MINISTERSTVO ŠKOLSTVA, VÝSKUMU, VÝVOJA A MLÁDEŽE SLOVENSKEJ REPUBLIKY

CENTRUM VEDECKO-TECHNICKÝCH INFORMÁCIÍ SR

Skúsenosti žiakov základných a stredných škôl s rizikovým správaním a prevenciou

Záverečná správa z výskumu

Mgr. Mária Janková

Bratislava 2026

EVIDENČNÝ LIST REALIZAČNÉHO VÝSTUPU

Identifikačné údaje

1. **Sídlo:** Centrum-vedecko technických informácií SR, Lamačská cesta 8A, 811 04 Bratislava

2. **Riešiteľské pracovisko:** Oddelenie výskumu a analýz
pracovisko: Staré grunty 52, 842 44 Bratislava

3. **Názov realizačného výstupu:** Skúsenosti žiakov základných a stredných škôl s rizikovým správaním a prevenciou

4. **Zodpovedná riešiteľka:** Mgr. Mária Janková

5. **Matematicko-štatistické spracovanie:** Mgr. Mária Janková

6. **Termín ukončenia:** jún 2026

Obsah

Zoznam tabuliek 4
Zoznam grafov 4
Použité skratky a symboly 5
Úvod 6
1. Metodológia 7
1.1 Ciele výskumu 7
1.2 Metódy a techniky výskumu 7
1.3 Výber výskumnej vzorky 8
1.4 Matematicko-štatistické spracovanie 10
1.5 Priebeh realizácie výskumu 10
2. Interpretácia výsledkov výskumu 11
2.1 Rodinné prostredie a vzťahy k rovesníkom 11
2.1.1 Typ rodiny 11
2.1.2 Vzťahy v rodine 13
2.1.3 Vzťahy k rovesníkom 17
2.2 Osobné skúsenosti žiakov s rizikovým správaním 21
2.2.1 Skúsenosti žiakov s násilím, šikanovaním a ohrozujúcimi situáciami 21
2.2.2 Skúsenosti žiakov s psychicky a zdravotne rizikovým správaním 24
2.2.3 Skúsenosti žiakov s užívaním návykových látok a rizikovým životným štýlom 25
2.2.4 Záškoláctvo a porušovanie sociálnych a právnych noriem 27
2.2.5 Kumulácia skúseností s rizikovým správaním 29
2.3 Zvládanie rizikových situácií, rozhodovanie a vyhľadávanie pomoci 30
2.3.1 Postoje žiakov k rovesníckemu tlaku a rozhodovanie v rizikových situáciách 31
2.3.2 Spôsoby riešenia problémových a ohrozujúcich situácií 33
2.3.3 Vyhľadávanie pomoci a preferované zdroje podpory 35
2.4 Preventívne aktivity v školskom prostredí 39
2.4.1 Tematické zameranie preventívnych aktivít 39
2.4.2 Realizátori preventívnych aktivít 43
2.4.3 Formy realizácie preventívnych aktivít 45
Zhrnutie a odporúčania 48
Literatúra 53

Zoznam tabuliek

Tabuľka 1: Charakteristika výskumnej vzorky (N =2 402) 9
Tabuľka 2: Súvislosti medzi kvalitou rodinných vzťahov a komunikáciou v rodine (v %).....16
Tabuľka 3: Identifikované rizikové skupiny v oblasti rovesníckych vzťahoch (v %) 21
Tabuľka 4: Rozdiely v psychicky a zdravotne rizikovom správaní podľa pohlavia, veľkosti bydliska a kraja (v %) 25
Tabuľka 5: Kumulácia skúseností s rizikovým správaním podľa pohlavia a veku (v %) 30
Tabuľka 6: Vybrané spôsoby riešenia problémových a ohrozujúcich situácií podľa pohlavia, veku a typu školy (v %).....34
Tabuľka 7: Hodnotenie výsledku riešenia problémovej situácie podľa pohlavia, veku a typu školy (v %).....36
Tabuľka 8: Vybrané preferované formy podpory podľa pohlavia, veku a typu školy (v %) ...38
Tabuľka 9: Tematické zameranie preventívnych aktivít, ktorým sa školy podľa žiakov venovali (v %).....40
Tabuľka 10: Vybrané preventívne témy, ktorým sa školy podľa žiakov venovali, podľa pohlavia, veku a typu školy (v %) 40
Tabuľka 11: Vybrané preventívne témy, ktorým by sa žiaci chceli viac venovať, podľa pohlavia, veku a typu školy (v %) 43
Tabuľka 12: Vybraní realizátori preventívnych aktivít podľa veku, typu školy a veľkosti bydliska (v %).....44
Tabuľka 13: Vybrané formy realizácie preventívnych aktivít podľa veku, typu školy a veľkosti bydliska (v %).....47

Zoznam grafov

Graf 1: Typ rodinného prostredia žiakov ZŠ a SŠ (v %).....12
Graf 2: Typ rodinného prostredia podľa veľkosti bydliska (v %).....12
Graf 3: Hodnotenie kvality vzťahov medzi žiakmi a rodičmi (v %) 13
Graf 4: Možnosť komunikovať s rodičmi o problémoch (v %).....15
Graf 5: Hodnotenie kvality vzťahov žiakov so súrodencami (v %) 16
Graf 6: Existencia blízkeho rovesníckeho vzťahu u žiakov (v %) 17
Graf 7: Typ rovesníckej skupiny (v %).....18
Graf 8: Čas trávený s kamarátmi mimo školy (v %).....19
Graf 9: Hodnotenie vzťahov k spolužiakom (v %) 20
Graf 10: Výskyt šikanovania a kyberšikanovania medzi žiakmi (v %).....22
Graf 11: Skúsenosti žiakov s fyzickými konfliktami (v %) 22
Graf 12: Zapojenie žiakov do nebezpečných online výziev a sexuálne obťažovanie (v %)...23
Graf 13: Opakované skúsenosti (niekoľkokrát do mesiaca a častejšie) s násilím a ohrozujúcimi situáciami (v %) 23
Graf 14: Výskyt psychicky a zdravotne rizikového správania medzi žiakmi (v %).....24
Graf 15: Výskyt návykových látok a rizikového životného štýlu medzi žiakmi (v %).....26
Graf 16: Užívanie alkoholu a nikotínových výrobkov podľa veku (opakované skúsenosti, v %) 26
Graf 17: Hranie hazardných hier podľa pohlavia (v %).....27
Graf 18: Skúsenosti žiakov so záškoláctvom a porušovaním sociálnych noriem (v %).....27
Graf 19: Záškoláctvo podľa veku (aspoň raz počas šk. roka, v %).....28
Graf 20: Kumulácia skúseností s rizikovým správaním medzi žiakmi (v %).....29
Graf 21: Postoje žiakov k nahováraniu na nevhodné alebo zakázané správanie (v %) 31
Graf 22: Jednoznačné odmietnutie rizikového správania podľa pohlavia („určite by to odmietol/a“, v %) 32
Graf 23: Spôsoby riešenia problémových a ohrozujúcich situácií medzi žiakmi, ktorí sa stali obeťou násilia, šikanovania alebo iného problému (v %).....33

Graf 24: Hodnotenie výsledku riešenia problémovej situácie medzi žiakmi, ktorí o probléme niekomu povedali alebo ho vedeli posúdiť (v %).....35
Graf 25: Preferované formy podpory pri riešení problémov v škole alebo v osobnom živote (v %).....37
Graf 26: Tematické oblasti prevencie, ktorým by sa žiaci chceli viac venovať v budúcnosti (v %).....42
Graf 27: Realizátori preventívnych aktivít podľa žiakov (v %).....44
Graf 28: Formy realizácie preventívnych aktivít podľa žiakov (v %).....46

Použité skratky a symboly

N	počet respondentov, odpovedí
p. b.	percentuálne body
BA	Bratislavský kraj
TT	Trnavský kraj
TN	Trenčiansky kraj
NR	Nitriansky kraj
ZA	Žilinský kraj
BB	Banskobystrický kraj
PO	Prešovský kraj
KE	Košický kraj
SŠ	stredná škola
SOŠ	stredná odborná škola
GYM	gymnázium
ZŠ	základná škola
ŠPT	školský podporný tím
CPP	centrum poradenstva a prevencie
ŠVVP	špeciálne výchovno-vzdelávacie potreby
GDPR	Všeobecné nariadenie o ochrane údajov, angl. General Data Protection Regulation
IT	informačné technológie

*Z dôvodu čitateľnosti sa ďalej v dokumente bude využívať generické maskulínum, ktoré však zahŕňa ľudí všetkých rodov.

Úvod

Rizikové správanie detí a mládeže predstavuje dlhodobo významnú spoločenskú aj odbornú tému, keďže jeho výskyt úzko súvisí s fyzickým a psychickým zdravím žiakov, ich školským fungovaním, medziľudskými vzťahmi a celkovým psychosociálnym vývinom. Medzi najčastejšie formy rizikového správania patria šikanovanie, kyberšikanovanie, užívanie návykových látok, záškoláctvo, agresívne správanie, poruchy príjmu potravy či sebapoškodzovanie. V uplynulých rokoch sa navyše objavujú nové typy rizík, najmä v online priestore – nebezpečné internetové výzvy, toxické porovnávanie, nadmerný kontakt so sociálnymi sieťami či online forma sexuálneho obťažovania. Tieto javy zasahujú čoraz mladšie vekové skupiny a ovplyvňujú každodenný život žiakov (napr. EU Kids Online; WHO – Health Behaviour in School-Aged Children).

Dôležitosť tejto problematiky podčiarkuje aj školský a spoločenský kontext. Školy sú miestom, kde sa žiaci stretávajú s rovesníkmi, učiteľmi a rôznymi záťažovými situáciami, a preto zohrávajú kľúčovú úlohu v identifikácii, prevencii a riešení rizikového správania. Súčasne sa spoločnosť potýka s dynamickými zmenami v správaní detí a mladých ľudí – pribúda psychická záťaž, zvyšuje sa intenzita online komunikácie a narastá tlak na výkon (OECD, 2023). Preto je dôležité pravidelne sledovať aktuálnu situáciu, identifikovať nové trendy a prispôsobovať preventívne aktivity potrebám žiakov.

Realizácia tohto výskumu vyplýva zo Stratégie prevencie kriminality a inej protispoločenskej činnosti v Slovenskej republike do roku 2028, ktorá zdôrazňuje význam monitorovania rizikového správania detí a mládeže, rozvoja preventívnych aktivít a zlepšovania spolupráce medzi školami, rodinou a odbornými inštitúciami. Potreba aktuálnych dát je obzvlášť naliehavá vzhľadom na rastúcu zložitosť problémov, s ktorými sa žiaci stretávajú, i vzhľadom na nové digitálne riziká, ktoré sa v predchádzajúcich generáciách nevyskytovali alebo mali úplne inú podobu.

Očakávaným prínosom tejto správy je poskytnúť školám, podporným tímom, rodičom a odborníkom ucelený prehľad o tom, akým problémom žiaci čelia, aké rizikové správanie je medzi nimi najčastejšie, komu sa v prípade problémov zverujú a akú podporu by potrebovali. Výsledky môžu pomôcť pri nastavovaní efektívnej prevencie, posilňovaní vzťahov v škole, zlepšovaní dostupnosti psychologickej a poradenskej pomoci a pri vytváraní bezpečnejšieho a podporujúceho školského prostredia.

Dotazník použitý vo výskume sa zameriava na viacero oblastí: celkovú školskú klímu, vzťahy so spolužiakmi a učiteľmi, rodinné prostredie a rovesnícke vzťahy, voľnočasové aktivity, osobné skúsenosti s rôznymi formami rizikového správania, spôsoby riešenia problémov, dostupnú podporu a preventívne aktivity školy. Takto široko koncipovaný nástroj umožňuje zachytiť nielen samotné prejavy rizikového správania, ale aj ich sociálne, rodinné a školské kontexty.

Výskum bol realizovaný na reprezentatívnej vzorke žiakov základných škôl (7.–9. ročník) a stredných škôl (1.–3. ročník), čo umožňuje porovnať situáciu medzi žiakmi rôzneho veku a typov škôl. Reprezentatívnosť vzorky zabezpečuje, že závery výskumu reflektujú skutočnú situáciu na Slovensku a môžu byť spoľahlivým podkladom pre preventívne, poradenské aj strategické opatrenia.

1. Metodológia

1.1 Ciele výskumu

Hlavným cieľom výskumu bolo komplexne zmapovať skúsenosti žiakov základných a stredných škôl s rôznymi formami rizikového správania, ako aj ich potreby v oblasti prevencie a podpory. Výskum sa zameriaval na sociálne, rodinné a školské faktory, ktoré môžu ovplyvňovať správanie žiakov, ich prežívanie a spôsoby riešenia problémových situácií. Na základe týchto východísk boli stanovené nasledovné špecifické ciele:

- Identifikovať výskyt rôznych foriem rizikového správania medzi žiakmi základných a stredných škôl. Cieľom bolo zistiť, s akou frekvenciou sa u žiakov vyskytujú javy ako šikanovanie, kyberšikanovanie, užívanie návykových látok, záškoláctvo, sebapoškodzovanie, poruchy príjmu potravy, nebezpečné online výzvy, agresívne správanie či ďalšie formy nežiaducich činností.
- Preskúmať rodinné prostredie, vzťahy s rovesníkmi a ich súvis s rizikovým správaním. Výskum sledoval typ rodiny, kvalitu vzťahov s rodičmi a súrodencami, mieru komunikácie v rodine, ako aj charakter rovesníckych vzťahov – existenciu blízkeho kamaráta, prítomnosť rovesníckej partie či kvalitu atmosféry v triede. Cieľom bolo identifikovať, ktoré z týchto faktorov môžu pôsobiť ako ochranné alebo rizikové.
- Zistiť, ako žiaci riešia problémy a komu sa zdôverujú. Dôležitou súčasťou výskumu bolo porozumieť tomu, aké kroky žiaci podnikajú v prípade, že sa stanú obeťou šikanovania, kyberšikanovania alebo inej formy rizikového správania. Sledovalo sa, na koho sa obracajú o pomoc, aké bariéry im bránia vyhľadať podporu a či sa problémy po nahlásení riešia efektívne.
- Zmapovať preventívne aktivity škôl a ich vnímanie žiakmi. Cieľom bolo preskúmať, ktorým preventívnym témam sa školy venujú, akým spôsobom ich realizujú, kto ich vedie a do akej miery ich žiaci považujú za užitočné či nedostatočné. Analýza mala poukázať na silné stránky aj medzery školských preventívnych systémov.
- Identifikovať potreby žiakov v oblasti podpory a pomoci. Výskum sledoval, aké formy podpory žiaci postrádajú – či už zo strany učiteľov, spolužiakov, školských psychológov, rodičov alebo externých odborníkov. Cieľom bolo definovať priority žiakov v oblasti duševného zdravia, prevencie a poradenstva, aby bolo možné navrhnúť adekvátne opatrenia.

1.2 Metódy a techniky výskumu

Výskum bol realizovaný formou kvantitatívneho dotazníkového prieskumu, ktorý je vhodný najmä na získavanie rozsiahlych a porovnateľných údajov od veľkého počtu respondentov. Tento typ výskumu umožňuje systematicky zisťovať frekvenciu javov, porovnávať jednotlivé skupiny žiakov a identifikovať súvislosti medzi sledovanými premennými. V kontexte skúmania rizikového správania predstavuje kvantitatívny prístup efektívny spôsob, ako zachytiť výskyt a štruktúru jednotlivých foriem správania, ako aj ich prepojenie na rodinné, školské a rovesnícke faktory.

Použitou technikou bol anonymný, sebahodnotiaci dotazník, ktorý bol žiakom distribuovaný v školskom prostredí. Dotazník bol vyplňovaný on-line formou, čo zvyšovalo komfort, rýchlosť a štandardizáciu zberu údajov. Zároveň bola žiakom garantovaná anonymita a dobrovoľnosť účasti, čo je nevyhnutné pri témach, ktoré sa týkajú citlivých oblastí, ako sú šikanovanie, záškoláctvo, užívanie návykových látok či psychické problémy. Túto skutočnosť žiakom komunikovali priamo anketári (organizátori zberu), ktorí pôsobili ako osoby zabezpečujúce zber dát.

Dotazník mal kombinovanú štruktúru položiek, ktorá umožnila zachytiť široké spektrum informácií:

- uzavreté otázky (výber jednej alebo viacerých možností),
- škálové položky typu Likert (päťstupňové škály frekvencie, súhlasu alebo hodnotenia),
- otvorené doplňujúce položky pre prípadné vlastné odpovede respondentov.

Takýto typ konštrukcie dotazníka umožnil jednak kvantifikovať základné ukazovatele, ale aj zachytiť doplnkové kvalitatívne informácie tam, kde to bolo relevantné (napr. popis situácií, v ktorých sa žiak necítil bezpečne, alebo doplnenie iných možností správania či potrieb).

Výskumný zber dát realizovala externá agentúra, ktorá podľa predloženého záznamu oslovila 135 vyškolených anketárov rozmiestnených vo všetkých krajoch Slovenskej republiky. Títo anketári pôsobili prevažne v školskom prostredí a boli zodpovední za organizáciu zberu dát, vysvetlenie účelu výskumu a dohľad nad vyplňovaním dotazníka. Samotný zber prebiehal od 22. septembra 2025 do 22. októbra 2025 v IT učebniach škôl. Respondenti boli pred vyplnením informovaní o anonymite, dobrovoľnosti a výskumnom účele projektu.

Celkovo sa do zberu zapojilo 129 zberných miest po celom Slovensku, pričom odmietnutie účasti bolo relatívne nízke. Vyplnených bolo 2 402 dotazníkov, čo podľa informácie agentúry predstavuje približne 95 % návratnosť z pripraveného výberového rámca. Tento rozsah a kvalita dát potvrdzujú vhodnosť zvolenej metódy pre masový zber údajov u žiakov a umožňujú formulovať robustné a reprezentatívne závery na úrovni žiakov základných aj stredných škôl.

Výber metódy anonymného dotazníkového prieskumu bol preto pre tento výskum optimálny, keďže umožnil efektívne a spoľahlivo získať veľké množstvo údajov o správaní, postojoch a skúsenostiach žiakov v oblastiach, ktoré by pri iných metódach (napr. rozhovor, skupinová diskusia) mohli byť zaťažené vyššou mierou ostychu alebo skreslenia odpovedí.

1.3 Výber výskumnej vzorky

Výber výskumnej vzorky bol realizovaný s cieľom zabezpečiť reprezentatívne zastúpenie žiakov základných a stredných škôl v rámci všetkých krajov Slovenskej republiky. Výskum bol určený pre žiakov VII., VIII. a IX. ročníka základných škôl a žiakov 1., 2. a 3. ročníka stredných odborných škôl a gymnázií, čím pokrýva kľúčové vekové obdobie staršieho školského veku a adolescencie, ktoré je z hľadiska rizikového správania mimoriadne dôležité.

Na realizáciu zberu údajov bola oslovovaná skupina 135 vyškolených anketárov, pričom ich zastúpenie bolo vopred rovnomerne rozdelené medzi jednotlivé kraje Slovenskej republiky. Anketári boli prevažne pedagógovia a pedagogickí asistenti pôsobiaci na ZŠ, SŠ a gymnáziách, čo umožnilo zabezpečiť kvalitnú organizáciu a odborné vysvetlenie účelu výskumu priamo v školskom prostredí. Z technických alebo zdravotných dôvodov odmietlo spoluprácu len malé percento pôvodne oslovených anketárov.

Do samotného zberu dát sa zapojilo 129 zberných miest z celého Slovenska, čo poukazuje na široký geografický záber výskumu. Odmietnutie účasti bolo zaznamenané iba v 131 prípadoch, čo pri celkovej pripravenosti výberu predstavuje veľmi nízku mieru odmietnutia. Vyplnených bolo 2 402 dotazníkov, čo zodpovedá približne 95 % návratnosti, a potvrdzuje tak motiváciu žiakov a zrozumiteľnosť zvoleného spôsobu zberu dát.

Stručná štruktúra výberového súboru podľa pohlavia, veku, ročníka, typu školy, veľkosti bydliska a kraja je uvedená v **Tabuľke 1**, ktorá poskytuje prehľadné zhrnutie kľúčových charakteristík vzorky.

Tabuľka 1: Charakteristika výskumnej vzorky (N =2 402)

Znak	N	%
Pohlavie		
Chlapec	1162	48,8
Dievča	1220	51,2
Vek		
12 rokov	212	8,9
13 rokov	422	17,7
14 rokov	394	16,5
15 rokov	460	19,3
16 rokov	401	16,8
17 rokov	395	16,6
18 rokov	98	4,1
Typ navštevovanej školy		
Základná škola	1121	47,1
Gymnázium	731	30,7
Stredná odborná škola	528	22,2
Ročník štúdia		
7. ročník	383	16,1
8. ročník	489	20,5
9. ročník	269	11,3
1. ročník	419	17,6
2. ročník	455	19,1
3. ročník	370	15,5
Veľkosť bydliska		
Do 5 000 obyvateľov	1013	42,6
5 001 – 20 000 obyvateľov	513	21,6
20 001 – 100 000 obyvateľov	577	24,3
Nad 100 000 obyvateľov	273	11,5
Kraj		
Bratislavský	324	13,6
Trnavský	319	13,4
Trenčiansky	241	10,1
Nitriansky	331	13,9
Žilinský	301	12,7
Banskobystrický	313	13,2
Prešovský	292	12,3
Košický	258	10,8

Poznámka: Dopočet do 2 402 (100 %) tvoria chýbajúce odpovede (Missing Values).

1.4 Matematicko-štatistické spracovanie

Na spracovanie zozbieraných údajov boli použité štandardné postupy kvantitatívnej analýzy, ktoré umožnili získať prehľad o výskyte sledovaných javov, porovnať jednotlivé skupiny respondentov a identifikovať súvislosti medzi vybranými premennými. Primárne sa uplatnila deskriptívna štatistika, ktorá poskytla základný obraz o odpovediach žiakov vo všetkých tematických oblastiach dotazníka.

V rámci deskriptívnej analýzy boli vypočítané frekvencie a percentuálne podiely, ktoré umožnili popísať zastúpenie jednotlivých odpovedí a výskyt sledovaných foriem rizikového správania, vzťahov, skúseností s pomocou a preventívnych aktivít. Pri otázkach s možnosťou viacnásobnej odpovede boli využité aj postupy pre analýzu otázok s možnosťou viacnásobnej odpovede, ktoré umožnili zachytiť podiel respondentov uvádzajúcich jednotlivé možnosti odpovede.

S cieľom porovnať jednotlivé skupiny žiakov boli realizované komparatívne analýzy podľa vybraných sociodemografických a kontextových znakov. Porovnania sa uskutočnili najmä podľa pohlavia, veku, typu školy, veľkosti bydliska, kraja a pri vybraných témach aj podľa typu rodinného prostredia. Tieto analýzy umožnili identifikovať rozdiely vo výskyte rizikového správania, v skúsenostiach žiakov, v postojoch k rizikovým situáciám, vo vyhľadávaní pomoci aj v oblasti školskej prevencie.

Na identifikáciu súvislostí medzi premennými boli použité kontingenčné tabuľky a testovanie štatistickej významnosti prostredníctvom chí-kvadrát testu nezávislosti. Pri interpretácii rozdielov a súvislostí boli pri vybraných analýzach zohľadnené aj ukazovatele sily vzťahu, najmä koeficient Cramerovo V. Tieto postupy umožnili podrobnejšie posúdiť, či zistené rozdiely medzi skupinami alebo vzťahy medzi premennými presahujú rámec náhodných odchýlok.

Na spracovanie a analýzu údajov bol použitý štatistický a analytický softvér SPSS, ktorý poskytol dostatočnú podporu pre deskriptívne, komparatívne a inferenčné analytické postupy využité v tejto správe.

1.5 Priebeh realizácie výskumu

Zber údajov prebiehal v období od 22. septembra 2025 do 22. októbra 2025. Výskum bol realizovaný v školskom prostredí, čo umožnilo efektívne osloviť žiakov rôznych ročníkov a zabezpečiť vysokú návratnosť dotazníkov. Administrácia prebiehala online formou, najčastejšie v počítačových učebniach alebo na školských zariadeniach, ktoré mali žiaci k dispozícii počas vyučovania.

Zber dát realizovali vyškolení anketári, prevažne pedagógovia a pedagogickí asistenti pôsobiaci na základných a stredných školách. Ich úlohou bolo zabezpečiť technickú podporu pri administrácii dotazníkov, koordinovať vyplňovanie v jednotlivých triedach a poskytnúť žiakom základné informácie o účele výskumu. Pri samotnom vyplňovaní dotazníka však nezasahovali do odpovedí žiakov, čím bola zachovaná objektivita zberu dát.

Pred začiatkom administrácie boli žiaci jasne informovaní o anonymite a dobrovoľnosti účasti vo výskume. Bolo zdôraznené, že dotazník neobsahuje žiadne identifikačné údaje, že ich odpovede nebudú spätne priraditeľné ku konkrétnej osobe a že môžu kedykoľvek odmietnuť odpovedať na ktorúkoľvek otázku. Tieto kroky sú obzvlášť dôležité pri témach, ktoré môžu byť citlivé alebo osobné.

Po ukončení zberu dát prebehla kontrola správnosti a úplnosti údajov, ktorá zahŕňala odstránenie technických chýb, duplicitných záznamov a nerelevantných alebo neúplných dotazníkov. Následne bolo vykonané čistenie dát, ktoré pozostávalo z identifikácie extrémnych alebo nelogických odpovedí, úpravy formátovania premenných a prípravy databázy na štatistické spracovanie v rámci analytického softvéru SPSS.

Takto realizovaný zber dát poskytol spoľahlivý a kvalitný súbor informácií, ktorý tvorí základ pre ďalšiu analýzu a interpretáciu výsledkov výskumu.

2. Interpretácia výsledkov výskumu

V tejto kapitole sú prezentované a interpretované výsledky kvantitatívneho výskumu realizovaného medzi žiakmi základných a stredných škôl na Slovensku. Analýza sa opiera o údaje získané prostredníctvom anonymného online dotazníka a poskytuje komplexný obraz o rodinnom zázemí žiakov, ich rovesníckych vzťahoch, skúsenostiach s rôznymi formami rizikového správania, spôsoboch riešenia problémov a o ich potrebách v oblasti podpory a prevencie.

Výsledky sú štruktúrované podľa hlavných tematických okruhov dotazníka a prezentované tak, aby zrozumiteľne ukázali nielen frekvenciu jednotlivých javov, ale aj ich kontext a súvislosti. Pozornosť je venovaná rozdielom medzi žiakmi základných a stredných škôl, rodovým a vekovým rozdielom, ako aj faktorom rodinného a školského prostredia, ktoré môžu pôsobiť ako rizikové alebo ochranné.

Interpretácia výsledkov nadväzuje na ciele výskumu a zameriava sa najmä na to, čo dáta vypovedajú o aktuálnej situácii žiakov, o ich prežívaní a správaní, ako aj o tom, aké výzvy stoja pred školami, odborníkmi a tvorcami preventívnych opatrení. Táto kapitola predstavuje kľúčovú analytickú časť správy a tvorí základ pre formuláciu odporúčaní uvedených v závere dokumentu.

2.1 Rodinné prostredie a vzťahy k rovesníkom

Rodinné prostredie a rovesnícke vzťahy predstavujú kľúčové sociálne kontexty, v ktorých sa formuje správanie, postoje a psychická pohoda detí a dospievajúcich. Kvalita vzťahov v rodine, stabilita domáceho prostredia, ako aj miera podpory a prijatia zo strany rovesníkov môžu významne ovplyvňovať, či sa žiak dokáže vyrovnávať so záťažovými situáciami adaptívnym spôsobom, alebo sa u neho zvyšuje riziko problémového a rizikového správania. Odborná literatúra dlhodobo poukazuje na to, že práve oslabené rodinné väzby, nedostatočná komunikácia v rodine či sociálna izolácia v rovesníckych skupinách patria medzi významné rizikové faktory vzniku psychosociálnych ťažkostí u detí a mládeže (napr. Bronfenbrenner, 1979; Jessor, 1991).

V období staršieho školského veku a adolescencie nadobúdajú popri rodine čoraz väčší význam aj rovesnícke vzťahy, ktoré môžu plniť ochrannú funkciu v prípade, že poskytujú podporu, pocit spolupatričnosti a prijatia. Zároveň však môžu pôsobiť aj ako rizikový faktor, najmä ak sú spojené so sociálnym tlakom, normalizáciou rizikového správania alebo vylúčením z kolektívu. Vzťahy v triede a celková sociálna klíma školy tak tvoria dôležité pozadie pre porozumenie správaniu žiakov.

Nasledujúca podkapitola sa preto zameriava na analýzu rodinného zázemia žiakov, kvality ich vzťahov s rodičmi a súrodencami, ako aj na charakter ich rovesníckych väzieb. Osobitná pozornosť je venovaná identifikácii skupín žiakov, u ktorých sa môžu kumulovať rizikové faktory, a prepojeniu týchto faktorov s potenciálnou náchylnosťou k rizikovému správaniu.

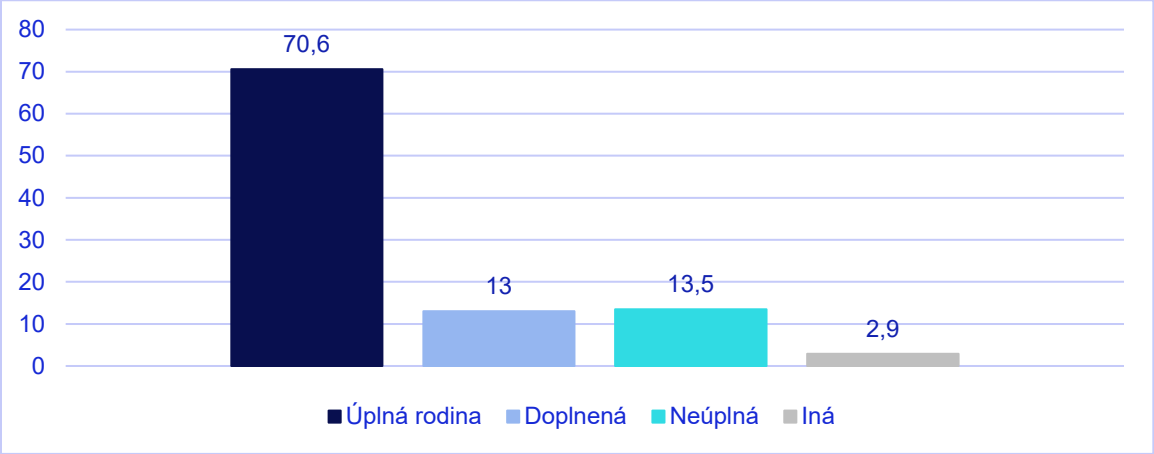
2.1.1 Typ rodiny

Rodinné prostredie predstavuje jeden zo základných sociálnych rámcov, v ktorých prebieha socializácia detí a dospievajúcich. Typ rodiny, v ktorej žiak vyrastá, môže významne ovplyvňovať jeho psychickú pohodu, pocit bezpečia, ako aj zvládanie záťažových situácií. V rámci výskumu bol typ domáceho prostredia zisťovaný prostredníctvom otázky zameranej na zloženie rodiny, v ktorej žiaci žijú.

