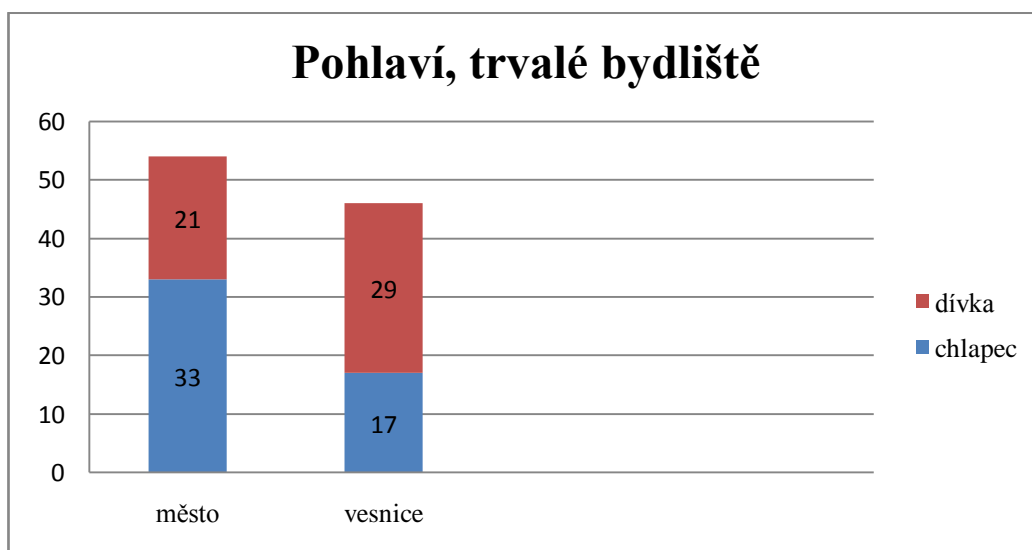
⁶⁶ Tamtéž, s. 105.

Sběr dat byl uskutečněn v 1. ročníku a 2. ročníku střední průmyslové školy stavební v Brně a střední odborné školy zahradnické a odborného učiliště v Rajhradě. Osloveno bylo 50 dívek a 50 chlapců a to proto, aby mohlo dojít ke vzájemnému porovnání u některých otázek. Celkem tedy počet respondentů činil 100. Dotazníky byly rozdány prostřednictvím přátel výzkumníka, kteří v těchto školách studují. Předem jim byly dány instrukce pro případné nejasnosti, které by se v průběhu vyplňování mohly vyskytnout.

5.2 Výsledky a jejich interpretace

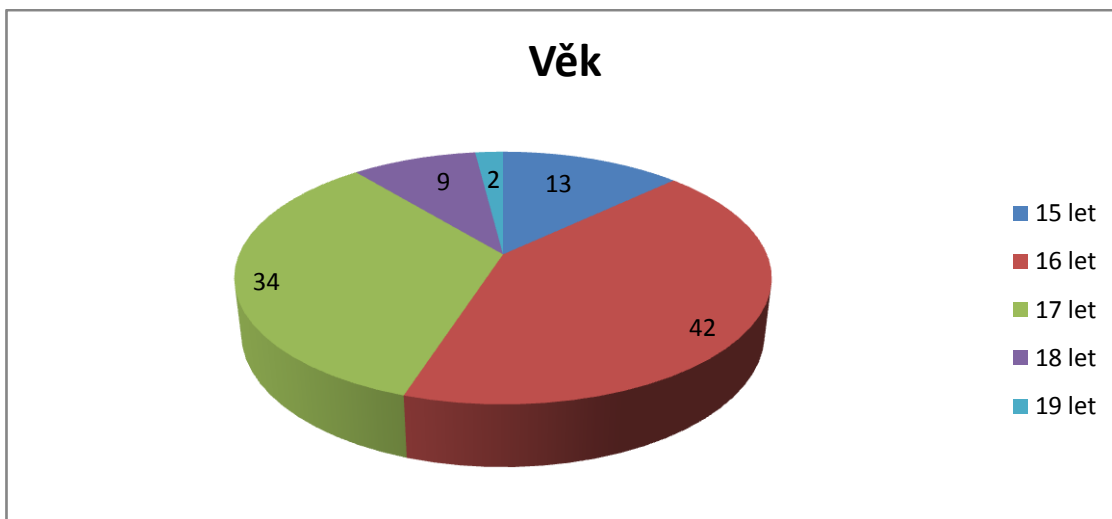
Pohlaví, trvalé bydliště

Na dotazníky týkající se posouzení, zda současná mládež podléhá konzumní společnosti, odpovědělo 100 studentů z toho 50 dívek a 50 chlapců. Chlapců má trvalé bydliště ve městě 33 na vesnici 17. U dívek je to opačně, 21 jich bydlí ve městě a 29 na vesnici.



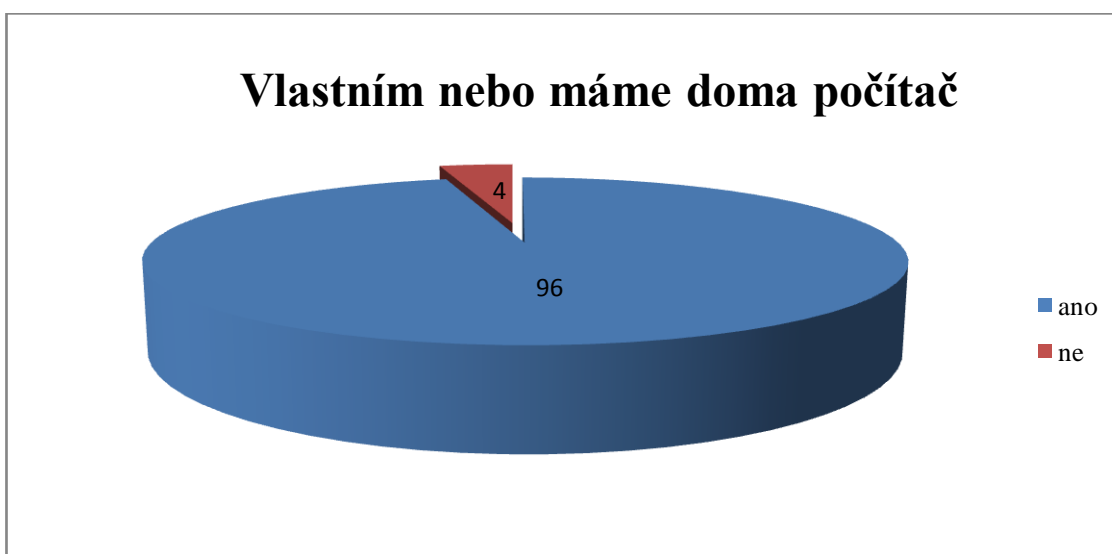
Věk

Dotazník byl rozdán v prvních a druhých ročnících středních škol. Věkové rozmezí tedy bylo mezi 15 až 19 lety, přičemž počet respondentů ve věku 15 let byl 13 osob, ve věku 16 let 42 osob, ve věku 17 let bylo 34 studentů, 18 let 9 studentů a 19 let měli 2 studenti.



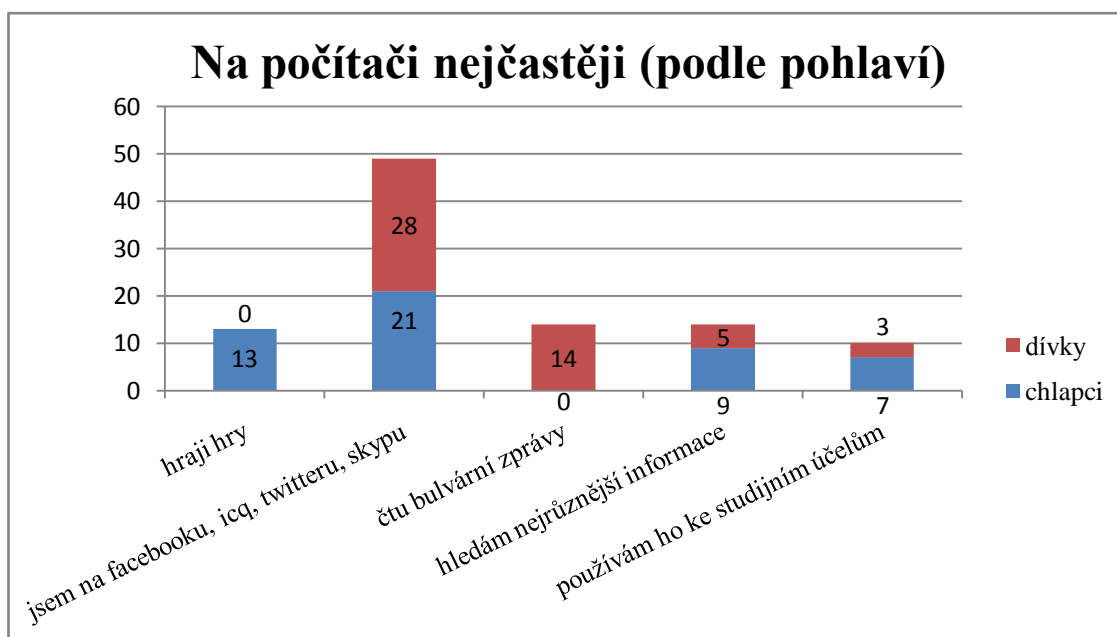
Otázka č. 1 – Vlastníš nebo máš doma počítač.

