

## Działania antynikotynowe podejmowane w wybranych szkołach gimnazjalnych w opinii uczniów na terenie Dolnego Śląska

### *Youths opinions about anti-smoking activities at selected secondary schools in Lower Silesia*

Mariola Seń<sup>1</sup>, Marzena Krysa<sup>1</sup>, Agnieszka Lintowska<sup>1</sup>, Katarzyna Pająk<sup>1</sup>, Iwona Klisowska<sup>1</sup>, Jadwiga Staniszevska<sup>1</sup>, Jacek Klakocar<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Zakład Promocji Zdrowia, Katedra Zdrowia Publicznego, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny im. Piastów Śląskich we Wrocławiu

<sup>2</sup> Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna we Wrocławiu

### Streszczenie

Celem badań była próba poznania opinii uczniów szkół gimnazjalnych na terenie województwa dolnośląskiego na temat działań antynikotynowych realizowanych na terenie tych szkół. Grupę badaną stanowiło 1239 uczniów: 652 dziewczęta (52,62%) i 587 chłopców (47,38%) w wieku 13-16 lat z 12 dolnośląskich szkół gimnazjalnych. Za pomocą autorskiej ankiety badawczej uzyskano wypowiedzi uczniów na temat działań antytytoniowych proponowanych przez szkołę i propozycji uczniów, dotyczących skutecznej ich zdaniem profilaktyki nikotynizmu wśród osób poniżej 18 roku życia. Zgromadzone dane poddano analizie i ocenie statystycznej. Do scharakteryzowania grupy respondentów posłużono się wskaźnikami procentowymi, natomiast do weryfikacji hipotez statystycznych wykorzystano test  $\chi^2$ . Większość młodzieży (60%) wskazuje, że działania szkoły w zakresie profilaktyki antytytoniowej były niewystarczające lub w ogóle nie pamięta takich działań. Ponad dwie trzecie młodzieży (71,89%) wskazuje, że nie miała możliwości spotkania i rozmowy na temat palenia papierosów z personelem pedagogicznym i medycznym. W niewielkim stopniu angażuje się uczniów w aktywne formy profilaktyki (22,28% - 28,11%), które pozwalają na kształtowanie relacji interpersonalnych, nabywanie doświadczeń i wyrażenie własnych postaw wobec zjawiska palenia tytoniu. Respondenci zapytani o efektywne, ich zdaniem, metody profilaktyki palenia papierosów przez młodzież wskazywali znacząco na rolę „dobrego przykładu” - 66,26%, programów profilaktycznych - 58,35%, ale także stosowanie ostrych zakazów - 49,55%. W mniejszym stopniu młodzież wskazywała na podnoszenie ceny papierosów (44,42%), mówienie o tym więcej w radiu i tv (36,93%), zaproszenie byłego palacza (32,36%), zachęcanie rodziców do rozmów z na ten temat (28,49%). Prawie w każdym wypadku to więcej dziewcząt niż chłopców wskazywało na konkretną metodę profilaktyki, z wyjątkiem stosowania ostrych zakazów gdzie przeważali chłopcy ( $p \leq 0,05$ ). Młodzież uważa, że najskuteczniejszą formą profilaktyki palenia papierosów przez niepełnoletnich jest dawanie dobrego przykładu przez osoby dorosłe (znaczące). W edukacji antytytoniowej badani gimnazjaliści najczęściej zapamiętali działania związane z formami graficznymi (plakaty). Dziewczęta częściej niż chłopcy ( $p \leq 0,05$ ) pamiętają działania szkoły dotyczące profilaktyki palenia papierosów, a także częściej niż chłopcy wskazują na działania „miękkie” (w których nawiązywane są relacje międzyludzkie, jak programy edukacyjne, rozmowy z nauczycielem, psychologiem, z byłym palaczem). Chłopcy natomiast częściej wskazują na działania radykalne. (*Farm Współ* 2016; 9: 126-135)

*Słowa kluczowe: młodzież, palenie papierosów, programy profilaktyczne, Dolny Śląsk*

### Summary

The aim of the study was to evaluate the opinions of secondary school students on smoking prevention implemented in schools on Lower Silesia. The study included 1239 students: 652 girls (52.62%) and 587 boys (47.38%), 13-16 years old, from 12 secondary schools in Lower Silesia. The study used the author's questionnaire. The study analyzed opinions of students about anti - tobacco activities in their schools and students' suggestions about the effective pre-

vention of smoking among people under 18 years old. Acquired data was analyzed statistically. Statistical analysis was performed using Excel software and Statistics 9.0. Most of young people (60%) indicated that the school's actions in anti – tobacco prevention were inadequate or did not remember such actions. More than two-thirds of young people (71.89%) indicated that they did not have the opportunity to meet and talk about smoking cigarettes with educational and medical personnel. Students were engaged in active forms of prevention in small extent (22.28% - 28.11%) even though it allows to develop interpersonal relationships, acquire experience and express their attitudes towards the phenomenon of smoking. Respondents were asked about effective methods of prevention of smoking among young people. They pointed significant role of a "good example" - 66.26%, prevention programs-58.35%, but also the use of stringent prohibitions - 49.55%. Less youth pointed to the increasing price of cigarettes (44.42%), information about smoking in the radio and television (36.93%), the invitation of former smokers (32.36%), and encouraging parents to talk about it ( 28.49%). More girls than boys ( $p \leq 0,05$ ) indicated a concrete method of prevention, with the exception of severe restrictions indicated mostly by boys. The youth believed that the most effective form of juvenile smoking prevention was good example of adults (significant). Most students remembered anti - tobacco activities in graphical forms (posters). Girls more likely than boys ( $p \leq 0,05$ ) remembered the school's actions on the prevention of smoking cigarettes, and more often than boys indicated "soft" action (in which relationships are established, such as educational programs, interviews with a teacher, psychologist, former smoker). Boys more often pointed drastic anti-smoking action. (*Farm Współ 2016; 9:126-135*)