Výsledky ukazujú, že väčšina respondentov (70,6 %) žije v úplnej rodine, teda s oboma vlastnými rodičmi. Doplnenú (rekonštruovanú) rodinu, v ktorej žijú s jedným vlastným a jedným nevlastným rodičom, uviedlo 13,0 % žiakov, zatiaľ čo 13,5 % respondentov žije v neúplnej rodine, teda len s jedným rodičom. Iný typ rodinného usporiadania (napr. starí rodičia, príbuzní, náhradná starostlivosť) uviedlo 2,9 % žiakov. Zastúpenie jednotlivých typov rodín tak odráža

dlhodobé demografické trendy v slovenskej spoločnosti, kde prevažuje model úplnej rodiny, no zároveň je zreteľný aj podiel žiakov vyrastajúcich v alternatívnych rodinných formách.

Graf 1: Typ rodinného prostredia žiakov ZŠ a SŠ (v %)



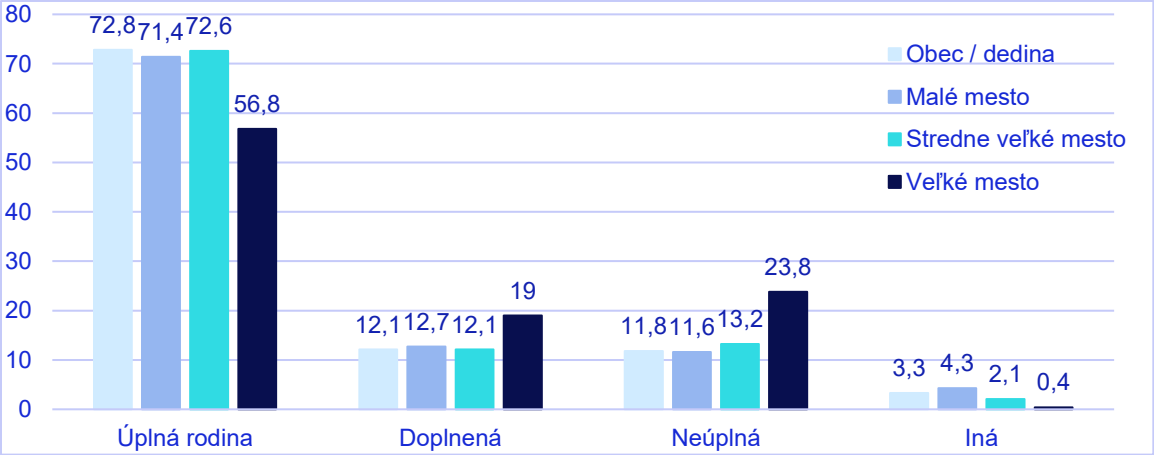
Znenie otázky: Charakterizuj typ tvojho domáceho prostredia. N=2 394

Z hľadiska pohlavia boli zistené štatisticky významné rozdiely v zastúpení jednotlivých typov rodín ($\chi^2 = 9{,}581$; $p = 0{,}022$), avšak s nízkou silou vzťahu (Cramer's V = 0,064). Kým podiel žiakov žijúcich v úplnej a neúplnej rodine bol u chlapcov a dievčat veľmi podobný, rozdiely sa objavili najmä v kategórii „iná rodina“, ktorú častejšie uvádzali dievčatá. Ide však o malú skupinu respondentov, preto je potrebné tieto rozdiely interpretovať opatrne.

Výraznejšie rozdiely sa ukázali pri porovnaní podľa veku žiakov. Analýza potvrdila štatisticky významnú súvislosť medzi vekom a typom rodiny ($\chi^2 = 55{,}296$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,088). Z výsledkov vyplýva, že s rastúcim vekom mierne klesá podiel žiakov žijúcich v úplnej rodine a zároveň narastá zastúpenie doplnenej a neúplnej rodiny. Tento trend môže súvisieť s tým, že rozchody a rozvody rodičov sa často realizujú počas staršieho školského veku detí, pričom ich dôsledky sa výraznejšie prejavujú práve v období adolescencie.

Naopak, typ navštevovanej školy (ZŠ, gymnázium, SOŠ) nepreukázal štatisticky významnú súvislosť s typom rodiny ($p = 0{,}138$). Zastúpenie jednotlivých rodinných typov je teda medzi žiakmi základných škôl, gymnázií a stredných odborných škôl porovnateľné, čo naznačuje, že typ rodinného zázemia nie je výrazným faktorom diferenciácie žiakov podľa typu školy.

Graf 2: Typ rodinného prostredia podľa veľkosti bydliska (v %)



Zaujímavé zistenia priniesla analýza podľa veľkosti bydliska. Medzi typom rodiny a veľkosťou obce alebo mesta bola zistená štatisticky významná súvislosť ($\chi^2 = 53{,}802$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,087). Kým v menších obciach a dedinách prevažuje úplná rodina, vo väčších mestách je vyšší podiel neúplných a doplnených rodín. Tento výsledok korešponduje so zisteniami

predchádzajúcich výskumov, ktoré poukazujú na vyššiu mieru rodinnej diverzity v mestskom prostredí.

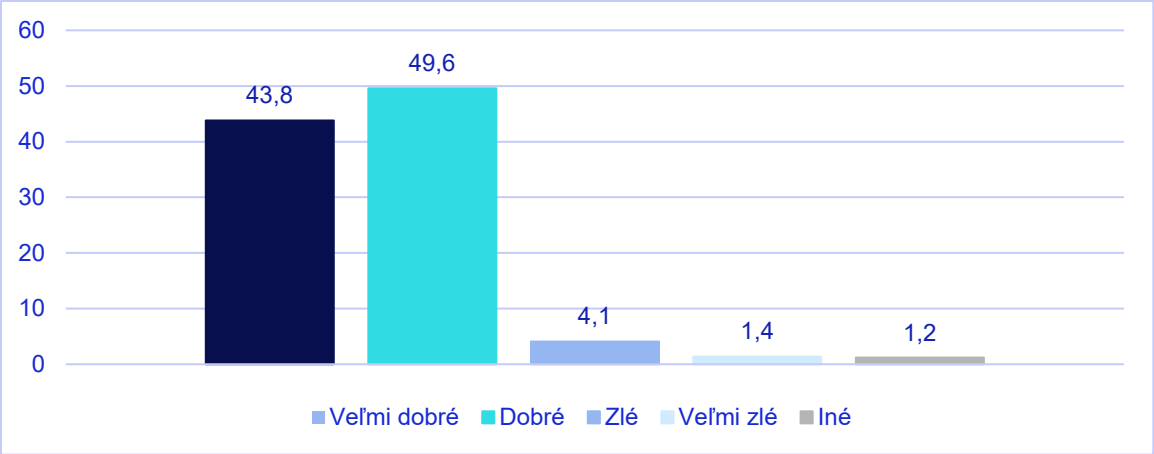
Významné rozdiely boli zaznamenané aj medzi jednotlivými krajmi Slovenskej republiky (χ^2 = 97,354; p < 0,001; Cramer's V = 0,117). Najvyšší podiel úplných rodín bol zaznamenaný v Prešovskom a Žilinskom kraji, zatiaľ čo vyšší podiel neúplných a doplnených rodín sa objavil najmä v Bratislavskom a Banskobystrickom kraji. Regionálne rozdiely poukazujú na vplyv sociálno-ekonomických a kultúrnych faktorov na rodinné usporiadanie.

Z pohľadu odbornej literatúry možno konštatovať, že neúplné a rekonštruované rodiny môžu predstavovať zvýšené riziko psychosociálnych ťažkostí, najmä ak sú sprevádzané konfliktnými vzťahmi, ekonomickou neistotou alebo obmedzenou rodičovskou podporou (napr. Amato, 2005; Jessor, 1991). Zároveň však platí, že samotný typ rodiny nie je determinujúcim faktorom – rozhodujúca je najmä kvalita vzťahov, komunikácia a dostupnosť podpory v rodine. Tieto aspekty budú podrobnejšie analyzované v nasledujúcej podkapitole venovanej vzťahom v rodine.

2.1.2 Vzťahy v rodine

Kvalita vzťahov medzi žiakmi a rodičmi predstavuje jeden z kľúčových ochranných faktorov v oblasti psychosociálneho vývinu detí a dospievajúcich. V rámci výskumu boli respondenti požiadaní, aby subjektívne zhodnotili svoje vzťahy s rodičmi na škále od „veľmi dobré“ po „veľmi zlé“.

Graf 3: Hodnotenie kvality vzťahov medzi žiakmi a rodičmi (v %)



Znenie otázky: Pokús sa zhodnotiť vzťahy medzi tebou a rodičmi.. N=2 392

Výsledky ukazujú, že **prevažná väčšina žiakov vníma svoje vzťahy s rodičmi pozitívne**. Takmer **44 % respondentov uviedlo, že ich vzťahy s rodičmi sú veľmi dobré**, a ďalších **približne 50 % ich označilo ako dobré**, hoci pripustili občasné konflikty. Celkovo teda **viac než deväť z desiatich žiakov (93,4 %) hodnotí svoje vzťahy s rodičmi ako dobré alebo veľmi dobré**, čo poukazuje na relatívne silné rodinné väzby v populácii žiakov základných a stredných škôl. Naopak, **negatívne vzťahy s rodičmi (zlé alebo veľmi zlé)** uviedlo približne **5,5 % žiakov**, pričom **veľmi zlé vzťahy** sa vyskytovali len u **1,4 % respondentov**. Malá časť žiakov (1,2 %) zvolila možnosť „iné“, čo môže naznačovať špecifické alebo ambivalentné rodinné situácie.

Analýza podľa pohlavia preukázala **štatisticky významné rozdiely**, avšak s **nízkou silou vzťahu** (Cramer's V = 0,085). Chlapci o niečo častejšie než dievčatá hodnotili vzťahy s rodičmi ako **veľmi dobré**, zatiaľ čo dievčatá častejšie uvádzali odpoveď **dobré**. Podiel žiakov, ktorí uvádzali zlé alebo veľmi zlé vzťahy, bol u oboch pohlaví porovnateľný. Rozdiely teda naznačujú skôr odlišný spôsob hodnotenia vzťahov než zásadne rozdielnu kvalitu rodinných väzieb medzi chlapcami a dievčatami.

Významné rozdiely sa ukázali pri porovnaní podľa veku respondentov ($p < 0,001$), pričom sila vzťahu bola nízka (Cramer's V = 0,075). Hoci vo všetkých vekových skupinách prevažovali pozitívne hodnotenia, **s rastúcim vekom mierne narastal podiel žiakov, ktorí uvádzali zlé alebo veľmi zlé vzťahy s rodičmi**. Najvyšší podiel negatívnych hodnotení sa objavil u žiakov vo veku **16 a 17 rokov**, čo korešponduje s vývinovými špecifikami obdobia adolescencie, pre ktoré je typické zvýšené napätie vo vzťahoch s autoritami a snaha o autonómiu. Zároveň však aj v týchto vekových skupinách zostával podiel žiakov s výrazne konfliktnými vzťahmi relatívne nízky.

Porovnanie podľa typu navštevovanej školy (ZŠ, gymnázium, stredná odborná škola) **nepreukázalo štatisticky významné rozdiely** v hodnotení vzťahov s rodičmi ($p > 0,05$). Zastúpenie pozitívnych aj negatívnych hodnotení bolo naprieč typmi škôl veľmi podobné, čo naznačuje, že kvalita rodičovsko-detských vzťahov nie je výrazne determinovaná typom vzdelávacej dráhy žiaka.

Naopak, **významné rozdiely boli zistené podľa veľkosti bydliska aj podľa kraja**. Žiaci z **veľkých miest** častejšie uvádzali **veľmi dobré vzťahy s rodičmi**, avšak zároveň sa práve v mestskom prostredí objavoval aj o niečo vyšší podiel žiakov so zhoršenými vzťahmi. V menších mestách a obciach prevažovali odpovede „dobré“, čo môže odrážať stabilnejšie, no zároveň menej idealizované hodnotenie rodinných vzťahov.

Regionálne porovnanie poukázalo na rozdiely medzi krajmi, pričom v niektorých krajoch bol vyšší podiel veľmi dobrých vzťahov, zatiaľ čo v iných sa častejšie vyskytovali konfliktné hodnotenia. Tieto rozdiely možno interpretovať v kontexte regionálnych sociálno-ekonomických, kultúrnych a demografických špecifík.

Za **potenciálne rizikovú skupinu** možno považovať žiakov, ktorí uviedli, že ich vzťahy s rodičmi sú zlé alebo veľmi zlé, prípadne zvolili odpoveď „iné“. Hoci ide o menšinovú skupinu, jej význam nemožno podceňovať, keďže výskumy dlhodobo poukazujú na súvislosť medzi konfliktnými rodinnými vzťahmi a zvýšenou náchylnosťou k rizikovému správaniu, emocionálnym problémom či vyhľadávaniu podpory mimo rodinného prostredia.

Celkovo výsledky naznačujú, že **rodina zostáva pre väčšinu žiakov dôležitým zdrojom podpory**, avšak u malej, no zraniteľnej časti populácie možno identifikovať oslabené rodičovsko-detské vzťahy, ktoré môžu zvyšovať citlivosť k rizikovému správaniu. Tieto zistenia vytvárajú dôležitý kontext pre ďalšiu analýzu možností komunikácie s rodičmi a vyhľadávania pomoci, ktorej sa venuje nasledujúca časť podkapitoly.

Otvorená a bezpečná komunikácia medzi deťmi a rodičmi patrí medzi kľúčové ochranné faktory v oblasti psychosociálneho vývinu a prevencie rizikového správania. V nadväznosti na hodnotenie kvality vzťahov s rodičmi sa výskum zameral aj na to, do akej miery sa žiaci cítia byť schopní rozprávať sa doma s rodičmi alebo rodičom o svojich problémoch.

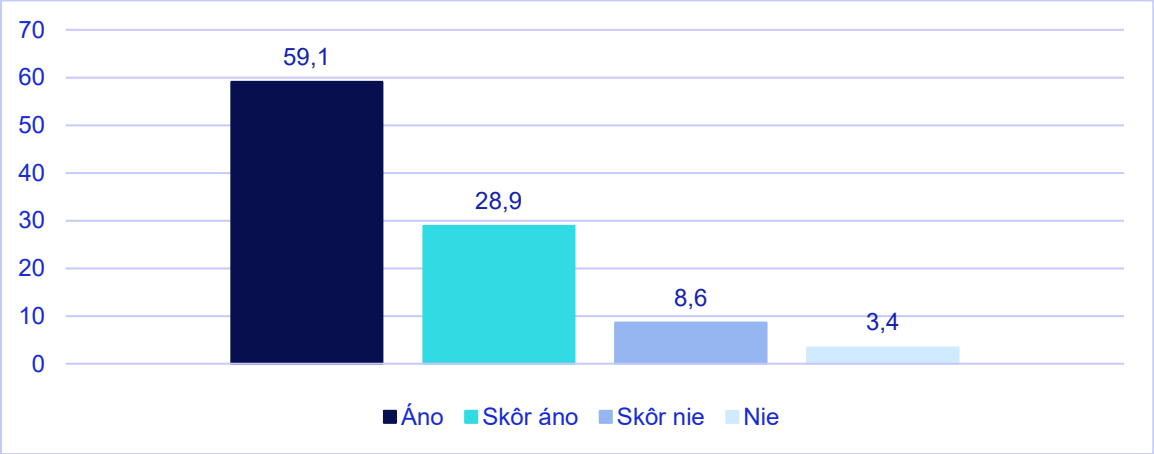
Výsledky ukazujú, že **väčšina žiakov má v rodine dostupnú komunikačnú oporu** (**Graf 4**). Takmer **tri pätiny respondentov (59,1 %) uviedli, že sa s rodičmi o problémoch dokážu rozprávať**, a ďalších **28,9 % odpovedalo „skôr áno“**. Celkovo teda **viac než 88 % žiakov deklaruje možnosť komunikovať s rodičmi o svojich problémoch aspoň do určitej miery**, čo poukazuje na relatívne vysokú mieru otvorenosti v rodinnej komunikácii. Na druhej strane **8,6 % žiakov uviedlo, že sa s rodičmi dokážu rozprávať skôr nie**, a **3,4 % respondentov uviedlo jednoznačne zápornú odpoveď**, čo predstavuje skupinu žiakov, ktorí rodičov nevnímajú ako dostupný zdroj podpory pri riešení záťažových situácií.

Podľa pohlavia sa v miere komunikácie s rodičmi **nepreukázali štatisticky významné rozdiely** ($p > 0,05$). Chlapci aj dievčatá v podobnej miere uvádzali, že sa rodičom dokážu zdôveriť, čo naznačuje, že dostupnosť rodičovskej podpory v oblasti komunikácie nie je výrazne podmienená rodovým faktorom.

Významné rozdiely sa objavili pri porovnaní podľa veku žiakov ($p < 0,001$), avšak s nízkou silou vzťahu (Cramer's V = 0,074). **S rastúcim vekom mierne klesá podiel respondentov, ktorí uvádzajú jednoznačne kladnú odpoveď**, a naopak narastá zastúpenie odpovede

„skôr áno“. Tento posun možno interpretovať ako prejav vývinových zmien typických pre obdobie dospievania, keď sa zvyšuje potreba autonómie, súkromia a orientácie na rovesnícke vzťahy. Napriek tomu rodičia zostávajú pre väčšinu žiakov dôležitým, hoci nie vždy primárnym zdrojom podpory. Najnižšia miera jednoznačne kladných odpovedí bola zaznamenaná u najstarších respondentov.

Graf 4: Možnosť komunikovať s rodičmi o problémoch (v %)



Znenie otázky: Môžeš sa doma porozprávať s rodičmi/rodičom o svojich problémoch? N=2 385

Porovnanie podľa typu navštevovanej školy nepreukázalo významné rozdiely, čo naznačuje, že schopnosť komunikovať s rodičmi o problémoch nie je priamo viazaná na typ vzdelávacej dráhy. Rovnako ani veľkosť bydliska sa neukázala ako faktor, ktorý by výraznejšie ovplyvňoval dostupnosť komunikácie s rodičmi. Žiaci z veľkých miest, menších miest aj obcí uvádzali podobnú mieru otvorenosti v rodinnej komunikácii.

Naopak, **regionálne rozdiely medzi krajmi Slovenskej republiky boli štatisticky významné** ($p < 0,001$), hoci s miernou silou vzťahu (Cramer's $V = 0,076$). V niektorých krajoch bol zaznamenaný vyšší podiel žiakov, ktorí uvádzali jednoznačne kladnú možnosť komunikácie s rodičmi, zatiaľ čo v iných krajoch sa častejšie objavovali rezervovanejšie odpovede. Tieto rozdiely možno interpretovať v kontexte regionálnych sociálno-ekonomických, kultúrnych a demografických špecifík rodinného života.

Za **potenciálne rizikovú skupinu** možno považovať žiakov, ktorí uviedli, že sa s rodičmi o svojich problémoch nedokážu rozprávať alebo tak robia len veľmi obmedzene. Hoci ide o menšinovú časť respondentov, absencia otvorenej komunikácie s rodičmi predstavuje významný rizikový faktor. V kombinácii s menej kvalitnými vzťahmi v rodine môže viesť k tomu, že žiaci budú záťažové situácie riešiť bez adekvátnej podpory, prípadne prostredníctvom rovesníkov alebo online prostredia, čo môže zvyšovať ich citlivosť k rôznym formám rizikového správania.

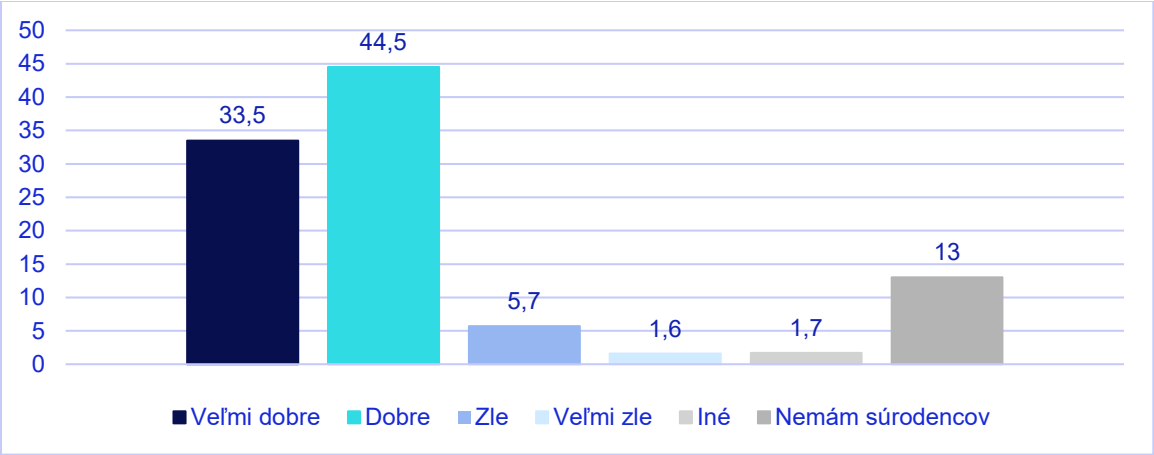
Popri vzťahoch s rodičmi zohrávajú v rodinnom prostredí významnú úlohu aj vzťahy so súrodencami, ktoré môžu predstavovať dôležitý zdroj emocionálnej podpory, ale zároveň aj potenciálny zdroj konfliktov. Výskum sa preto zameral aj na subjektívne hodnotenie kvality vzťahov medzi žiakmi a ich súrodencami.

Výsledky ukazujú, že **väčšina žiakov vníma svoje vzťahy so súrodencami pozitívne (Graf 5)**. Približne **33,5 % respondentov hodnotilo svoje vzťahy ako veľmi dobré** a ďalších **44,6 % ich označilo ako dobré**, čo znamená, že **takmer štyri pätiny žiakov (78,1 %) uvádzajú pozitívne súrodenecké vzťahy**. Tieto zistenia poukazujú na pomerne silné a funkčné súrodenecké väzby, pričom súrodenci sú pre mnohých žiakov osobami, s ktorými trávia čas, ktorým sa môžu zdôveriť a ktoré pre nich predstavujú prirodzenú oporu v každodenných situáciách.

Na druhej strane **menšia časť respondentov hodnotila vzťahy so súrodencami negatívne**. **Zlé alebo veľmi zlé vzťahy so súrodencami uviedlo spolu približne 7,3 % žiakov**, pričom

1,6 % respondentov označilo tieto vzťahy ako veľmi zlé. Hoci ide o menšinovú skupinu, tieto zistenia sú významné z hľadiska identifikácie potenciálne rizikového rodinného prostredia. Negatívne súrodenecké vzťahy môžu byť spojené s častými konfliktmi, rivalitou, pocitmi nespravodlivosti alebo nedostatkom podpory v rodine, čo môže znižovať celkový pocit bezpečia dieťaťa v domácom prostredí. Približne **13 % žiakov uviedlo, že súrodencov nemá**, a ich rodinné vzťahy sa tak formujú výlučne v interakcii s rodičmi alebo inými členmi domácnosti.

Graf 5: Hodnotenie kvality vzťahov žiakov so súrodencami (v %)



Znenie otázky: Ako si rozumieš so súrodencami? N=2 395

Pri porovnaní podľa pohlavia sa ukázali mierne rozdiely v hodnotení vzťahov so súrodencami. **Chlapci o niečo častejšie uvádzali zlé alebo veľmi zlé vzťahy**, zatiaľ čo u dievčat mierne prevažovali pozitívne hodnotenia. Zistené rozdiely boli štatisticky významné ($\chi^2 = 25,0$; $p < 0,001$), avšak s nízkou silou vzťahu (Cramer's V = 0,103), a preto ich nemožno interpretovať ako zásadné rozdiely v kvalite súrodeneckých vzťahov.

Rozdiely v hodnotení vzťahov so súrodencami sa objavili aj pri porovnaní **podľa veku** respondentov. Analýza preukázala štatisticky významné rozdiely medzi jednotlivými vekovými skupinami ($\chi^2 = 82,1$; $p < 0,001$), avšak s nízkou silou vzťahu (Cramer's V = 0,083). Podiel negatívnych hodnotení vzťahov so súrodencami sa medzi vekovými skupinami mierne líši, pričom **vyšší výskyt sa objavuje najmä u niektorých starších respondentov**. Zároveň sa však nepreukázal jednoznačný lineárny trend zhoršovania vzťahov so zvyšujúcim sa vekom. Vo všetkých vekových kategóriách naďalej výrazne prevažujú pozitívne hodnotenia vzťahov so súrodencami, čo naznačuje, že súrodenecké väzby zostávajú pre väčšinu žiakov funkčné aj v období adolescencie.

Tabuľka 2: Súvislosti medzi kvalitou rodinných vzťahov a komunikáciou v rodine (v %)

Vzťahy so súrodencami	Zlé/veľmi zlé vzťahy s rodičmi	Skôr nie/nie komunikácia s rodičmi
Veľmi dobré	3,3	5,9
Dobré	2,4	10,6
Zlé	**23,5**	**35,0**
Veľmi zlé	**31,6**	**52,6**

V kontexte celkového rodinného zázemia možno **na základe kontingenčných analýz konštatovať štatisticky významnú súvislosť** medzi kvalitou vzťahov so súrodencami, kvalitou vzťahov s rodičmi a možnosťou komunikovať s rodičmi o problémoch ($\chi^2 = 535,0$; resp. $\chi^2 = 352,2$; $p < 0,001$). **Žiaci so zlými alebo veľmi zlými vzťahmi so súrodencami výrazne častejšie uvádzali zhoršené vzťahy s rodičmi a obmedzenú komunikáciu v rodine**, pričom v tejto skupine sa podiel negatívnych hodnotení vzťahov s rodičmi pohyboval výrazne nad priemerom výskumného súboru. Tieto zistenia poukazujú na **kumuláciu rizikových**

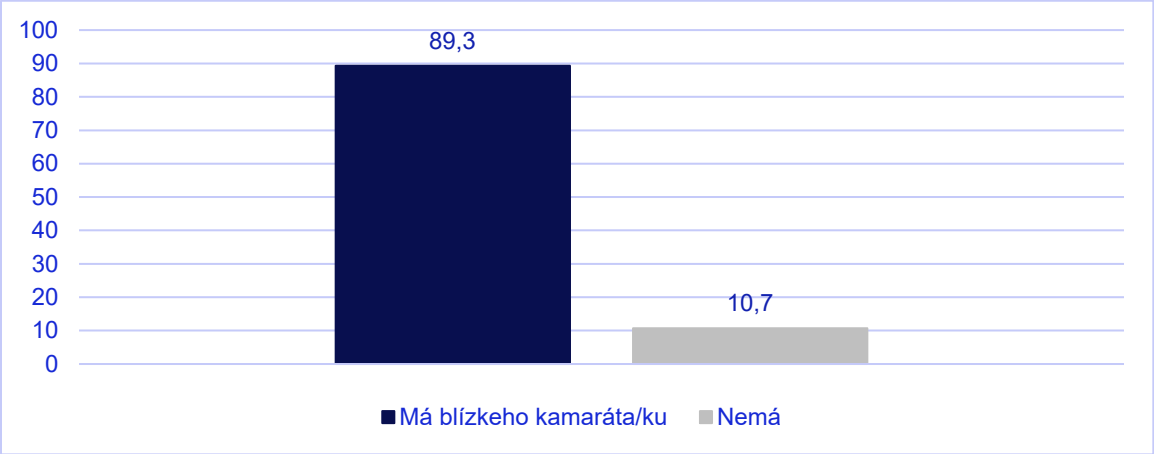
faktorov v rodinnom prostredí, kde vzťahové problémy nevznikajú izolovane, ale sú súčasťou širšieho vzťahového napätia.

Z hľadiska prevencie rizikového správania majú súrodenecké vzťahy **ambivalentný potenciál**. Kvalitné a podporné vzťahy so súrodencami môžu pôsobiť ako významný ochranný faktor, najmä v situáciách, keď je komunikácia s rodičmi obmedzená. Naopak, dlhodobo konfliktné alebo nepriateľské vzťahy môžu zvyšovať emocionálnu záťaž žiakov a prispievať k vyššej citlivosti na rizikové správanie, predovšetkým v prípadoch, keď dieťa nemá v rodine inú dostupnú oporu.

2.1.3 Vzťahy k rovesníkom

Jedným zo základných ukazovateľov kvality rovesníckych vzťahov je existencia blízkeho priateľa alebo priateľky, ktorému sa žiak môže zdôveriť s osobnými problémami. **Výsledky výskumu ukazujú, že väčšina žiakov disponuje takouto vzťahovou oporou. Približne 89,3 % respondentov uviedlo, že má blízkeho kamaráta alebo kamarátku**, zatiaľ čo **približne 10,7 % žiakov takúto osobu vo svojom okolí nemá**. Ide o významné zistenie, keďže **dostupnosť blízkeho rovesníckeho vzťahu predstavuje dôležitý ochranný faktor v období dospievania**.

Graf 6: Existencia blízkeho rovesníckeho vzťahu u žiakov (v %)



Znenie otázky: Máš blízkeho kamaráta alebo kamarátku, ktorému sa môžeš zdôveriť s čímkoľvek? N=2 355

Pri porovnaní podľa pohlavia sa ukázali mierne, no štatisticky významné rozdiely ($\chi^2 = 6,37$; $p = 0,012$), pričom **dievčatá o niečo častejšie než chlapci uvádzali, že majú blízkeho priateľa** (90,8 % oproti 87,6 %). **Sila tohto vzťahu je však nízka (Cramer's V = 0,052)**, čo naznačuje, že ide skôr o drobný rozdiel v deklarovaní blízkych vzťahov než o zásadnú rodovú odlišnosť v sociálnom ukotvení.

Naopak, **pri porovnaní podľa veku sa štatisticky významné rozdiely nepreukázali** ($\chi^2 = 6,06$; $p = 0,417$). **Podiel žiakov, ktorí uvádzali existenciu blízkeho priateľa, zostáva vysoký vo všetkých vekových skupinách** a nevykazuje systematický rast ani pokles. Tieto výsledky naznačujú, že **schopnosť vytvárať blízke rovesnícke vzťahy je u väčšiny žiakov stabilná naprieč sledovaným vekovým rozpätím**.

