

Zachowania ryzykowne polskich nastolatków

Krzysztof Ostaszewski – Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie

Spis zagadnień

- 181 Wprowadzenie
- 182 Długofalowe trendy w używaniu substancji psychoaktywnych
- 187 Zachowania ryzykowne młodzieży a pandemia COVID-19
- 187 Używanie substancji psychoaktywnych
- 188 Zachowania przemocowe i agresywne
- 190 Hazard i inne nałogi behawioralne
- 191 Zachowania ryzykowne w cyfrowym świecie
- 192 Objawy obniżonego nastroju, które sprzyjają zachowaniom samobójczym
- 193 Podsumowanie
- 195 Bibliografia

Wprowadzenie

W ostatnich latach *zachowaniami ryzykownymi* przyjęto się nazywać większość niepożądaných zachowań młodych ludzi, takich jak używanie substancji psychoaktywnych, stosowanie przemocy, uprawianie hazardu lub nadużywanie internetu. Ma to związek z powiększającą się wiedzą o ryzyku, jakie te zachowania za sobą niosą. Innymi słowy, wzrasta świadomość negatywnych konsekwencji tych zachowań dla zdrowia, bezpieczeństwa i prawidłowego rozwoju psychofizycznego nastolatków (Dzielska i Kowalewska, 2014; Jessor, 1997). Chociaż termin zachowania ryzykowne jest używany najczęściej, to warto dodać, że w zależności od dziedziny nauki, w ramach której opisuje się te zachowania, i związanej z nią tradycji językowej, niepożądane zachowania młodzieży są nazywane i definiowane w różny sposób. Na przykład w ramach pedagogiki resocjalizacyjnej są to zachowania świadczące o nieprzystosowaniu społecznym młodzieży (Pytka, 2001). Ten termin stosowany jest u nas w oficjalnych dokumentach resortu edukacji. W psychiatrii mówi się o zachowaniach lub problemach ekster- i internalizacyjnych (Wolańczyk, 2002), a na gruncie kryminologii – o zachowaniach antyspołecznych (Urban, 2000). W badaniach nad profilaktyką zamiennie stosuje się terminy zachowania problemowe i zachowania ryzykowne, choć znaczeniowo nie są one w pełni tożsame (Ostaszewski, 2014).

Do klasycznych zachowań ryzykownych młodzieży należy używanie narkotyków, picie alkoholu i upijanie się, kradzieże sklepowe i inne mniejsze wykroczenia, a także stosowanie przemocy wobec rówieśników. Rodzaje zachowań ryzykownych młodzieży zmieniają się jednak wraz z rozwojem cywilizacyjnym i technologicznym. Dobrymi przykładami są używanie e-papierosów i cyberprzemoc. Oba te zachowania w klasycznym wydaniu są dobrze znane jako palenie papierosów i stosowanie przemocy. Nowe technologie zmieniły jednak ich kontekst i zasięg. E-papierosy i inne wynalazki technologiczne przemysłu tytoniowego są próbą wyjścia z kryzysu, w jakim znalazła się ta branża po radykalnej zmianie postaw społecznych dotyczących palenia papierosów. Cyberprzemoc jest natomiast „produktem ubocznym” nowych możliwości, jakie stwarzają cyfrowe media. Poczucie anonimowości, zapośredniczenie kontaktu i duża siła rażenia powodują, że cyberprzemoc staje się dla wielu ludzi niebezpiecznym sposobem dokuczania innym lub wyrażania swoich frustracji. Używanie e-papierosów i cyberprzemoc są przykładami tzw. nowych zachowań ryzykownych (Pyżalski, 2012).

W ostatnich latach ewoluuje również punkt widzenia specjalistów na zachowania ryzykowne młodzieży. Fundusz Rozwiązywania Problemów Hazardowych, utworzony w 2009 r. i poszerzony o inne „niechemiczne uzależnienia” w 2011 r., walczy przyczynił się do rozwoju wiedzy o tzw. uzależnieniach behawioralnych. W kręgu zainteresowań specjalistów znalazły się m.in. problemowy hazard, sieciorholizm, zakupoholizm i inne nałogi behawioralne (Habrak, 2016). Specjaliści pracujący z młodzieżą zwracają również uwagę na zachowania autodestrukcyjne i samobójcze młodych ludzi.