*Keywords: youth, smoking, prevention programs, Lower Silesia*

## Wstęp

Miejsce nauki i pracy powinno być azylem służącym nabywaniu wiedzy, rozwojowi umiejętności, budowaniu relacji międzyludzkich oraz kształtowaniu właściwych postaw i nawyków zdrowotnych. Poprzez swój dydaktyczny charakter, szkoła powinna być miejscem, które zachęca do prowadzenia zdrowego stylu życia, przypominając jednocześnie o nadrzędnym prawie każdego człowieka do życia w zdrowym środowisku, wolnym także od dymu tytoniowego. Cel ten może być osiągnięty tylko wtedy, gdy w jego realizację zaangażuje się wszystkie osoby odpowiedzialne za proces wychowania i nauczania w środowisku szkolnym, a więc rodziców dziecka, nauczycieli i wychowawców, osoby o wysokim prestiżu społecznym, tj. dyrektora szkoły, pracowników ochrony zdrowia oraz samych uczniów. Duże znaczenie odgrywają w tym przypadku także postawy rówieśników, gdyż młodzież silnie identyfikuje się z otaczającym ją środowiskiem, czerpiąc przykłady od kolegów i koleżanek [1]. Zdrowy uczeń jest z pewnością bardziej skupiony na lekcjach, ma możliwość przyswojenia większej ilości przekazywanych mu informacji, a także ćwiczonych z nim umiejętności. Podobnie, niepalący i przestrzegający zasad zdrowego stylu życia nauczyciel powinien stać się wzorem do naśladowania dla swoich uczniów [1]. Działania antytytoniowe prowadzone w szkole powinny być

poprzedzone diagnozą problemu, uwzględniać różne metody aktywizacji uczniów i ich preferencje w tym zakresie. Idea szkoły wolnej od dymu tytoniowego może wpływać na kształtowanie się postaw i nawyków służących zdrowiu uczęszczających do niej uczniów, jak również jej pracowników.

Celem badań była próba poznania opinii uczniów szkół gimnazjalnych na terenie województwa dolnośląskiego na temat działań antytytoniowych realizowanych na terenie tych szkół.

## Materiał i metody

Badania zostały przeprowadzone w roku szkolnym 2011/2012 i 2012/2013 przy współudziale Wojewódzkiej Stacji Sanitarnej-Epidemiologicznej we Wrocławiu na terenie 12 szkół gimnazjalnych Dolnego Śląska. Do badań zostały wytypowane szkoły realizujące w klasach I-III Program profilaktyki palenia tytoniu dla uczniów starszych klas szkoły podstawowej i gimnazjum "Znajdź właściwe rozwiązanie". Koordynatorem Programu była Państwowa Inspekcja Sanitarna. Celem głównym programu było zapobieganie paleniu tytoniu wśród uczniów starszych klas szkół podstawowych i gimnazjum. Program ukierunkowany był na uczenie dzieci umiejętności odmawiania, uświadomienie odpowiedzialności za własny rozwój i zdrowie, kształtowanie szacunku do siebie oraz radzenie sobie w różnych sytuacjach trudnych [2].

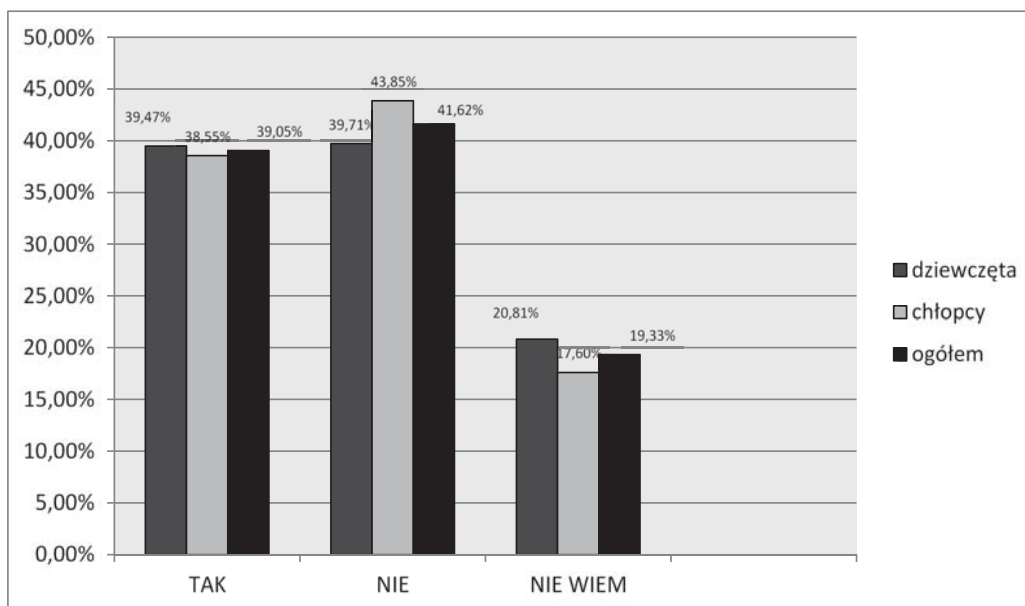
W badaniu wzięło udział 1239 uczniów: 652 dziewczyny (52,62%) i 587 chłopców (47,38%) w wieku 13-16 lat. Byli to mieszkańcy wsi i miasteczek do 20 tys. ludności (28,00% badanych), miast o populacji od 20 tys. do 100 tys. (39,00%) i powyżej 100 tys. (33,00%). Dane uzyskano za pomocą autorskiej, anonimowej ankiety, opracowanej specjalnie dla potrzeb tego badania. Zawierała ona m.in. pytania dotyczące opinii młodzieży na temat działań antytytoniowych proponowanych przez szkołę i propozycji uczniów, dotyczących profilaktyki nikotynizmu. Młodzież zapytano, czy w ich opinii szkoła podejmuje wystarczające działania zapobiegające i zniechęcające młodych ludzi do palenia papierosów. Wskazywała ona także rodzaje działań zaproponowanych przez szkołę, które najbardziej zapamiętała oraz wyrażała opinię, czy czuje się dobrze poinformowana o negatywnych skutkach palenia tytoniu. Pytano również, jakie propozycje działań antynikotynowych ma sama młodzież, które w ich opinii mogłyby skutecznie zniechęcać młodych ludzi do sięgania po papierosy. Analizę statystyczną przeprowadzono przy użyciu programów Excell i Statistica 9.0. Aby scharakteryzować badaną zbiorowość posłużono