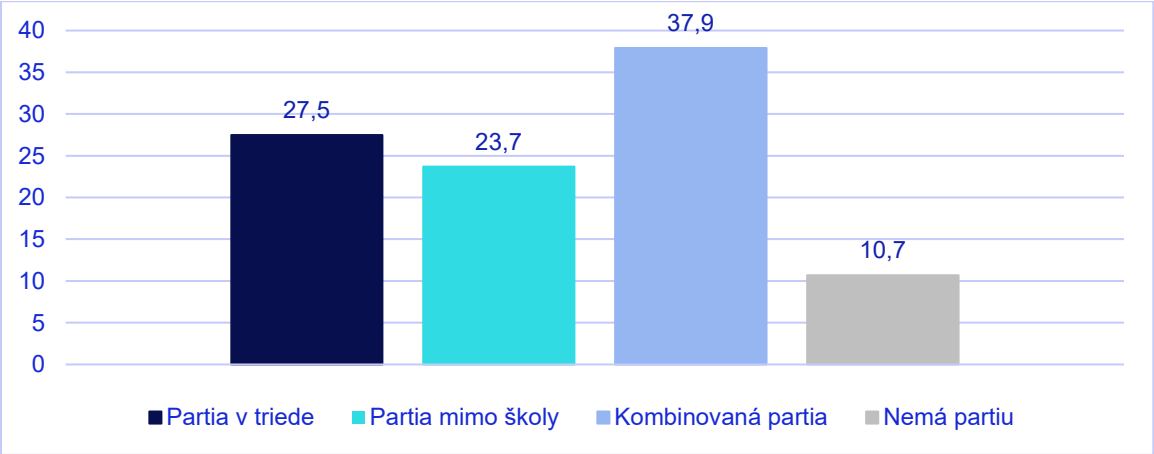
Rovnako sa **nepreukázali štatisticky významné rozdiely podľa typu navštevovanej školy** ($\chi^2 = 1,27$; $p = 0,531$) **ani podľa veľkosti bydliska** ($\chi^2 = 3,17$; $p = 0,366$). **Existencia blízkeho priateľa sa tak javí ako univerzálna skúsenosť žiakov** bez ohľadu na vzdelávaciu dráhu či miesto bydliska.

Mierne regionálne rozdiely sa objavili pri porovnaní podľa krajov Slovenskej republiky, kde bola zistená štatisticky významná súvislosť ($\chi^2 = 14,20$; $p = 0,048$), **avšak s nízkou silou vzťahu (Cramer's V = 0,078)**. Rozdiely medzi krajmi sú relatívne malé a **nemožno ich interpretovať ako výrazné regionálne nerovnosti**, skôr poukazujú na mierne sociálno-kultúrne špecifiká jednotlivých regiónov.

Z hľadiska prevencie rizikového správania je potrebné **osobitne vnímať skupinu žiakov, ktorí blízkeho priateľa nemajú**. Hoci ide o menšinovú časť výskumného súboru, **absencia dôverného rovesníckeho vzťahu môže zvyšovať riziko sociálnej izolácie, osamelosti a následnej citlivosti na rôzne formy rizikového správania**. **Táto skupina žiakov si preto zaslúži zvýšenú pozornosť zo strany školy a školských podporných tímov.**

Dôležitým aspektom rovesníckych vzťahov je príslušnosť k rovesníckej partii, teda stabilnejšej skupine kamarátov, s ktorou žiaci pravidelne trávia čas. **Výsledky výskumu ukazujú, že väčšina žiakov je súčasťou nejakej rovesníckej partie. Celkovo 89,2 % respondentov uviedlo, že patria do rovesníckej partie**, zatiaľ čo **10,8 % žiakov deklarovalo, že do žiadnej partie nepatria**.

Graf 7: Typ rovesníckej skupiny (v %)



Znenie otázky: Patríš do nejakej rovesníckej partie (skupiny kamarátov)? N=2 377

Pri podrobnejšom pohľade na typ rovesníckej partie sa ukazuje, že **najčastejšie ide o kombináciu partie v triede aj mimo školy**, ktorú uviedlo **37,9 % žiakov**. **Partiu výlučne v triede má 27,5 % respondentov**, zatiaľ čo **23,7 % žiakov patrí do partie fungujúcej výlučne mimo školského prostredia**. Tieto zistenia poukazujú na to, že pre značnú časť žiakov zohráva významnú úlohu nielen školské, ale aj mimoškolské sociálne prostredie.

Pri porovnaní podľa pohlavia sa rozdiely v zastúpení jednotlivých typov rovesníckych partií ukázali ako **štatisticky nevýznamné** ($p = 0,070$). **Chlapci o niečo častejšie uvádzali partiu mimo školy (25,2 % oproti 22,1 %)**, zatiaľ čo **dievčatá mierne častejšie deklarovali kombinovanú partiu v triede aj mimo školy (39,0 % oproti 37,0 %)**. Ide však o rozdiely s nízkou silou vzťahu, ktoré nemožno interpretovať ako zásadné rodové rozdiely.

Významnejšie rozdiely sa preukázali pri porovnaní podľa veku ($\chi^2 = 34,6$; $p = 0,011$; Cramer's V = 0,070). **U mladších žiakov častejšie prevažuje partia viazaná na triedu**, zatiaľ čo **s rastúcim vekom mierne narastá podiel žiakov, ktorí patria do partie mimo školy alebo do kombinovanej partie**. Podiel žiakov, ktorí nepatria do žiadnej rovesníckej partie, sa však **vo všetkých vekových skupinách pohybuje približne okolo 10 %**, čo naznačuje existenciu stabilnej skupiny sociálne menej integrovaných žiakov naprieč vekovými skupinami.

Rozdiely sa ukázali aj pri porovnaní podľa typu školy ($\chi^2 = 13,29$; $p = 0,039$; Cramer's V = 0,053). **Žiaci gymnázií častejšie uvádzali kombinovanú partiu v triede aj mimo školy (42,8 %)**, zatiaľ čo **žiaci základných a stredných odborných škôl o niečo častejšie deklarovali partiu výlučne v triede alebo výlučne mimo školy**. Sila týchto vzťahov je však nízka.

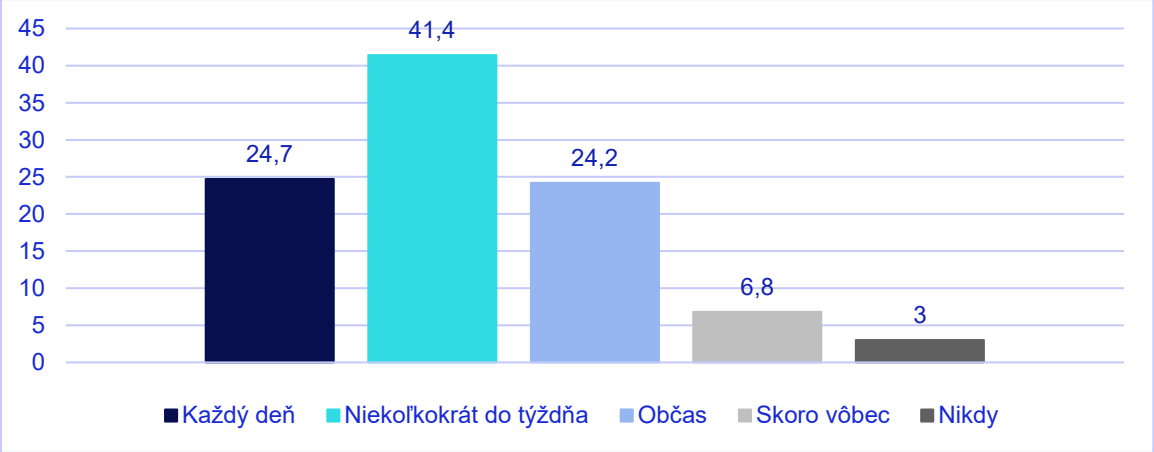
Významné rozdiely sa preukázali aj podľa veľkosti bydliska ($\chi^2 = 34,15$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,070). **Žiaci z veľkých miest častejšie uvádzali kombinovanú partiu (46,2 %)**, zatiaľ čo **žiaci z obcí a menších miest o niečo častejšie patrili do partie fungujúcej mimo školy**. Regionálne rozdiely podľa krajov boli taktiež štatisticky významné ($\chi^2 = 65,0$; $p < 0,001$), avšak

s nízkou až stredne nízkou silou vzťahu (Cramer's V = 0,096), čo poukazuje skôr na sociálno-kultúrne špecifiká regiónov než na výrazné nerovnosti.

Z hľadiska prevencie rizikového správania je potrebné vnímať rovesnícke partie **ako ambivalentný faktor**. **Na jednej strane poskytujú pocit spolupatričnosti, sociálnu oporu a ochranu pred izoláciou**, najmä ak sú previazané so školským prostredím. **Na druhej strane partie fungujúce výlučne mimo školy môžu v niektorých prípadoch predstavovať zvýšené riziko**, najmä ak v nich absentuje dohľad dospelých a ak sa v skupine normalizujú rizikové formy správania. Osobitnú pozornosť si zaslúži aj **skupina približne 11 % žiakov, ktorí do žiadnej rovesníckej partie nepatria**, keďže sociálna izolácia môže zvyšovať ich zraniteľnosť voči psychosociálnym problémom a rizikovému správaniu.

Miera socializácie žiakov sa okrem existencie rovesníckych vzťahov prejavuje aj v množstve času, ktorý žiaci trávia s kamarátmi mimo školy. **Výsledky výskumu ukazujú, že väčšina žiakov trávi s kamarátmi čas pravidelne. Celkovo 66,1 % respondentov uviedlo, že sa s kamarátmi stretáva každý deň alebo niekoľkokrát do týždňa**, čo poukazuje na pomerne intenzívne rovesnícke kontakty. **Približne štvrtina žiakov (24,2 %) sa s kamarátmi stretáva občas**, teda raz za týždeň alebo menej často, a **9,8 % respondentov uviedlo, že s kamarátmi trávi čas len skoro vôbec alebo nikdy**, čo môže signalizovať zvýšené riziko sociálnej izolácie.

Graf 8: Čas trávený s kamarátmi mimo školy (v %)



Znenie otázky: Koľko času tráviš s kamarátmi mimo školy? N=2 384

Pri porovnaní podľa pohlavia sa preukázali **štatisticky významné rozdiely v intenzite trávenia času s kamarátmi** ($\chi^2 = 43,7$; $p < 0,001$), pričom **sila vzťahu je nízka až stredná (Cramer's V = 0,136)**. **Chlapci častejšie než dievčatá uvádzali každodenné stretávanie sa s kamarátmi** (27,9 % oproti 21,8 %), zatiaľ čo **dievčatá výraznejšie prevažovali v kategórii občasného kontaktu** (29,3 % oproti 18,6 %). Rozdiely sa prejavili aj v podiele žiakov s minimálnym kontaktom s kamarátmi, ktorý bol **mierne vyšší medzi chlapcami** (10,7 % oproti 8,8 %), hoci v oboch skupinách ide o menšinový jav.

Naopak, **pri porovnaní podľa veku sa štatisticky významné rozdiely nepreukázali** ($\chi^2 = 28,3$; $p = 0,247$; Cramer's V = 0,055). Miera trávenia času s kamarátmi zostáva **relatívne stabilná naprieč sledovaným vekovým rozpätím**, bez jednoznačného rastúceho alebo klesajúceho trendu.

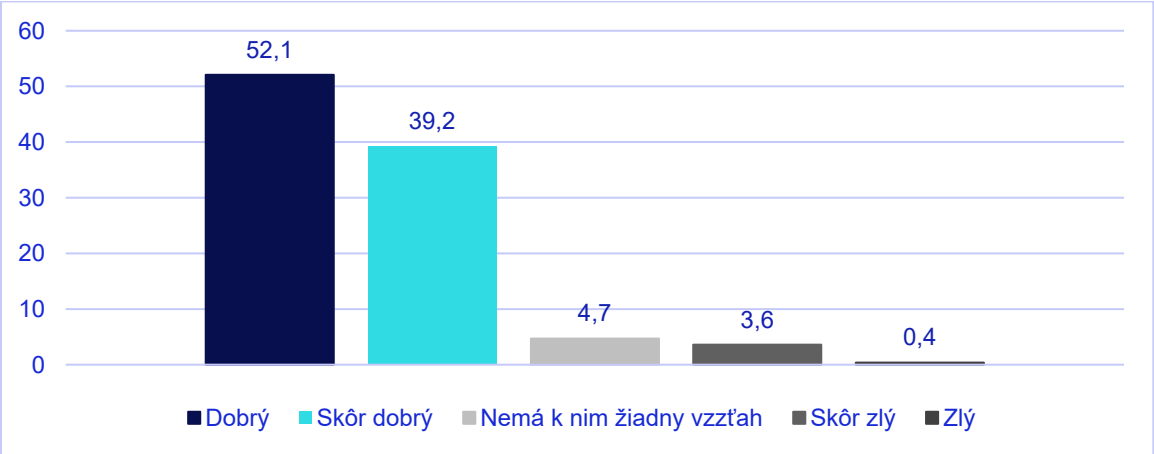
Rozdiely sa preukázali podľa typu navštevovanej školy ($\chi^2 = 24,8$; $p = 0,002$), avšak **s nízkou silou vzťahu (Cramer's V = 0,072)**. Zistenia poukazujú na mierne odlišné vzorce trávenia voľného času medzi žiakmi základných a stredných škôl, ktoré však nemožno interpretovať ako zásadné rozdiely v miere sociálnej integrácie. **Významné rozdiely sa ukázali aj podľa veľkosti bydliska** ($\chi^2 = 51,7$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,085), pričom výsledky naznačujú **väčšiu polarizáciu v menších obciach**, kde sa častejšie vyskytujú žiaci s veľmi intenzívnym aj minimálnym kontaktom s rovesníkmi.

Regionálne rozdiely medzi krajmi Slovenskej republiky boli štatisticky významné (χ^2 = 144,7; p < 0,001) a vykazovali **nízku až strednú silu vzťahu (Cramer's V = 0,124)**. Zistenia poukazujú na regionálne odlišnosti v sociálnych vzorcoch trávenia voľného času, ktoré môžu súvisieť s urbanizačnými, kultúrnymi a komunitnými špecifikami jednotlivých regiónov.

Z hľadiska prevencie rizikového správania je potrebné vnímať **intenzitu trávenia času s kamarátmi ako ambivalentný faktor**. **Pravidelný a vyvážený kontakt s rovesníkmi môže pôsobiť ako významný ochranný faktor**, zatiaľ čo **veľmi intenzívne trávenie času mimo školy a bez dohľadu dospelých môže v niektorých prípadoch zvyšovať riziko zapojenia do rizikového správania**. Osobitnú pozornosť si zároveň vyžaduje **skupina žiakov s minimálnym kontaktom s kamarátmi**, u ktorých môže sociálna izolácia zvyšovať zraniteľnosť voči psychosociálnym ťažkostiam.

Dôležitou súčasťou rovesníckych vzťahov žiakov je aj ich subjektívne vnímanie vzťahov s väčšinou spolužiakov, ktoré významne ovplyvňuje celkovú atmosféru v triede, pocit prijatia a školskú pohodu. **Výsledky výskumu ukazujú, že prevažná väčšina žiakov hodnotí svoje vzťahy so spolužiakmi pozitívne. Celkovo 52,1 % respondentov označilo svoj vzťah k väčšine spolužiakov ako dobrý a ďalších 39,2 % ako skôr dobrý**, čo znamená, že **viac než deväť z desiatich žiakov (91,4 %) vníma triedne vzťahy priaznivo**.

Graf 9: Hodnotenie vzťahov k spolužiakom (v %)



Znenie otázky: Tvoj vzťah k väčšine spolužiakov je: N=2 395

Naopak, **negatívne hodnotenie vzťahov so spolužiakmi uviedlo len malé percento žiakov**. **Vzťahy ako skôr zlé alebo zlé označilo spolu 4,0 % respondentov**, pričom **4,7 % žiakov uviedlo, že k spolužiakom nemajú žiadny vzťah a sú im ľahostajní**. Hoci ide o menšinové skupiny, z hľadiska prevencie rizikového správania ide o dôležitý segment žiakov, u ktorých môže byť oslabený pocit spolupatričnosti a sociálnej opory v školskom prostredí.

Pri porovnaní podľa pohlavia sa **nepreukázali štatisticky významné rozdiely** v hodnotení vzťahov so spolužiakmi (χ^2 = 4,09; p = 0,394; Cramer's V = 0,041). Chlapci aj dievčatá hodnotia triedne vzťahy veľmi podobne, čo naznačuje, že kvalita sociálnej klímy v triedach je v tomto ohľade rodovo vyvážená.

Naopak, **pri porovnaní podľa veku sa preukázali štatisticky významné rozdiely** (χ^2 = 58,7; p < 0,001), hoci **s nízkou silou vzťahu (Cramer's V = 0,079)**. Výsledky naznačujú, že **s rastúcim vekom mierne narastá podiel žiakov, ktorí hodnotia svoje vzťahy so spolužiakmi menej pozitívne alebo neutrálne**, najmä vo forme ľahostajného postoja. Tento trend môže súvisieť so zmenami v sociálnej dynamike v období adolescencie, so zvyšujúcou sa potrebou autonómie a s postupným oslabovaním triednej kohézie v starších ročníkoch.

Rozdiely podľa typu navštevovanej školy sa **neukázali ako štatisticky významné** (χ^2 = 13,4; p = 0,098; Cramer's V = 0,053), čo naznačuje, že **kvalita vzťahov v triede je porovnateľná medzi základnými školami, gymnáziami aj strednými odbornými školami**. Triedna klíma sa tak javí ako relatívne stabilný jav naprieč typmi škôl.

Naopak, **významné rozdiely sa preukázali podľa veľkosti bydliska** ($\chi^2 = 38,9$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,074). **Žiaci z veľkých miest častejšie uvádzali veľmi dobré vzťahy so spolužiakmi**, zatiaľ čo **žiaci z menších miest a obcí o niečo častejšie deklarovali skôr dobré, neutrálne alebo ľahostajné vzťahy**. Tento rozdiel môže súvisieť s odlišnou sociálnou štruktúrou tried, rôznorodosťou kolektívov a dostupnosťou sociálnych a voľnočasových príležitostí.

Regionálne rozdiely medzi krajmi Slovenskej republiky boli štatisticky významné ($\chi^2 = 112,8$; $p < 0,001$) a vykazovali **nízku až strednú silu vzťahu (Cramer's V = 0,109)**. Výsledky poukazujú na regionálne špecifiká v prežívaní triednych vzťahov, ktoré môžu odrážať širšie sociálne, kultúrne a komunitné rozdiely medzi regiónmi.

Tabuľka 3: Identifikované rizikové skupiny v oblasti rovesníckych vzťahoch (v %)

Oblasť rovesníckych vzťahov	Rizikový indikátor	Podiel žiakov
Blízky kamarát/ka	nemá blízkeho kamaráta/ku	**10,7**
Rovesnícka skupina	nepatrí do žiadnej partie	**10,8**
Čas s kamarátmi	skoro vôbec / nikdy	9,8
Vzťahy so spolužiakmi	skôr zlý / zlý / žiadny	8,7

Z hľadiska prevencie rizikového správania možno konštatovať, že **pozitívna triedna klíma a dobré vzťahy so spolužiakmi predstavujú významný ochranný faktor**, ktorý podporuje pocit bezpečia, spolupatričnosti a psychickej pohody žiakov. Naopak, **negatívne alebo ľahostajné vzťahy v triede môžu zvyšovať riziko sociálnej izolácie**, zníženého vzťahu ku škole a v kombinácii s ďalšími rizikovými faktormi aj náchylnosť k rizikovému správaniu. Preto je systematická podpora pozitívnych vzťahov v triednych kolektívoch dôležitou súčasťou školských preventívnych stratégií.

2.2 Osobné skúsenosti žiakov s rizikovým správaním

Predchádzajúca kapitola sa zameriavala na rodinné prostredie a rovesnícke vzťahy ako významné kontextové faktory, ktoré môžu pôsobiť ochranným alebo rizikovým spôsobom v živote žiakov. Nasledujúca kapitola sa sústreďuje na samotné **osobné skúsenosti žiakov s rizikovým správaním**, teda na konkrétne situácie a prejavy, s ktorými sa žiaci v školskom a mimoškolskom prostredí reálne stretávajú.

Cieľom tejto kapitoly je **zmapovať výskyt vybraných foriem rizikového správania medzi žiakmi základných a stredných škôl**, identifikovať rozsah týchto skúseností a poukázať na rozdiely medzi jednotlivými skupinami žiakov. Osobitná pozornosť je venovaná aj **kumulácii rizikových skúseností**, keďže výskumy dlhodobo poukazujú na to, že výskyt viacerých foriem rizikového správania u jedného žiaka výrazne zvyšuje jeho zraniteľnosť a potrebu cielenej podpory.

Analýza osobných skúseností žiakov s rizikovým správaním zároveň vytvára dôležitý základ pre ďalšie časti správy, ktoré sa venujú spôsobom riešenia problémových situácií, vyhľadávaniu pomoci a hodnoteniu preventívnych aktivít v školskom prostredí.

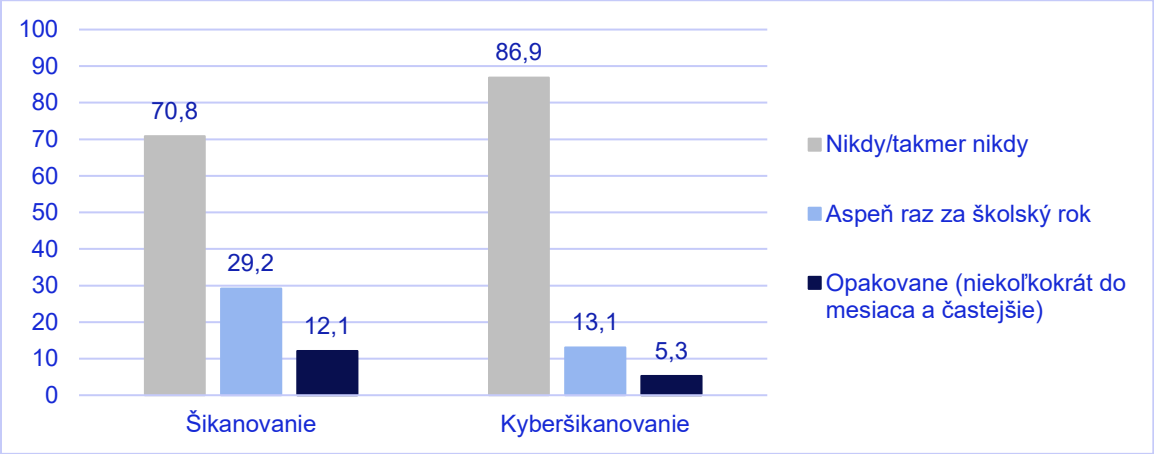
2.2.1 Skúsenosti žiakov s násilím, šikanovaním a ohrozujúcimi situáciami

Skúsenosti žiakov s násilím, šikanovaním a ďalšími ohrozujúcimi situáciami predstavujú významný indikátor psychosociálnej záťaže školského prostredia. Výsledky výskumu poukazujú na to, že hoci väčšina žiakov uvádza absenciu takýchto skúseností, **nezanedbateľná časť žiakov sa s nimi stretáva opakovane alebo dlhodobo**, čo zvyšuje riziko negatívnych dôsledkov pre ich psychické zdravie a školské fungovanie.

V prípade **šikanovania v škole** uviedlo približne **29 % žiakov**, že sa s ním stretli aspoň raz počas minulého školského roka, pričom približne **12 % žiakov zažívalo šikanovanie opakovane (niekoľkokrát do mesiaca, niekoľkokrát do týždňa alebo denne)**. Väčšina

respondentov (70,8 %) šikanovanie nezažila vôbec. Rozdiely podľa pohlavia sa v tomto prípade neukázali ako štatisticky významné ($\chi^2 = 5,56$; $p = 0,235$), avšak **významná súvislosť bola zistená s vekom žiakov** ($\chi^2 = 117,78$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,111), pričom vyšší výskyt opakovaných foriem šikanovania sa objavoval najmä u starších žiakov. Z hľadiska typu školy bolo šikanovanie častejšie uvádzané žiakmi základných škôl v porovnaní so stredoškolákmi ($p = 0,018$).

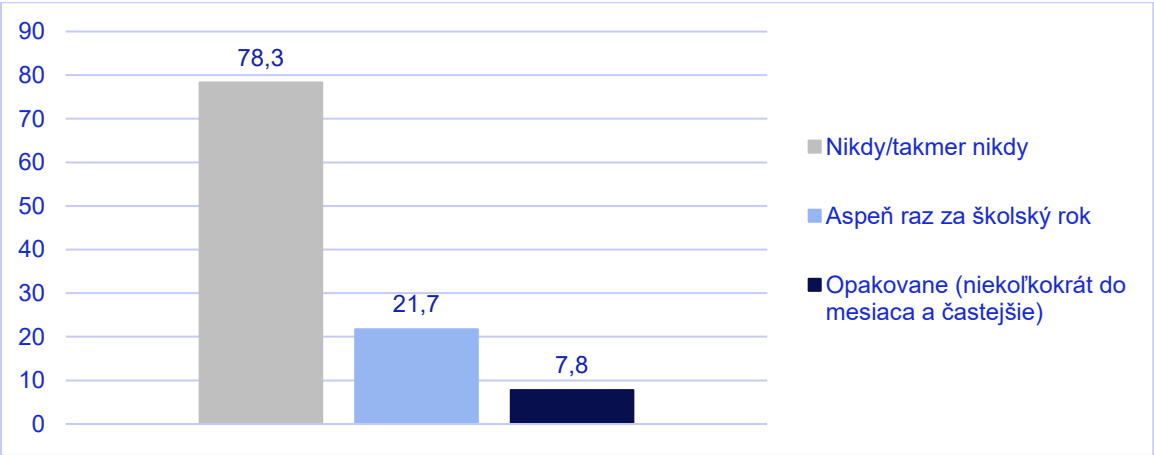
Graf 10: Výskyt šikanovania a kyberšikanovania medzi žiakmi (v %)



Znenie otázky: Ako často si zažil/a nasledujúce situácie počas školského roka 2024/2025? Bol/a som šikanovaný/á (nadávky, ohováranie, vyhrážky, ignorovanie ...) N=2 387, Bol/a som kyberšikanovaný/á (urážky, vyhrážky, ponižujúce fotky na internete ...) N=2 388

Kyberšikanovanie sa vyskytovalo menej často než tradičné formy šikanovania, no aj tu sa ukazuje existencia rizikovej menšiny. Približne **13 % žiakov uviedlo, že sa s kyberšikanovaním stretlo aspoň raz**, pričom **približne 5 % ho zažívalo opakovane**. Na rozdiel od šikanovania v škole sa v prípade kyberšikanovania preukázali **významné rozdiely podľa pohlavia**, pričom chlapci uvádzali vyššiu mieru opakovaných skúseností ($\chi^2 = 14,27$; $p = 0,006$; Cramer's V = 0,078). Významné rozdiely sa potvrdili aj podľa veku, typu školy, veľkosti bydliska a kraja ($p < 0,05$), čo poukazuje na výraznú kontextovú podmienenosť tohto javu.

Graf 11: Skúsenosti žiakov s fyzickými konfliktami (v %)



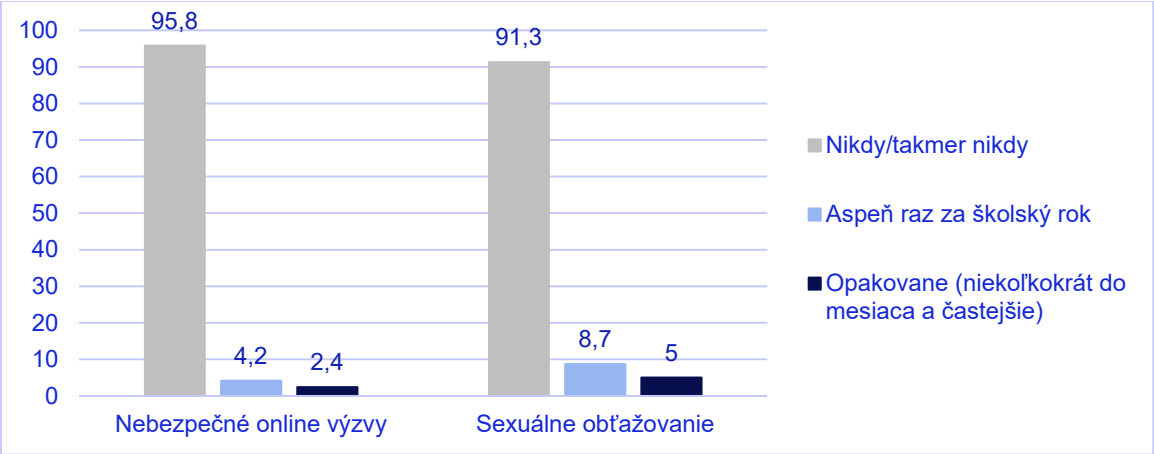
Znenie otázky: Ako často si zažil/a nasledujúce situácie počas školského roka 2024/2025? Zaplietol/a som sa do bitky (kopanie, udieranie, fyzické potýčky) N=2 381

Skúsenosti s **fyzickými konfliktmi a násilným správaním** (bitky, fyzické potýčky) uviedlo približne **22 % žiakov**, pričom **8 % sa do fyzických konfliktov zapájalo opakovane**. Ide o jednu z oblastí s najvýraznejšími rozdielmi medzi skupinami respondentov. **Chlapci sa do fyzických konfliktov zapájali výrazne častejšie než dievčatá**, čo potvrdila silná štatistická súvislosť ($\chi^2 = 256,67$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,330). Významné rozdiely sa objavili aj podľa

veku, typu školy, veľkosti bydliska a kraja, pričom vyšší výskyt násilného správania bol zaznamenaný najmä u mladších adolescentov a žiakov základných škôl.

Zapojenie žiakov do **nebezpečných online výziev** patrí medzi menej časté, no potenciálne vysoko rizikové správanie. Skúsenosť s nimi uviedlo približne **4 % žiakov**, pričom opakované zapojenie sa vyskytovalo len u malej časti respondentov. Napriek nízkemu výskytu sa preukázali **významné rozdiely podľa pohlavia a veku** ($p < 0,01$), pričom chlapci a starší žiaci uvádzali mierne vyššiu mieru skúseností.