Na otázku, zda jedinec vlastní nebo má doma počítač odpovědělo 96 respondentů „ano“ a 4 odpověděli záporně. To, že v dnešní době má většina domácností počítač, není až tak nic překvapivého. Řada úkolů, které děti musí splnit v rámci školy je právě na počítači, ať již ve wordu, excelu či jiném programu. Dnes se počítač bere jako součást rodiny a nikoho ve škole nezajímá, jestli si ho každý může dovolit. Ve většině základních a středních škol se vyučuje předmět informatika, který má dítěti pomoci, jak správně pracovat s počítačem, jenž je v dnešní konzumní společnosti nezbytnou součástí našeho života. Školy také nabízejí žákům různé časové úseky, ve kterých je zde možné využít počítač či internet. Téměř ve všech knihovnách je k dispozici zdarma počítač s internetem.



Otázka č. 2 – Co na počítači nejčastěji děláš?

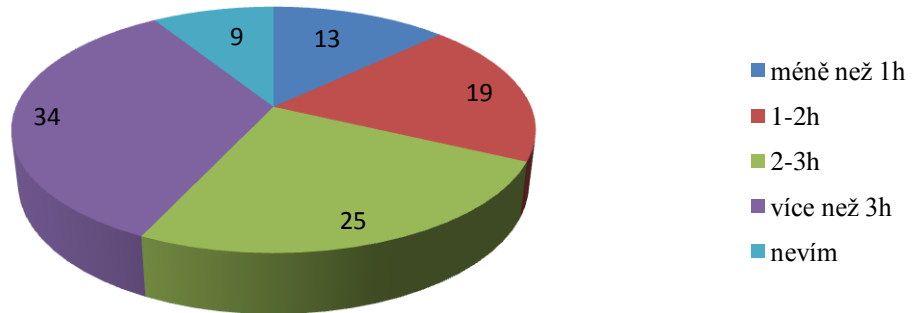
Druhá otázka byla zaměřena na to, co mládež na počítači nejčastěji dělá. Získaná data byla rozdělena dle pohlaví, aby bylo z dat zřejmé co dívku či chlapce nejvíce zajímá při práci s počítačem. Nejvíce chlapců i dívek odpovědělo, že nejčastěji jsou na facebooku, icq, twitteru, skypu. Z toho vyplývá, že jsou se svými přáteli pořád v kontaktu, avšak prostřednictvím virtuálního světa. Tím, že se nevidí, mohou si s kamarády povídat o čemkoliv, i o věcech, které by jim v běžném kontaktu nebyly příjemné. Na těchto portálech je možné shlédnout fotografie, zjistit co si kdo myslí, co má rád atd. Dále už byly výsledky rozdílné. Chlapci hrají na počítači hlavně hry, hledají nejrůznější informace a také ho často používají ke studijním účelům, což vyplývá i z charakteru dané školy. Dívky spíše zajímají bulvární zprávy, jak se celebrity oblékají nebo jejich různé skandály. Další dívky uvedly, že hledají nejrůznější informace a minimální počet používá počítač ke studijním účelům.



Otázka č. 3 – Kolik hodin denně trávíš na internetu?

Cílem této otázky bylo zjistit, kolik hodin denně mládež tráví na internetu. Čísla nám ukazují, že 34 žáků tráví více než 3 hodiny svého volného času na internetu, což je opravdu zarážející. Když je většina času dětí zaplněna internetem a počítačem, kdy plní své další úkoly jako je příprava do školy, pomoc v domácnosti a různé kroužky? Na internetu tráví 2-3 hodiny 25 dětí a 1-2 hodiny 19 dětí. Méně než 1 hodinu označilo 13 žáků. Zbývajících 9 nevědělo, kolik hodin u něj tráví. Odpověď vůbec žádný čas nezakroužkoval nikdo.

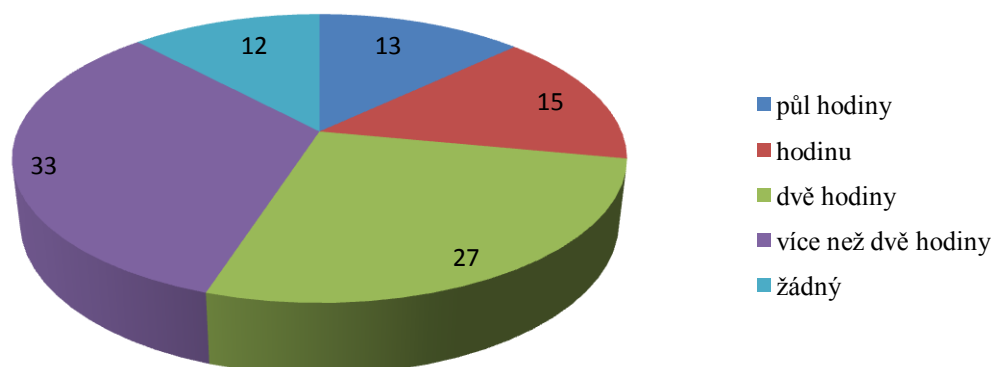
Na internetu denně strávím



Otázka č. 4 – Kolik času denně trávíš sledováním televize?

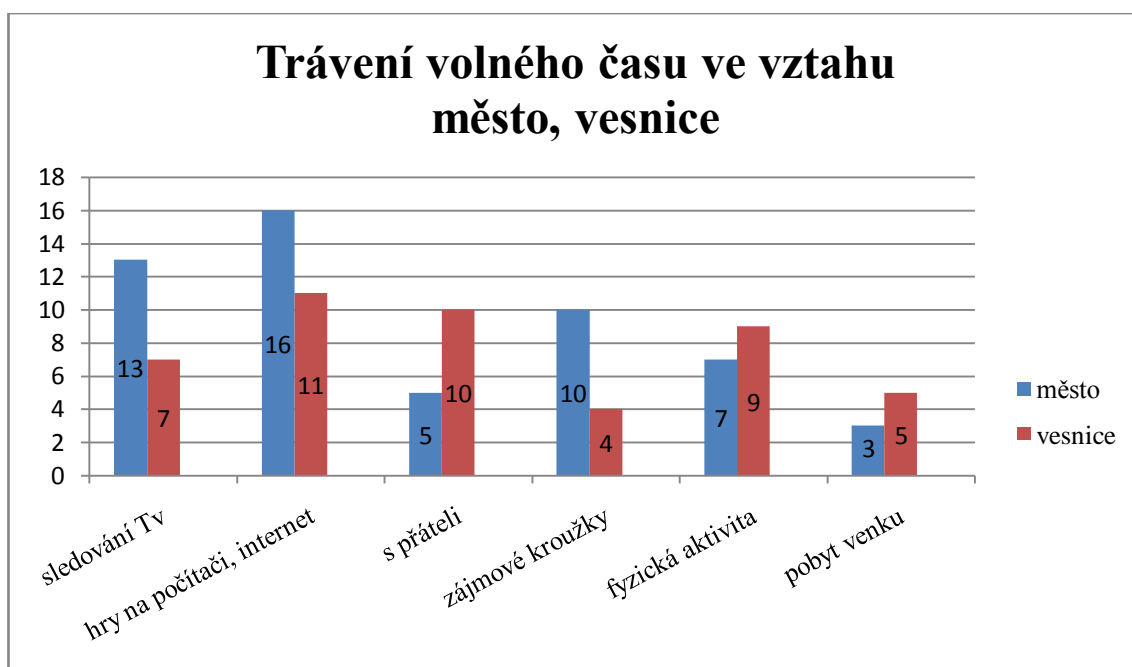
V této otázce měli žáci odpovědět, kolik času tráví sledováním televize. Žáků, kteří tráví více než dvě hodiny sledováním televize je 33. Dalších 27 respondentů uvedlo, že u televize tráví dvě hodiny. Hodinu u ní tráví 15 žáků, půl hodiny 13 žáků. To, že děti tráví tolik svého času u televize, není v dnešní době až tak udivující, ale co bylo překvapující, že 12 respondentů netráví žádný čas u televize. V těchto případech je pravděpodobné, že žáci tráví volný čas jinými aktivitami než pasivním sledováním u televize.