się wskaźnikami procentowymi (%). Do weryfikacji hipotez statystycznych wykorzystano test  $\chi^2$  stosowany przy testowaniu zmiennych nieparametrycznych. Analizy hipotez badawczych dokonano na poziomie istotności  $p \leq 0,05$ . Wszystkie dane przedstawiono w postaci graficznej oraz w tabelach licznosci, w których zaprezentowano parametry liczbowe odpowiedzi respondentów (n), jak i wartości procentowe (%) wraz z interpretacją wartości testu  $\chi^2$  Pearsona.

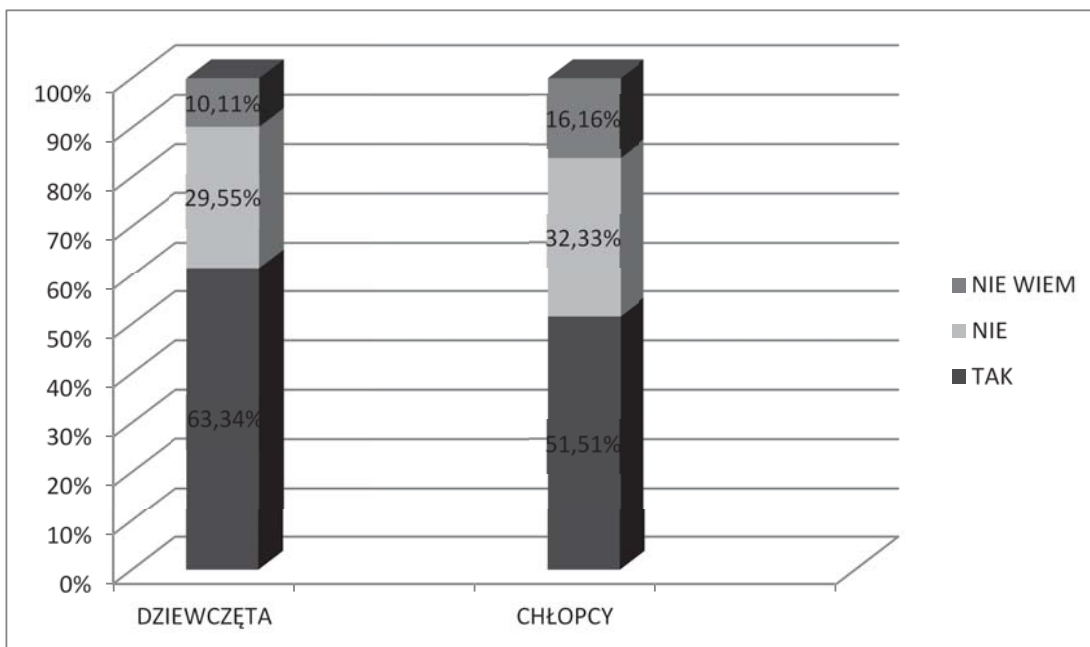
### Omówienie wyników

Skuteczność działań profilaktycznych mierzy się utrwaloną wiedzą, umiejętnościami oraz utrwalonymi postawami. W opinii prawie 40% (39,05%) badanych działania antytytoniowe podejmowane w szkole były wystarczające, jednak 41,62% badanych miało odmienne zdanie. Charakterystyczne jest także to, że blisko 20% (19,33%) nie miała zdania na ten temat (rycyna 1).

Jednocześnie młodzież zapytana, czy czuje się dobrze poinformowana o negatywnych skutkach palenia papierosów, odpowiedziała w większości twierdząco (60,34% dziewcząt i 51,51% chłopców) (rycyna 2).