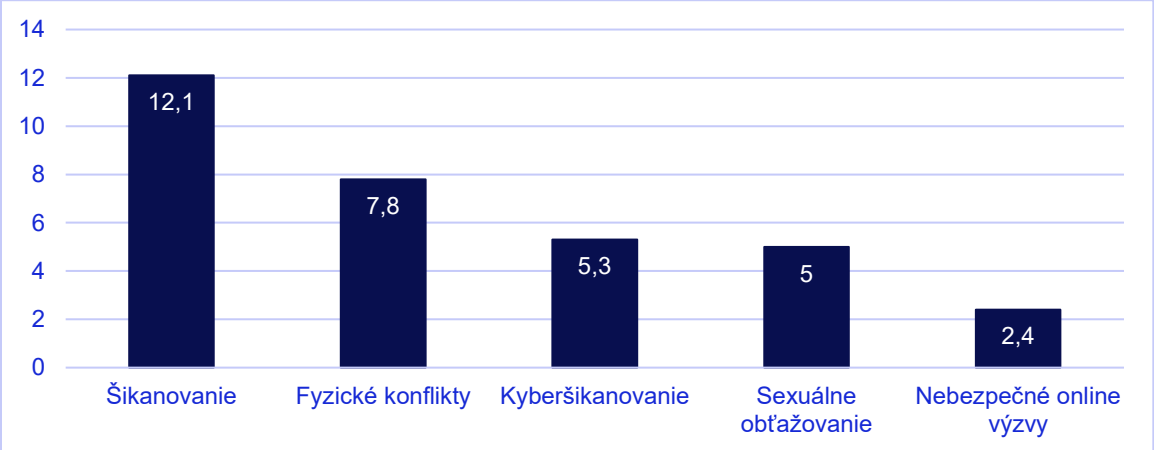
Graf 12: Zapojenie žiakov do nebezpečných online výziev a sexuálne obťažovanie (v %)



Znenie otázky: Ako často si zažil/a nasledujúce situácie počas školského roka 2024/2025? Zapojil/a som sa do nebezpečnej online výzvy (napr. užívanie liekov, dusenie, skákanie z výšky) N=2 377, Bol/a som sexuálne obťažovaný/á (sexuálne návrhy, nevyžiadané správy, fotky alebo videá) N=2 382

Osobitne citlivou oblasťou je **sexuálne obťažovanie**, s ktorým sa aspoň raz počas školského roka stretlo takmer **9 % žiakov**. Opakované skúsenosti uviedlo približne **5 % respondentov**, pričom **dievčatá boli sexuálnemu obťažovaniu vystavené častejšie než chlapci** ($\chi^2 = 11,81$; $p = 0,019$; Cramer's $V = 0,071$). Významné rozdiely sa potvrdili aj podľa veku a typu školy, čo naznačuje zvyšujúcu sa zraniteľnosť najmä v starších vekových skupinách.

Graf 13: Opakované skúsenosti (niekoľkokrát do mesiaca a častejšie) s násilím a ohrozujúcimi situáciami (v %)

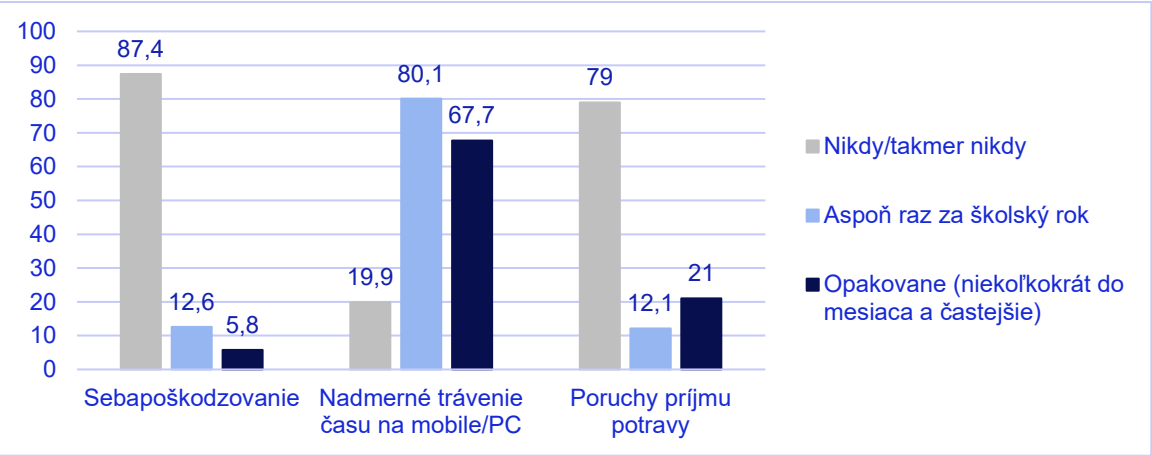


V kontexte týchto zistení je potrebné zdôrazniť, že **najväčšie riziko nepredstavujú jednorazové skúsenosti, ale opakované a chronické vystavenie násiliu a ohrozujúcim situáciám**. Práve tieto formy skúseností sú spojené s vyšším rizikom psychických ťažkostí, problémov v správaní, zhoršeným školským fungovaním a zvýšenou pravdepodobnosťou ďalších foriem rizikového správania. Výsledky preto podčiarkujú potrebu systematickej prevencie, včasnej identifikácie ohrozených žiakov a dostupnej odbornej podpory v školskom prostredí.

2.2.2 Skúsenosti žiakov s psychicky a zdravotne rizikovým správaním

Táto časť sa zameriava na psychicky a zdravotne rizikové formy správania, ktoré môžu výrazne ovplyvňovať duševnú pohodu, psychosociálne fungovanie a celkový vývin žiakov. Analýza sa sústreďuje na skúsenosti so sebapoškodzovaním, nadmerným trávením času na mobile alebo počítači a na prejavy porúch príjmu potravy a extrémnych diét. Ide o javy, ktoré často zostávajú skryté, no môžu signalizovať zvýšenú psychickú záťaž a potrebu odbornej podpory.

Graf 14: Výskyt psychicky a zdravotne rizikového správania medzi žiakmi (v %)



Znenie otázky: Ako často si zažil/a nasledujúce situácie počas školského roka 2024/2025? Ubližoval/a som si zámerne (napr. rezanie, pálenie) N=2 380, Trávil/a som väčšinu voľného času na mobile alebo PC (hranie hier, sociálne siete) N=2 375, Odmietal/a som jedlo, držal/a extrémnu diétu, vracal/a po prejedaní. N=2 373

Sebapoškodzovanie patrí medzi najzávažnejšie indikátory psychickej nepohody. Výsledky ukazujú, že **aspoň ojedinelú skúsenosť so sebapoškodzovaním uviedlo 12,6 % žiakov**, pričom **takmer 6 % respondentov priznalo opakované formy tohto správania** (denne, niekoľkokrát do týždňa alebo do mesiaca). Väčšina žiakov (87,4 %) síce uviedla, že sa so sebapoškodzovaním nestretla, avšak aj relatívne nízky podiel pravidelných skúseností predstavuje z hľadiska prevencie významné zistenie.

Výrazné rozdiely sa preukázali podľa pohlavia, keď **dievčatá uvádzali skúsenosti so sebapoškodzovaním významne častejšie než chlapci** ($\chi^2 = 23{,}708$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,100). Z hľadiska veku sa potvrdil mierny nárast výskytu v období strednej a neskorej adolescencie, pričom vzťah je štatisticky významný, no vecne slabší ($p = 0{,}044$; Cramer's V = 0,063). Rozdiely sa ukázali aj podľa typu školy ($p = 0{,}003$), zatiaľ čo veľkosť bydliska nebola významným faktorom. Regionálne rozdiely sú výraznejšie ($p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,094), čo môže odrážať odlišné sociálne a kultúrne podmienky či dostupnosť podpory.

Nadmerné trávenie času na mobile alebo počítači sa ukazuje ako najrozšírenejší rizikový jav v sledovanom súbore. **Viac než tretina žiakov (35,5 %) uviedla, že takto trávi väčšinu svojho voľného času denne alebo takmer denne**, a ďalších 22,0 % niekoľkokrát do týždňa. Spolu teda **viac ako polovica respondentov vykazuje vysokú mieru digitálnej záťaže**, ktorá môže súvisieť so zníženou fyzickou aktivitou, poruchami spánku, sociálnou izoláciou či zvýšeným rizikom psychických ťažkostí.

Rodové rozdiely sa v tomto prípade nepreukázali ako štatisticky významné. Naopak, **vek zohráva významnú úlohu**, keď intenzívne používanie digitálnych technológií narastá najmä v období dospievania ($\chi^2 = 88{,}156$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,097). Významné rozdiely sa potvrdili aj podľa typu školy ($p < 0{,}001$), veľkosti bydliska ($p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,132) a kraja ($p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,148). Žiaci z veľkých miest pritom častejšie uvádzali nízku mieru trávenia času online, zatiaľ čo vyšší podiel intenzívneho používania digitálnych technológií bol zaznamenaný u žiakov z obcí a menších miest, čo poukazuje na rozdielne vzorce trávenia voľného času v závislosti od typu sídla (**Tabuľka 4**).

Tabuľka 4: Rozdiely v psychicky a zdravotne rizikovom správaní podľa pohlavia, veľkosti bydliska a kraja (v %)

Rizikové správanie	Skupina	Nikdy/takmer nikdy	Aspoň raz za šk. rok	Opakovane
Nadmerné používanie mobilu/PC	veľké mesto	40,7	59,3	41,0
	stredne veľké mesto	17,4	82,5	70,2
	malé mesto	17,6	82,5	71,1
	obec/dedina	17,1	82,8	71,7
	BA	41,9	58,1	40,1
	TT	12,7	87,2	76,7
	TN	16,7	83,4	73,4
	NR	14,2	85,7	70,2
	ZA	19,3	80,6	65,3
	BB	25,0	75,0	64,6
	PO	12,8	87,3	78,6
	KE	13,8	86,1	77,4
Poruchy príjmu potravy	chlapci	87,4	12,5	7,2
	dievčatá	70,9	29,1	16,7
Sebapoškodzovanie	chlapci	90,5	9,5	4,8
	dievčatá	84,6	15,4	6,8

Poznámka: Kategória „opakovane" zahŕňa frekvenciu výskytu niekoľkokrát do mesiaca a častejšie.

Poruchy príjmu potravy a extrémne diéty predstavujú ďalšiu závažnú oblasť zdravotného rizika. Výsledky ukazujú, že **aspoň ojedinelú skúsenosť s týmto správaním uviedlo približne 21 % žiakov**, pričom **12 % respondentov priznalo častejšie alebo opakované prejavy** (niekoľkokrát do mesiaca alebo častejšie). Väčšina žiakov (79,0 %) síce tieto skúsenosti neuvádza, no zistený podiel signalizuje potrebu zvýšenej pozornosti.

Rozdiely podľa pohlavia sú v tomto prípade výrazné a štatisticky významné, keď **dievčatá uvádzajú poruchy príjmu potravy a extrémne diéty podstatne častejšie než chlapci** (χ^2 = 101,757; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,208). Významné sú aj rozdiely podľa veku ($p < 0,001$), typu školy ($p < 0,001$), veľkosti bydliska ($p < 0,001$) a kraja ($p < 0,001$), čo poukazuje na komplexnú podmienenosť tohto javu biologickými, sociálnymi aj kultúrnymi faktormi.

Zhrnutím možno konštatovať, že psychicky a zdravotne rizikové správanie tvorí **významnú, hoci rôznorodú súčasť skúseností žiakov**. Kým nadmerné používanie digitálnych technológií má masový charakter, sebapoškodzovanie a poruchy príjmu potravy sa týkajú menšej, no mimoriadne zraniteľnej skupiny. Tieto formy správania často signalizujú **zvýšenú psychickú záťaž, kumuláciu rizikových faktorov a potrebu cielenej odbornej intervencie**, najmä v školskom prostredí a v systéme preventívnych opatrení.

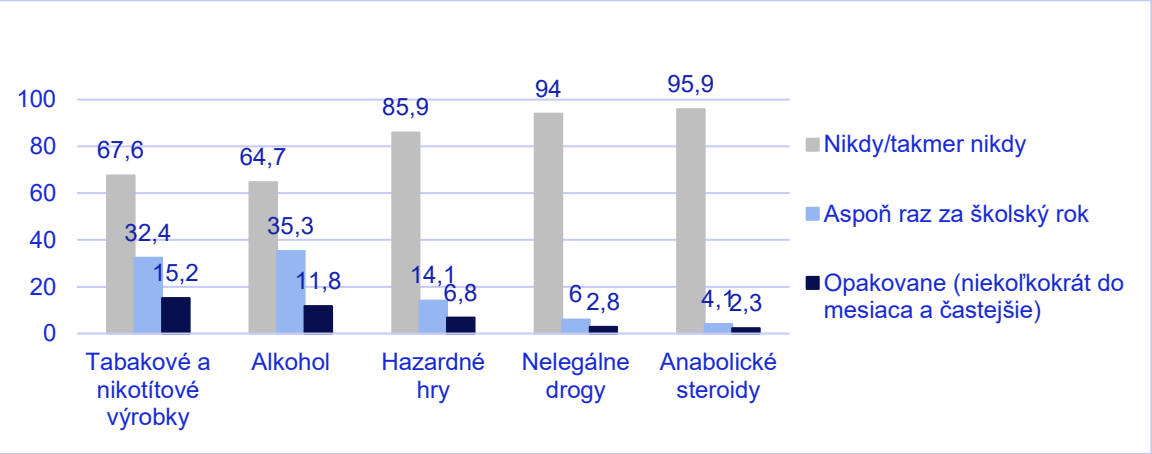
2.2.3 Skúsenosti žiakov s užívaním návykových látok a rizikovým životným štýlom

Súčasťou mapovania osobných skúseností žiakov s rizikovým správaním boli aj formy správania súvisiace s užívaním návykových látok a ďalšími aspektmi rizikového životného štýlu. Táto oblasť zahŕňa konzumáciu alkoholu, užívanie tabakových a nikotínových výrobkov, skúsenosti s nelegálnymi drogami, anabolickými steroidmi a zapojenie do hazardných hier. Ide o správanie, ktoré má potenciálne závažné zdravotné, psychosociálne aj právne dôsledky, najmä ak sa objavuje v mladom veku a v opakovanej forme.

Výsledky ukazujú, že **alkohol je najrozšírenejšou návykovou látkou medzi žiakmi**, pričom približne **35 % respondentov uviedlo skúsenosť s jeho konzumáciou aspoň niekoľkokrát počas školského roka**, z toho časť aj opakovane (**Graf 15**). Konzumácia alkoholu pritom výrazne narastá s vekom žiakov – kým vo veku 12 rokov ide prevažne o ojedinelé alebo nulové skúsenosti, u 16- až 18-ročných respondentov sa už častejšie objavuje pravidelnejšie pitie (χ^2 = 294,555; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,176). Významné rozdiely sa potvrdili aj podľa typu školy,

pričom žiaci stredných odborných škôl a gymnázií častejšie uvádzali skúsenosti s alkoholom než žiaci základných škôl ($p < 0,001$).

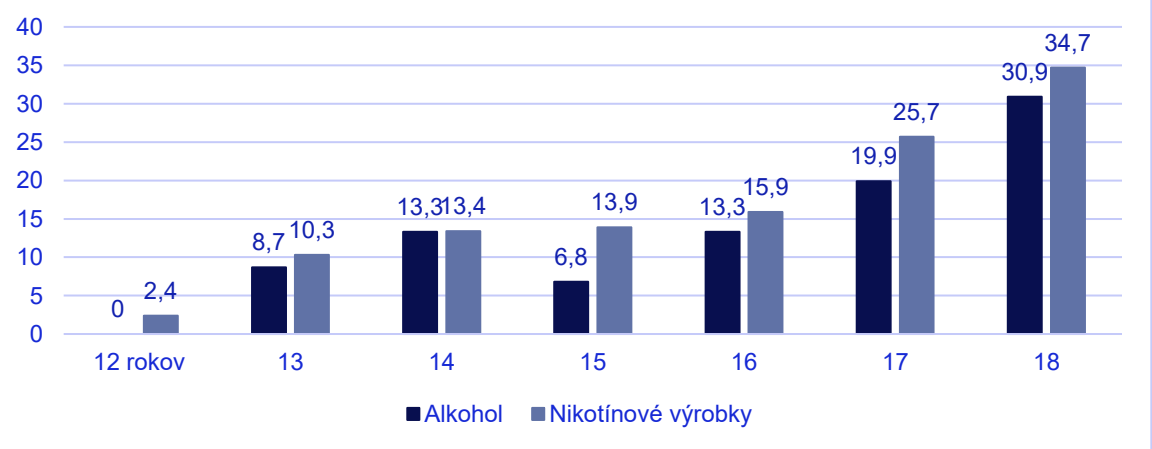
Graf 15: Výskyt návykových látok a rizikového životného štýlu medzi žiakmi (v %)



Znenie otázky: Ako často si zažil/a nasledujúce situácie počas školského roka 2024/2025? Pil/a som alkoholické nápoje N=2 382, Fajčil/a som (cigarety, vape, nikotínové vrecúška) N=2 381, Užíval/a som nelegálne drogy (napr. marihuana, pervitín, LSD) N=2 390, Užíval/a som anabolické steroidy (anaboliká) N=2 384, Hral/a som hazardné hry (napr. stávkovanie, kasína, výherné automaty) N=2 388.

Podobný vývojový trend sa prejavil aj pri **užívaní tabakových a nikotínových výrobkov**, vrátane elektronických cigariet a nikotínových vrecúšok. Skúsenosť s fajčením alebo nikotínovými produktmi uviedlo približne **32 % žiakov**, pričom pravidelné alebo častejšie užívanie bolo koncentrované najmä v starších vekových skupinách. Vek sa v tomto prípade ukázal ako veľmi silný faktor ($\chi^2 = 188,739$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,141). Rozdiely sa preukázali aj podľa typu školy, veľkosti bydliska a kraja, zatiaľ čo **rodové rozdiely neboli štatisticky významné**, čo naznačuje postupné vyrovnávanie rozdielov medzi chlapcami a dievčatami v tejto oblasti.

Graf 16: Užívanie alkoholu a nikotínových výrobkov podľa veku (opakované skúsenosti, v %)



Poznámka: Kategória „opakovane" zahŕňa frekvenciu výskytu niekoľkokrát do mesiaca a častejšie.

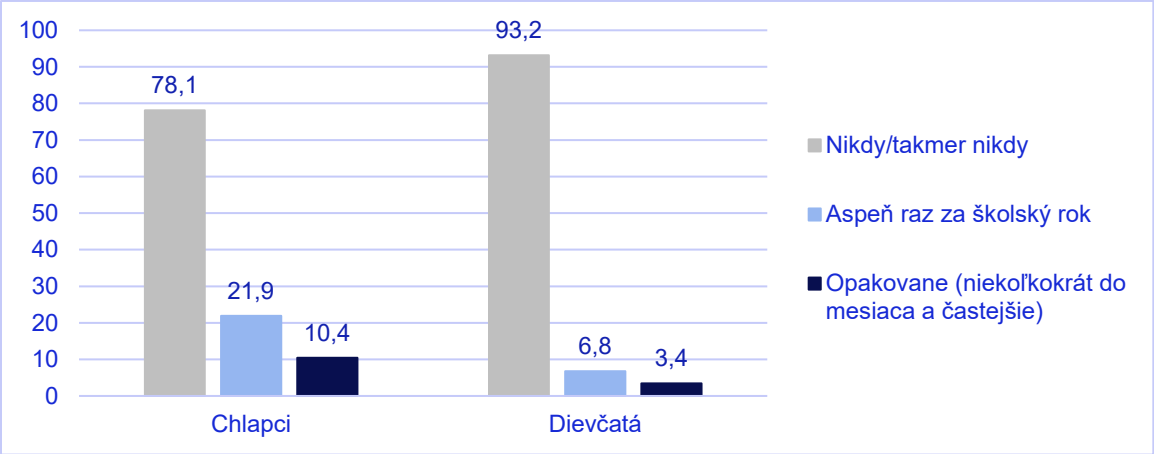
Skúsenosti s **užívaním nelegálnych drog** sa vyskytovali podstatne menej často. Približne **6 % žiakov uviedlo aspoň jednorazovú skúsenosť**, pričom pravidelné alebo opakované užívanie predstavovalo len veľmi malú časť výskumného súboru. Napriek nízkemu celkovému výskytu sa aj v tomto prípade potvrdili významné rozdiely podľa pohlavia, veku, typu školy a kraja ($p < 0,001$), pričom vyššie riziko sa koncentrovalo u starších žiakov a u chlapcov. Vzťah k veľkosti bydliska sa naopak ako štatisticky významný nepreukázal.

Ešte nižší výskyt bol zaznamenaný pri **užívaní anabolických steroidov**, kde skúsenosť uviedlo približne **4 % respondentov**, prevažne v experimentálnej podobe. Napriek nízkym

hodnotám ide o zistenie, ktoré si vyžaduje zvýšenú pozornosť, keďže užívanie anabolík je spojené s vysokými zdravotnými rizikami. Štatisticky významné rozdiely sa potvrdili najmä podľa pohlavia a veku ($p < 0,001$), pričom vyšší výskyt bol zaznamenaný u chlapcov a u starších respondentov.

Samostatnú oblasť rizikového životného štýlu predstavuje **hranie hazardných hier**. Skúsenosť s hazardom uviedlo približne **14 % žiakov**, pričom opakovane alebo častejšie sa do hazardných aktivít zapájal menší, no z hľadiska prevencie významný podiel respondentov. Hazardné správanie sa výrazne líšilo podľa pohlavia, keď chlapci vykazovali výrazne vyššiu mieru zapojenia než dievčatá ($\chi^2 = 112,212$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,218). Významný vplyv mali aj vek, typ školy, veľkosť bydliska a kraj, čo poukazuje na kombináciu individuálnych aj sociálnych faktorov ovplyvňujúcich toto správanie.

Graf 17: Hranie hazardných hier podľa pohlavia (v %)

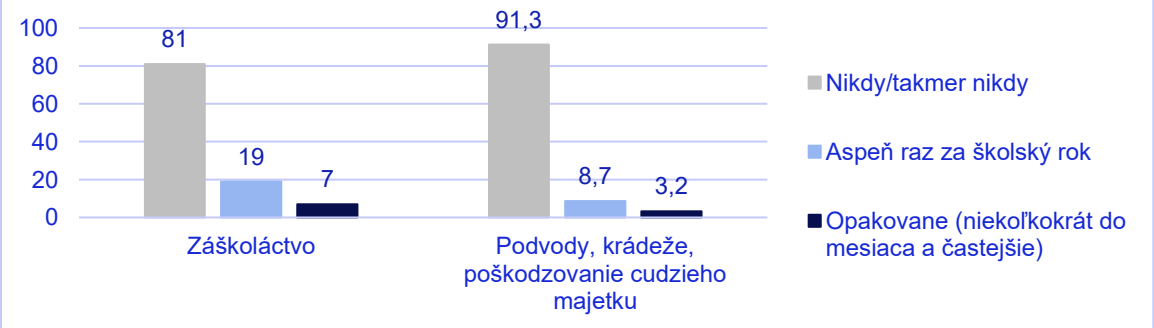


Z hľadiska interpretácie je dôležité rozlišovať medzi **experimentálnym správaním**, ktoré môže byť súčasťou vývinového obdobia dospievania, a **opakovaným alebo chronickým rizikovým správaním**, ktoré už predstavuje zvýšené riziko pre zdravie a psychosociálny vývin žiakov. Výsledky ukazujú, že hoci väčšina žiakov nemá skúsenosti s vážnejšími formami užívania návykových látok, **u časti populácie dochádza ku kumulácii viacerých foriem rizikového správania**, čo zvyšuje ich zraniteľnosť a potrebu cielenej preventívnej a podpornej intervencie zo strany školy, rodiny aj odborných služieb.

2.2.4 Záškoláctvo a porušovanie sociálnych a právnych noriem

Záškoláctvo a porušovanie sociálnych a právnych noriem predstavujú významné indikátory problémového správania žiakov a môžu signalizovať oslabený vzťah k škole, autoritám a spoločenským pravidlám. Výskum sa preto zameral na zistenie miery skúseností žiakov so záškoláctvom a s delikventným správaním, ako aj na identifikáciu rozdielov podľa vybraných sociodemografických charakteristík.

Graf 18: Skúsenosti žiakov so záškoláctvom a porušovaním sociálnych noriem (v %)



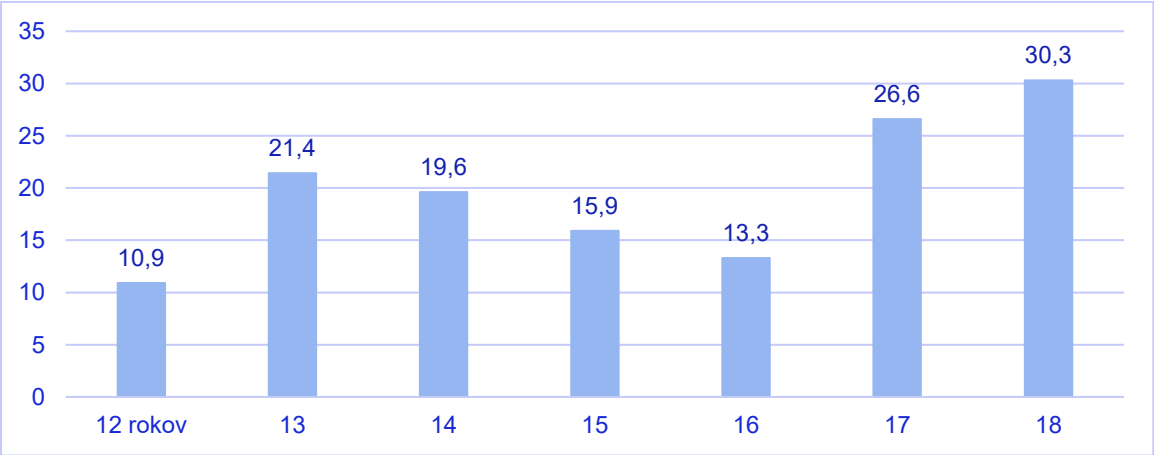
Znenie otázky: Ako často si zažil/a nasledujúce situácie počas školského roka 2024/2025? Vynechal/a som školu bez dovolenia N=2 379, Dopustil/a som sa podvodu, krádeže alebo ničenia cudzej veci/majetku N=2 379

Výsledky ukazujú, že **väčšina žiakov nemá skúsenosť so záškoláctvom (Graf 18)**. Nikdy alebo takmer nikdy nevynechalo školu bez dovolenia **81,0 % respondentov**. Napriek tomu však **takmer pätina žiakov (19,0 %) uviedla, že sa záškoláctva dopustila aspoň raz počas školského roka**, pričom **približne 7,0 % žiakov uvádzalo opakovanejšie formy záškoláctva** (niekoľkokrát do mesiaca alebo častejšie). Tieto zistenia poukazujú na existenciu skupiny žiakov, u ktorých môže ísť o dlhodobejší problémový vzťah k školskej dochádzke.

Pri porovnaní podľa pohlavia sa preukázali **štatisticky významné rozdiely**, pričom chlapci častejšie uvádzali skúsenosti so záškoláctvom než dievčatá ($\chi^2 = 12,461$; $p = 0,014$; Cramer's $V = 0,073$). Hoci ide o slabú vecnú súvislosť, výsledky naznačujú vyššiu mieru rizikového správania u chlapcov v oblasti dodržiavania školských povinností.

Vek žiakov zohráva výraznejšiu úlohu, keď skúsenosti so záškoláctvom narastajú najmä v období staršej adolescencie. Najvyšší podiel žiakov, ktorí vynechali školu aspoň párkrát počas roka, bol zaznamenaný u 17- a 18-ročných respondentov. Vzťah medzi vekom a záškoláctvom je štatisticky významný ($\chi^2 = 77,765$; $p < 0,001$; Cramer's $V = 0,091$), čo poukazuje na postupné oslabovanie školských väzieb s rastúcim vekom.

Graf 19: Záškoláctvo podľa veku (aspoň raz počas šk. roka, v %)



Naopak, **rozdiely podľa typu školy sa nepreukázali ako štatisticky významné** ($p = 0,315$), čo naznačuje, že záškoláctvo sa vyskytuje naprieč rôznymi typmi škôl v porovnateľnej miere. Významné rozdiely sa však objavili podľa **veľkosti bydliska** ($\chi^2 = 54,146$; $p < 0,001$; Cramer's $V = 0,088$) a **kraja** ($\chi^2 = 126,190$; $p < 0,001$; Cramer's $V = 0,116$). Vyšší výskyt záškoláctva bol zaznamenaný najmä u žiakov z väčších miest a v niektorých regiónoch, čo môže súvisieť s anonymnejším prostredím, slabšou kontrolou zo strany školy či rodiny a rozdielnymi sociálnymi podmienkami.

Pokiaľ ide o **porušovanie sociálnych a právnych noriem**, ako sú podvody, krádeže alebo poškodzovanie cudzieho majetku, výsledky ukazujú, že ide o **relatívne zriedkavé správanie**. Nikdy alebo takmer nikdy sa takéhoto správania nedopustilo **91,3 % žiakov**, zatiaľ čo **8,7 % respondentov uviedlo skúsenosť s delikventným správaním aspoň raz počas školského roka**. Opakované alebo častejšie formy tohto správania sa vyskytovali len u malej časti žiakov.

Aj v tomto prípade sa potvrdili **významné rodové rozdiely**, pričom chlapci častejšie uvádzali skúsenosti s delikventným správaním než dievčatá ($\chi^2 = 28,860$; $p < 0,001$; Cramer's $V = 0,111$). Významný je tiež vplyv veku ($\chi^2 = 50,253$; $p = 0,001$; Cramer's $V = 0,073$), keď podiel žiakov so skúsenosťou s porušovaním noriem mierne narastá u starších vekových skupín.

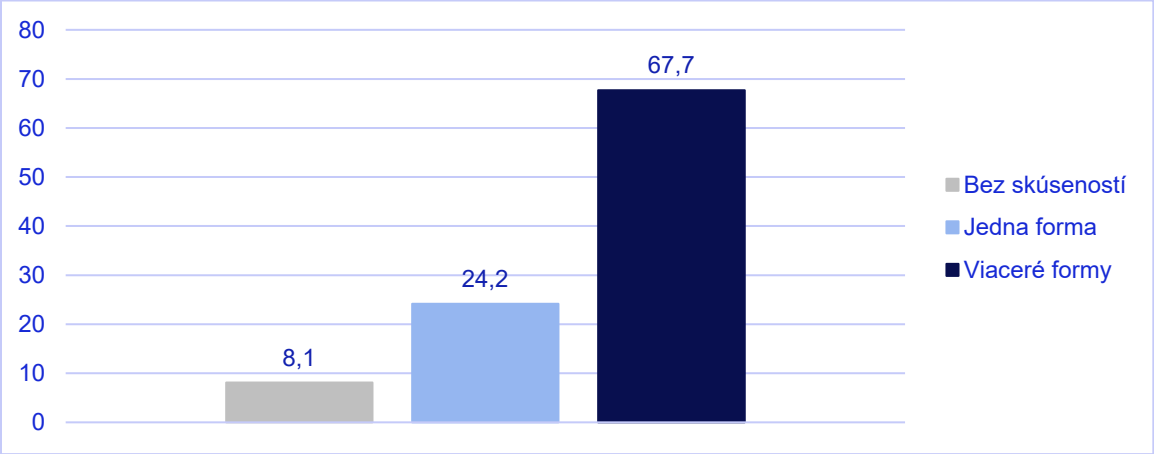
Rozdiely podľa typu školy sú štatisticky významné, avšak s nízkou vecnou silou ($p = 0,043$; Cramer's $V = 0,058$). Významné rozdiely sa potvrdili aj podľa **veľkosti bydliska** ($\chi^2 = 44,032$; $p < 0,001$; Cramer's $V = 0,079$) a **kraja** ($\chi^2 = 71,917$; $p < 0,001$; Cramer's $V = 0,087$), čo naznačuje regionálne a environmentálne špecifiká v prejavoch delikventného správania.