Televizi denně sleduji



Otázka č. 5 – Jak trávíš volný čas?

Tato otázka byla zaměřena na to, jak tráví volný čas žáci na vesnici a ve městě. Ve městě tráví 16 respondentů svůj volný čas u počítače. Na vesnici tráví tímto způsobem svůj volný čas méně dětí, což je možné přisuzovat tomu, že děti si na vesnici najdou vždy nějakou činnost nebo povinnost, která je přednější, než sezení u počítače. U dětí ve městě jsou pak rozšířené zájmové kroužky a to v počtu 10 žáků a 7 žáků se zabývá nějakou fyzickou aktivitou. Ve srovnání s tím je na vesnici zastoupena fyzická aktivita v počtu 9 dětí a pouze 4 žáci chodí do zájmového kroužku. Tento rozdíl je podmíněn tím, že ve městě je velké množství nejrůznějších aktivit, ze kterých si jedinci mohou vybírat. Oproti tomu na vesnici je omezený výběr kroužků, které se jedinci buď líbí, nebo ne, jinou možnost bohužel nemá. S přáteli tráví svůj volný čas 5 žáků ve městě a 10 na vesnici. Ve městě 13 a na vesnici 7 žáků sleduje televizi. Pokud nemají žáci co na práci, tak je to nejjednodušší způsob, jak trávit svůj volný čas. Ke sledování televize si v mnoha případech vezmou počítač a kombinují tyto dvě formy trávení volného času. Zbýlých 5 žáků na vesnici a 3 ve městě tráví volný čas pobyt venku, to může být spojeno s fyzickou aktivitou nebo zájmovými kroužky.



Otázka č. 6 – Co v tobě vyvolává reklama?

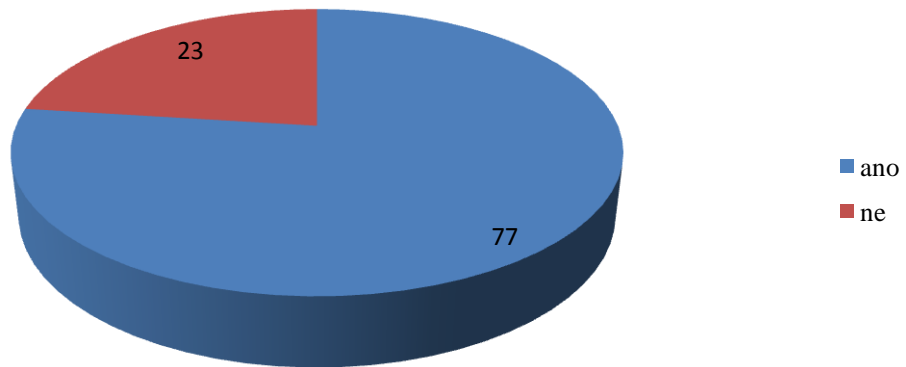
V dnešním světě plném reklam, které můžeme spatřit na každém rohu, uvedlo 53 respondentů, že je reklama otravuje. Může zde jít o jakoukoliv reklamu, třeba například když děti sledují tak často televizi, můžeme hovořit o televizních reklamách, které jsou zdlouhavé a minimálně tři v jednom pořadu, letákovými reklamami jsou přeplněné poštovní schránky atd. Další 22 žáků odpovědělo, že reklama v nich nevyvolává nic, 13 uvedlo, že reklama v nich vyvolává touhu věc vlastnit a u zbylých 12 dotazovaných v nich vyvolává závist.



Otázka č. 7 – Je pro tebe důležitá značka oblečení, telefonu? (Adidas, Nike, Iphone)

Respondentů, kteří odpověděli, že je pro ně značka důležitá, bylo 77 a pro zbylých 23 není tato věc nikterak podstatná. Tento fakt je možné přičíst právě konzumní společnosti, která vytváří rozdíly mezi jednotlivci. Někteří žáci si mohou dovolit chodit do školy ve značkovém oblečení a s těmi nejmodernějšími věcmi, které současná doba nabízí. Avšak jsou tací, kteří chodí v „obyčejném“ oblečení, protože si to jejich rodiče nemohou dovolit i když oni touží po věcech, které jsou pro ně nepřístupné. Mnohdy jsou tyto děti vyloučeny i z kolektivu. Najdou se však i takoví žáci, kterým je jedno, v čem chodí a na okolí jim nezáleží.

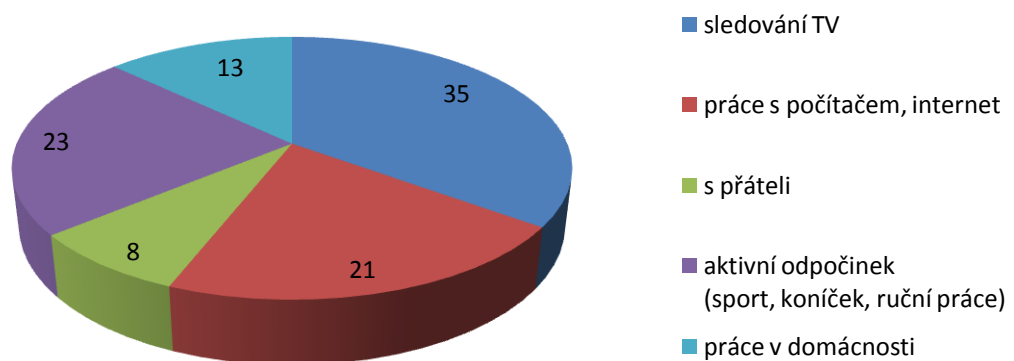
Značka je pro mě důležitá



Otázka č. 8 – Jak tráví volný čas tvoje rodiče?

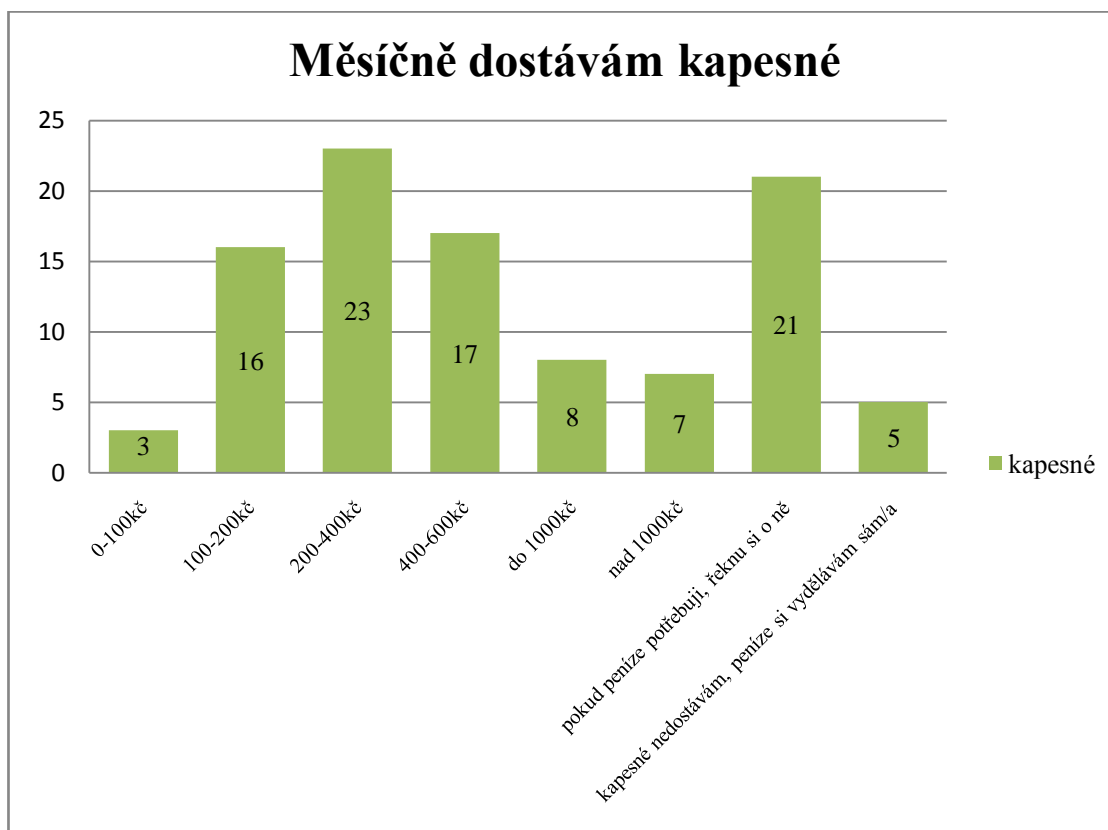
Nejvíce, tedy 35 respondentů, odpovědělo, že rodiče tráví volný čas sledováním televize. Většina rodičů dojde z práce domů unavena a za relaxování považují lehnout si na gauč a dívat se na televizi. U této činnosti nemusí na nic myslet, jenom se otupěle dívat. Aktivním odpočinkem tráví rodiče volný čas u 23 žáků. Při této zájmové činnosti mohou udělat něco užitečného pro sebe. 21 respondentů uvedlo, že jejich rodiče tráví volný čas při práci s počítačem, internetem. Prací v domácnosti tráví podle dětí volný čas 13 rodičů a 8 je se svými přáteli.