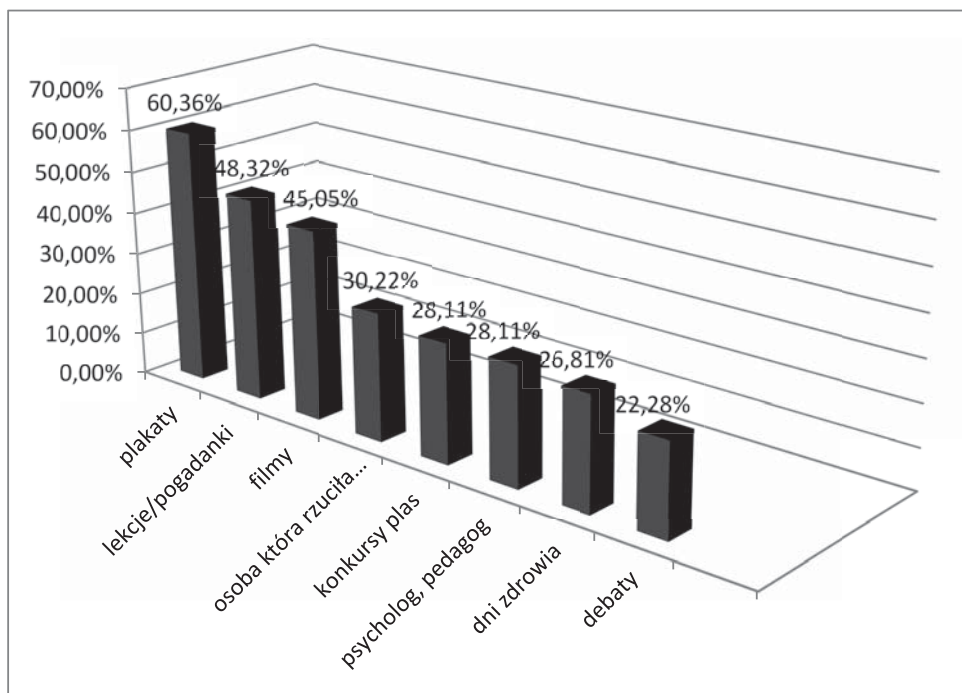


Rycina 1. Wiedza młodzieży na temat działań antytytoniowych podejmowanych w szkole  
Figure 1. The youth knowledge about anti-smoking activities at school



Rycina 2. Opinia uczniów na temat tego czy czuje się dobrze poinformowana o negatywnych skutkach palenia tytoniu

Figure 2. Opinion of students about whether they feel well informed about the negative effects of smoking



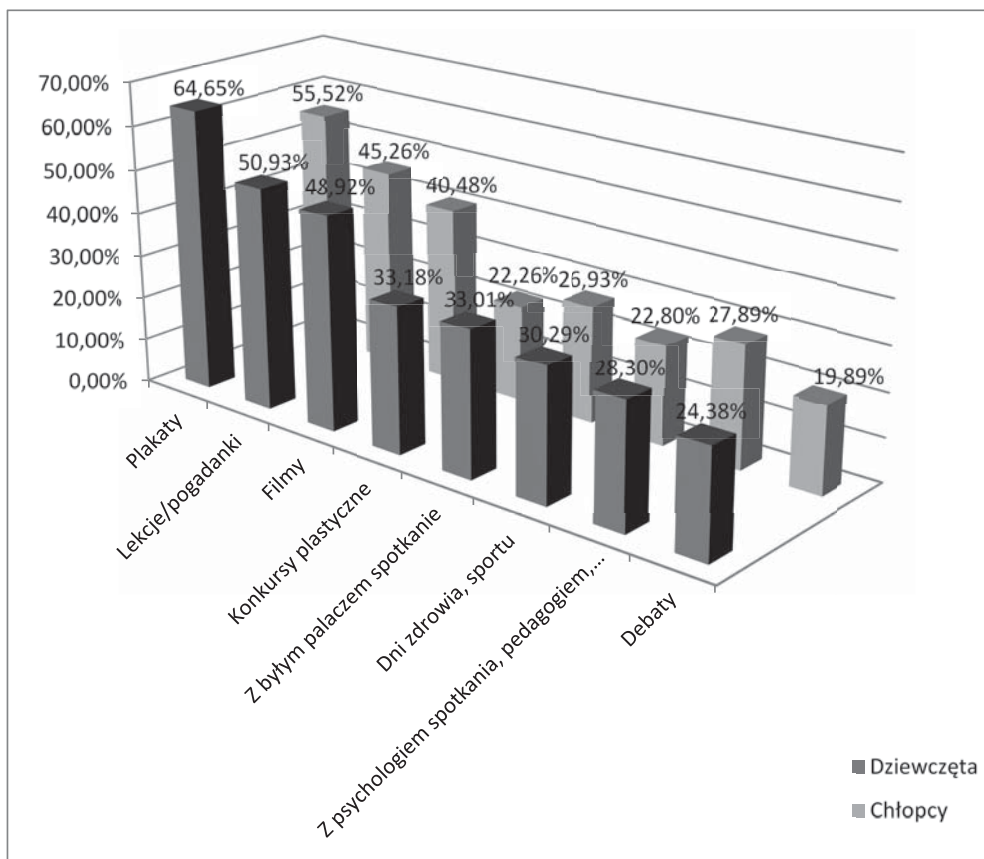
Rycina 3. Najczęściej podejmowane działania antytytoniowe w szkole w opinii badanych uczniów – ogółem

Figure 3. Opinion of secondary school students about most anti-smoking activities at school in general

W całej badanej populacji najczęściej zapamiętanym działaniem antytytoniowym (rycina 3) prowadzonym w szkole była akcja plakatu (60,36%), lekcje i pogadanki na temat palenia tytoniu (48,32%), filmy o tej tematyce (45,00% młodzieży). Tylko jedna trzecia ankieterowanych pamiętała, że uczestniczyła w spotkaniach z osobami, które zaprzestały palenie papierosów oraz w spotkaniach ze specjalistami (pedagog, lekarz, pielęgniarka). Niestety mniej niż 1/3 respondentów uczestniczyła w aktywizujących metodach edukacyjnych, to jest konkursach plastycznych i happeningach (28,11%), dniach zdrowia i sportu, które także poruszały tematykę profilaktyki palenia tytoniu (26,81%), a jeszcze mniej w debatach antytytoniowych (22,28%) (rycina 3).