Są to zachowania ryzykowne, które bezpośrednio zagrażają życiu i bezpieczeństwu młodych ludzi (Popek, 2017). W okresie pandemii COVID-19 znacznie zwiększyła się ich liczba. Zachowania nałogowe i autodestrukcyjne przestały być tylko przedmiotem zainteresowania psychiatrii. Stały się częścią całościowego (holistycznego) podejścia do problemu zachowań ryzykownych młodzieży.

Podjęcie ryzyka jest nieodłączną częścią dojrzewania. Budzi zrozumiałą niepokój rodziców i wychowawców, ale jednocześnie pomaga młodym ludziom opanować niektóre umiejętności potrzebne w dorosłym życiu, zaspokaja potrzebę doznań, przekraczania i testowania granic, a także odpowiada na inne potrzeby nastolatków. Zachowania ryzykowne są najczęstsze w okresie dojrzewania, ponieważ podejmowanie ryzyka jest częścią rozwoju nastolatków. Ani wcześniej, ani później nie występują tak często i z takim nasileniem jak w okresie dorastania. W późniejszych etapach życia zwykle zmniejsza się ich liczba i rodzaj. Dorośli, dobrze przystosowani ludzie, kiedy podejmują pracę zawodową i zakładają rodziny, zwykle rezygnują z używania narkotyków i popełniania czynów zabronionych, często również ograniczają picie alkoholu oraz palenie papierosów.

Długofalowe trendy w używaniu substancji psychoaktywnych

W pierwszym wydaniu raportu *Dzieci się liczą* (Ostaszewski, 2017a) przedstawiłem charakterystykę używania substancji psychoaktywnych jako jednego z przejawów zachowań ryzykownych młodzieży szkolnej. Obecne wydanie raportu jest okazją do zaktualizowania tej charakterystyki. W dużym stopniu korzystam tu z wyników cyklicznych badań HBSC¹ i ESPAD², które umożliwiają ocenę długofalowych trendów zachowań ryzykownych

- 1 Międzynarodowe badania nad zachowaniami zdrowotnymi młodzieży szkolnej wykonywane pod auspicjami Światowej Organizacji Zdrowia – Health Behaviour in School-Aged Children. A WHO Cross-National Study (HBSC).
- 2 Europejski Program Badań Ankietowych w Szkołach na temat Używaniem Alkoholu i Narkotyków (ESPAD) koordynowany przez Szwedzką Radę ds. Informacji o Alkoholu i Narkotykach i Grupę Pampidou.

”

Kiedyś rzadko sięgałem po marihuanę, teraz robię to prawie codziennie. Nie umiem inaczej radzić sobie ze złym humorem. Bywa, że w szkole jestem pod jej wpływem. Czuję się bardzo przytłoczony problemami.

Chłopak, 15 lat

Z telefonów i maili do 116 111

– telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży

15–16-letniej młodzieży. Oba projekty badawcze są prowadzone co cztery lata od lat 90. ubiegłego wieku na losowych próbach ogólnopolskich, mają więc walor badań reprezentatywnych dla młodzieży szkolnej w Polsce. Oba są także częścią międzynarodowych projektów i sieci naukowych, stąd wykorzystanie ich wyników umożliwi porównania międzynarodowe.