Rodiče tráví volný čas



Otázka č. 9 – Dostáváš měsíčně kapesné?

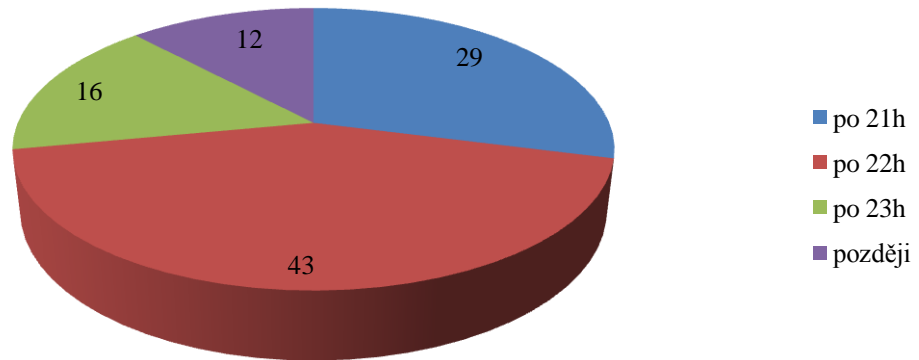
Nejvíce žáků, tedy 23, dostává kapesné v hodnotě 200-400Kč. 21 respondentů odpovědělo, pokud peníze potřebuji, řeknu si o ně. 16 žáků dostává 100-200Kč, 17 žáků dostává 400-600Kč. Pak už se počet žáků relativně shoduje, 8 jich dostává kapesné do 1000Kč, 7 nad 1000Kč, 5 respondentů kapesné nedostává, protože si peníze vydělává sám/a a 3 respondenti uvedli, že dostávají 0-100Kč.



Otázka č. 10 – V kolik hodin chodíš pravidelně spát?

Otázka byla zaměřena na to, kdy chodí pravidelně žáci 1. a 2. ročníku středních škol spát. Nejvíce dotazovaných, tedy 43, odpovědělo, že jde spát po 22 hodině. Tento výsledek je možné brát jako velice pozitivní, protože většina dětí začíná ve škole obvykle mezi 7 či 8 hodinou takže průměrná doba spánku se pohybuje kolem 8 hodin. Po 21 hodině chodí spát 29 žáků, což vyplývá i z trávení volného času. Pokud mají děti fyzickou aktivitu nebo jsou venku se svými přáteli, tak je jasné, že budou dříve unavené. Dalších 16 žáků uvedlo jako dobu jejich pravidelného spánku po 23 hodině a zbylých 12 odpovědělo, že chodí spát ještě později. Tyto děti sedí do noci před televizí nebo právě před počítači a vůbec nevnímají čas, kdy by měly jít spát.

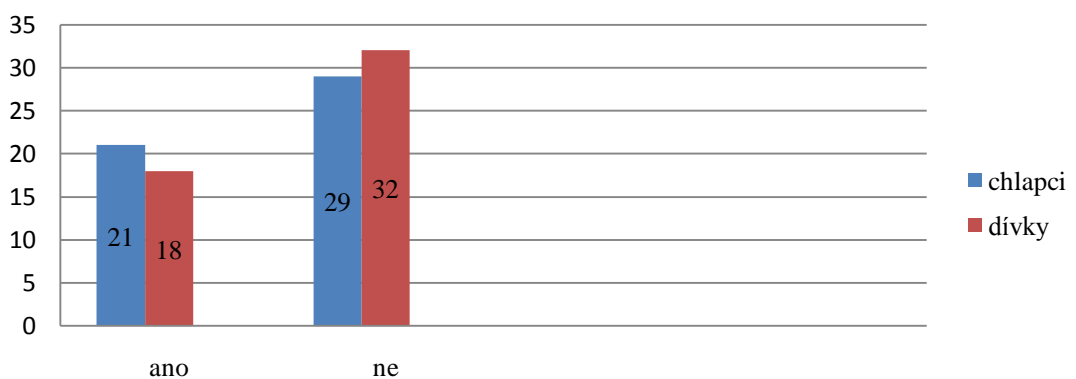
Pravidelná doba spánku



Otázka č. 11. Snídáš pravidelně?

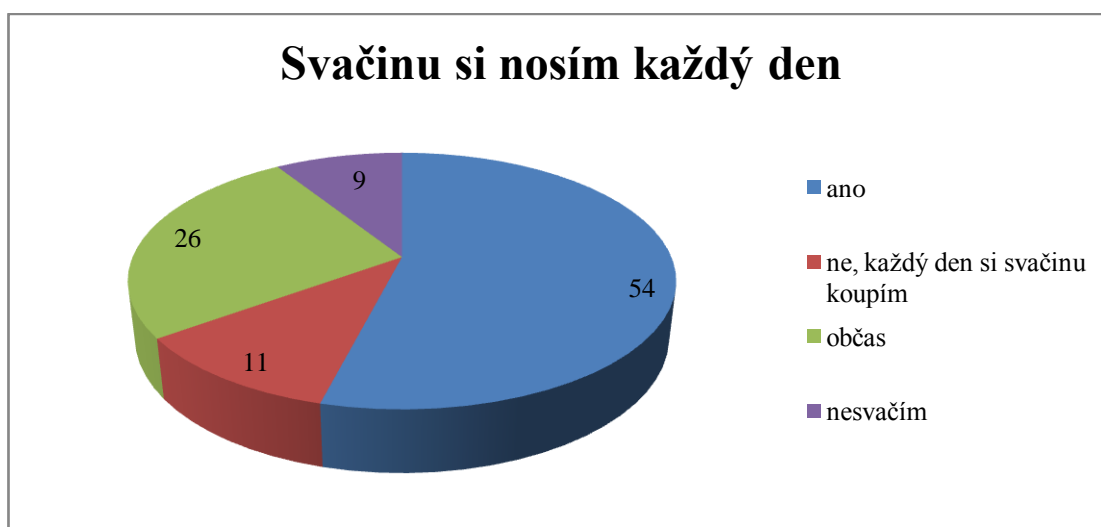
Z dat, jasně vyplývá, že ať se jedná o dívky či chlapce, ani jedno pohlaví ve většině případů pravidelně nesnídá. Dohromady se jedná o 61 žáků. Raději si ráno déle přispí, než aby museli kvůli snídani dříve vstávat. V těchto letech už se většina rodičů nestará, jestli jejich dítě snídá či ne. Tento návyk je třeba pěstovat u dítěte již v útlém věku. Rodiče dětem maximálně připravují svačiny, ale to je také individuální. Ze vzorku 100 respondentů odpovědělo kladně 39. V závislosti na pohlaví překvapivě dominují v pravidelnosti snídání nad dívkami chlapci.