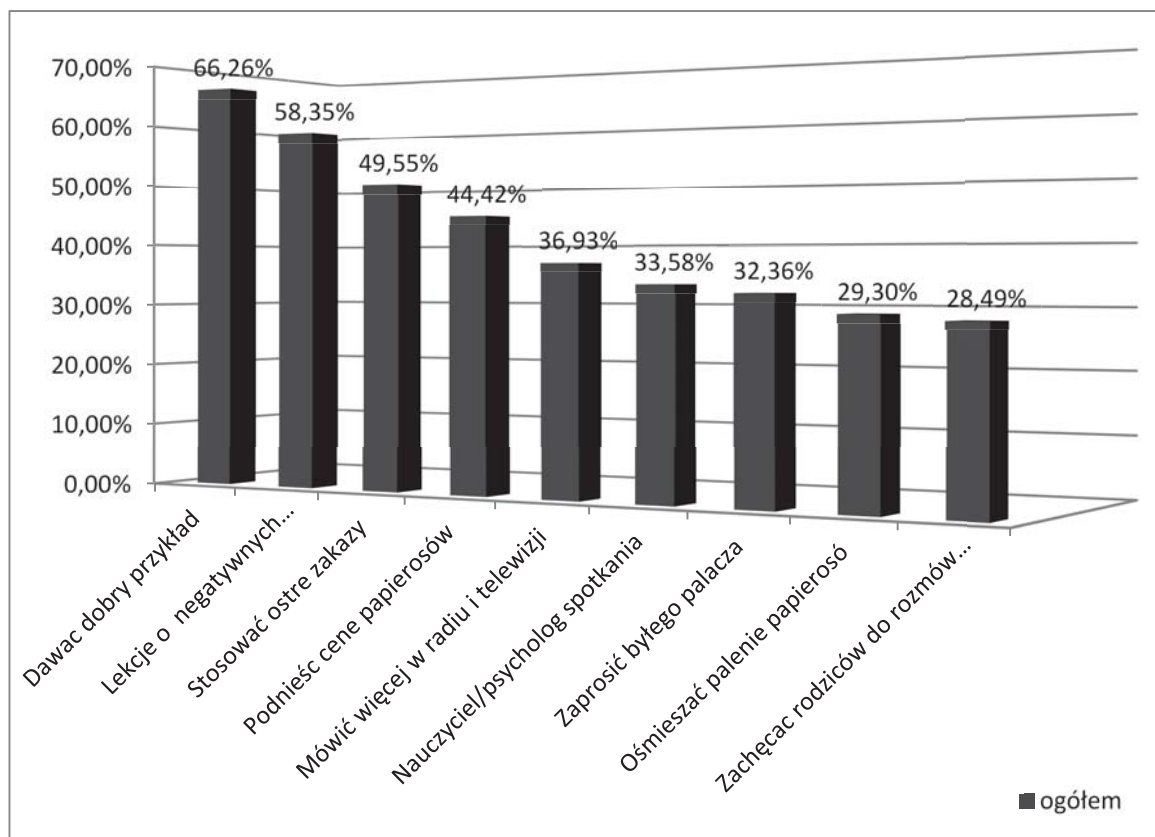
W odpowiedziach dotyczących zapamiętanych przez młodzież działań antytytoniowych w szkole

zaobserwowano istotne statystycznie różnice ze względu na płeć (rycina 4). Częściej z plakatami antynykotynowymi w szkole spotkały się dziewczęta (64,65%) niż chłopcy (55,52%) ( $p = ,00115$ ) (rycina 4). Lekcje i pogadanki o tej tematyce zapamiętało 50,93% dziewcząt i 49,07% chłopców ( $p = ,05070$ ). Nieco mniej niż połowa dziewcząt (48,92%) i jeszcze mniej chłopców (40,48%) pamięta, aby w działaniach profilaktycznych w szkole wykorzystywane były filmy ( $p = ,00352$ ). Aktywne formy edukacji antytytoniowej, takie jak zaproszenie osoby, która zaprzestała palenia papierosów pamięta odpowiednio 33,01% dziewcząt i 26,93% chłopców ( $p = ,02486$ ), konkursy plastyczne - 33,18% dziewcząt i 22,26% chłopców ( $p = ,00003$ ), dni zdrowia - 30,29% dziewcząt i 22,80% chłopców ( $p = ,00425$ ) i debaty antytytoniowe - 24,38% dziewcząt i 19,89% chłopców ( $p = ,06233$ ) (rycina 4).



Rycina 4. Najczęściej podejmowane działania antytytoniowe w szkole w opinii badanych uczniów z uwzględnieniem płci

Figure 4. Opinion of secondary school students about most anti-smoking activities at school with gender differences



Rycina 5. Opinia gimnazjalistów na temat skutecznych działań profilaktycznych zapobiegających paleniu papierosów przez młodzież – ogółem

Figure 5. Opinion of secondary school students about most anti-smoking activities at school in general

Kwestionariusz ankiety zawierał także pytanie „Co twoim zdaniem należałoby uczynić, aby młodzież nie paliła papierosów?” Potraktowano je jako możliwość wypowiedzi uczniów na temat tego, co ich zdaniem stanowiłoby skuteczne działania zniechęcające młodzież do palenia papierosów (rycina 5). Prawie 2/3 respondentów uznała, że najskuteczniejszym sposobem profilaktyki palenia papierosów przez młode osoby jest „dawanie dobrego przykładu” (66, 26%). Kolejnym działaniem, które prawie ok. 60% respondentów uznało za skuteczne, jest organizowanie lekcji i programów o negatywnych skutkach palenia papierosów (58,35%). Następną metodą skutecznej profilaktyki w opinii prawie połowy gimnazjalistów (49,55%) jest stosowanie ostrych zakazów palenia papierosów. Zdaniem 44,42% respondentów podniesienie ceny papierosów umożliwiłoby osiągnięcie pożądanego efektu. Podobnie ok.