Z interpretačného hľadiska možno záškoláctvo a porušovanie sociálnych a právnych noriem vnímať ako **signály oslabeného vzťahu žiakov k škole, autoritám a spoločenským pravidlám**. Hoci sa tieto formy správania týkajú menšej časti žiakov, práve u nich je zvýšené riziko kumulácie ďalších problémových prejavov. Včasná identifikácia a cielené preventívne a podporné intervencie zo strany školy, rodiny a odborných služieb sú preto kľúčové pre znižovanie dlhodobých negatívnych dôsledkov.

2.2.5 Kumulácia skúseností s rizikovým správaním

Analýza kumulácie skúseností s rizikovým správaním poskytuje komplexnejší pohľad na mieru zraniteľnosti žiakov, keďže jednotlivé formy rizikového správania sa v praxi často nevyskytujú izolovane, ale majú tendenciu sa navzájom kombinovať. Na základe súčtu skúseností s jednotlivými formami rizikového správania boli žiaci rozdelení do troch skupín: žiaci bez skúsenosti s rizikovým správaním, žiaci so skúsenosťou s jednou formou rizikového správania a žiaci so skúsenosťou s viacerými formami rizikového správania.

Graf 20: Kumulácia skúseností s rizikovým správaním medzi žiakmi (v %)



Výsledky ukazujú, že iba malá časť žiakov neuvádza žiadnu skúsenosť s rizikovým správaním. Do tejto skupiny patrí 8,1 % respondentov, zatiaľ čo 24,2 % žiakov má skúsenosť s jednou formou rizikového správania. Najvýraznejším zistením je však skutočnosť, že viac než dve tretiny žiakov (67,7 %) uvádzajú skúsenosť s viacerými formami rizikového správania počas jedného školského roka. Tento údaj poukazuje na vysokú mieru kumulácie rizík v populácii žiakov základných a stredných škôl a naznačuje, že rizikové správanie je pre značnú časť žiakov viacrozmerným javom.

Pri porovnaní podľa pohlavia (**Tabuľka 5**) sa preukázali štatisticky významné rozdiely (χ^2 = 27,543; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,108). Chlapci výrazne častejšie než dievčatá patria do skupiny žiakov so skúsenosťou s viacerými formami rizikového správania (72,7 % chlapcov oproti 62,8 % dievčat). Naopak, dievčatá častejšie uvádzali skúsenosť len s jednou formou rizikového správania (28,3 % oproti 19,9 % u chlapcov). Tieto rozdiely naznačujú, že hoci rizikové správanie nie je viazané výlučne na jedno pohlavie, u chlapcov má častejšie kumulatívny charakter, čo môže zvyšovať mieru ich celkovej zraniteľnosti.

Vek žiakov sa ukazuje ako jeden z najsilnejších faktorov ovplyvňujúcich kumuláciu rizikového správania (χ^2 = 86,199; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,135). Kým u 12-ročných žiakov uvádza skúsenosť s viacerými formami rizikového správania 57,3 %, tento podiel s rastúcim vekom výrazne narastá a u 18-ročných žiakov dosahuje až 87,8 %. Súčasne klesá podiel žiakov bez akejkoľvek skúsenosti s rizikovým správaním, ktorý je u najstarších respondentov už marginálny. Tieto zistenia poukazujú na postupnú kumuláciu rizikových skúseností v priebehu adolescencie, čo zdôrazňuje potrebu skorších a systematických preventívnych zásahov (**Tabuľka 5**).

Štatisticky významné rozdiely sa potvrdili aj podľa typu navštevovanej školy ($\chi^2 = 26{,}925$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,075). Najvyšší podiel žiakov so skúsenosťou s viacerými formami rizikového správania bol zaznamenaný u žiakov stredných odborných škôl (74,0 %), nasledovaných gymnáziami (69,8 %) a základnými školami (63,2 %). Zároveň práve medzi žiakmi základných škôl bol najvyšší podiel respondentov bez akejkoľvek skúsenosti s rizikovým správaním (10,4 %). Tento rozdiel odráža jednak vekové zloženie žiakov, ale aj rozdielne školské a sociálne prostredia.

Tabuľka 5: Kumulácia skúseností s rizikovým správaním podľa pohlavia a veku (v %)

Skupina	Bez skúseností	Jedna forma	Viaceré formy
Pohlavie			
Chlapci	7,4	19,9	72,7
Dievčatá	8,9	28,3	62,8
Vek			
12 rokov	7,6	35,1	57,3
13 rokov	6,9	26,5	66,6
14 rokov	15,9	23,3	60,9
15 rokov	7,2	26,1	66,7
16 rokov	4,7	25,7	69,6
17 rokov	7,7	16,6	75,8
18 rokov	3,1	9,2	87,8
Spolu	**8,1**	**24,2**	**67,7**

Poznámka: Kategória „bez skúsenosti“ zahŕňa žiakov, ktorí neuviedli žiadnu skúsenosť s rizikovým správaním počas školského roka. Kategória „jedna forma“ zahŕňa žiakov so skúsenosťou s jednou formou rizikového správania a kategória „viaceré formy“ žiakov so skúsenosťou s dvoma a viac formami.

Rozdiely podľa veľkosti bydliska sú síce štatisticky významné ($\chi^2 = 16{,}174$; $p = 0{,}013$; Cramer's V = 0,058), avšak vecná sila vzťahu je slabšia. Napriek tomu možno pozorovať, že žiaci z obcí a menších sídiel častejšie uvádzajú skúsenosť s viacerými formami rizikového správania (70,5 % v obciach), zatiaľ čo v malých mestách je tento podiel mierne nižší (62,9 %). Tieto rozdiely môžu súvisieť s obmedzenejšími možnosťami voľnočasových aktivít, dostupnosťou služieb či špecifikami miestnych sociálnych sietí.

Analýza podľa krajov taktiež potvrdila štatisticky významné rozdiely ($\chi^2 = 46{,}126$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,099). Najvyšší podiel žiakov bez skúsenosti s rizikovým správaním bol zaznamenaný v Banskobystrickom a Bratislavskom kraji, zatiaľ čo v Trnavskom, Trenčianskom a Prešovskom kraji bol vyšší podiel žiakov so skúsenosťou s viacerými formami rizikového správania. Regionálne rozdiely naznačujú vplyv širších sociálnych, ekonomických a kultúrnych faktorov, ktoré môžu formovať správanie žiakov.

Z interpretačného hľadiska zistenia jednoznačne poukazujú na vysokú mieru kumulácie rizikových skúseností medzi žiakmi, pričom viaceré rizikové správania sa u značnej časti respondentov navzájom prekrývajú. Kumulácia rizík zvyšuje pravdepodobnosť negatívnych dôsledkov na psychické zdravie, školský výkon aj sociálne fungovanie žiakov. Osobitnú pozornosť si vyžadujú chlapci, starší žiaci, žiaci stredných odborných škôl a niektoré regionálne skupiny, u ktorých sa kumulatívne rizikové správanie vyskytuje najčastejšie. Tieto skupiny predstavujú kľúčové cieľové skupiny pre systematickú, včasnú a dlhodobú podporu a preventívne intervencie zo strany škôl, odborných tímov a ďalších inštitúcií.

2.3 Zvládanie rizikových situácií, rozhodovanie a vyhľadávanie pomoci

Schopnosť žiakov rozpoznať rizikovú situáciu, adekvátne na ňu reagovať a v prípade potreby vyhľadať pomoc predstavuje jeden z kľúčových ochranných faktorov v prevencii rizikového správania v období dospievania. Adolescencia je charakteristická zvýšenou citlivosťou na sociálne vplyvy, najmä rovesnícky tlak, ako aj postupným oslabovaním rodičovskej kontroly a narastajúcou potrebou autonómie (Steinberg, 2014). Spôsob, akým mladí ľudia zvládajú konfliktné, ohrozujúce alebo morálne dilemy, významne ovplyvňuje ich rozhodovanie a následné správanie.

Výskumy opakovane poukazujú na to, že žiaci, ktorí disponujú vyššou mierou sociálnych a komunikačných zručností, dokážu častejšie odmietnuť nevhodné podnety zo strany rovesníkov a sú zároveň ochotnejší vyhľadať pomoc v situáciách, ktoré presahujú ich vlastné zvládacie kapacity (Jessor, 2016; WHO, 2020). Naopak, nízka schopnosť odmietania, strach zo sociálneho vylúčenia alebo nedostatok dôvery v dospelých môže viesť k pasívnemu prijatiu rizikového správania, jeho zamlčiavaniu alebo k dlhodobému neriešeniu problémov.

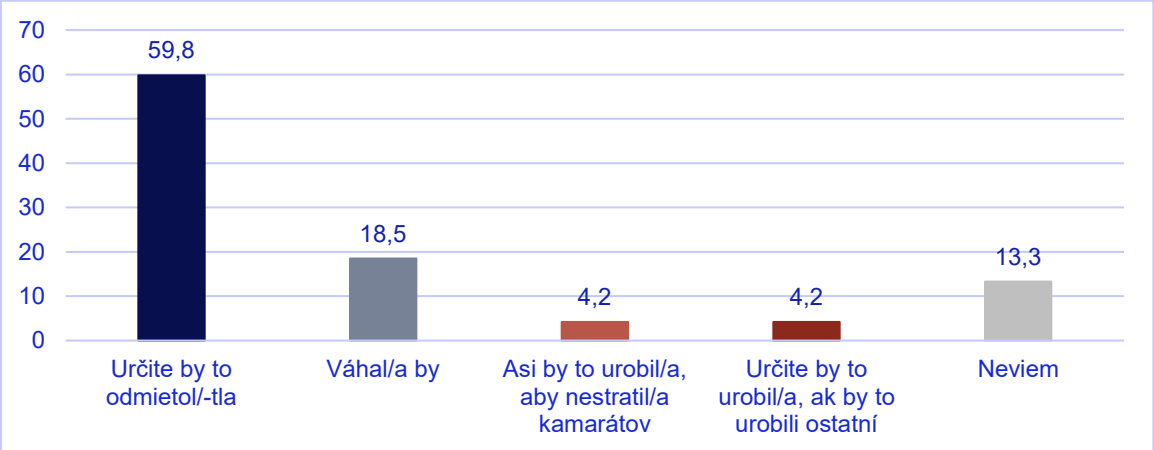
Významnú úlohu zohráva aj dostupnosť a vnímanie zdrojov pomoci. Škola, rodina, rovesníci a odborné služby predstavujú potenciálne oporné systémy, ktorých využívanie však závisí od skúseností žiakov, ich pocitu bezpečia a dôvery, ako aj od miery stigmatizácie spájanej s vyhľadávaním pomoci (Rickwood et al., 2007; OECD, 2019). Z hľadiska prevencie je preto dôležité nielen mapovať samotný výskyt rizikového správania, ale aj spôsoby, akými sa žiaci snažia riešiť problémové situácie a komu sa v prípade potreby zdôverujú.

Táto podkapitola sa zameriava na tri vzájomne prepojené oblasti: postoje žiakov k rovesníckemu tlaku a ich rozhodovanie v potenciálne rizikových situáciách, spôsoby riešenia problémov v prípadoch skúsenosti s násilím, šikanovaním alebo inými ohrozujúcimi javmi, ako aj vyhľadávanie formálnej a neformálnej pomoci. Na základe týchto zistení budú analyzované rozdiely v správaní a postojoch žiakov podľa vybraných sociodemografických charakteristík a diskutované ich implikácie pre preventívne pôsobenie škôl a podporných služieb.

2.3.1 Postoje žiakov k rovesníckemu tlaku a rozhodovanie v rizikových situáciách

Postoje žiakov k rovesníckemu tlaku predstavujú významný indikátor ich schopnosti zvládať potenciálne rizikové situácie ešte predtým, než dôjde k samotnému rizikovému správaniu. Výsledky výskumu ukazujú, že **väčšina žiakov deklaruje odmietavý postoj k nahováraniu na nevhodné alebo zakázané správanie**, čo možno považovať za dôležitý ochranný faktor. Takmer **šesť z desiatich respondentov (59,8 %)** uviedlo, že by takéto správanie **určite odmietli**, bez ohľadu na správanie svojich kamarátov. Táto skupina žiakov vykazuje vyššiu mieru sebaistoty, autonómie v rozhodovaní a schopnosti stanoviť si osobné hranice v sociálnych vzťahoch.

Graf 21: Postoje žiakov k nahováraniu na nevhodné alebo zakázané správanie (v %)



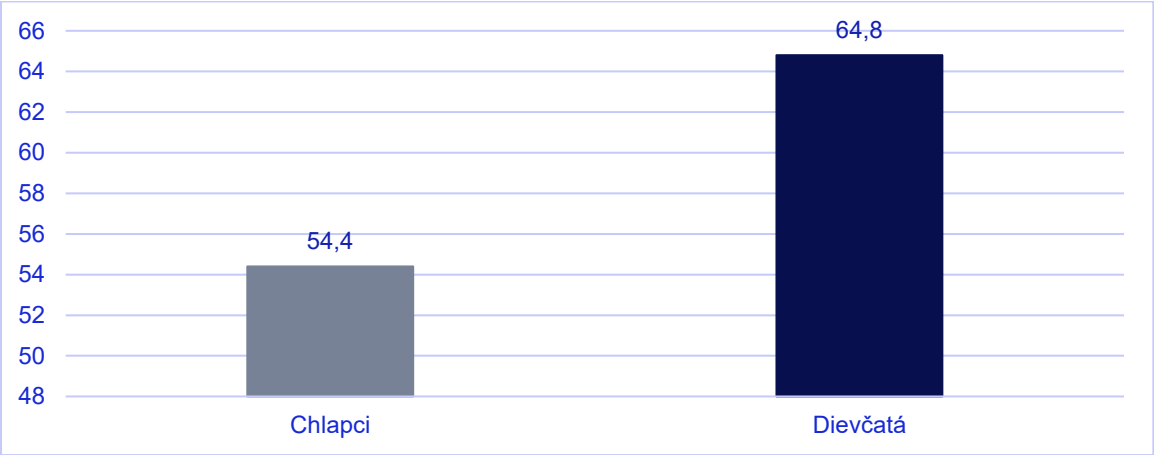
Znenie otázky: *Čo by si urobil/a, keby ťa kamarát/-tka nahováral/a, aby si urobil/a niečo nevhodné alebo zakázané (napr. pitie alkoholu, fajčenie, záškoláctvo, zobrať alebo ničiť cudzie veci a pod.). N=2 344*

Na druhej strane, **približne pätina žiakov (18,5 %)** uviedla, že by v takejto situácii **váhala**, čo naznačuje vnútorný konflikt medzi osobným presvedčením a potrebou zachovať si dobré vzťahy s rovesníkmi. Táto skupina predstavuje potenciálne rizikovú skupinu, keďže ich rozhodovanie môže byť silne ovplyvnené kontextom konkrétnej situácie, intenzitou tlaku a správaním rovesníckej skupiny. **Ďalších 8,4 % žiakov** by sa priklonilo k rizikovému správaniu buď v prípade, že by ho realizovali aj ostatní, alebo zo strachu zo straty kamarátov, čo poukazuje na vyššiu mieru konformity a zraniteľnosti voči sociálnemu tlaku. **Neistotu vo**

vlastnej reakcii vyjadrilo **13,3 % respondentov**, čo môže signalizovať nedostatok skúseností, nízku sebadôveru alebo absenciu jasných vnútorných noriem.

Analýza rozdielov podľa pohlavia potvrdila **štatisticky významnú súvislosť** medzi pohlavím a postojom k rovesníckemu tlaku ($\chi^2 = 31{,}559$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,116). **Dievčatá častejšie ako chlapci uvádzali jednoznačné odmietnutie** nahovárania na zakázané správanie (64,8 % vs. 54,4 %), zatiaľ čo **chlapci častejšie deklarovali váhanie alebo ochotu prispôsobiť sa skupine**, najmä z dôvodu zachovania sociálnych vzťahov. Tieto rozdiely poukazujú na odlišné vzorce sociálneho fungovania a zvládania tlaku medzi pohlaviami.

Graf 22: Jednoznačné odmietnutie rizikového správania podľa pohlavia („určite by to odmietol/a“, v %)



Významné rozdiely sa preukázali aj v súvislosti s vekom žiakov ($\chi^2 = 76{,}207$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,090). **Najvyššiu mieru jednoznačného odmietnutia rizikového správania uvádzali najmladší respondenti**, pričom s rastúcim vekom mierne klesá podiel tých, ktorí by správanie určite odmietli, a zároveň narastá podiel žiakov váhajúcich alebo neistých. Tento trend môže súvisieť so zvyšujúcou sa orientáciou na rovesnícku skupinu v období adolescencie, ako aj s komplexnejšími sociálnymi vzťahmi a silnejším tlakom na konformitu.

Rozdiely sa potvrdili aj podľa typu navštevovanej školy ($p < 0{,}01$), pričom **žiaci stredných odborných škôl o niečo častejšie deklarovali jednoznačné odmietnutie** v porovnaní so žiakmi základných škôl a gymnázií. Hoci ide o rozdiely menšieho rozsahu (Cramer's V = 0,076), poukazujú na odlišné sociálne normy a skupinové dynamiky v jednotlivých typoch škôl.

Z hľadiska veľkosti bydliska sa ukázala **štatisticky významná súvislosť** ($p < 0{,}01$; Cramer's V = 0,064), pričom **žiaci z obcí a menších miest častejšie deklarovali jednoznačné odmietnutie** rizikového správania než žiaci z veľkých miest. Naopak, v mestskom prostredí bol zaznamenaný mierne vyšší podiel váhajúcich alebo neistých odpovedí, čo môže súvisieť s rozmanitejšími sociálnymi prostrediami, širšou ponukou rizikových príležitostí a slabšími sociálnymi väzbami.

Najvýraznejšie rozdiely sa prejavili na regionálnej úrovni ($\chi^2 = 91{,}475$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,099). Medzi jednotlivými krajmi existujú rozdiely v miere odmietania, váhania aj poddajnosti voči rovesníckemu tlaku, čo poukazuje na vplyv regionálnych sociokultúrnych špecifík, lokálnych noriem a dostupnosti preventívnych aktivít.

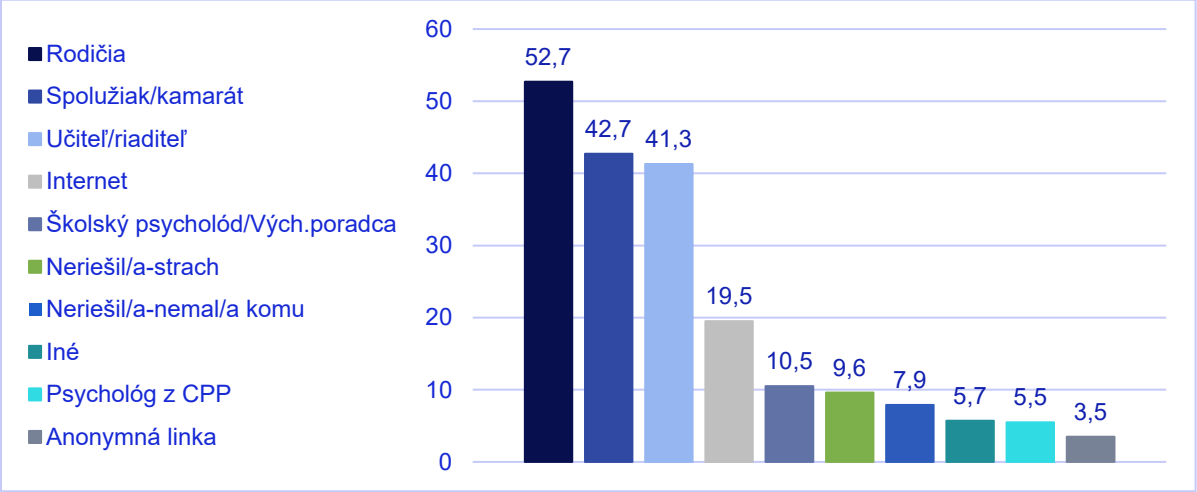
Celkovo možno konštatovať, že hoci väčšina žiakov disponuje pomerne vysokou mierou odolnosti voči rovesníckemu tlaku, **významná časť populácie zostáva zraniteľná**, najmä v situáciách, kde sa rozhodovanie odohráva pod sociálnym tlakom a v kontexte potreby prijatia rovesníkmi. Tieto zistenia zdôrazňujú potrebu systematického rozvíjania sociálnych a komunikačných zručností, asertivity a schopnosti odmietania v rámci preventívnych programov na školách, so zohľadnením vekových, rodových a regionálnych rozdielov.

2.3.2 Spôsoby riešenia problémových a ohrozujúcich situácií

Výsledky ukazujú, že **viac než tri pätiny žiakov (63,9 %) uviedli, že sa nestali obeťou násilia, šikanovania, kyberšikanovania alebo iného problému**. Skúsenosť s niektorou z uvedených problémových situácií teda priznala približne tretina respondentov. Pri interpretácii ďalších zistení je preto dôležité vychádzať zo skupiny tých žiakov, ktorí problém reálne zažili a mohli ho nejakým spôsobom riešiť.

Medzi žiakmi, ktorí sa s problémovou alebo ohrozujúcou situáciou stretli, prevládali predovšetkým **neformálne spôsoby riešenia**, teda obrátenie sa na rodičov, kamarátov alebo blízke osoby. **Najčastejšie sa žiaci zdôverili rodičom (52,7 %)**, čo potvrdzuje, že rodina zostáva aj v období dospievania hlavným zdrojom podpory pri riešení závažnejších osobných problémov. Relatívne často žiaci uvádzali aj to, že problém oznámili **učiteľovi alebo riaditeľovi školy (41,3 %)** a že sa zverili **spolužiakovi alebo kamarátovi (42,7 %)**. Tieto výsledky naznačujú, že pri riešení problémových situácií zohrávajú významnú úlohu súčasne rodina, rovesníci aj školské prostredie, hoci intenzita využívania jednotlivých zdrojov podpory sa líši.

Graf 23: Spôsoby riešenia problémových a ohrozujúcich situácií medzi žiakmi, ktorí sa stali obeťou násilia, šikanovania alebo iného problému (v %)



Znenie otázky: Ak si sa stal/a obeťou násilia, šikanovania, kyberšikanovania alebo iného problému, ako si sa ho pokúsil/a riešiť? N=1 841. Súčet presahuje 100 % pre možnosti uvedenia viacerých odpovedí.

Výrazne menej časté bolo vyhľadanie **odbornej pomoci**. So školským psychológom alebo výchovným poradcom hovorilo **10,5 % žiakov**, s odborníkom z centra poradenstva a prevencie **5,5 %** a anonymnú linku pomoci využilo len **3,5 %** respondentov. Riešenie na internete hľadalo **19,5 % žiakov**, čo naznačuje, že časť respondentov uprednostňuje anonymnejšie a menej formálne zdroje podpory. Z preventívneho hľadiska je dôležité aj zistenie, že **časť žiakov problém neriešila s nikým – 9,6 % zo strachu hovoriť o ňom** a **7,9 % preto, že nemali komu sa zdôveriť**. Práve tieto skupiny možno považovať za osobitne zraniteľné, keďže pri probléme zostávajú bez sociálnej opory alebo bez dôvery v dostupné zdroje pomoci.

Pri porovnaní podľa pohlavia sa ukazuje, že **dievčatá častejšie než chlapci vyhľadávali podporu v medziľudských vzťahoch**. Častejšie sa obracali na rodičov (55,0 % oproti 50,3 %), spolužiakov alebo kamarátov (44,6 % oproti 40,4 %) a o niečo častejšie aj na školského psychológa alebo výchovného poradcu (11,9 % oproti 8,8 %). Naopak, chlapci mierne častejšie uvádzali, že problém oznámili učiteľovi alebo riaditeľovi (45,4 % oproti 37,7 %) a častejšie než dievčatá deklarovali, že problém s nikým neriešili preto, že nemali komu o ňom povedať (9,4 % oproti 6,5 %). Tieto rozdiely naznačujú odlišné vzorce zvládania problémových situácií, pričom dievčatá častejšie mobilizujú vzťahové zdroje podpory, zatiaľ čo u chlapcov sa o niečo viac prejavuje tendencia riešiť problém formálne alebo zostať bez neformálnej opory.

Tabuľka 6: Vybrané spôsoby riešenia problémových a ohrozujúcich situácií podľa pohlavia, veku a typu školy (v %)

Skupina		Povedal/a rodičom	Povedal/a spolužiakovi, kamarátovi	Oznámil/a učiteľovi alebo riaditeľovi	Neriešil/a s nikým, bál/a sa hovoriť	Neriešil/a s nikým, nemal/a komu povedať
Pohlavie	chlapci	50,3	40,4	45,4	8,3	9,4
	dievčatá	55,0	44,6	37,7	10,9	6,5
Vek	12 rokov	66,3	23,3	65,1	10,5	11,6
	13 rokov	62,7	49,3	44,8	10,0	6,0
	14 rokov	50,0	29,2	45,1	9,7	7,6
	15 rokov	57,5	42,5	37,9	9,8	12,1
	16 rokov	37,1	53,8	30,3	9,1	8,3
	17 rokov	46,8	47,5	36,9	7,8	4,3
	18 rokov	37,2	46,5	25,6	14,0	4,7
Typ školy	ZŠ	58,1	38,3	48,5	10,0	8,1
	GYM	47,3	46,9	39,2	6,9	6,9
	SOŠ	46,8	47,8	27,9	11,9	8,5

Rozdiely podľa veku naznačujú zaujímavý vývinový trend. **Mladší žiaci sa častejšie obracali na rodičov a učiteľov**, kým u starších respondentov rastie význam rovesníkov a čiastočne aj odborných zdrojov. Rodičom sa zdôverilo 66,3 % dvanásťročných a 62,7 % trinásťročných respondentov, no u starších vekových skupín tento podiel klesá. Podobný trend vidno aj pri učiteľovi alebo riaditeľovi, ktorého uviedlo 65,1 % dvanásťročných, ale len 25,6 % osemnásťročných respondentov. Naopak, podiel žiakov, ktorí problém riešili s kamarátom alebo spolužiakom, je vyšší najmä u starších adolescentov, napríklad vo veku 16 rokov dosahuje 53,8 %. Tieto zistenia odrážajú vývinovo podmienený presun dôvery od dospelých autorít smerom k rovesníckej skupine. Zároveň však ukazujú, že časť starších žiakov zostáva bez podpory – najmä ak problém s nikým neriešia alebo ho riešia len neformálne.

Podľa typu školy sa ukazuje, že **žiaci základných škôl častejšie riešili problém prostredníctvom dospelých**, zatiaľ čo na stredných školách mierne rastie význam rovesníkov a odborníkov. Na rodičov sa obrátilo 58,1% žiakov základných škôl, ale len 47,3 % gymnazistov a 46,8 % žiakov stredných odborných škôl. Učiteľovi alebo riaditeľovi problém oznámilo 48,5 % žiakov základných škôl, kým medzi žiakmi stredných odborných škôl to bolo 27,9 %. Naopak, spolužiak alebo kamarát zohrával významnejšiu úlohu na stredných školách, kde tento spôsob riešenia uviedlo 46,9 % gymnazistov a 47,8 % žiakov stredných odborných škôl. So školským psychológom alebo výchovným poradcom hovorili častejšie stredoškoláci než žiaci základných škôl. Tieto rozdiely možno interpretovať ako dôsledok vyššej samostatnosti starších žiakov, ale aj ako prejav menšej spontánnej orientácie na rodičov a učiteľov pri riešení problémov.

Rozdiely podľa veľkosti bydliska nie sú také výrazné ako pri veku či type školy, napriek tomu ukazujú isté odlišnosti vo vzorcoch hľadania pomoci. Žiaci z obcí a dedín častejšie uvádzali obrátenie sa na rodičov (56,6 %) aj na učiteľa alebo riaditeľa (43,4 %), zatiaľ čo žiaci z veľkých miest častejšie hľadali riešenie na internete (25,7 %) a mierne častejšie uvádzali aj to, že problém neriešili zo strachu hovoriť o ňom (13,3 %). Môže to súvisieť s rozdielnou dostupnosťou a dôverou v neformálne a formálne zdroje podpory v rôznych typoch sídel.

Regionálne rozdiely naznačujú, že spôsoby riešenia problémov sú do istej miery podmienené aj širším sociálnym a kultúrnym prostredím. Napríklad v Košickom kraji bol mimoriadne vysoký podiel žiakov, ktorí problém oznámili učiteľovi alebo riaditeľovi (67,9 %), kým v Trenčianskom kraji bol tento podiel nižší (25,3 %). V Prešovskom kraji sa častejšie objavovalo zdôverenie sa rodičom (64,6 %), zatiaľ čo využitie školského psychológa bolo najvyššie v Žilinskom kraji (19,4 %). Rozdiely medzi krajmi však treba interpretovať opatrne, skôr ako indíciu rôznej

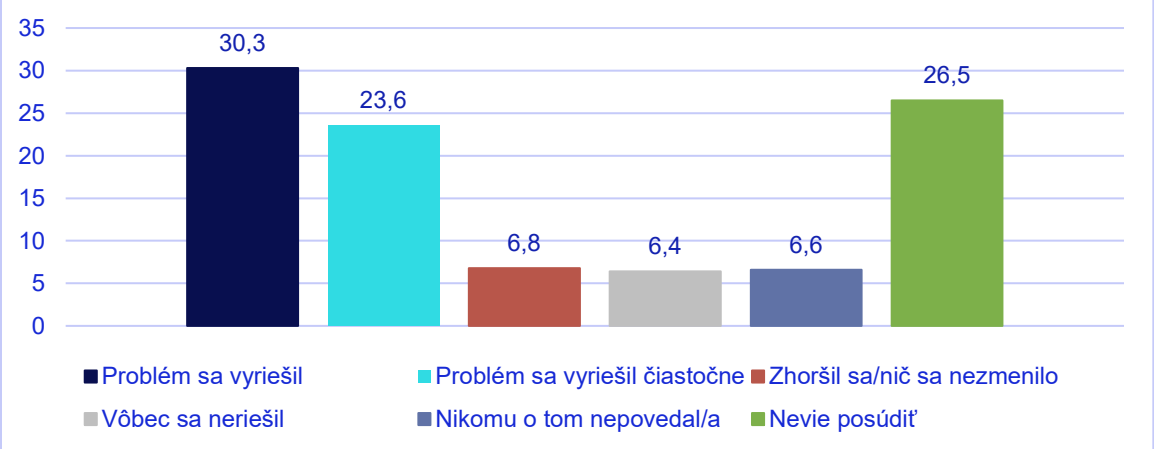
školskej klímy, dostupnosti odbornej podpory a miestnych vzorcov dôvery než ako jednoznačný dôkaz systémových regionálnych nerovností.

Celkovo výsledky ukazujú, že žiaci najčastejšie riešia problém prostredníctvom **blízkych a dôverných vzťahov**, predovšetkým v rodine a medzi rovesníkmi, pričom formálne a odborné zdroje pomoci využívajú podstatne menej. Hoci je pozitívne, že väčšina žiakov problém aspoň s niekým rieši, znepokojujúce je, že časť respondentov zostáva v náročnej situácii bez podpory – či už zo strachu, alebo pre absenciu dôveryhodnej osoby. Z hľadiska prevencie to zdôrazňuje potrebu posilňovať dôveru žiakov v školské podporné mechanizmy, zvyšovať dostupnosť odbornej pomoci a zároveň rozvíjať takú školskú klímu, v ktorej bude pre žiakov prirodzené hovoriť o problémoch a vyhľadávať pomoc.