Snídám pravidelně



Otázka č. 12 – Nosíš každý den svačinu?

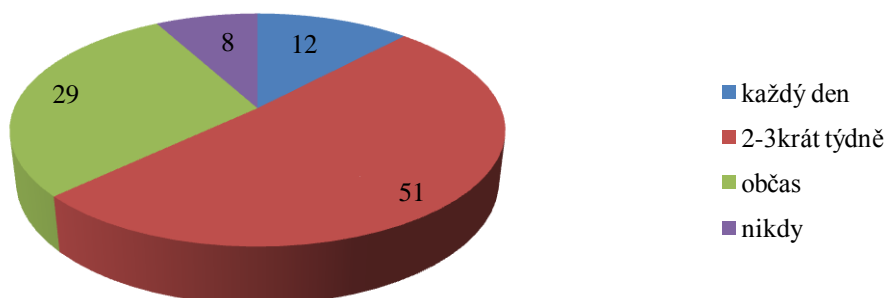
Odpověď na tuto otázku je v návaznosti na předchozí otázku. Jak již bylo výše zmiňováno, žáci doma spíše nesnídají, protože ráno nemají dostatek času, aby snídani stihli. Výsledkem tedy je, že si 54 respondentů nosí svačinu každý den, 26 žáků si ji vezme občas, 11 dětí si nenosí svačinu z domu, ale kupuje si jídlo ve školních kantýnách nebo v obchodech poblíž školy. Jen 9 žáků odpovědělo, že nesvačí vůbec.



Otázka č. 13 – Jak často je ve tvém jídelníčku ovoce a zelenina?

Na tuto otázku odpovědělo 51 respondentů, že ovoce a zelenina je v jejich jídelníčku 2-3krát týdně. Takové číslo považují za velice uspokojivé. Samozřejmě také záleží na tom, jaké je roční období. V létě, množství lidí má zahrádky plné ovoce či zeleniny a je dětem podávána denně, i cenová dostupnost těchto potravin je pro většinu rodin příznivá. V zimním období, které s sebou přináší celou řadou nemocí, jsou právě tyto potraviny velice důležité, ale bohužel každý nemá možnost, aby denně nakupoval stále dražší ovoce a zeleninu i když jsou to běžné potraviny. Dalších 29 žáků uvedlo, že jí tyto potraviny občas, což je také uspokojivé číslo. Každý den jí ovoce a zeleninu 12 dětí a nikdy tuto potravinu nejí 8 dětí.

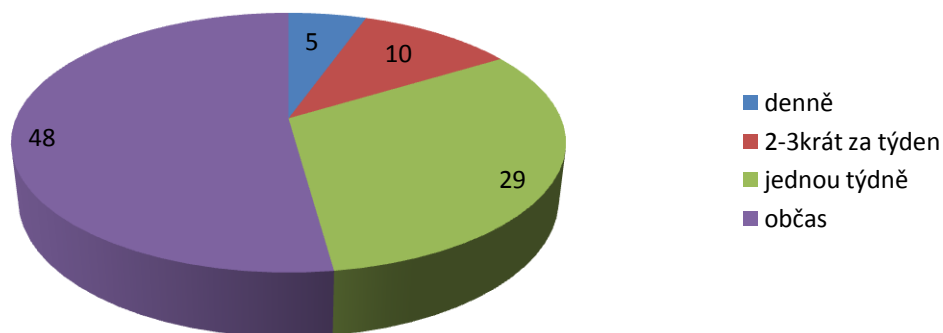
Ovoce a zeleninu jím



Otázka č. 14 – Stravuješ se v rychlém občerstvení?

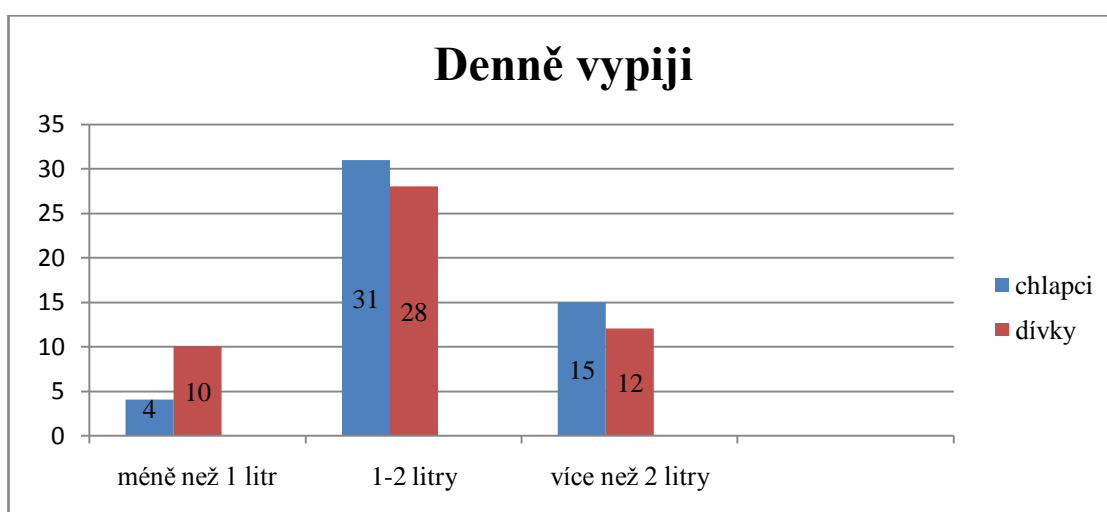
V této otázce měli respondenti možnost vybrat ze dvou odpovědí. Pokud označili odpověď „ano“, tak dále bylo třeba zjistit jak často. Žáků, kteří označili svoji odpověď „ano“, bylo 92. Jen 8 respondentů uvedlo, že se v rychlém občerstvení nestravuje. V dnešní době existuje těchto fast foodů celé množství a jak pro děti tak i pro dospělé je tento způsob stravování velice pohodlným a rychlým zdrojem stravy. Proto je mezi námi tolik obézních dětí, protože jim rodiče tento způsob stravování předkládají již od útlého věku. Bohužel je špatné, že se mezi těmito podniky rychlého občerstvení nenachází více těch, které by ve svém výběru měly více jídel obsahujících zdravou stravu. Zpětně když se vrátíme k otázce, na kterou měli studenti odpovědět, jak často se v těchto rychlých občerstveních stravují, tak nejvíce uvedlo odpověď občas, a to v počtu 48. Jednou týdně chodí na takové jídlo 29 žáků, 2-3krát za týden 10 žáků a denně 5.

V rychlém občerstvení se stravuji



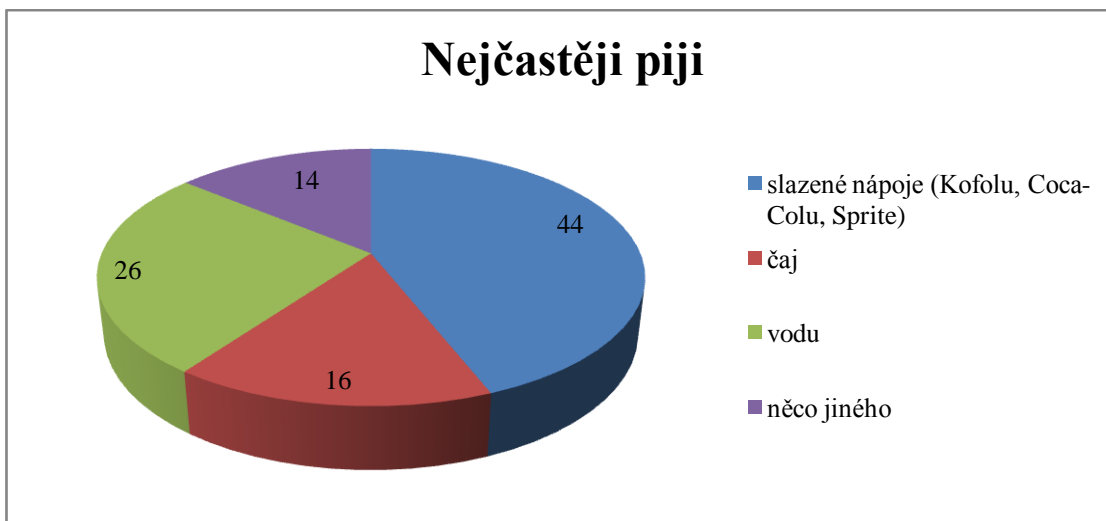
Otázka č. 15 – Jaký je tvůj denní příjem tekutin (v litrech)

Cílem této otázky bylo zjistit, jaký je poměr denně vypitých tekutin mezi dívkami a chlapci. Z grafu vyplývá, že dívky i chlapci vypijí denně nejčastěji 1-2 litry a to v poměru chlapci 31, dívky 28. Denní příjem tekutin je ovlivňován mnoha faktory: zda a jak žáci sportují, zdravotním stavem, stresem atd. Minimální denní příjem tekutin podle různých studií by měl činit 2,5 litru, tuto odpověď označilo jen 15 chlapců a 12 dívek. Avšak 4 chlapci a 10 dívek označilo, že vypijí méně než 1 litr denně, což je velice málo. Následkem malého příjmu tekutin může totiž žák často pociťovat bolest hlavy, podrážděnost či únavu.