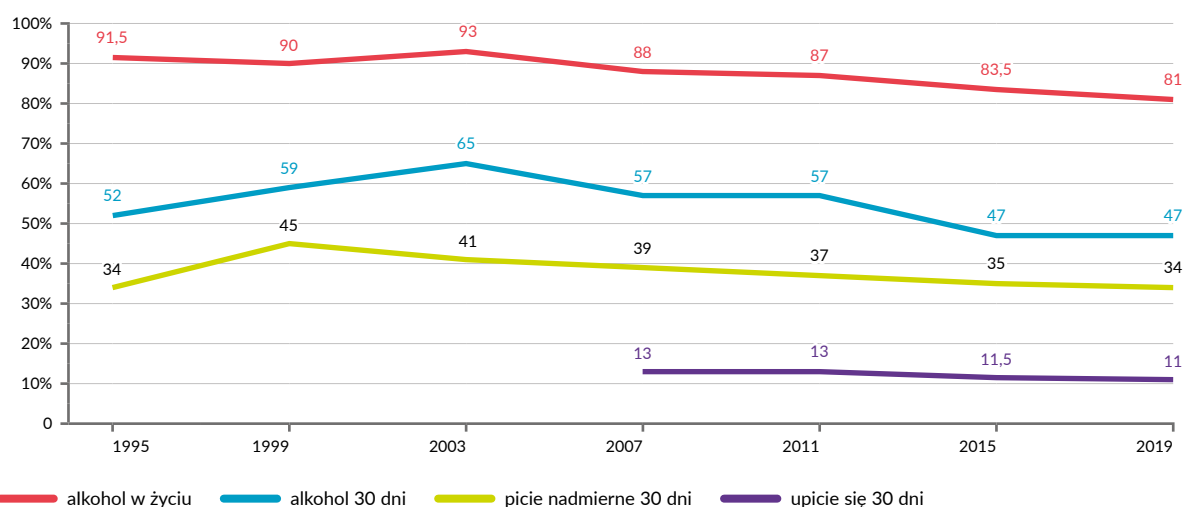
Picie alkoholu

Na wykresie 1 przedstawiono graficzną ilustrację trendów w picu alkoholu przez 15–16-letnią młodzież w Polsce. W drugiej połowie lat 90. obserwowano wzrost niektórych wskaźników picia alkoholu, co dobrze ilustrują odsetki częstego picia alkoholu (picie w ostatnich 30 dniach), które w latach 1995–2003 wyraźnie wzrastały. Od 2003 r. obserwujemy stopniowe zmniejszanie się rozpowszechnienia picia alkoholu wśród młodzieży szkolnej. Ograniczenie konsumpcji alkoholu widać we wszystkich wskaźnikach przedstawionych w tabeli 1, czyli „picie alkoholu kiedykolwiek w życiu”, „picie w ostatnich 30 dniach”, „picie nadmierne” (wypicie pięciu drinków z rzędu przy jednej okazji) oraz „upijanie się”. Te wyniki jednoznacznie wskazują na mniejsze rozpowszechnienie tego konkretnego zachowania ryzykownego młodzieży. Zachowania młodzieży w Polsce są zgodne z obserwacjami w zachowaniach młodzieży z innych krajów w Europie. Badania ESPAD prowadzone wśród młodzieży szkolnej z 30 państw europejskich również dokumentują trend spadkowy w picu napojów

alkoholowych (wyk. 2). Ta zbieżność wyników sugeruje globalny charakter tych zmian. Jest on prawdopodobnie powiązany ze zmianą stylu życia współczesnych nastolatków i powiększającą się „diagonalizacją” ich kontaktów

rówieńczych. Na zmniejszenie się wskaźników picia alkoholu wpływa również polityka ograniczania dostępu do alkoholu dla osób niepełnoletnich, która w ostatnich latach została zaostrzona w wielu państwach europejskich.

Wykres 1. Wskaźniki picia alkoholu przez 15–16-letnią młodzież w Polsce w latach 1995–2019 (%)



Źródło: oprac. na podstawie wyników badań ESPAD (ESPAD Group, 2020).

Tabela 1. Używanie substancji psychoaktywnych przed pandemią COVID-19 i w jej trakcie. Dane z dwóch ostatnich rund badań mokotowskich prowadzonych w Warszawie wśród 15-letniej młodzieży szkolnej (%)

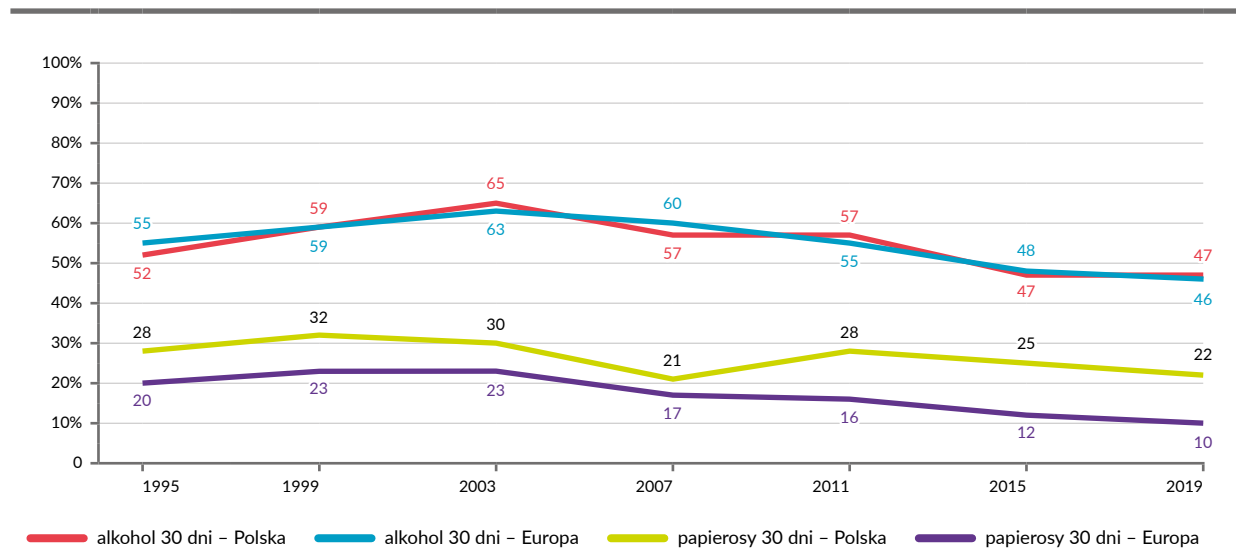
	Przed pandemią (2016 r.; odsetki)	W czasie pandemii (2020 r.; odsetki)
Palenie tradycyjnych papierosów (co najmniej raz w roku)	23,8	13,5*
Palenie tradycyjnych papierosów (codziennie)	6,5	2,5*
Używanie e-papierosów (co najmniej raz w roku)	Brak danych	16,7
Używanie e-papierosów (codziennie)	Brak danych	2,3
Picie alkoholu (co najmniej raz w ostatnich 30 dniach)	35,6	20,6*
Upijanie się (co najmniej raz w ostatnich 30 dniach)	15,1	5,4*
Używanie narkotyków (co najmniej raz w ostatnim roku)	14,9	5,8*
Używanie leków uspokajających/nasennych (co najmniej raz w ostatnim roku)	19,2	14,4*