40% badanej młodzieży uznało, że mówienie więcej na ten temat w radiu i telewizji byłoby równie skuteczną metodyką. Tylko ok. 1/3 młodzieży (33,58%) uznała, że spotkania o tematyce antytytoniowej z nauczycielem lub psychologiem jest działaniem efektywnym. Podobna grupa respondentów (32,36%) sugerowała, że zaproszenie byłego palacza byłoby dobrym pomysłem. Ośmieszanie palenia papierosów skuteczne było w opinii zaledwie 29,3% badanych, a 28,49% z nich wskazywała, że ważne jest także zachęcanie rodziców do rozmów z dziećmi na ten temat.

Podczas analizy obserwowano istotne różnice statystyczne ze względu na płeć. W przypadku prawie każdego z zaproponowanych działań, więcej dziewcząt niż chłopców uważała je za skuteczne (tabela I). Dawanie dobrego przykładu proponowało 69,65% dziewcząt i 62,50% chłopców ( $p = ,00683$ ), wprowa-

Tabela I. Opinia gimnazjalistów na temat skutecznych działań profilaktycznych zapobiegających paleniu papierosów przez młodzież z uwzględnieniem różnic płci

Table I. Opinion of secondary school students about effective anti-smoking measures to prevent youth smoking with gender differences

Płeć/liczebność Działania	kobiety		mężczyźni		Chi <sup>2</sup> Pearsona
	N = 652	%	n = 587	%	
Dawać dobry przykład	454	69,65	366	62,5	p = ,00683
Wprowadzić lekcje i programy o negatywnych skutkach palenia papierosów	417	63,96	211	36,04	p = ,00000
Stosować ostre zakazy	300	46,09	313	53,34	p = ,01018
Podnieść cenę papierosów	328	50,31	222	37,84	p = ,00001
Mówić więcej w radiu i tv	281	43,25	176	29,98	p = ,00000
Spotkania w szkole z nauczycielem/psychologiem	243	37,27	173	29,47	p = ,00371
Zaprosić byłego palacza	240	36,96	160	27,26	p = ,00033
Ośmieszać palenie papierosów	206	31,6	157	26,75	p = ,06114
Zachęcać rodziców do rozmów z dziećmi	209	32,06	144	24,53	p = ,00339

dzenie lekcji i programów o negatywnych skutkach palenia papierosów - 63,96% dziewcząt i jedynie 36,04% chłopców (p = ,00000), podniesienie ceny papierosów uznano za skuteczne 50,31% dziewcząt i jedynie 37,84% chłopców (p = ,00001), mówienie o tym więcej w radiu i tv proponowało 43,25% dziewcząt i 29,98% chłopców (p = ,00000), spotkania z nauczycielem lub psychologiem 37,27% dziewcząt i 29,47% chłopców (p = ,00371), zaproszenie „byłego palacza” 36,96% dziewcząt i 27,26% chłopców (p = ,00033), zachęcanie rodziców do rozmów z dziećmi 32,06% dziewcząt i 24,53% chłopców (p = ,00339). Wyjątek stanowi wariant „stosować ostre zakazy”, w tym wypadku więcej chłopców (53,34%) niż dziewcząt (46,09%) uznało to działanie za skuteczne (p = ,01018). Jedynie w przypadku wariantu „ośmieszanie palenia papierosów” jako metody skutecznego przeciwdziałania paleniu papierosów przez młodzież, nie zaobserwowano, istotnych różnic statystycznych ze względu na płeć (p = ,06114) (31,6% dziewcząt i 26,75% chłopców) (tabela I).

## Omówienie

Problem palenia czynnego i biernego w populacji dzieci i młodzieży do 18 roku życia jest niezwykle istotny z punktu widzenia jego niekorzystnego wpływu na ich stan zdrowia. Nie bez znaczenia są również jego konsekwencje zdrowotne w dorosłym życiu. W Polsce codziennie palenie papierosów rozpoczyna

500 chłopców w wieku do 18 roku życia, a co roku próbuje palenia 180 tysięcy nieletnich [3]. Znacznie więcej niż połowa (60%) nastolatków, która próbowała palenia tytoniu, paliła później papierosy nałogowo [4]. Pojawia się zatem pytanie: „jak uchronić dzieci i młodzież przed nałogiem nikotynowym i jak ich przekonać o szkodliwości palenia?” Odpowiednim krokiem jest podejmowanie działań określanych jako profilaktyka nikotynowa. Profilaktyka ta winna być zróżnicowana i dostosowana do grupy wiekowej. Nie powinna wzbudzać lęku u odbiorcy, a raczej być ukierunkowana na osobę, skoncentrowana na substancji powodującej uzależnienie oraz na promocji zdrowia. Młodzież powinna mieć dostęp do materiałów edukacyjnych tj. broszurek, ulotek, plakatów oraz możliwość spotkań ze specjalistami w tej dziedzinie [1]. Szczególną uwagę zwraca się na kształtowanie umiejętności odmawiania, zachowania własnej autonomii i bezpieczeństwa u uczniów.