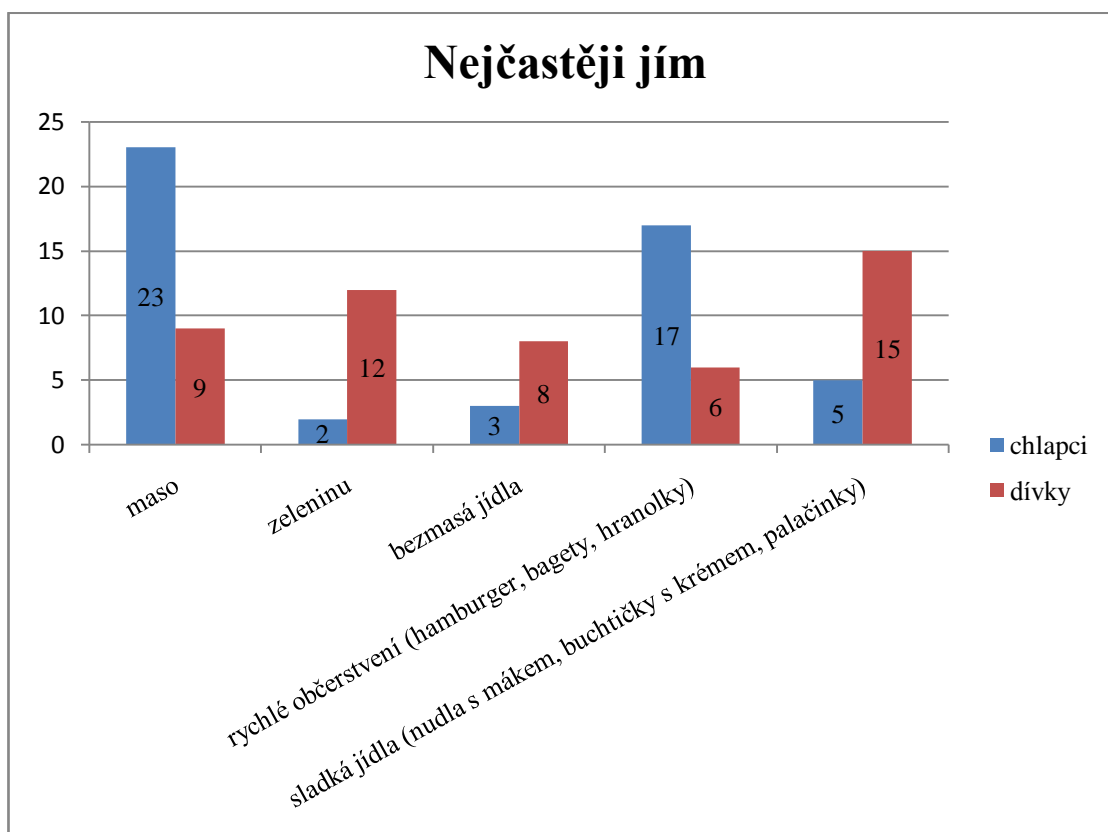
Otázka č. 16 – Co nejčastěji piješ?

Otázka je zaměřena na to, jaké nápoje mládež nejvíce pije. Žáků, kteří pijí slazené nápoje typu Kofola, Coca-Cola, Sprite, je 44. Množství cukru, které obsahují tyto nápoje je hodně vysoké, například v jednom litru je až 27 kostek cukru, což pro mladé lidi určitě není ten nejlepší způsob jak správně žít. Vodu, kterou si jedinec může načepovat doma, ve škole a jiných místech označilo 26 respondentů. 16 žáků nejčastěji pije čaj, jehož konzumace je rovněž pro organismus zdraví prospěšná a 14 žáků označilo, že pije něco jiného.



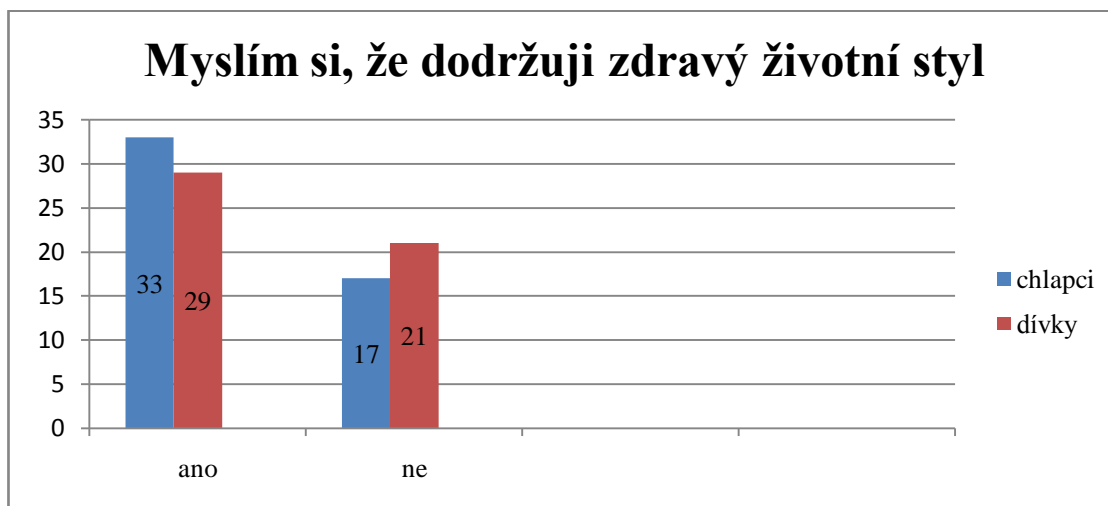
Otázka č. 17 – Co nejčastěji jíš (co máš nejraději)?

V této otázce se měli respondenti vyjádřit co nejčastěji, či nejraději jedí. U chlapců na prvním místě jednoznačně zvítězilo maso, a to počtem 23. Chlapci dále dávají přednost rychlému občerstvení a sladkým jídlům stejně jako dívky, avšak bezmasá jídla jí pouze 3 a zeleninu 2 žáci. Naopak u dívek vévodí v oblíbenosti sladká jídla, což uvedlo 15 respondentek. Dále 12 dívek uvedlo, že má rádo zeleninu, 9 dívek maso, 8 bezmasá jídla a 6 dívek jí často stravu z rychlého občerstvení.



Otázka č. 18 – Myslíš si, že dodržíš zdravý životní styl?

Odpovědi na tuto otázku byly rozděleny do dvou kategorií na dívky a chlapce. Dívek, které si nemyslí, že dodržují zdravý životní styl, bylo 21. Zbýlých 29 označilo, že zdravý životní styl dodržují. Chlapců uvedlo, že dodržují zdravý životní styl 33. Odpověď nemyslím si, že dodržuji zdravý životní styl, označilo 17 chlapců.



5.3 Vyhodnocení hypotéz

Hypotéza 1

Rodiče jsou při trávení volného času vzorem pro své děti.

Výzkum ukázal, že z šesti možných odpovědí byla mezi prvními třemi nejčastějšími především hra na počítači, internet; sledování televize a fyzická aktivita. U další odpovědi respondenti označili, že rodiče nejčastěji sledují televizi, aktivně odpočívají a pracují s počítačem. Tato hypotéza se potvrdila, protože děti tráví svůj volný čas podobně jako jejich rodiče.