2.3.3 Vyhľadávanie pomoci a preferované zdroje podpory

Dôležitou súčasťou zvládania problémových a ohrozujúcich situácií je nielen samotné rozhodnutie problém niekomu oznámiť, ale aj to, **do akej miery žiaci vnímajú, že im poskytnutá pomoc bola účinná**. Výsledky ukazujú, že medzi žiakmi, ktorí sa s problémovou situáciou stretli a vedeli posúdiť jej ďalší priebeh, bolo **úplné vyriešenie problému potvrdené v 30,3 % prípadov** a **čiastočné vyriešenie v ďalších 23,6 % prípadov**. Spolu teda možno konštatovať, že viac než polovica respondentov vnímala, že po oznámení problému alebo vyhľadaní pomoci došlo aspoň k čiastočnému posunu k lepšiemu. Na druhej strane **6,8 % žiakov uviedlo, že sa situácia zhoršila alebo sa nič nezmenilo**, **6,4 % respondentov konštatovalo, že sa problém vôbec neriešil**, a **6,6 % priznalo, že o probléme nikomu nepovedali**. Relatívne vysoký je aj podiel odpovede **„neviem posúdiť“ (26,5 %)**, čo môže naznačovať nejednoznačný výsledok riešenia, časový odstup, ale aj neistotu žiakov pri hodnotení účinnosti pomoci.

Graf 24: Hodnotenie výsledku riešenia problémovej situácie medzi žiakmi, ktorí o probléme niekomu povedali alebo ho vedeli posúdiť (v %)



Znenie otázky: Ak si o tom niekomu povedal/a, vyriešilo sa to? N=975

Pri porovnaní podľa pohlavia sa preukázali **štatisticky významné rozdiely** ($\chi^2 = 12{,}054$; $p = 0{,}034$; Cramer's V = 0,111), hoci so slabšou vecnou silou vzťahu. Základný podiel žiakov, ktorí uviedli, že sa problém vyriešil, bol u chlapcov a dievčat veľmi podobný (29,8 % vs. 30,8 %), rozdiely sa však objavili pri čiastočnom vyriešení a pri negatívnejšom hodnotení výsledku. **Chlapci častejšie uvádzali, že sa problém vyriešil len čiastočne** (28,1 % oproti 19,3 % u dievčat), zatiaľ čo **dievčatá o niečo častejšie konštatovali, že sa situácia zhoršila, nič sa nezmenilo alebo sa problém vôbec neriešil**. Tieto rozdiely môžu naznačovať odlišné očakávania voči pomoci, ale aj rozdielne prežívanie a hodnotenie podpory zo strany chlapcov a dievčat.

Významné rozdiely sa ukázali aj podľa veku žiakov ($\chi^2 = 66{,}589$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,117). **Najmladší respondenti častejšie uvádzali, že sa problém úplne vyriešil**, pričom u 12-ročných žiakov tento podiel dosahoval 42,5 %. S rastúcim vekom však podiel jednoznačne

pozitívne hodnotených výsledkov klesá a zároveň narastá podiel odpovedí „neviem posúdiť“. U 16- a 17-ročných respondentov už táto neistota dosahuje 34,4 % až 38,5 %. Tento trend môže súvisieť s komplexnejšou povahou problémov v staršej adolescencii, s vyššou citlivosťou na kvalitu medziľudských vzťahov, ale aj s väčšou rezervovanosťou starších žiakov voči účinnosti pomoci zo strany dospelých alebo inštitúcií. Zároveň sa u najstarších vekových skupín objavuje aj vyšší podiel žiakov, ktorí uviedli, že sa situácia nezlepšila alebo sa dokonca zhoršila.

Tabuľka 7: Hodnotenie výsledku riešenia problémovej situácie podľa pohlavia, veku a typu školy (v %)

Skupina		Problém sa vyriešil	Problém sa vyriešil čiastočne	Zhoršil sa/nič sa nezmenilo	Vôbec sa neriešil	Nikomu o tom nepovedal/a	Nevie posúdiť
Pohlavie	chlapci	29,8	28,1	5,8	5,4	6,2	24,8
	dievčatá	30,8	19,3	7,8	7,4	6,8	27,9
Vek	12 rokov	42,5	23,0	6,9	2,3	8,0	17,2
	13 rokov	30,6	30,1	7,2	8,1	5,7	18,2
	14 rokov	28,7	28,0	3,3	6,0	6,7	27,3
	15 rokov	37,6	18,5	8,4	6,7	5,6	23,0
	16 rokov	27,8	15,9	4,0	9,9	7,9	34,4
	17 rokov	20,3	23,6	8,1	4,1	5,4	38,5
	18 rokov	20,8	27,1	14,6	2,1	8,3	27,1
Typ školy	ZŠ	33,2	28,2	5,6	6,4	6,2	20,4
	GYM	29,7	20,1	7,3	6,2	5,8	30,9
	SOŠ	24,3	16,5	9,2	5,8	7,8	36,4

Štatisticky významné rozdiely boli zistené aj podľa typu navštevovanej školy ($\chi^2 = 34,377$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,133). **Žiaci základných škôl častejšie uvádzali, že sa problém vyriešil úplne alebo aspoň čiastočne** (33,2 % a 28,2 %), zatiaľ čo medzi gymnazistami a najmä žiakmi stredných odborných škôl sa častejšie objavovala neistota pri hodnotení výsledku. V stredných odborných školách dosiahol podiel odpovede „neviem“ až 36,4 %, čo môže naznačovať nižšiu dôveru v efektívnosť pomoci, nejasné výsledky riešenia alebo menšiu mieru otvorenej komunikácie o priebehu riešenia problémov. Tieto zistenia naznačujú, že mladší žiaci a žiaci základných škôl môžu mať v priemere jasnejšiu skúsenosť s podporou, zatiaľ čo v starších vekových a školských skupinách je situácia menej jednoznačná.

Rozdiely podľa veľkosti bydliska sa ukázali ako štatisticky významné ($\chi^2 = 37,102$; $p = 0,001$; Cramer's V = 0,113). **Žiaci z veľkých miest častejšie uvádzali, že sa problém vyriešil úplne** (37,5 %), zatiaľ čo u žiakov z menších miest a obcí bol vyšší podiel neistých odpovedí. V obciach a dedinách dosiahol podiel odpovede „neviem“ 30,4 %, podobne vysoký bol aj v malých mestách (30,2 %). Tieto rozdiely môžu súvisieť s odlišnou dostupnosťou odbornej pomoci, so spôsobom komunikácie o problémoch alebo s rozdielnou mierou dôvery v dostupné podporné mechanizmy v rôznych typoch sídel.

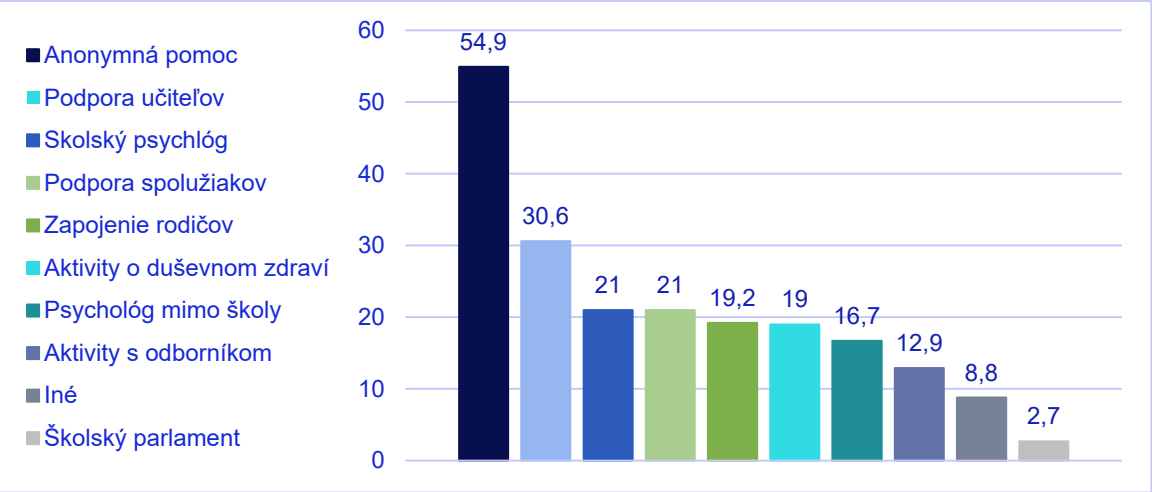
Najvýraznejšie rozdiely sa prejavili na regionálnej úrovni ($\chi^2 = 84,604$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,132). Podiel žiakov, ktorí uviedli, že sa problém vyriešil, sa medzi krajmi pohyboval od 23,2 % v Trenčianskom kraji po 37,2 % v Košickom kraji. Zároveň v niektorých krajoch výraznejšie dominovali čiastočne pozitívne alebo neisté hodnotenia. Napríklad v Žilinskom kraji až 34,6 % respondentov uviedlo, že nevie posúdiť výsledok riešenia, kým v Trnavskom kraji bol relatívne vysoký podiel čiastočne pozitívnych hodnotení (33,8 %). Regionálne rozdiely treba interpretovať opatrne, skôr ako prejav odlišných podmienok riešenia problémov, dôvery v pomoc a školskej klímy než ako jednoznačný obraz kvality podpory v jednotlivých krajoch.

Celkovo výsledky naznačujú, že **vyhľadanie pomoci má pre značnú časť žiakov pozitívny alebo aspoň čiastočne pozitívny efekt**, no zároveň ukazujú, že výsledok pomoci nie je pre všetkých respondentov jednoznačne priaznivý. Z hľadiska prevencie je dôležité, že časť žiakov problém vôbec nekomunikovala alebo nedokázala posúdiť, či pomoc viedla k zlepšeniu. To poukazuje na potrebu nielen zvyšovať dostupnosť pomoci, ale aj posilňovať dôveru žiakov v to, že zverenie sa alebo vyhľadanie podpory môže mať reálny a zrozumiteľný výsledok. Pri

ďalšej interpretácii tejto oblasti bude dôležité doplniť aj pohľad na to, **aké formy podpory by žiaci sami uvítali**, teda aké zdroje a typy pomoci považujú za najpotrebnejšie.

Výsledky týkajúce sa preferovaných foriem podpory ukazujú, že žiaci pri predstave riešenia problémov v škole alebo v osobnom živote **najviac oceňujú dostupnosť dôvernej, bezpečnej a odbornej pomoci**. Najvyšší podiel respondentov uviedol, že by uvítal **možnosť anonymne sa poradiť s odborníkom**, napríklad prostredníctvom anonymnej linky pomoci, psychológa alebo sociálneho pracovníka. Túto možnosť označilo **54,9 % žiakov**, čo z nej robí jednoznačne najpreferovanejší typ podpory. Výsledok naznačuje, že pre veľkú časť žiakov je pri riešení problémov kľúčová anonymita, diskrétnosť a možnosť hovoriť o citlivých témach bez obavy z odsúdenia alebo stigmatizácie.

Graf 25: Preferované formy podpory pri riešení problémov v škole alebo v osobnom živote (v %)



Znenie otázky: Ak by si mal/a nejaký problém v škole alebo v osobnom živote, akú podporu by si uvítal/a? N=4 88. Súčet presahuje 100 % pre možnosti uvedenia viacerých odpovedí.

Ďalšími relatívne často preferovanými zdrojmi podpory boli **väčšia podpora zo strany učiteľov (30,6 %)**, ako aj **individuálne konzultácie so školským psychológom (21,0 %)** a **väčšia podpora a porozumenie od spolužiakov (21,0 %)**. Významný podiel respondentov by ocenil aj **väčšie zapojenie rodičov do riešenia problémov žiakov (19,2 %)** a **viac prednášok, besied a aktivít o duševnom zdraví a riešení problémov (19,0 %)**. Menej často žiaci uvádzali potrebu **navštíviť psychológa mimo školy (16,7 %)**, **opakované aktivity s odborníkom (12,9 %)** a len zriedkavo by riešenie problémov spájali so **zástupcami žiakov v školskom parlamente (2,7 %)**. Tieto zistenia naznačujú, že žiaci síce vnímajú význam formálnej odbornej pomoci, no ešte silnejšie zdôrazňujú potrebu dôveryhodných, ľahko dostupných a menej formálne pôsobiacich foriem podpory.

Pri porovnaní podľa pohlavia sa ukazujú zreteľné rozdiely v preferovaných formách podpory. **Dievčatá častejšie než chlapci uvádzali záujem o individuálnejšie a odbornejšie formy pomoci**, najmä o konzultácie so školským psychológom (25,3 % oproti 16,5 %), o možnosť navštíviť psychológa mimo školy (22,0 % oproti 10,9 %) a o väčšie zapojenie rodičov (23,1 % oproti 15,3 %). Dievčatá tiež častejšie deklarovali záujem o aktivity zamerané na duševné zdravie. Naopak, chlapci o niečo častejšie uvádzali väčšiu podporu učiteľov a častejšie než dievčatá označovali možnosť riešenia problémov prostredníctvom školského parlamentu. Výsledky naznačujú, že dievčatá vo väčšej miere preferujú osobnú, vzťahovú a odbornú pomoc, zatiaľ čo u chlapcov sa mierne viac objavuje orientácia na všeobecnejšie alebo menej intímne formy podpory.

Z hľadiska veku zostáva anonymná odborná pomoc najpreferovanejšou možnosťou vo všetkých vekových skupinách, pričom jej podiel sa pohybuje približne od 48,7 % do 58,6 %. Vývinové rozdiely sú však výraznejšie pri ďalších formách podpory. **S rastúcim vekom narastá záujem o individuálne konzultácie so školským psychológom**, ktorý od 11,8 % u

dvanásťročných rastie až na 28,5 % u sedemnásťročných respondentov. Podobne rastie aj preferencia psychológa mimo školy, najmä vo veku 16 a 17 rokov, kde dosahuje viac než 23 %. Naopak, u mladších žiakov sa častejšie objavuje potreba väčšej podpory učiteľov a väčšieho zapojenia rodičov. Tieto rozdiely poukazujú na to, že s pribúdajúcim vekom žiaci častejšie uprednostňujú odbornú a individuálnu pomoc, zatiaľ čo mladší respondenti sa výraznejšie opierajú o podporu zo strany školy a rodiny.

Tabuľka 8: Vybrané preferované formy podpory podľa pohlavia, veku a typu školy (v %)

Skupina		Anonymná odborná pomoc	Väčšia podpora učiteľov	Individuálne konzultácie so šk. psychológom	Psychológ mimo školy
Pohlavie	chlapci	55,3	32,2	16,5	10,9
	dievčatá	54,8	29,4	25,3	22,0
Vek	12 rokov	55,9	33,3	11,8	11,3
	13 rokov	57,9	32,6	18,6	14,8
	14 rokov	48,7	34,5	18,0	12,4
	15 rokov	58,6	31,1	24,3	14,0
	16 rokov	52,5	24,9	20,3	23,4
	17 rokov	56,4	28,7	28,5	23,1
	18 rokov	52,6	31,6	21,1	12,6
Typ školy	ZŠ	55,1	33,1	16,7	11,9
	GYM	56,0	28,5	25,3	21,9
	SOŠ	53,3	28,8	24,5	20,1

Podľa typu školy sa ukazuje, že anonymná odborná pomoc je najžiadanejšou vo všetkých typoch škôl a jej podiel sa pohybuje okolo 55 %. Rozdiely sa však objavujú pri ďalších formách podpory. **Žiaci základných škôl častejšie uvádzali potrebu väčšej podpory učiteľov** (33,1 %) a častejšie označovali aj aktivity o duševnom zdraví. Naopak, **gymnazisti a žiaci stredných odborných škôl častejšie preferovali individuálne konzultácie so školským psychológom** a psychológa mimo školy. To naznačuje, že starší žiaci a žiaci stredných škôl vo väčšej miere vnímajú význam individualizovanej a odbornej podpory, zatiaľ čo mladší respondenti viac očakávajú pomoc od učiteľov a školy ako inštitúcie.

Rozdiely podľa veľkosti bydliska ukazujú, že **žiaci z veľkých miest častejšie než ostatní preferujú anonymnú odbornú pomoc (66,5 %)**, opakované aktivity s odborníkom (22,7 %) aj individuálne konzultácie so školským psychológom. Naopak, v obciach a menších sídlach sa o niečo častejšie objavuje požiadavka na väčšiu podporu učiteľov. Tento obraz možno interpretovať tak, že v mestskom prostredí sú žiaci citlivejší na potrebu špecializovaných, individuálnych a diskrétnych foriem podpory, zatiaľ čo v menších sídlach má väčší význam škola a učiteľ ako bezprostredne dostupný zdroj pomoci.

Aj regionálne rozdiely naznačujú, že očakávania žiakov voči podpore nie sú úplne jednotné. V niektorých krajoch je vyšší dopyt po psychologickej pomoci mimo školy, inde sa silnejšie objavuje potreba väčšieho zapojenia rodičov alebo podpory od spolužiakov. Tieto rozdiely možno chápať ako prejav odlišnej školskej klímy, dostupnosti služieb a lokálnych vzorcov dôvery v rôzne zdroje podpory. Z interpretačného hľadiska je však dôležitejšie než samotné regionálne poradie to, že naprieč krajmi sa opakovane potvrdzuje vysoký dopyt po anonymnej odbornej pomoci a po dostupných formách psychologickej podpory.

Celkovo výsledky ukazujú, že žiaci v prípade problémov **najviac očakávajú bezpečnú, diskrétnu a dôveryhodnú podporu**, ktorú možno vyhľadať bez obavy z hodnotenia alebo zverejnenia. Významná je však aj potreba podpory zo strany učiteľov, rodičov, spolužiakov a školských odborníkov. Z hľadiska preventívneho pôsobenia škôl to znamená, že efektívny systém pomoci by mal kombinovať **dostupné odborné služby, bezpečné anonymné formy kontaktu a podporné medziľudské vzťahy** v školskom aj rodinnom prostredí. Výsledky zároveň naznačujú, že žiaci nepotrebujú len jednorazové intervencie, ale aj dlhodobejšie a vzťahovo ukotvené formy podpory, ktoré zodpovedajú ich veku, skúsenostiam a sociálnemu prostrediu.

2.4 Preventívne aktivity v školskom prostredí

Preventívne aktivity realizované v školskom prostredí predstavujú dôležitú súčasť systematického pôsobenia na znižovanie výskytu rizikového správania u detí a mládeže. Ich význam spočíva nielen v odovzdávaní informácií o rizikách, ale aj v rozvíjaní sociálnych, komunikačných a sebaregulačných zručností, ktoré žiakom pomáhajú zvládať záťažové situácie, odolávať rovesníckemu tlaku a vyhľadávať pomoc v prípade problémov (WHO, 2020; UNODC, 2018). Účinná školská prevencia by pritom mala byť systematická, vekovo primeraná, dlhodobá a prepojená s každodenným fungovaním školy, nie založená len na jednorazových informačných aktivitách (OECD, 2019; EMCDDA, 2019).

Odborné zdroje zároveň poukazujú na to, že efektivita preventívnych aktivít závisí nielen od ich tematického obsahu, ale aj od spôsobu ich realizácie a od toho, kto ich zabezpečuje. Dôležitú úlohu zohráva odbornosť realizátorov, dôveryhodnosť voči žiakom, interaktívnosť použitých foriem práce a schopnosť prepájať prevenciu s reálnymi skúsenosťami žiakov (Nation et al., 2003; UNESCO, 2021). Škola tak v oblasti prevencie nevystupuje len ako miesto odovzdávania poznatkov, ale aj ako priestor, v ktorom sa formujú postoje, normy správania a dôvera žiakov v dostupnú pomoc.

Táto kapitola sa preto zameriava na to, **aké tematické oblasti prevencie sa podľa žiakov v školách objavujú, kto preventívne aktivity realizuje a akými formami sú uskutočňované**. Cieľom je opísať a interpretovať, do akej miery školské preventívne pôsobenie zodpovedá potrebám žiakov a aký obraz o preventívnych aktivitách poskytujú samotní respondenti.

2.4.1 Tematické zameranie preventívnych aktivít

Výsledky ukazujú, že školy sa podľa žiakov venujú pomerne širokému spektru preventívnych tém, pričom vo väčšine oblastí prevažuje skúsenosť, že sa im škola venovala aspoň raz. Zároveň sa však medzi jednotlivými témami objavujú výrazné rozdiely v intenzite aj rozsahu realizácie. Z hľadiska celkového zastúpenia patria medzi najčastejšie pokrývané oblasti **drogy a rozhodovanie**, ktorým sa školy podľa žiakov venovali aspoň raz v **75,5 % prípadov**, ďalej **násilie, šikanovanie a nátlak** (**75,6 %**), **sebapoznanie a hodnoty** (**75,8 %**) a **konflikty a tolerancia** (**74,6 %**). Relatívne často sa žiaci stretli aj s témami **ľudských práv a demokracie** (**73,8 %**) a **online rizík a dezinformácií** (**70,9 %**). Naopak, menej často školy podľa respondentov pokrývali tému **duševného zdravia a pomoci**, ktorej sa venovali len v **56,3 % prípadov**, a ešte menej tému **obchodovania s ľuďmi**, kde skúsenosť s preventívnym obsahom uviedlo **52,8 % žiakov**. Výsledky tak naznačujú, že školská prevencia je silnejšie orientovaná na tradičné rizikové oblasti, zatiaľ čo psychické zdravie a niektoré menej frekventované, no závažné spoločenské hrozby zostávajú pokryté slabšie (**Tabuľka 9**).

Pri bližšom pohľade na jednotlivé témy sa ukazuje, že najvyšší podiel odpovede **„áno, viackrát“** bol zaznamenaný pri témach **drogy a rozhodovanie** (**40,5 %**) a **násilie, šikanovanie a nátlak** (**40,2 %**). O niečo nižší, ale stále pomerne vysoký podiel opakovanej realizácie sa objavil pri **konfliktoch a tolerancii** (**35,0 %**), **sebapoznaní a hodnotách** (**34,4 %**) a **online rizikách a dezinformáciách** (**34,4 %**). Naopak, v oblasti **duševného zdravia a pomoci** uviedlo opakované venovanie sa téme len **22,6 % žiakov**, pri **obchodovaní s ľuďmi** to bolo dokonca iba **19,2 %**. Práve tieto dve témy sa zároveň vyznačovali aj najvyšším podielom odpovede „nie“, teda že sa im v škole vôbec nevenovali: **43,7 %** pri duševnom zdraví a **47,2 %** pri obchodovaní s ľuďmi. To naznačuje, že školská prevencia nie je v týchto oblastiach dostatočne systematická a výrazná časť žiakov s nimi neprichádza do kontaktu vôbec.

Tabuľka 9: Tematické zameranie preventívnych aktivít, ktorým sa školy podľa žiakov venovali (v %)

Tematická oblasť	Áno, viackrát	Áno, raz	Nie
Sebapoznanie a hodnoty	34,4	41,3	24,2
Komunikácia a predsudky	31,9	38,5	29,6
Konflikty a tolerancia	35,0	39,6	25,4
Násilie, šikanovanie a nátlak	40,2	35,4	24,5
Záškoláctvo a školská dochádzka	32,4	36,6	31,0
Rozmanitosť a rešpekt	28,0	42,3	29,8
Ľudské práva a demokracia	32,7	41,1	26,2
Drogy a rozhodovanie	40,5	35,1	24,5
Obchodovanie s ľuďmi	19,2	33,6	47,2
Online riziká a dezinformácie	34,4	36,4	29,1
Zdravý životný štýl	32,9	34,2	32,9
Duševné zdravie a pomoc	22,6	33,8	43,7

Znenie otázky: Akým z nasledujúcich tém ste sa v škole už venovali?

Pri porovnaní podľa pohlavia sa ukázalo, že **dievčatá častejšie než chlapci uvádzali opakované venovanie sa témam zameraným na medziľudské vzťahy, komunikáciu a psychosociálne aspekty prevencie**. Výraznejšie sa to prejavilo napríklad pri **sebapoznaní a hodnotách** (39,1 % dievčat oproti 29,7 % chlapcov; $\chi^2 = 26,153$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,107), pri **komunikácii a predsudkoch** (36,3 % oproti 27,4 %; $\chi^2 = 31,637$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,117), pri **konfliktoch a tolerancii** (38,7 % oproti 31,2 %; $\chi^2 = 23,227$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,101), ale aj pri témach **násilia a šikanovania** (46,9 % oproti 33,3 %; $\chi^2 = 55,296$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,155), **drog a rozhodovania** (47,0 % oproti 33,9 %; $\chi^2 = 43,091$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,137) či **online rizík a dezinformácií** (39,2 % oproti 29,6 %; $\chi^2 = 24,907$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,104). Tento obraz môže odrážať jednak odlišné vnímanie preventívnych aktivít medzi pohlaviami, ale aj to, že dievčatá sú vo všeobecnosti citlivejšie na vzťahové a komunikačné témy, a preto si ich realizáciu lepšie vybavujú.

Tabuľka 10: Vybrané preventívne témy, ktorým sa školy podľa žiakov venovali, podľa pohlavia, veku a typu školy (v %)

Skupina		Násilie, šikanovanie a nátlak	Drogy a rozhodovanie	Online riziká a dezinformácie	Duševné zdravie a pomoc
Pohlavie	chlapci	70,0	71,5	67,6	52,3
	dievčatá	80,9	79,3	73,8	60,1
Vek	12 rokov	69,5	63,2	59,9	54,4
	13 rokov	78,1	75,8	65,5	51,1
	14 rokov	74	74,3	69,0	52,5
	15 rokov	71,7	71,2	69,3	60,5
	16 rokov	79,2	79,1	76,1	52,1
	17 rokov	78,6	81,2	78,7	63,4
	18 rokov	75,5	88,1	76,9	68,9
Typ školy	ZŠ	75,3	73,0	66,3	53,8
	GYM	77,1	77,5	74,5	58,8
	SOŠ	73,9	78,4	75,0	59,0

Poznámka: Percentuálne údaje vyjadrujú súčet kategórií „áno, viackrát“ a „áno, raz“. Dopočet do 100 % vyjadruje kategóriu „nie“.

Významné rozdiely sa ukázali aj podľa veku, pričom pri viacerých témach možno pozorovať, že s rastúcim vekom rastie podiel žiakov, ktorí uvádzajú opakované venovanie sa preventívnym oblastiam. Tento trend je zreteľný najmä pri témach **násilia, šikanovania a nátlaku**, kde podiel odpovedí „áno, viackrát“ stúpa od **28,0 % u dvanásťročných** až po **49,2 % u sedemnásťročných** respondentov ($\chi^2 = 64,741$; $p < 0,001$; Cramer's V = 0,119). Podobne sa vekovo diferencuje aj téma **drog a rozhodovania**, kde opakovanú realizáciu uviedlo len **16,8 % dvanásťročných**, ale až **50,1 % sedemnásťročných** žiakov ($\chi^2 = 90,432$;

p < 0,001; Cramer's V = 0,140), a tiež téma **online rizík a dezinformácií**, pri ktorej sa podiel opakovaného venovania sa pohybuje od **23,9 % u dvanásťročných** po približne **42 % u pätnásť- a sedemnásťročných** respondentov (χ^2 = 79,685; p < 0,001; Cramer's V = 0,131). Tieto výsledky naznačujú, že školy niektoré preventívne témy zaraďujú viac do vyšších ročníkov, čo je pri časti obsahov pochopiteľné, no zároveň to znamená, že mladší žiaci môžu s niektorými rizikami prichádzať do kontaktu neskôr, než by bolo z preventívneho hľadiska optimálne.

Dôležité zistenia prináša aj porovnanie podľa typu školy. Pri témach **násilia, šikanovania a nátlaku** uvádzali opakované venovanie sa problematike častejšie žiaci **gymnázií (43,0 %) a stredných odborných škôl (44,1 %)** než žiaci základných škôl (36,6 %; χ^2 = 16,215; p = 0,003; Cramer's V = 0,059). Podobný vzorec sa objavil aj pri **drogách a rozhodovaní**, kde odpoveď „áno, viackrát“ uviedlo **47,7 % žiakov stredných odborných škôl**, **43,8 % gymnazistov** a **34,9 % žiakov základných škôl** (χ^2 = 28,421; p < 0,001; Cramer's V = 0,079), ako aj pri **online rizikách a dezinformáciách** (39,9 % na SOŠ, 40,4 % na gymnáziách a 27,8 % na ZŠ; χ^2 = 41,509; p < 0,001; Cramer's V = 0,095). Na druhej strane pri témach **komunikácie a predsudkov**, **ľudských práv a demokracie** a **zdravého životného štýlu** sa rozdiely podľa typu školy neukázali ako štatisticky významné, čo naznačuje rovnomernejšie rozloženie týchto tém naprieč typmi škôl. Dá sa teda konštatovať, že typ školy zohráva výraznejšiu úlohu najmä pri rizikových a bezpečnostných témach, menej už pri všeobecných výchovno-vzdelávacích obsahoch.

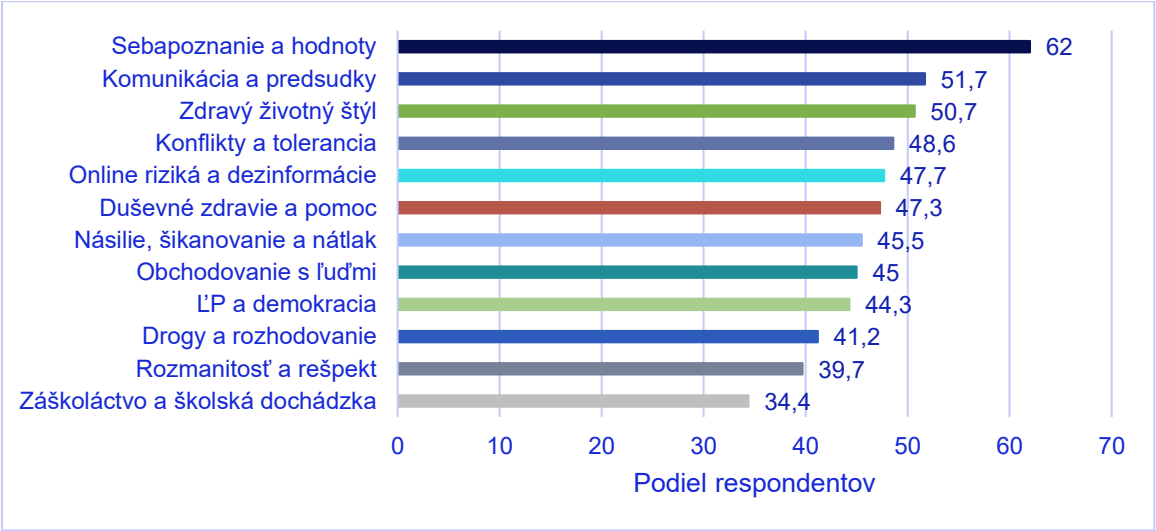
Osobitnú pozornosť si zaslúži téma **duševného zdravia a pomoci**, ktorá sa javí ako jedna z najviac poddimenzovaných oblastí školského preventívneho pôsobenia. Hoci ide o tému, ktorá v súčasných podmienkach dospievania nadobúda čoraz väčší význam, školy sa jej podľa respondentov venovali opakovane len v približne **jednej pätine prípadov (22,6 %)** a takmer **44 % žiakov uviedlo, že sa jej v škole nevenovali vôbec**. V kontexte ostatných zistení ide o významné upozornenie, pretože mnohé predchádzajúce časti správy ukázali, že psychická záťaž, neistota, sebapoškodzovanie či potreba podpory predstavujú v živote žiakov dôležitú tému. Slabšie zastúpenie tejto oblasti tak môže znamenať nesúlad medzi reálnymi potrebami žiakov a tým, čo školská prevencia aktuálne pokrýva. Podobne podhodnotenou oblasťou je aj **obchodovanie s ľuďmi**, kde skoro polovica respondentov deklarovala, že sa tejto téme v škole vôbec nevenovali.