Czynnikami sprzyjającymi efektywnej edukacji i profilaktyce w szkole są m. in. sprzyjające zdrowiu środowisko fizyczne i społeczne szkoły (tzw. klimat społeczny), inwestowanie w rozwój osobisty, społeczny i zawodowy nauczycieli, współpraca z pielęgniarką, pracownikami niebędącymi nauczycielami, z rodzicami, społecznością lokalną [5]. W badanej populacji młodzieży 41,62% uznało, że działania profilaktyczne w szkole, do której uczęszczają nie były wystarczające,

a 20,00% nie miało zdania. Zatem większość młodzieży (60,00%) nie wskazuje, aby działania szkoły w zakresie profilaktyki antytytoniowej były wystarczające, albo nie przypominają sobie w ogóle takich działań. Ponad dwie trzecie młodzieży (71,89%) wskazuje, że nie miała możliwości spotkania i rozmowy na temat palenia papierosów z psychologiem, pedagogiem, lekarzem lub pielęgniarką, czyli osobami, które profesjonalnie zajmują się zdrowiem w sensie medycznym, edukacją czy udzielaniem wsparcia. Oznacza to, że postulowana w nowoczesnej profilaktyce możliwość spotkania się z profesjonalistami nie jest niestety realizowana. Jednocześnie ponad połowa respondentów czuje się dobrze poinformowana o negatywnych skutkach palenia tytoniu, co może być efektem kumulacji działań zwanych oświatą zdrowotną, podejmowanych nie tylko w szkole, ale także w mediach czy placówkach ochrony zdrowia. W edukacji antytytoniowej prowadzonej w ramach Programu „Znajdź właściwe rozwiązanie” badani gimnazjaliści najczęściej wskazywali działania związane z graficzną formą edukacji antytytoniowej, co jest, mimo wszystko, uznane za skuteczne w nowoczesnej profilaktyce [6]. Jednocześnie młodzież nie uczestniczy w aktywnych formach edukacji antytytoniowej, w niewielkim stopniu angażuje się uczniów w przeprowadzanie konkursów plastycznych (28,11%) i happeningów (26,81%), debat (22,28%), które pozwalają na wchodzenie w rolę, i wyrażenie własnych postaw wobec zjawiska palenia tytoniu, kształtowanie relacji interpersonalnych, nabywanie doświadczeń.

Młodzież zapytana o efektywne, ich zdaniem, metody profilaktyki palenia papierosów zaskakuje wysokim wskazaniem na rolę „dobrego przykładu” - 66,26%, (prawie ok. 70% dziewcząt i 62,50% chłopców). Może to oznaczać, iż mimo że w okresie dorastania, postrzeganym jako okres „burzy i naporu”, gdzie młodzież często kontestuje pozycję i rolę dorosłych, to mimo wszystko chce widzieć w nich wzór do naśladowania. Nie można tego nie doceniać i nie zauważać. Według Szymańskiej dzieci obserwują i kopią zachowania osób znaczących. Najbardziej efektywnymi modelami są opiekuńcze osoby dorosłe o wysokim statusie, które dysponują możliwością nagradzania. Rodzice i nauczyciele spełniają te kryteria, są więc najważniejszymi modelami programującymi zachowania dzieci i młodzieży [7]. Jednocześnie tylko nieco ponad 1/3 badanej młodzieży uważa spotkania z nauczycielami i psychologami za skuteczne, a jeszcze mniej (28,59%) uważa, że skuteczne będzie zachęcanie rodziców do

rozmów z dziećmi na temat palenia papierosów. Może wynikać to z doświadczeń młodzieży, która spotkała się już z takimi działaniami jednak w formie moralizatorskiej, czyli całkowicie nieskutecznej z punktu widzenia efektywności. Ponownie można odwołać się do Szymańskiej [7], że młodzież obserwuje i kopiuje zachowania dorosłych, a nie słucha tego, co dorośli im nakazują. Zaskakuje niskie wskazywanie (32,36%) przez młodzież na zaproszenie osoby, która „rzuciła” palenie papierosów. Wydawać by się mogło, że nie ma nic skuteczniejszego niż przykład osoby, która „sama to przeszła”. Ponownie pojawia się pytanie czy młodzież nie kojarzy takiego działania z moralizatorskimi formami oddziaływania? Respondenci wskazują natomiast dość często, że skuteczne będzie ich zdaniem stosowanie ostrych zakazów palenia papierosów, częściej chłopcy (53,34%), niż dziewczęta (46,09%) oraz podniesienie ceny papierosów, tym razem tylko dziewczęta (50,31%), chłopcy natomiast w mniejszym stopniu (37,84%). Kaleta i wsp. (2012) przytaczają wyniki badań przeprowadzonych wśród nauczycieli wybranych szkół łódzkich, z których wynika, że ok. 45% badanych twierdziło, że zdarzają się przypadki łamania przez nauczycieli zakazu palenia tytoniu na terenie szkoły i aż 76,00% wskazywało, iż uczniowie łamią ten zakaz [8]. Może to być przejaw nieskutecznie realizowanego prawa, w tak ważnym miejscu, jakim jest szkoła. A młodzież wyraźnie wskazuje, że ich zdaniem taki zakaz byłby metodą skuteczną. Należy go jednak egzekwować, aby skuteczność ta mogła zaistnieć. W tym samym badaniu [8] blisko 1/3 nauczycieli wskazywała, że jest przeciwna podnoszeniu podatku na wyroby tytoniowe. Tymczasem demarketing cenowy jest uznaną, efektywną metodą profilaktyki rozpoczynania palenia papierosów i jednocześnie jednym ze skuteczniejszych elementów polityki antytytoniowej, szczególnie wobec osób małoletnich [9].

Mając na uwadze wyniki różnych obserwacji, świadczące o tym, że zapobieganie paleniu papierosów odgrywa bardzo istotną rolę w przeciwdziałaniu innym formom uzależnień, należy robić wszystko, aby stosować różnorodne działania opóźniające rozpoczęcie palenia tytoniu wśród młodych ludzi. Tymczasem Juszcak i wsp. sygnalizują, że dla rodziców największym zagrożeniem w szkole nie jest nikotynizm (12,50%), tylko narkomania (80,00%) [10].