Hypotéza 2

Mládež tráví volný čas více u PC než u jiné zájmové činnosti.

Výzkum potvrdil, že mládež tráví volný čas více u počítače než u jiné zájmové činnosti. Tuto možnost označilo nejvíce žáků. Druhá hypotéza se potvrdila.

Hypotéza 3

Pro mládež je důležitá značka oblečení, telefonu atd.

Stanovený předpoklad o tom, že pro mládež je důležitá značka oblečení, telefonu atd. se potvrdil. Pro 77 respondentů ze 100 dotázaných je důležitá značka, kterou nosí. Třetí hypotéza se potvrdila.

Hypotéza 4

Mládež se stravuje v rychlém občerstvení jednou týdně.

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že se respondenti v rychlém občerstvení stravují jen občas. Ze 100 respondentů uvedlo tuto možnost 48 respondentů. Čtvrtá hypotéza se nepotvrdila.

Hypotéza 5

Mládež dává přednost slazeným nápojům před ostatními tekutinami.

Výzkum ukázal, že mládež dává přednost slazeným nápojům před ostatními tekutinami. Tuto odpověď označilo 44 respondentů ze 100. Pátá hypotéza se potvrdila.

Z pěti hypotéz se čtyři potvrdily a jedna se nepotvrdila.

Závěr

Cílem této bakalářské práce bylo zjistit, zda je mládež ovlivněna konzumní společností. Konzumní společnost je velmi často jmenovaným výrazem objevující se mimo jiné i v médiích a to ve spojení s mnoha lidskými činnostmi. Běžně se můžeme setkat s tím, že u některých jedinců nadbytek lidských potřeb vede k jeho vstupu do konzumní společnosti. Na základě důmyslného marketingu dnešních velkoobchodních společností dochází k značnému vtáhnutí konzumenta do jeho obchodní sítě. Toto můžeme chápat jako jejich vnučovanou ideologii. Příkladem jsou výsledky mého dotazníku, kdy oslovená mládež v některých případech odpovídá jednoznačně jako typický konzument. Avšak jsou i tací, kteří v konzumní společnosti sice žijí, ale dokážou jí odolávat.

V tomto prostředí dnešní mládež vyrůstá, žije a je jím silně ovlivňována. Způsobem jakým se bude mládež dále vyvíjet, velice záleží na jejich okolí. Na první místo bych zařadila rodinu, v níž jedinec vyrůstá. Ta dítěti od útlého věku předává myšlenkové názory v podobě hodnot materiálních a duchovních. Bohužel náš stát antisociální politikou staví většinu dnešních rodin do pozice vyvolávající strach o svoje zaměstnání a uživení rodiny. Vlivem těchto negativních společenských změn je výchova dítěte v rodině značně zanedbávána. Tento stav je možné zlepšit individuálním působením rodičů na dítě. Příkladem by mohly být společné obědy, večeře, sportovní aktivity a koníčky. V rámci těchto aktivit omezit mediální vliv jako je například televize, počítač, mobil a věnovat se společné komunikaci. Je také důležité, aby se v rodinách hovořilo o sociálně patologických jevech, které dítě mohou ohrozit. Pozitivní na tom je, že mnoho rodin tomuto tlaku společně odolává a v dobré víře se snaží vychovat a začlenit dítě nejlépe možným způsobem do této společnosti.

Další institucí významně působící na vývoj dítěte a mládeže je škola. Žáci v této době ztrácí úctu k učitelům jako autoritě, jsou přehnaně sebevědomí, a proto může být pro spousty pedagogů těžké vytvořit si respekt ve třídě. Škola by měla žákovi nejen poskytnout všeobecný rozhled o vyučovacích předmětech, ale i připravovat člověka na život v dané společnosti. V současné době existuje mnoho nástrah, jako jsou drogy, alkohol, kouření, gamblerství atd., které by žákovi mohly způsobit nepříjemnosti do budoucna. Proto je tedy potřeba, aby nejen rodina, ale i škola, ve které žák tráví spousty svého času, poskytla pomocí různých přednášek a aktivit informace o těchto sociálně patologických jevech. Domnívám se, že velice dobrým prostředkem působícím

na mládež jsou peer programy. Tyto peer programy jsou realizovány v rámci školy, kdy vrstevníci předávají ostatním žákům informace o různých sociálně patologických jevech tak i o problémech souvisejících s konzumní společností. Žáci přebírají tyto informace od svých vrstevníků lépe než od dospělých či učitelů. Nejedná se pouze o předávání vědomostí, ale o aktivní zapojení žáků pomocí her, diskuzí na dané téma a nácvik modelových situací. Často se stává, že se tito aktivisté stanou vzorem pro své vrstevníky.

Problémy konzumní společnosti zde jsou a ještě asi dlouho budou. Je velice těžké určit, jakým směrem se vztah mládeže a nezdravého životního stylu bude dále vyvíjet. Důležité je jak dítěti tak i dospívajícím vštěpovat zdravý životní styl pomocí hodnot, návyků a postojů, který by jim pomohl obstát v této složité společnosti. To vše za pomoci rodiny, školy a volnočasových aktivit. Nad těmito institucemi stojí stát, který se spolupodílí na možnostech fungování. Musíme si uvědomit, že je to právě mládež a další její generace, které budou utvářet budoucnost našeho státu a životů.

Resumé

Bakalářská práce je zaměřena na nezdravý životní styl mládeže důsledkem vlivu konzumní společnosti a možnostmi nápravy této společnosti.

Struktura práce je rozdělena na část teoretickou a praktickou. Část teoretická je tvořena kapitolami zaměřenými na mládež, konzumní společnost, nežádoucí vlivy působící na mládež a způsoby nápravy.

První kapitola teoretické části zaměřená na mládež vysvětluje pojem a věkové rozmezí. Dále se věnuje vzdělávání a zaměstnávání mládeže, charakteristickým znakům osobnosti této věkové skupiny a tomu, jaký vliv má konzumní společnost na myšlení a jednání v současné společnosti.

Druhá kapitola se zabývá konzumní společností, kdy úvod je věnován kladům a záporům této doby. Do této kapitoly spadá i téma reklamy, kde se s ní můžeme setkat a co musí taková reklama splňovat. V souvislosti s konzumní společností se jednoznačně pojí i masová média, proč lidé tráví svůj čas s masmédií a jak působí masová média na mládež.

Třetí kapitola uvádí nežádoucí vlivy, které působí na současnou mládež, s poukázáním na jednotlivou problematiku kouření, alkoholu, drog, gamblerství, stresu a obezity. Každé téma se zaměřuje na možné příčiny, příznaky a následky sociálně patologických jevů.

Čtvrtá kapitola se zabývá možnostmi, kterými se dá předejít následkům nezdravého životního stylu a přitom současně využít sociální pedagogiky. To vše za pomoci rodiny, pohybové aktivity ve škole a volnočasových aktivit.

Cílem praktické části bakalářské práce bylo zjistit, zda je současná mládež ovlivněna konzumní společností. Pro získání informací byla použita kvantitativní metoda, tedy metoda dotazníku. Respondenty byli žáci 1. a 2. ročníku středních škol a jejich odpovědi byly shrnuty do grafů.

Anotace

Bakalářská práce pojednává o současné mládeži žijící v konzumní společnosti. Teoretická část charakterizuje pojmy mládež, konzumní společnost, nežádoucí vlivy působící na mládež a způsoby nápravy společnosti. Kvantitativním výzkumem zjišťuji, jaký vliv má současná společnost na dnešní mládež.

Klíčová slova

Mládež, konzumní společnost, nezdravý životní styl, stres, rodina, škola, volný čas, dotazník.

Annotation

The bachelor thesis deals with young people living in contemporary consumer society. The theoretical part describes the concepts of youth, consumer society, adverse influences on youth and remedies of the company. Quantitative research, I find influence of the contemporary society of today's youth.

Keywords

Youth, consumer society, unhealthy lifestyle, stress, family, school, leisure, questionnaire.