Celkovo možno konštatovať, že školy sa podľa žiakov preventívnym témam venujú pomerne často, avšak intenzita a tematické rozloženie prevencie nie sú rovnomerné. Výraznejšie sú pokryté tradičné oblasti prevencie, najmä drogy, šikanovanie, konflikty a online riziká, zatiaľ čo duševné zdravie, obchodovanie s ľuďmi alebo niektoré širšie občianske a hodnotové témy zostávajú slabšie zastúpené. Z hľadiska preventívneho pôsobenia je dôležité, aby školská prevencia nebola zúžená len na najviditeľnejšie riziká, ale aby systematicky reflektovala aj tie oblasti, ktoré sú menej viditeľné, no pre zdravý psychosociálny vývin žiakov rovnako významné.

Zistenia ukazujú, že záujem žiakov o ďalšie preventívne témy zostáva pomerne vysoký, no nie je rozložený rovnomerne. **Najväčší záujem do budúcna deklarovali žiaci pri téme sebapoznania a hodnôt**, ktorej by sa chcelo viac venovať **62,0 % respondentov (Graf 26)**. Relatívne vysoký záujem sa objavil aj pri témach **komunikácie a predsudkov (51,7 %)**, **zdravého životného štýlu (50,7 %)**, **konfliktov a tolerancie (48,6 %)**, **online rizík a dezinformácií (47,7 %)** a **duševného zdravia a pomoci (47,3 %)**. Naopak, nižší záujem bol zaznamenaný pri témach **násilia, šikanovania a nátlaku (45,5 %)**, **obchodovania s ľuďmi (45,0 %)**, **ľudských práv a demokracie (44,3 %)**, **drog a rozhodovania (41,2 %)**, **rozmanitosti a rešpektu (39,7 %)** a najnižší pri téme **záškoláctva a školskej dochádzky (34,4 %)**. Výsledky naznačujú, že žiaci majú väčší záujem najmä o témy, ktoré sa dotýkajú ich vlastného prežívania, medziľudských vzťahov a psychickej pohody, zatiaľ čo o oblasti tradične spájané s disciplináciou alebo normatívnou prevenciou prejavujú menší záujem.

V porovnaní s tým, čomu sa školy podľa žiakov venujú, je zaujímavé, že **vysoký záujem pretrváva aj pri témach, ktoré už v školách pomerne silno zaznievajú**, napríklad pri komunikácii, konfliktoch, online rizikách či zdravom životnom štýle. To naznačuje, že samotná prítomnosť témy v školskom prostredí ešte neznamená naplnenie potrieb žiakov; dôležitá je aj forma, hĺbka a prepojenie s ich reálnou skúsenosťou. Zvlášť významné je to pri téme **duševného zdravia a pomoci**, o ktorú prejavilo záujem takmer **polovica respondentov**, hoci v predchádzajúcej časti sa ukázalo, že školy sa jej venujú menej systematicky než viacerým tradičným preventívnym oblastiam. Z hľadiska obsahového nastavenia prevencie ide preto o jednu z najdôležitejších oblastí ďalšieho rozvoja.

Graf 26: Tematické oblasti prevencie, ktorým by sa žiaci chceli viac venovať v budúcnosti (v %)



Znenie otázky: O ktoré z nasledujúcich by si mal/a záujem do budúcna?

Poznámka: Percentuálne údaje vyjadrujú kategóriu „áno“. Dopočet do 100 % vyjadruje kategóriu „nie“.

Pri porovnaní podľa pohlavia sa ukázali **výrazné a opakovane sa potvrdzujúce rozdiely**, pričom **dievčatá systematicky častejšie ako chlapci deklarovali záujem o väčšinu sledovaných tém**. Pri téme **sebapoznania a hodnôt** uviedlo záujem **70,2 % dievčat oproti 53,0 % chlapcov** ($\chi^2 = 66{,}156$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,177). Podobne výrazný rozdiel sa ukázal pri **komunikácii a predsudkoch** (61,9 % vs. 40,8 %; $\chi^2 = 95{,}035$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,212), pri **konfliktoch a tolerancii** (58,1 % vs. 38,2 %; $\chi^2 = 84{,}045$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,199) aj pri **násilí, šikanovaní a nátlaku** (55,1 % vs. 35,4 %; $\chi^2 = 82{,}596$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,198). Menší, ale stále významný rozdiel sa ukázal aj pri **záškoláctve a školskej dochádzke**, kde záujem deklarovalo **37,7 % dievčat a 30,7 % chlapcov** ($\chi^2 = 11{,}432$; $p = 0{,}001$). Tento obraz naznačuje, že dievčatá sú vo všeobecnosti otvorenejšie témam zameraným na psychosociálne fungovanie, prevenciu konfliktov a medziľudské vzťahy, zatiaľ čo chlapci v priemere vykazujú nižší deklarovaný záujem o preventívne obsahy ako také.

Rozdiely podľa veku sú vo všeobecnosti slabšie než rozdiely podľa pohlavia, no pri viacerých témach sa ukazujú ako štatisticky významné. Pri **sebapoznaní a hodnotách** sa vekové rozdiely nepreukázali ($p = 0{,}367$), čo naznačuje pomerne stabilný záujem naprieč vekovými skupinami. Naopak, pri **komunikácii a predsudkoch** sa ukázal mierne vyšší záujem najmä v stredných vekových skupinách, pričom najvyšší podiel odpovede „áno“ bol vo veku 17 rokov (56,1 %; $\chi^2 = 13{,}967$; $p = 0{,}030$; Cramer's V = 0,081). Pri **konfliktoch a tolerancii** bol záujem vyšší najmä vo veku 15 až 17 rokov, s vrcholom u sedemnásťročných respondentov (56,4 %; $\chi^2 = 26{,}468$; $p = 0{,}009$; Cramer's V = 0,079). Podobný trend sa ukázal aj pri téme **násilia, šikanovania a nátlaku**, kde záujem rastie od **32,8 % u dvanásťročných** na približne **49 % u 17-ročných žiakov** ($\chi^2 = 16{,}619$; $p = 0{,}011$; Cramer's V = 0,089). Tieto rozdiely naznačujú, že s pribúdajúcim vekom narastá potreba hlbšie sa venovať vzťahovým, konfliktným a bezpečnostným témam, ktoré sa v staršej adolescencii stávajú osobne relevantnejšími.

Aj podľa typu školy sa pri viacerých témach objavili štatisticky významné rozdiely, hoci vecná sila vzťahov zostáva skôr nižšia. Pri **sebapoznaní a hodnotách** deklarovali najvyšší záujem **gymnazisti (67,1 %)**, kým na základných školách aj stredných odborných školách sa podiel pohyboval okolo 59 % ($\chi^2 = 10{,}969$; $p = 0{,}004$; Cramer's V = 0,072). Podobne pri **komunikácii a predsudkoch** bol najvyšší záujem opäť na gymnáziách (56,3 %; $\chi^2 = 9{,}701$; $p = 0{,}008$; Cramer's V = 0,068) a pri **konfliktoch a tolerancii** taktiež (54,4 %; $\chi^2 = 17{,}661$; $p = 0{,}001$; Cramer's V = 0,065). Pri **násilí, šikanovaní a nátlaku** boli rozdiely menšie, no gymnáziá a stredné odborné školy aj tu mierne prevyšovali základné školy ($\chi^2 = 8{,}145$; $p = 0{,}017$; Cramer's V = 0,062). Tieto zistenia naznačujú, že žiaci gymnázií vo väčšej miere deklarujú záujem o abstraktnejšie, vzťahové a reflexívne témy, zatiaľ čo na základných školách je záujem o prevenciu skôr rozložený rovnomernejšie alebo menej intenzívne vyjadrovaný.

Tabuľka 11: Vybrané preventívne témy, ktorým by sa žiaci chceli viac venovať, podľa pohlavia, veku a typu školy (v %)

Skupina		Násilie, šikanovanie a nátlak	Drogy a rozhodovanie	Online riziká a dezinformácie	Duševné zdravie a pomoc
Pohlavie	chlapci	35,4	34,9	41,9	33,6
	dievčatá	55,1	47,0	52,9	59,8
Vek	12 rokov	32,8	27,1	33,0	34,2
	13 rokov	47,3	43,6	44,9	45,8
	14 rokov	42,4	36,9	46,0	43,5
	15 rokov	48,0	40,5	48,5	50,1
	16 rokov	46,6	42,6	53,9	51,6
	17 rokov	49,2	48,6	53,5	53,6
	18 rokov	44,6	42,4	43,0	39,8
Typ školy	ZŠ	42,1	36,7	44,2	41,7
	GYM	48,7	48,1	52,7	51,7
	SOŠ	47,6	40,9	47,4	52,7

Poznámka: Percentuálne údaje vyjadrujú kategóriu „áno“. Dopočet do 100 % vyjadruje kategóriu „nie“.

Pri veľkosti bydliska sa pri viacerých témach ukázalo, že **žiaci z veľkých miest častejšie deklarujú záujem o ďalšie preventívne témy než žiaci z menších sídiel**. Výrazné je to napríklad pri **sebapoznaní a hodnotách**, kde záujem uviedlo **75,3 % žiakov z veľkých miest** oproti približne 58–63 % v ostatných typoch sídel ($\chi^2 = 25{,}594$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,110), pri **komunikácii a predsudkoch** (69,9 % vs. približne 49 %; $\chi^2 = 39{,}084$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,136) aj pri **násilí, šikanovaní a nátlaku** (61,3 % vs. približne 43–44 %; $\chi^2 = 29{,}964$; $p < 0{,}001$; Cramer's V = 0,119). Tento trend môže naznačovať vyššiu citlivosť žiakov z miest na psychosociálne a vzťahové témy, ale aj odlišné očakávania voči škole a jej preventívnemu pôsobeniu.

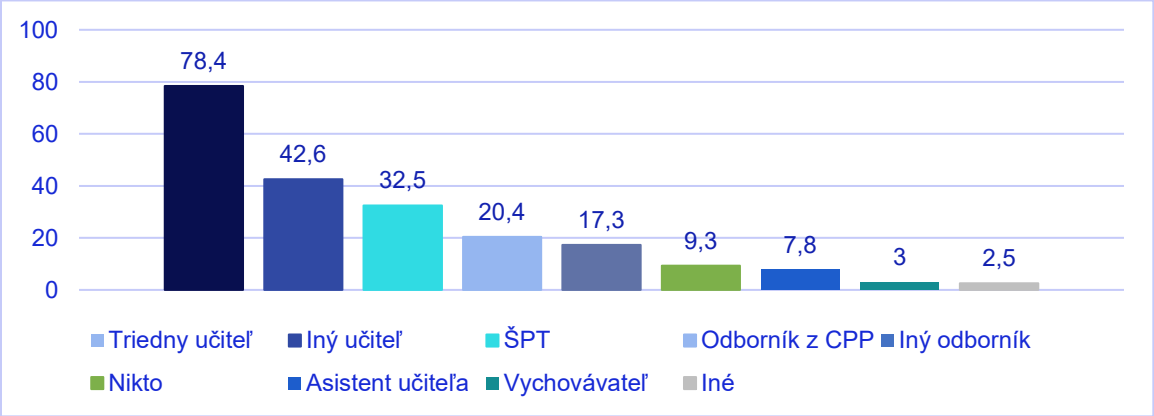
Celkovo možno konštatovať, že žiaci prejavujú výrazný záujem najmä o také preventívne témy, ktoré súvisia s ich vlastným prežívaním, psychickou pohodou, vzťahmi a bezpečím v sociálnom i online prostredí. Kým tradičné oblasti prevencie, ako drogy či záškoláctvo, zostávajú dôležité, menší deklarovaný záujem o tieto témy môže signalizovať, že žiaci ich už vnímajú ako známe alebo menej aktuálne vzhľadom na svoje bezprostredné potreby. Naopak, vysoký záujem o **sebapoznanie, komunikáciu, konflikty, online riziká a duševné zdravie** poukazuje na potrebu posilňovať preventívne aktivity práve v oblastiach, ktoré zohľadňujú každodenné životné situácie žiakov a podporujú ich schopnosť orientovať sa vo vzťahoch, zvládať záťaž a vyhľadávať pomoc. Z hľadiska plánovania školskej prevencie preto nejde len o to, aké témy školy realizujú, ale aj do akej miery tieto témy zodpovedajú reálnemu záujmu a potrebám samotných žiakov.

2.4.2 Realizátori preventívnych aktivít

Výsledky ukazujú, že preventívne témy v školskom prostredí sprostredkúvajú žiakom predovšetkým **pedagogickí zamestnanci**, pričom najvýraznejšiu úlohu zohráva **triedny**

učiteľ. Toho ako realizátora preventívnych tém označilo **78,4 % žiakov**, čo z neho robí jednoznačne najčastejší zdroj preventívneho pôsobenia v škole. S výrazným odstupom nasleduje **iný učiteľ** (42,6 %) a **školský podporný tím** (32,5 %). Menší, ale stále relevantný podiel respondentov uviedol aj **odborníka z centra poradenstva a prevencie** (20,4 %) a **iného odborníka**, napríklad z Policajného zboru alebo z neziskovej organizácie (17,3 %). Naopak, **asistent učiteľa** (7,8 %) a najmä **vychovávateľ** (3,0 %) sa na realizácii prevencie podľa žiakov podieľajú podstatne menej. Osobitnú pozornosť si zaslúži aj zistenie, že **9,3 % respondentov uviedlo, že s nimi tieto témy nepreberá nikto**, čo poukazuje na existenciu skupiny žiakov, ktorí prevenciu v škole buď nevnímajú, alebo sa s ňou reálne nestretávajú.

Graf 27: Realizátori preventívnych aktivít podľa žiakov (v %)



Znenie otázky: Kto s vami preberá tieto témy v oblasti prevencie? N=5 098. Súčet presahuje 100 % pre možnosti uvedenia viacerých odpovedí.

Dominantná úloha triedneho učiteľa naznačuje, že prevencia je v školách do veľkej miery integrovaná do bežného pedagogického pôsobenia a často sa odohráva v rámci triednických hodín alebo každodennej komunikácie medzi učiteľom a triedou. Zároveň však výsledky ukazujú, že prevencia nie je výlučne záležitosťou jedného typu pracovníka, ale vzniká v spolupráci viacerých aktérov. Význam školského podporného tímu, odborníkov z CPP a externých odborníkov poukazuje na postupné rozširovanie preventívneho pôsobenia smerom k odbornejšiemu a špecializovanejšiemu zázemiu. Napriek tomu však odborné zložky zostávajú v porovnaní s učiteľmi menej frekventovanými realizátormi, čo môže súvisieť s ich kapacitnými možnosťami, dostupnosťou na školách alebo s tým, že ich činnosť žiaci vnímajú menej pravidelne.

Tabuľka 12: Vybraní realizátori preventívnych aktivít podľa veku, typu školy a veľkosti bydliska (v %)

Skupina		Triedny učiteľ	Školský podporný tím	Odborník z CPP	Nikto
Vek	12 rokov	87,6	27,6	9,5	8,1
	13 rokov	84,6	34,1	14,5	9,5
	14 rokov	74,6	23,7	21,6	12,2
	15 rokov	76,9	41,4	20,0	9,2
	16 rokov	73,2	28,8	21,8	11,3
	17 rokov	79,1	37,2	31,9	4,8
	18 rokov	73,2	25,8	17,5	9,3
Typ školy	ZŠ	82,3	28,6	15,4	9,8
	GYM	73,8	39,0	26,1	8,1
	SOŠ	75,9	32,3	23,7	9,9
Veľkosť bydliska	veľké mesto	84,2	43,0	25,7	5,9
	stredne veľké mesto	80,6	36,8	21,0	7,1
	malé mesto	77,4	29,4	20,7	10,3
	obec/dedina	76,2	28,7	18,9	10,7

Rozdiely podľa veku ukazujú, že **s rastúcim vekom slabne dominantná úloha triedneho učiteľa a súčasne rastie význam odborných realizátorov prevencie**. Triedneho učiteľa uvádzalo **87,6 % dvanásťročných** a **84,6 % trinásťročných** respondentov, no v starších vekových skupinách sa tento podiel pohyboval približne medzi 73 % a 79 %. Naopak, odborník z centra poradenstva a prevencie bol výraznejšie zastúpený najmä u starších žiakov, pričom podiel stúpa od **9,5 % u dvanásťročných** na **31,9 % u sedemnásťročných** respondentov. Podobný trend možno pozorovať aj pri inom odborníkovi, ktorého podiel narastá z **11,4 % u dvanásťročných** na **26,0 % u sedemnásťročných**. Významnejšiu úlohu školského podporného tímu uvádzali najmä pätnásť- a sedemnásťroční žiaci. Naopak, asistent učiteľa sa častejšie objavoval u mladších vekových skupín, čo zodpovedá jeho prirodzene silnejšiemu zastúpeniu na nižších stupňoch vzdelávania. Zistenia tak naznačujú, že s vyšším vekom sa prevencia viac presúva od bežného pedagogického rámca k odborným a špecializovaným formám sprostredkovania.

Aj podľa typu školy sa ukazujú zreteľné rozdiely. **Na základných školách zohráva výrazne dominantnejšiu úlohu triedny učiteľ**, ktorého uviedlo **82,3 % žiakov**, kým na gymnáziách a stredných odborných školách je tento podiel nižší (73,8 % a 75,9 %). Naopak, **gymnazisti a žiaci stredných odborných škôl častejšie než žiaci základných škôl označovali odborníkov**, najmä školský podporný tím, odborníkov z CPP a externých odborníkov. Školský podporný tím uviedlo **39,0 % gymnazistov**, ale len **28,6 % žiakov základných škôl**. Odborníka z CPP označilo **26,1 % gymnazistov** a **23,7 % žiakov stredných odborných škôl**, zatiaľ čo na základných školách to bolo **15,4 %**. Tieto rozdiely naznačujú, že na stredných školách má prevencia o niečo širšie personálne zázemie a častejšie do nej vstupujú aj odborné profesie mimo bežného vyučovania.

Rozdiely podľa veľkosti bydliska ukazujú, že **žiaci z veľkých miest častejšie uvádzajú širšie spektrum realizátorov preventívnych aktivít**, najmä iného učiteľa, školský podporný tím a odborníkov z CPP. Iného učiteľa označilo **57,7 % žiakov z veľkých miest**, zatiaľ čo v malých mestách to bolo **36,5 %**. Školský podporný tím uviedlo **43,0 % žiakov z veľkých miest** oproti **28,7 % žiakov z obcí a dedín**. Podobne aj odborníka z CPP uvádzali častejšie respondenti z miest. Naopak, podiel žiakov, ktorí uviedli, že sa prevencii nevenuje nikto, bol nižší vo veľkých mestách (**5,9 %**) a vyšší v menších sídlach, najmä v obciach a dedinách (**10,7 %**). Tento vzorec môže odrážať lepšiu dostupnosť odborných služieb vo väčších mestách a širšie personálne možnosti mestských škôl.

Aj na regionálnej úrovni sa ukázali určité rozdiely v tom, ktorí aktéri sa podľa žiakov podieľajú na realizácii preventívnych aktivít. Napríklad, triedny učiteľ bol najčastejšie uvádzaný v Nitrianskom a Bratislavskom kraji, školský podporný tím bol relatívne silnejšie zastúpený v Nitrianskom a Bratislavskom kraji, zatiaľ čo odborníkov z CPP častejšie uvádzali žiaci z Banskobystrického kraja. Naopak, vyšší podiel odpovede „nikto“ sa objavil napríklad v Žilinskom, Košickom, Trnavskom a Trenčianskom kraji. Tieto zistenia naznačujú istú regionálnu variabilitu v personálnom zabezpečení prevencie, no bez ďalších údajov ich treba interpretovať opatrne.

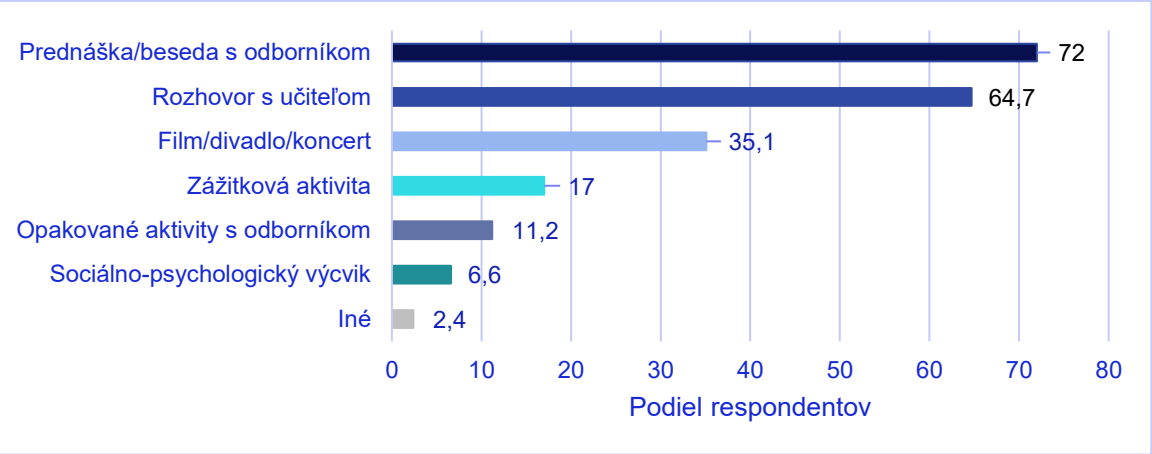
Celkovo možno konštatovať, že preventívne aktivity v školách sú podľa žiakov realizované predovšetkým prostredníctvom **triednych učiteľov a ďalších pedagógov**, pričom odborné a podporné profesie zohrávajú dôležitú, no zatiaľ skôr doplnkovú úlohu. Výsledky zároveň naznačujú, že personálne zabezpečenie prevencie je diferencované podľa veku, typu školy aj prostredia, v ktorom sa škola nachádza. Z hľadiska ďalšieho rozvoja prevencie je preto dôležité nielen posilňovať odborné kapacity škôl, ale aj zabezpečiť, aby sa preventívne témy dostávali k všetkým žiakom systematicky a prostredníctvom dôveryhodných a dostupných realizátorov.

2.4.3 Formy realizácie preventívnych aktivít

Podobu preventívnych aktivít v školskom prostredí významne formuje aj spôsob, akým sú jednotlivé témy žiakom sprostredkované. V odpovediach respondentov jednoznačne dominujú **tradičnejšie a organizačne dostupnejšie formy práce**, zatiaľ čo interaktívne, dlhodobejšie

a zážitkovo orientované prístupy zostávajú zastúpené podstatne menej. Najčastejšie žiaci uvádzali, že sa preventívnym témam venujú formou **prednášky alebo besedy s odborníkom**, ktorú označilo **72,0 % respondentov**, a formou **rozhovoru s učiteľom počas vyučovania alebo na triednickej hodine**, ktorý uviedlo **64,7 % žiakov**. S výraznejším odstupom nasledovalo **premietanie filmu, divadelné predstavenie alebo výchovný koncert** (**35,1 %**). Oveľa menej časté sú formy založené na aktívnejšom zapojení žiakov – **zážitkovú hru alebo aktivitu na vyučovacej hodine** označilo **17,0 % respondentov**, **opakované aktivity s odborníkom** len **11,2 %** a **sociálno-psychologický výcvik** iba **6,6 % žiakov**. Iné formy realizácie uviedlo **2,4 %** respondentov. Popri tom sa zároveň ukazuje, že **približne desatina žiakov uviedla, že sa týmto témam v škole vôbec nevenujú**, čo predstavuje dôležitý signál o nerovnomernom pokrytí prevencie v školskom prostredí.

Graf 28: Formy realizácie preventívnych aktivít podľa žiakov (v %)



Znenie otázky: Akou formou sa venujete týmto témam v oblasti prevencie? N=4 470. Súčet presahuje 100 % pre možnosti uvedenia viacerých odpovedí.

Takto nastavený obraz naznačuje, že školská prevencia je stále vo veľkej miere postavená na **jednorazových a informačne orientovaných aktivitách**, ktoré sú síce organizačne jednoduchšie a pravdepodobne aj najľahšie dostupné, no nemusia byť z hľadiska dlhodobého preventívneho účinku najefektívnejšie. Dominancia prednášok, besied a rozhovorov s učiteľom ukazuje, že prevencia sa v školách často realizuje formou sprostredkovania informácií alebo krátkej diskusie, teda spôsobmi, ktoré nevyžadujú rozsiahlejšie personálne ani časové kapacity. Naopak, menej zastúpené ostávajú tie formy, ktoré umožňujú **aktívne zapojenie žiakov, nácvik sociálnych a komunikačných zručností, opakovaný kontakt s odborníkom a hlbšie spracovanie tém**.

Pri porovnaní podľa veku možno pozorovať, že **prednášky a besedy s odborníkom dominujú vo všetkých vekových skupinách**, no ich zastúpenie je najnižšie u dvanásťročných respondentov (**62,2 %**) a najvyššie približne vo veku 15 a 18 rokov (**76,4 % a 75,6 %**). Rozhovor s učiteľom je pomerne stabilne zastúpený naprieč vekovými skupinami, no najvyšší podiel sa objavil u sedemnásťročných žiakov (**72,5 %**) a najnižší u osemnásťročných (**51,2 %**). Zaujímavejšie vekové rozdiely sa ukazujú pri menej frekventovaných a súčasne interaktívnejších formách. **Film, divadlo alebo koncert** sa častejšie objavovali u starších žiakov, pričom u sedemnásťročných dosahovali **43,0 %** a u osemnásťročných **40,7 %**. **Opakované aktivity s odborníkom** boli relatívne najčastejšie u trinásť- a sedemnásťročných respondentov (**13,5 % a 13,2 %**), zatiaľ čo u pätnásť- a osemnásťročných boli menej časté. **Sociálno-psychologický výcvik** dosahoval najvyšší podiel vo veku 15 rokov (**8,6 %**). Tieto zistenia naznačujú, že s rastúcim vekom sa prevencia čiastočne diverzifikuje, no ani u starších žiakov sa interaktívne a dlhodobejšie formy nestávajú dominantným štandardom.

Podľa typu školy ostávajú základné vzorce podobné, no pri niektorých formách sa objavujú zreteľné rozdiely. **Prednáška alebo beseda s odborníkom** je veľmi častá vo všetkých troch typoch škôl, no mierne menej na stredných odborných školách (**68,2 %**) než na základných

školách a gymnáziách (obe približne **73 %**). **Rozhovor s učiteľom** je zastúpený veľmi rovnomerne naprieč typmi škôl (od **64,2 %** na základných školách po **66,0 %** na SOŠ). O niečo väčšie rozdiely sa ukazujú pri doplnkových formách: **film, divadlo alebo koncert** sa častejšie objavovali na stredných odborných školách (**39,4 %**) a gymnáziách (**35,9 %**) než na základných školách (**32,8 %**). **Opakované aktivity s odborníkom** boli najčastejšie na SOŠ (**12,9 %**) a **sociálno-psychologický výcvik** taktiež mierne častejší na stredných školách než na základných školách. To naznačuje, že vyššie typy škôl majú v niektorých prípadoch širšie portfólio preventívnych foriem, hoci ani tam neprekračujú interaktívne a opakované aktivity hranicu bežnejšieho štandardu.

Rozdiely podľa veľkosti bydliska ukazujú, že **žiaci z veľkých miest častejšie uvádzajú širšie spektrum foriem prevencie**. Prednášku alebo besedu s odborníkom označilo **76,8 %** respondentov z veľkých miest, zatiaľ čo v obciach a dedinách to bolo **70,9 %**. Ešte výraznejší rozdiel sa objavil pri **filme, divadle alebo koncerte**, ktoré uviedlo **42,1 %** žiakov z veľkých miest oproti **31,7 %** žiakov z obcí a dedín. Podobne aj **opakované aktivity s odborníkom** a **zážitkové aktivity** boli vo veľkých mestách o niečo častejšie. Naopak, **rozhovor s učiteľom** bol najmenej častý vo veľkých mestách (**52,8 %**) a najčastejší v stredne veľkých mestách (**70,1 %**). Tento vzorec môže naznačovať, že vo väčších mestách majú školy širší prístup k externým a rozmanitejším preventívnym formám, zatiaľ čo v menších sídlach zostáva prevencia viac založená na priamom rozhovore s učiteľom.

Tabuľka 13: Vybrané formy realizácie preventívnych aktivít podľa veku, typu školy a veľkosti bydliska (v %)

Skupina		Prednáška/beseda s odborníkom	Rozhovor s učiteľom	Film/divadlo/ koncert	Opakované aktivity s odborníkom
Vek	12 rokov	62,2	68,9	32,7	8,7
	13 rokov	75,1	64,2	35,0	13,5
	14 rokov	75,4	56,6	29,3	12,6
	15 rokov	76,4	65,3	33,7	6,9
	16 rokov	67,3	65,3	34,7	12,8
	17 rokov	70,5	72,5	43,0	13,2
	18 rokov	75,6	51,2	40,7	5,8
Typ školy	ZŠ	73,4	64,2	32,8	11,3
	GYM	73,0	64,8	35,9	9,8
	SOŠ	68,2	66,0	39,4	12,9
Veľkosť bydliska	veľké mesto	76,8	52,8	42,1	15,0
	stredne veľké mesto	71,4	70,1	36,6	12,1
	malé mesto	73,2	65,2	36,1	8,4
	obec/dedina	70,9	64,9	31,7	11,0

Regionálne rozdiely potvrdzujú, že formy realizácie prevencie nie sú v školách rozložené úplne rovnomerne. **Prednáška alebo beseda s odborníkom** bola najčastejšie uvádzaná v Prešovskom kraji (**81,0 %**) a najmenej v Trnavskom (**61,2 %**). **Rozhovor s učiteľom** dominoval v Nitrianskom (**74,2 %**) a Trnavskom kraji (**73,9 %**), kým v Trenčianskom a Košickom kraji bol podiel nižší (**51,4 % a 53,5 %**). **Filmy, divadlo alebo koncerty** sa častejšie objavovali v Bratislavskom a Trenčianskom kraji, zatiaľ čo v Trnavskom a Prešovskom boli menej zastúpené. Pri **sociálno-psychologickom výcviku** sa ukazuje vyššie zastúpenie najmä v Bratislavskom a Banskobystrickom kraji. Tieto rozdiely treba interpretovať opatrne, no naznačujú, že školy v rôznych regiónoch využívajú odlišné preventívne repertoáre, pravdepodobne v závislosti od personálnych kapacít, lokálnych partnerstiev a dostupnosti externých odborníkov.