W zapobieganiu palenia tytoniu można wyróżnić pewien określony schemat w rozwoju zjawiska używania substancji psychoaktywnych. Bierze on



początek w pierwszych doświadczeniach młodych ludzi ze środkami uzależniającymi. Opierając się na tym powszechnie uznanym schemacie, można by zalecać prowadzenie działań zapobiegawczych mających na celu odsunięcie w czasie, tak daleko jak jest to tylko możliwe, pierwszych doświadczeń z paleniem tytoniu [11]. Nie istnieje jedno podejście prewencyjne, które mogłoby okazać się skuteczne we wszystkich przypadkach i w odniesieniu do wszystkich grup społecznych. Młodzi ludzie stosunkowo wcześniej zaczynają palić papierosy. Wiek, w którym młodzież zaczyna palić papierosy zależy z jednej strony od roli, jaką spełnia ich używanie, a z drugiej - od oczekiwań w nich pokładanych. Motywacją do palenia jest przykład znajomych czy rówieśników. Palenie staje się czynnością towarzyską, rytuałem, który faktycznie zniewala, chociaż pierwotnie służył przypodobaniu się grupie. To wszystko należy uwzględnić przy opracowywaniu programów prewencyjnych i ewaluacji ich wyników. Dobre programy prewencyjne koncentrują się na dotarciu do młodych ludzi najpóźniej na początku okresu dojrzewania. Wśród elementów składowych takiego programu powinny znaleźć się działania, które skupiają się przede wszystkim na umiejętnościach społecznych, zdolności do przeciwstawiania się presji społecznej, zwiększenia skuteczności własnego działania oraz na przekazywaniu wiedzy na temat negatywnych skutkach palenia. Programy te powinny być wielokrotnie powtarzane, wzmocniane także działaniami w innych obszarach niż szkoła.

## Wnioski

- Większość młodzieży uważa, że działania szkoły w sferze profilaktyki antytytoniowej nie są wystarczające lub w ogóle nie pamięta takich działań.

- W edukacji antytytoniowej badani gimnazjaliści najczęściej zapamiętali działania związane z graficznymi formami edukacji antytytoniowej. Jednocześnie młodzież nie uczestniczy w aktywnych formach edukacji antytytoniowej, w niewielkim stopniu angażuje się uczniów w przeprowadzanie konkursów plastycznych i happeningów, które pozwalają na wchodzenie w rolę, wyrażenie własnych postawy wobec zjawiska palenia tytoniu, kształtowanie relacji interpersonalnych i nabywanie doświadczeń.
- W opinii młodzieży najskuteczniejszą formą profilaktyki palenia papierosów przez młodzież jest dawanie dobrego przykładu przez osoby dorosłe (znaczące).
- Dziewczęta częściej niż chłopcy pamiętają działania szkoły dotyczące profilaktyki palenia papierosów, a także częściej niż chłopcy wskazują na działania „miękkie” (w których nawiązywane są relacje międzyludzkie, jak programy edukacyjne, rozmowy z nauczycielem, psychologiem, z byłym palaczem) - jako skuteczne w prewencji. Chłopcy natomiast częściej wskazują na działania radykalne (ostre zakazy).

## Konflikt interesów /Conflic tof interest

Brak/None

Adres do korespondencji:

✉ Marzena Krysa

Zakład Promocji Zdrowia, Wydział Nauk o Zdrowiu  
ul. Bartla 5; 51-618 Wrocław

☎ (+48 71) 784 18 35

✉ marzena.krysa@umed.wroc.pl

## Piśmiennictwo

- Staćzyk J. Wpływ palenia tytoniu na stan zdrowia dzieci i młodzieży, <http://uzaleznienia.mp.pl/tyton/artykuly/html> 4.02.2013.
- Szyborski J., Zatoński W., Juczyński Z i wsp. Znajdź właściwe rozwiązanie. Program profilaktyki palenia tytoniu dla uczniów starszych klas szkoły podstawowej i gimnazjum. Wydanie II. Warszawa: GIS; 2009.
- Kanicka M, Szpak A. Rozpowszechnienie i uwarunkowania palenia tytoniu wśród uczniów kończących białostockie gimnazja. *Probl Hig Epidemiol.* 2011;92(1):146-9.
- Kowalewska A, Mazur J, Woynarowska B. Charakterystyka wybranych czynników psychospołecznych u 15-latków, którzy palą tytoń i rzucili palenie. *Przegl Lek.* 2007;64(10):747-51.
- Woynarowska B. (red.) Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów szkół i nauczycieli gimnazjum. Warszawa: ORE; 2012. s. 42-50.

6. Kowalska A, Stelmach W, Rzeźnicki J, Krakowiak J. Ocena skuteczności metod graficznych przez studentów w promowaniu stylu życia bez dymu tytoniowego. *Przegl Lek.* 2011;68(10):929 -32.
7. Szymańska J. Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki. Warszawa: ORE; 2012. s. 50.
8. Kaleta D, Polanska K, Dziańkowska-Zaborczyk E. Opinie i postawy nauczycieli wobec zakazu palenia w miejscach publicznych *Przegl. Lek.* 2012 / 69 / 10: 983-6.
9. Jacennik B. Strategie dla zdrowia. Kształtowanie zachowań zdrowotnych poprzez środowisko. Warszawa; 2008. s. 90
10. Juszcak K, Gawłowicz K, Jachimowicz V. Palenie tytoniu przez nieletnich a postawy rodziców wobec tego zjawiska. *Przegl Lek* .2012;69(10)861-2.
11. Podręcznik Prewencji. Alkohol, narkotyki, tytoń. Warszawa: Biuro ds. Narkomanii; 1999.