Seznam použité literatury

- 1) Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, v platném znění
- 2) Zákon č. 40/1995 Sb., zákon o regulaci reklamy a o změně a doplnění některých dalších zákonů
- 3) BEDNAŘÍK, Petr, JIRÁK, Jan, KÖPPLOVÁ, Barbara. *Dějiny českých médií, od počátku do současnosti*. 1. vydání. Praha: Grada, 2011. 448 s. ISBN 978-80-247-3028-8
- 4) FOŘT, Petr. *Stop dětské obezitě*. 1. vydání. Praha: Ikar, 2004. 208 s. ISBN 80-249-0418-7
- 5) GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. 207 s. ISBN 80-85931-79-6
- 6) ILLES, Tom. *Děti a drogy*. 2. upravené vydání. Praha: ISV, 2002. 55 s. ISBN 80-85866-50-1
- 7) JIRÁK, Jan, KÖPPLOVÁ, Barbara. *Masová média*. 1. vydání. Praha: Portál, 2009. 416 s. ISBN 978-80-7367-466-3
- 8) Kolektiv autorů. *10 let v českých médiích*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005. 142 s. ISBN 80-7178-925-9
- 9) KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. 1. vydání. Praha: Portál, 2008. 216 s. ISBN 978-80-7367-383-3
- 10) KRAUS, Blahoslav et al. *Středoškolská mládež a její svět na přelomu století*. Brno: Paido, 2006. 156 s. ISBN 80-7315-125-1
- 11) MAREŠ, Svatopluk. *Prodej a reklama*. 1. vydání. Hradec Králové: Gaudeamus, 1998. 166 s. ISBN 80-7041-734-X

- 12) MARHOUNOVÁ, Jana, NEŠPOR, Karel. *Alkoholici, feťáci, gambleři*. 1. vydání. Praha: Empatie, 1995. 112 s. ISBN 80-901618- 9-8
- 13) MARKHAMOVÁ, Ursula. *Pomáháme dětem zvládnout stres*. 1. vydání. Praha: Talpress, 1996. 143 s. ISBN 80-7197-020-4
- 14) MUŽÍK, Vladislav, KREJČÍ, Milada. *Tělesná výchova a zdraví*. 1. vydání. Olomouc: Hanex, 1997. 114 s. ISBN 80-857883
- 15) PÁVKOVÁ, Jiřina a kol. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*. 4. vydání. Praha: Portál, 2008. 224 s. ISBN 978-80-7367-423-6
- 16) PELIKÁN, Jiří. *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2004. 269 s. ISBN 80-7184-569-8
- 17) PRŮCHA, Jan, MAREŠ, Jiří, WALTEROVÁ, Eliška. *Pedagogický slovník*. 2. rozšř. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 1998. 328 s. ISBN 80-7178-252-1
- 18) SHARRY, John. *Řešíme problémy s výchovou dětí a dospívajících*. 1. vydání. Brno: Computer Press, 2006. 144 s. ISBN 80-251-1295-0
- 19) URBAN, Eduard. *Mládež a drogy*. 2. vydání. Praha: Ústav zdravotní výchovy, 1974. 22 s.
- 20) URBAN, Lukáš, DUBSKÝ, Josef, MURDZA, Karol. *Masová komunikace a veřejné mínění*. 1. vydání. Praha: Grada, 2011. 240 s. ISBN 978-80-247-3563-4
- 21) VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 1996. 353 s. ISBN 80-7184-317-2
- 22) VOKURKA, Martin, HUGO Jan a kolektiv. *Velký lékařský slovník*. 3. vydání. Praha: Maxdorf Jessenius s. r. o., 2002. 925s. ISBN 80-85912-43-0

23) ŽALOUĐÍKOVÁ, Iva, HRUBÁ, Drahoslava a kol. *Normální je nekouřit: program podpory zdraví a prevence kouření pro mladší školní věk (7-11 let) I. díl*. 3. vydání. Brno: MSD, 2009. 80s. ISBN 978-80-7392-067-8

24) ŽALOUĐÍKOVÁ, Iva, HRUBÁ, Drahoslava, PŘIDALOVÁ, Svatava, ŘEZÁČ, Jaroslav. *Normální je nekouřit: program podpory zdraví a prevence kouření pro mladší školní věk (7-11let) II. díl*. 3. vydání. Brno: MSD, 2009. 98 s. ISBN 978-80-7392-068-5

Elektronické zdroje

25)Bez cigaret, *Kouření dětí a mladistvých – nejdůležitější fakta* [online]. [26. 11. 2011]. Dostupný z WWW: <http://www.bezcigaret.cz/koureni-deti1>

26)Epravo, *Gamblerství* [online]. 2001 [10. 11. 2011] Dostupný z WWW: <http://www.epravo.cz/top/clanky/gamblerstvi-15247.html>

27)Mládež, *Mládež* [online]. [24. 3. 2012] Dostupný z WWW: <http://www.tf.jcu.cz/getfile/4c75cfdb2ef576df>

28)Moodlinka, *Zneužívání návykových látek* [online]. 2004 [17. 11. 2011]. Dostupný z WWW: <http://moodlinka.ped.muni.cz/mod/resource/view.php?id=1732>

Přílohy

Příloha č. 1

Dotazník – Podléhá mládež konzumní společnosti?

Vážení studenti,

obracím se na Vás s žádostí o pomoc při vyplnění dotazníku, který je zcela anonymní. Poslouží k výzkumným účelům při zpracování bakalářské práce. U každé otázky zakroužkujte jednu z odpovědí, případně doplňte údaje.

Předem děkuji za spolupráci.

Pohlaví	Věk	Trvalé bydliště
a) dívka b) chlapeclet	a) vesnice b) město

1. Vlastníš nebo máš doma počítač?

- a) ano
- b) ne

2. Co na počítači nejčastěji děláš?

- a) hraji hry
- b) jsem na facebooku, icq, twitteru, skypu
- c) čtu bulvární zprávy
- d) hledám nejrůznější informace
- f) používám ho ke studijním účelům

3. Kolik hodin denně strávíš na internetu?

- a) méně než 1h
- b) 1-2h
- c) 2-3h
- d) více než 3 hodiny
- e) nevím
- f) vůbec žádný

4. Kolik času denně strávíš sledováním televize?

- a) půl hodiny
- b) hodinu
- c) dvě hodiny
- d) více než dvě hodiny
- f) vůbec žádný čas

5. Jak trávíš volný čas?

- a) sledováním TV
- b) hry na počítači, internet
- c) s přáteli
- d) zájmové kroužky
- e) fyzická aktivita
- f) pobyt venku

6. Co v tobě vyvolává reklama?

- a) touhu věc vlastnit
- b) otravuje mě
- c) závist
- d) nic

7. Je pro tebe důležitá značka oblečení, telefonu? (Adidas, Nike, Iphone)

- a) ano
- b) ne

8. Jak tráví volný čas tvoje rodiče?

- a) sledování TV
- b) práce s počítačem, internetem
- c) s přáteli
- d) aktivní odpočinek (sport, koníček, ruční práce)
- e) práce v domácnosti (úklid, vaření)

9. Dostáváš měsíčně kapesné?

- a) 0-100kč
- b) 100-200kč
- c) 200-400kč
- d) 400-600kč
- e) do 1000kč
- f) nad 1000kč
- g) pokud peníze potřebuji, řeknu si o ně
- h) kapesné nedostávám, peníze si vydělávám sám/a

10. V kolik hodin chodíš pravidelně spát?

- a) po 21h
- b) po 22h
- c) po 23h
- d) později

11. Snídáš pravidelně

- a) ano
- b) ne

12. Nosíš každý den svačinu?

- a) ano
- b) ne, každý den si svačinu koupím
- c) občas
- d) nesvačím

13. Jak často je ve tvém jídelníčku ovoce a zelenina?

- a) každý den
- b) 2-3krát za týden
- c) občas
- d) nikdy

14. Stravuješ se v rychlém občerstvení?

- a) ano
- b) ne

Pokud ano, tak jak často

- a) denně
- b) 2-3krát za týden
- c) jednou týdně
- d) občas

15. Jaký je tvůj denní příjem tekutin (v litrech)

- a) méně než 1 litr
- b) 1-2 litry
- c) více než 2 litry

16. Co nejčastěji piješ?

- a) slazené nápoje (Kofolu, Coca-Colu, Sprite)
- b) čaj
- c) vodu
- d) něco jiného

17. Co nejčastěji jíš (co máš nejraději)?

- a) maso
- b) zeleninu
- c) bezmasá jídla
- d) rychlé občerstvení (hamburgery, bagety, hranolky)
- c) sladká jídla (nudle s mákem, buchtičky s krémem, palačinky)

18. Myslíš si, že dodržíš zdravý životní styl?

- a) ano
- b) ne