Celkovo sa teda ukazuje, že školská prevencia je z pohľadu žiakov realizovaná predovšetkým prostredníctvom **prednášok, besied a rozhovorov s učiteľom**, zatiaľ čo zážitkové, výcvikové a dlhodobejšie formy zostávajú menej časté. Z hľadiska ďalšieho rozvoja preventívneho pôsobenia by bolo vhodné posilniť najmä tie formy, ktoré umožňujú aktívne zapojenie žiakov,

systematický nácvik zručností a opakovaný kontakt s odborníkmi. Rovnako dôležité je venovať pozornosť skupine žiakov, ktorí uvádzajú, že sa týmto témam v škole vôbec nevenujú, pretože práve táto odpoveď naznačuje limity dostupnosti alebo viditeľnosti preventívnych aktivít v časti škôl.

Zhrnutie a odporúčania

Rodinné prostredie a vzťahy k rovesníkom

Rodinné prostredie a rovesnícke vzťahy sa ukázali ako významné kontextové faktory, ktoré môžu v živote žiakov pôsobiť ochranným aj rizikovým spôsobom. Vo výskumnom súbore prevažovali žiaci žijúci v úplnej rodine (70,6 %), zatiaľ čo približne zhodný podiel respondentov uvádzal neúplnú rodinu (13,5 %) alebo doplnenú rodinu (13,0 %). Hoci väčšina žiakov vyrastá v stabilnejšom rodinnom usporiadaní, zistenia zároveň ukazujú, že podstatná časť respondentov žije v rodinných podmienkach, ktoré môžu byť z hľadiska psychosociálnej záťaže citlivejšie.

Z hľadiska kvality rodinného zázemia sa ukázalo, že vzťahy s rodičmi hodnotí pozitívne veľká väčšina žiakov. Veľmi dobré alebo dobré vzťahy s rodičmi uviedlo spolu viac ako 90 % respondentov a podobne vysoký podiel žiakov deklaroval aj možnosť hovoriť s rodičmi o svojich problémoch. To naznačuje, že rodina zostáva pre väčšinu žiakov základným zdrojom emocionálnej opory a komunikácie. Napriek tomu sa vo výskume identifikovala aj menšia, no z preventívneho hľadiska významná skupina žiakov, ktorí uvádzali zhoršené vzťahy s rodičmi alebo obmedzenú komunikáciu v rodine. Práve u týchto žiakov možno predpokladať vyššiu mieru zraniteľnosti voči ďalším problémom.

Pozitívne boli vo všeobecnosti hodnotené aj vzťahy so súrodencami. Približne 78,1 % žiakov uviedlo veľmi dobré alebo dobré vzťahy so súrodencami, pričom 13,0 % respondentov súrodencov nemá. Z hľadiska rizikových faktorov je dôležité, že negatívne vzťahy so súrodencami sa častejšie vyskytovali u žiakov, ktorí zároveň uvádzali zhoršené vzťahy s rodičmi alebo slabšiu komunikáciu v rodine. To poukazuje na možnú kumuláciu vzťahových ťažkostí v rodinnom prostredí, kde sa problémy neobjavujú izolovane, ale majú tendenciu vzájomne sa posilňovať.

Rovnako významnú ochrannú úlohu zohrávajú aj rovesnícke väzby. Väčšina žiakov uviedla, že má blízkeho kamaráta alebo kamarátku, patrí do nejakej rovesníckej skupiny a trávi s kamarátmi mimo školy pravidelne čas. Zároveň prevažovalo pozitívne hodnotenie vzťahov k spolužiakom, čo naznačuje, že pre veľkú časť respondentov predstavuje rovesnícke prostredie dôležitý zdroj prijatia, podpory a spolupatričnosti. Pozitívna triedna klíma a kvalitné vzťahy so spolužiakmi tak možno považovať za významný ochranný faktor znižujúci riziko sociálnej izolácie a problémového správania.

Popri tom sa však ukázalo, že existuje aj skupina žiakov, u ktorých sa rizikové faktory v oblasti rovesníckych vzťahov kumulujú. Za osobitne citlivé možno považovať zistenie, že 10,7 % žiakov nemá blízkeho kamaráta alebo kamarátku, 10,8 % nepatrí do žiadnej partie, 9,8 % trávi s kamarátmi mimo školy skoro vôbec alebo nikdy a 8,7 % hodnotí vzťahy so spolužiakmi ako skôr zlé, zlé alebo žiadne. Tieto ukazovatele identifikujú skupiny žiakov, ktoré môžu byť viac ohrozené sociálnou izoláciou, oslabeným vzťahom ku škole a v kombinácii s ďalšími ťažkosťami aj vyššou náchylnosťou k rizikovému správaniu.

Celkovo možno konštatovať, že rodinné prostredie a rovesnícke vzťahy vytvárajú pre väčšinu žiakov prevažne priaznivé zázemie, no zároveň sa ukázali aj menšie, ale významné skupiny respondentov, u ktorých sa objavujú oslabené rodinné väzby, horšia komunikácia v rodine alebo známky sociálnej izolácie medzi rovesníkmi. Práve tieto oblasti predstavujú dôležitý priestor pre preventívne pôsobenie škôl, školských podporných tímov aj širších poradenských služieb, keďže kvalita vzťahov v rodine a medzi rovesníkmi patrí medzi kľúčové ochranné faktory zdravého psychosociálneho vývinu žiakov.

Osobné skúsenosti žiakov s rizikovým správaním

Osobné skúsenosti žiakov s rizikovým správaním ukázali, že hoci sa väčšina respondentov s viacerými závažnejšími formami rizikového správania nestretáva pravidelne, v populácii žiakov základných a stredných škôl ide o pomerne rozšírený a zároveň viacrozmerný jav. Zistenia naznačujú, že skúsenosti s rizikovým správaním sa neviažu len na ojedinelé situácie, ale u významnej časti žiakov sa objavujú vo viacerých oblastiach súčasne.

V oblasti násilia, šikanovania a ďalších ohrozujúcich situácií sa ukázalo, že najčastejšou negatívnou skúsenosťou je šikanovanie, nasledované fyzickými konfliktmi a kyberšikanovaním. Menej časté, no z hľadiska závažnosti veľmi dôležité boli skúsenosti so sexuálnym obťažovaním a zapojením do nebezpečných online výziev. Hoci pri väčšine týchto javov prevažovali žiaci bez skúsenosti alebo s ojedinelou skúsenosťou, ich opakovaný výskyt u časti respondentov poukazuje na pretrvávajúcu psychosociálnu záťaž v školskom aj mimoškolskom prostredí.

Aj pri psychicky a zdravotne rizikovom správaní sa ukázalo, že žiaci čelia viacerým formám záťaže, ktoré nemožno redukovať len na tradične chápané problémové správanie. Popri sebapoškodzovaní a poruchách príjmu potravy sa ako veľmi významný jav ukázalo nadmerné trávenie času na mobile alebo počítači, ktoré bolo rozšírené vo výrazne väčšej miere než ostatné sledované formy správania. Tieto zistenia naznačujú, že psychická záťaž a rizikové zvládacie stratégie sa u dnešných žiakov čoraz častejšie presúvajú aj do oblasti digitálneho fungovania, sebaobrazu a práce s emóciami.

V oblasti užívania návykových látok a rizikového životného štýlu sa ukázalo, že najrozšírenejšie sú skúsenosti s alkoholom a s tabakovými alebo nikotínovými výrobkami. Približne 35 % žiakov uviedlo skúsenosť s alkoholom aspoň niekoľkokrát počas školského roka a približne 32 % žiakov malo skúsenosť s fajčením alebo s nikotínovými výrobkami. Skúsenosti s nelegálnymi drogami sa vyskytli približne u 6 % respondentov, skúsenosť s anabolickými steroidmi uviedlo približne 4 % žiakov a s hazardnými hrami približne 14 % respondentov. Z hľadiska prevencie je dôležité, že medzi experimentálnym a opakovaným správaním existuje významný rozdiel: kým ojedinelá skúsenosť môže byť v niektorých prípadoch súčasťou vývinového experimentovania, opakované správanie už signalizuje zvýšené zdravotné a psychosociálne riziko.

Osobitnú oblasť problémového správania predstavuje záškoláctvo a porušovanie sociálnych a právnych noriem. 81,0 % žiakov uviedlo, že školu bez dovolenia nikdy alebo takmer nikdy nevynechalo, no zároveň 19,0 % respondentov priznalo skúsenosť so záškoláctvom aspoň raz počas školského roka a približne 7,0 % žiakov uvádzalo opakovanejšie formy záškoláctva. Pri porušovaní sociálnych a právnych noriem, ako sú podvody, krádeže alebo poškodzovanie cudzieho majetku, išlo o menej častý jav: 91,3 % žiakov uviedlo, že sa takéhoto správania nikdy alebo takmer nikdy nedopustilo, zatiaľ čo 8,7 % respondentov priznalo skúsenosť aspoň raz počas školského roka. Tieto prejavy možno interpretovať ako signály oslabeného vzťahu ku škole, autoritám a spoločenským normám.

Jedným z najvýraznejších zistení celej kapitoly je vysoká miera kumulácie skúseností s rizikovým správaním. Len 8,1 % žiakov neuviedlo žiadnu skúsenosť s rizikovým správaním, 24,2 % malo skúsenosť s jednou formou a až 67,7 % respondentov uviedlo skúsenosť s viacerými formami rizikového správania počas jedného školského roka. Tento údaj naznačuje, že rizikové správanie u značnej časti žiakov nevystupuje ako izolovaný jav, ale ako prepojený a kumulatívny problém. Výraznejšia kumulácia sa prejavila najmä u chlapcov, starších žiakov a u žiakov stredných odborných škôl.

Celkovo možno konštatovať, že osobné skúsenosti žiakov s rizikovým správaním poukazujú na prítomnosť viacerých záťažových a problémových javov, ktoré sa v populácii žiakov navzájom prelínajú a neraz aj kumulujú. Hoci mnohé formy rizikového správania sa nevyskytujú u väčšiny respondentov, ich prítomnosť u menších, no významných skupín žiakov predstavuje dôležitý signál pre školskú prevenciu, poradenské služby aj tvorbu podporných opatrení. Mimoriadne dôležité je pritom vnímať nielen jednotlivé prejavy správania, ale aj ich

vzájomné súvislosti, vývinový kontext a sociálne zázemie žiakov, keďže práve tieto faktory rozhodujú o miere zraniteľnosti a potrebe cielenej intervencie.

Zvládanie rizikových situácií, rozhodovanie a vyhľadávanie pomoci

Zvládanie rizikových situácií, rozhodovanie pod rovesníckym tlakom a vyhľadávanie pomoci predstavujú dôležité ochranné faktory, ktoré môžu významne ovplyvňovať, či sa žiak v problémovej situácii dokáže rozhodnúť bezpečne a či má k dispozícii funkčné zdroje podpory. Zistenia ukazujú, že väčšina žiakov deklaruje relatívne vysokú mieru odolnosti voči rovesníckemu tlaku, no zároveň sa v populácii nachádza aj významná skupina respondentov, ktorí v rizikových situáciách váhajú, nevedia sa rozhodnúť alebo sú náchylnejší podľahnúť sociálnemu tlaku.

Pri otázke zameranej na nahováranie na nevhodné alebo zakázané správanie sa ukázalo, že 59,8 % žiakov by takéto správanie určite odmietlo, čo možno považovať za výrazný ochranný faktor. Na druhej strane 18,5 % respondentov uviedlo, že by váhali, 4,2 % by správanie určite urobili, ak by ho robili aj ostatní, a ďalšie 4,2 % by ho asi urobili, aby nestratili kamarátov. 13,3 % žiakov nevedelo, ako by v takej situácii reagovali. Z hľadiska prevencie je dôležité, že popri väčšinovej skupine s jednoznačne odmietavým postojom existuje približne tretina žiakov, u ktorých je rozhodovanie menej pevné alebo neisté, a práve títo žiaci môžu byť vo väčšej miere zraniteľní voči rovesníckemu tlaku.

Pri riešení problémových a ohrozujúcich situácií sa ukázalo, že 63,9 % žiakov uviedlo, že sa nestali obeťou násilia, šikanovania alebo iného problému, no približne tretina respondentov sa s takouto skúsenosťou stretla. Medzi žiakmi, ktorí problém zažili, prevládali najmä neformálne zdroje podpory. Najčastejšie sa žiaci obrátili na rodičov (52,7 %), na spolužiaka alebo kamaráta (42,7 %) a na učiteľa alebo riaditeľa školy (41,3 %). Menej často hľadali pomoc na internete (19,5 %), u školského psychológa alebo výchovného poradcu (10,5 %), v centre poradenstva a prevencie (5,5 %) alebo na anonymnej linke pomoci (3,5 %). Znepokojujúce je, že 9,6 % žiakov problém neriešilo zo strachu hovoriť o ňom a 7,9 % preto, že nemali komu sa zdôveriť. To ukazuje, že aj keď rodina, škola a rovesníci predstavujú dôležité zdroje pomoci, časť žiakov zostáva pri probléme bez podpory alebo mimo dosahu pomáhajúcich vzťahov.

Pokiaľ ide o vnímaný výsledok riešenia problémovej situácie, pozitívne hodnotenia síce prevládali, no neboli jednoznačné. 30,3 % žiakov uviedlo, že sa problém vyriešil, a ďalších 23,6 %, že sa vyriešil aspoň čiastočne. Na druhej strane 6,8 % respondentov uviedlo, že sa situácia zhoršila alebo sa nič nezmenilo, 6,4 % konštatovalo, že sa problém vôbec neriešil, a 6,6 % priznalo, že o probléme nikomu nepovedali. Významný je aj podiel odpovede „neviem posúdiť“ (26,5 %), ktorý naznačuje neistotu žiakov pri hodnotení účinnosti pomoci alebo nejednoznačný priebeh riešenia. Tieto zistenia ukazujú, že vyhľadanie pomoci síce v mnohých prípadoch vedie aspoň k čiastočne priaznivému výsledku, no u značnej časti respondentov ostáva efekt podpory neistý alebo nedostatočný.

Pri otázke na preferované formy podpory sa ukázalo, že žiaci najviac oceňujú bezpečné, diskrétne a dôveryhodné zdroje pomoci. Najvyšší podiel respondentov uviedol, že by uvítal možnosť anonymne sa poradiť s odborníkom (54,9 %). Ďalej by žiaci ocenili väčšiu podporu zo strany učiteľov (30,6 %), individuálne konzultácie so školským psychológom (21,0 %), väčšiu podporu a porozumenie od spolužiakov (21,0 %), väčšie zapojenie rodičov (19,2 %) a viac prednášok, besied a aktivít o duševnom zdraví a riešení problémov (19,0 %). Menej často žiaci uvádzali potrebu psychológa mimo školy (16,7 %), opakovaných aktivít s odborníkom (12,9 %) alebo riešenia problémov prostredníctvom školského parlamentu (2,7 %). Tento obraz naznačuje, že žiaci nehľadajú len formálnu pomoc, ale najmä takú podporu, ktorá je dostupná, diskrétna a súčasne ukotvená v dôveryhodných vzťahoch.

Celkovo možno konštatovať, že oblasť zvládania rizikových situácií a vyhľadávania pomoci ukazuje na relatívne priaznivý základ v podobe vysokej miery odmietania rizikového správania a existencie viacerých dostupných zdrojov podpory. Zároveň sa však potvrdilo, že časť žiakov v rizikových situáciách váha, nevie, ako reagovať, alebo zostáva bez pomoci. Významným

zistením je aj to, že žiaci najviac dôverujú rodičom a blízkym osobám, no zároveň výrazne oceňujú anonymnú odbornú pomoc a dostupnosť psychologickej podpory. Z hľadiska preventívneho a poradenského pôsobenia je preto dôležité posilňovať nielen schopnosť žiakov odmietnuť rizikové správanie, ale aj ich dôveru vo vyhľadávanie pomoci a dostupnosť takých podporných mechanizmov, ktoré budú pre nich bezpečné, zrozumiteľné a reálne využiteľné.

Preventívne aktivity v školskom prostredí

Preventívne aktivity realizované v školskom prostredí predstavujú dôležitú súčasť podpory zdravého psychosociálneho vývinu žiakov, no zistenia ukazujú, že ich tematické zameranie, realizátori aj formy uskutočňovania nie sú rozložené rovnomerne. Školy sa podľa žiakov venujú pomerne širokému spektru preventívnych tém, avšak výraznejšie sú zastúpené najmä tradičné oblasti prevencie, zatiaľ čo niektoré aktuálne alebo citlivejšie témy ostávajú pokryté slabšie. Z hľadiska tematického obsahu patria medzi najčastejšie pokrývané oblasti sebapoznanie a hodnoty (75,8 %), násilie, šikanovanie a nátlak (75,6 %), drogy a rozhodovanie (75,5 %) a konflikty a tolerancia (74,6 %). Relatívne často sa žiaci stretli aj s témami ľudských práv a demokracie (73,8 %) a online rizík a dezinformácií (70,9 %). Naopak, slabšie zastúpenie sa ukázalo pri témach duševného zdravia a pomoci (56,3 %) a obchodovania s ľuďmi (52,8 %), čo naznačuje, že školy stále vo väčšej miere zdôrazňujú tradičné rizikové oblasti, zatiaľ čo psychické zdravie a niektoré menej frekventované, no závažné spoločenské hrozby zostávajú na okraji preventívneho pôsobenia.

Dôležitým zistením je, že záujem žiakov o preventívne témy nie je totožný s tým, čomu sa školy v prevencii venujú najčastejšie. Najväčší záujem do budúcna deklarovali žiaci pri témach sebapoznania a hodnôt (62,0 %), komunikácie a predsudkov (51,7 %), zdravého životného štýlu (50,7 %), konfliktov a tolerancie (48,6 %), online rizík a dezinformácií (47,7 %) a duševného zdravia a pomoci (47,3 %). Menší záujem sa objavil pri záškoláctve a školskej dochádzke (34,4 %), rozmanitosti a rešpekte (39,7 %) či drogách a rozhodovaní (41,2 %). Tento rozdiel medzi aktuálnym obsahom prevencie a deklarovanými záujmami žiakov naznačuje, že samotná prítomnosť témy v škole ešte neznamená, že je spracovaná spôsobom, ktorý žiaci považujú za dostatočný alebo zodpovedajúci ich potrebám. Zvlášť dôležité je to pri duševnom zdraví, ktoré patrí medzi menej systematicky pokrývané oblasti, no zároveň medzi tie, o ktoré žiaci prejavujú výrazný záujem.

Z pohľadu personálneho zabezpečenia prevencie zohrávajú kľúčovú úlohu najmä učitelia. Najčastejšie žiaci uvádzali triedneho učiteľa (78,4 %), s výrazným odstupom nasledoval iný učiteľ (42,6 %) a školský podporný tím (32,5 %). Odborníka z centra poradenstva a prevencie označilo 20,4 % žiakov a iného odborníka 17,3 %. Menej často sa v prevencii objavovali asistent učiteľa (7,8 %) a vychovávateľ (3,0 %). Osobitne dôležité je, že 9,3 % respondentov uviedlo, že sa s nimi týmto témam nevenuje nikto. To poukazuje na existenciu skupiny žiakov, ktorí preventívne pôsobenie školy nevnímajú alebo sa s ním vôbec nestretávajú. Zistenia zároveň naznačujú, že s rastúcim vekom a na vyšších typoch škôl sa význam preventívnych realizátorov presúva od triedneho učiteľa viac k odborným a podporným profesiám, pričom školy vo väčších mestách častejšie disponujú širším spektrom realizátorov prevencie než školy v menších sídlach.

Podobne diferencovaný obraz sa ukázal aj pri formách realizácie preventívnych aktivít. V školách jednoznačne dominujú tradičnejšie a organizačne menej náročné formy. Najčastejšie žiaci uvádzali prednášku alebo besedu s odborníkom (72,0 %) a rozhovor s učiteľom počas vyučovania alebo na triednickej hodine (64,7 %). S väčším odstupom nasledovalo premietanie filmu, divadelné predstavenie alebo výchovný koncert (35,1 %). Výrazne menej časté boli zážitkové aktivity (17,0 %), opakované aktivity s odborníkom (11,2 %) a sociálno-psychologický výcvik (6,6 %). Iné formy uviedlo 2,4 % respondentov. Približne desatina žiakov zároveň uviedla, že sa týmto témam v škole vôbec nevenujú. Tento obraz naznačuje, že školská prevencia je stále z veľkej časti založená na jednorazových informačných formách, zatiaľ čo interaktívne, zážitkové a dlhodobejšie prístupy zostávajú menej rozvinuté.

Celkovo možno konštatovať, že preventívne aktivity v školskom prostredí majú v živote žiakov viditeľné miesto, no ich obsah, personálne zabezpečenie aj forma realizácie ukazujú na potrebu ďalšieho rozvoja. Pozitívne možno hodnotiť, že školy sa prevencii venujú v pomerne širokom tematickom zábere a že v nej významnú úlohu zohrávajú aj odborní pracovníci. Zároveň sa však ukazuje, že prevencia je stále silnejšie orientovaná na tradičné témy a jednorazové formy práce, zatiaľ čo oblasti psychického zdravia, dlhodobejšie programy a interaktívne formy učenia zostávajú menej rozšírené. Z hľadiska ďalšieho smerovania školskej prevencie sa preto ako kľúčové javí lepšie zosúladenie preventívneho obsahu s potrebami žiakov, posilnenie odborného a podporného zázemia škôl a rozširovanie takých foriem práce, ktoré žiakov aktívne zapájajú a umožňujú im rozvíjať praktické zručnosti pre zvládanie rizikových situácií.

Odporúčania pre prax

Na základe zistení výskumu možno odporučiť, aby školy a ich podporné tímy posilňovali preventívne pôsobenie nielen v oblasti tradičných rizikových javov, ale aj v oblastiach, ktoré sa v živote žiakov ukázali ako osobne významné a súčasne menej systematicky pokryté. Osobitnú pozornosť si zaslúžia témy duševného zdravia, zvládania stresu, medziľudských vzťahov, rovesníckeho tlaku, online rizík a vyhľadávania pomoci. Práve pri týchto oblastiach sa ukázal relatívne vysoký záujem žiakov a zároveň pri niektorých z nich aj slabšie zastúpenie v školskom preventívnom pôsobení.

Školy by mali cielene identifikovať a podporovať skupiny žiakov, ktoré sa vo výskume ukázali ako zraniteľnejšie. Ide najmä o žiakov so zhoršenými rodinnými vzťahmi, slabšou komunikáciou v rodine, oslabenými rovesníckymi väzbami, vyššou mierou sociálnej izolácie alebo kumuláciou viacerých foriem rizikového správania. Mimoriadne dôležité je venovať pozornosť aj starším žiakom, chlapcom a žiakom stredných odborných škôl, u ktorých sa rizikové správanie a jeho kumulácia objavovali výraznejšie. V praxi to znamená nielen všeobecnú prevenciu pre všetkých, ale aj včasné zachytávanie rizikových signálov a diferencovanú podporu podľa potrieb konkrétnych skupín.

V oblasti podpory a pomoci je vhodné posilniť dôveru žiakov v to, že obrátiť sa na niekoho s problémom má zmysel a môže viesť k reálnemu výsledku. Výskum ukázal, že žiaci sa najčastejšie obracajú na rodičov, kamarátov a učiteľov, ale časť z nich problém nerieši zo strachu hovoriť o ňom alebo preto, že nemá komu sa zdôveriť. Z tohto dôvodu je dôležité vytvárať v škole bezpečné a dôveryhodné prostredie, v ktorom je prirodzené hovoriť o problémoch, požiadať o pomoc a vedieť, na koho sa obrátiť. Školy by preto mali systematicky komunikovať dostupné možnosti pomoci, zrozumiteľne vysvetľovať, kto a akým spôsobom môže žiakovi pomôcť, a opakovane pripomínať funkciu školského psychológa, výchovného poradcu, školského podporného tímu či externých poradenských služieb.

Osobitný dôraz by sa mal klásť na rozvoj anonymných a nízkoprahových foriem podpory. Žiaci vo výskume najčastejšie uvádzali, že by uvítali možnosť anonymne sa poradiť s odborníkom, čo naznačuje potrebu diskrétnych a ľahko dostupných kanálov pomoci. V praxi to môže znamenať zviditeľnenie anonymných liniek pomoci, online poradenských služieb, bezpečných kontaktných miest v škole a jasných postupov, ako môže žiak vyhľadať psychologickú alebo poradenskú pomoc bez obavy zo stigmatizácie. Zároveň je vhodné podporovať aj neformálne zdroje opory, najmä rodičov a rovesníkov, keďže práve na nich sa žiaci obracajú najčastejšie.

Z hľadiska samotnej realizácie prevencie by bolo vhodné postupne posilňovať formy práce, ktoré umožňujú aktívne zapojenie žiakov. Výskum ukázal dominanciu prednášok, besied a rozhovorov s učiteľom, zatiaľ čo zážitkové, opakované a výcvikové formy boli zastúpené výrazne menej. V praxi by preto bolo prínosné rozširovať preventívne programy o zážitkové aktivity, tréning sociálnych a komunikačných zručností, opakované stretnutia s odborníkom a dlhodobejšie programy, ktoré žiakom umožnia nielen získať informácie, ale aj skúšať konkrétne stratégie správania, rozhodovania a zvládania záťaže. Takéto formy môžu byť účinnejšie najmä pri témach rovesníckeho tlaku, šikanovania, duševného zdravia a vyhľadávania pomoci.

Dôležitou súčasťou preventívneho pôsobenia by malo byť aj systematické zapájanie odborných a podporných profesií. Hoci triedny učiteľ zohráva v školách kľúčovú úlohu, výsledky naznačujú, že odborné zložky školy a externí odborníci sú zatiaľ využívaní menej, pričom ich zastúpenie je nižšie najmä v niektorých školských a sídelných typoch. Odporúča sa preto posilniť spoluprácu medzi vedením školy, učiteľmi, školským podporným tímom, centrami poradenstva a prevencie a ďalšími odborníkmi tak, aby prevencia nebola chápaná len ako doplnková aktivita, ale ako koordinovaná súčasť života školy. Zároveň je vhodné podporovať metodické vedenie učiteľov v tom, ako citlivé témy otvárať, ako pracovať s triednou klímou a ako reagovať na varovné signály žiakov.

Vzhľadom na význam rodinného zázemia je dôležité podporovať aj spoluprácu s rodičmi. Výskum ukázal, že rodina je pre väčšinu žiakov kľúčovým zdrojom pomoci, no zároveň existuje skupina žiakov, ktorí komunikáciu s rodičmi vnímajú ako obmedzenú alebo problematickú. Školy by preto mali rodičov viac zapájať do preventívneho pôsobenia, poskytovať im informácie o tom, ako rozpoznávať rizikové signály, ako s deťmi hovoriť o citlivých témach a kam sa môžu obrátiť, ak majú o dieťa obavy. Rodičia pritom nemusia byť zapájaní len formou jednorazových informačných stretnutí, ale aj prostredníctvom priebežnej komunikácie, tematických workshopov či odporúčaných materiálov.

Napokon, zistenia výskumu podporujú potrebu pravidelného monitorovania psychickej pohody, vzťahovej klímy a skúseností žiakov s rizikovým správaním. Keďže viaceré javy sa nevyskytujú izolovane, ale kumulujú sa, je dôležité, aby školy venovali pozornosť nielen jednotlivým prejavom správania, ale aj širšiemu kontextu života žiaka. Preventívne pôsobenie bude účinnejšie vtedy, ak bude prepájať oblasť bezpečia, vzťahov, duševného zdravia, podpory a školského prostredia do jedného zrozumiteľného a koordinovaného systému.

Literatúra

AMATO, Paul R. The impact of family formation change on the cognitive, social, and emotional well-being of the next generation. *The Future of Children*. 2005, roč. 15, č. 2, s. 75–96. ISSN 1054-8289. DOI 10.1353/foc.2005.0012.

BRONFENBRENNER, Urie. *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979. ISBN 978-0674224575.

EMCDDA. *European drug report 2019: Trends and developments* [online]. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2019 [cit. 2026-03-23]. Dostupné z: web EMCDDA.

JESSOR, Richard. Risk behavior in adolescence: A psychosocial framework for understanding and action. *Journal of Adolescent Health*. 1991, roč. 12, č. 8, s. 597–605. ISSN 1054-139X. DOI 10.1016/1054-139X(91)90007-K.

JESSOR, Richard. *The origins and development of problem behavior theory: The collected works of Richard Jessor. Volume 1*. Cham: Springer, 2016. ISBN 978-3-319-40884-2. DOI 10.1007/978-3-319-40886-6.

NATION, Maury, CRUSTO, Cindy, WANDERSMAN, Abraham, KUMPFER, Karol L., SEYBOLT, Daniel, MORRISSEY-KANE, Esi a DAVINO, Katrina. What works in prevention: Principles of effective prevention programs. *American Psychologist*. 2003, roč. 58, č. 6–7, s. 449–456. ISSN 0003-066X. DOI 10.1037/0003-066X.58.6-7.449.

OECD. *PISA 2018 results. Volume III, What school life means for students' lives* [online]. Paris: OECD Publishing, 2019 [cit. 2026-03-23]. ISBN 978-9264541887. DOI 10.1787/acd78851-en. Dostupné z: web OECD.

OECD. *Health at a glance 2023: OECD indicators* [online]. Paris: OECD Publishing, 2023 [cit. 2026-03-23]. DOI 10.1787/7a7afb35-en. Dostupné z: web OECD.

RICKWOOD, Debra J., DEANE, Frank P. a WILSON, Coralie J. When and how do young people seek professional help for mental health problems? *Medical Journal of Australia*. 2007, roč. 187, č. S7, s. S35–S39. ISSN 0025-729X. DOI 10.5694/j.1326-5377.2007.tb01334.x.

STEINBERG, Laurence. *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Boston: Houghton Mifflin Harcourt, 2014. ISBN 978-0544279773.

UNESCO. *School violence and bullying: Global status report* [online]. Paris: UNESCO, 2017 [cit. 2026-03-23]. Dostupné z: web UNESCO.

UNODC a WHO. *International standards on drug use prevention* [online]. 2nd updated edition. Vienna: United Nations Office on Drugs and Crime, 2020 [cit. 2026-03-23]. Dostupné z: web UNODC.

WHO. *Guidelines on mental health promotive and preventive interventions for adolescents* [online]. Geneva: World Health Organization, 2020 [cit. 2026-03-23]. Dostupné z: web WHO.