* $p < 0,05$.

Źródło: Pracownia Pro-M, IPiN (dane niepublikowane)³.

3 Badania mokotowskie 2020 zrealizowano w ramach projektu statutowego Instytutu Psychiatrii i Neurologii (IPiN) na lata 2020–2022. Badania prowadził Zespół badawczy Pracowni Pro-M: Krzysztof Bobrowski, Jakub Greń, Krzysztof Ostaszewski (kierownik) i Agnieszka Pisarska.

Wykres 2. Wskaźniki picia alkoholu i palenia papierosów przez 15–16-letnią młodzież w Polsce w latach 1995–2019 na tle wyników uzyskanych w 30 państwach europejskich, które brały udział w badaniach ESPAD (%)



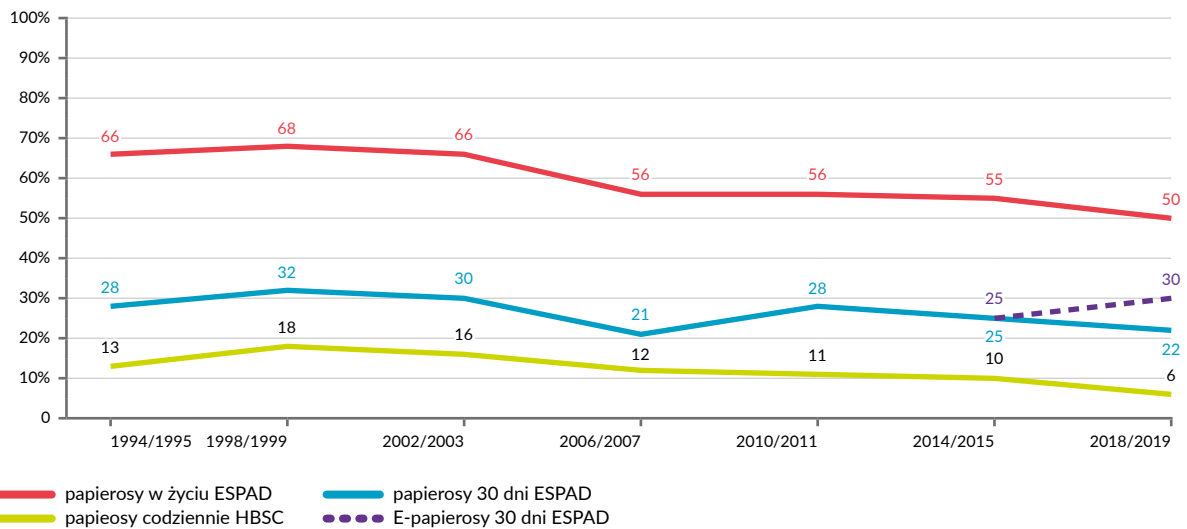
Źródło: oprac. na podstawie wyników badań ESPAD (ESPAD Group, 2020).

Palenie papierosów i używanie e-papierosów

Na wykresie 3 przedstawiono graficzną ilustrację trendów w paleniu papierosów przez 15–16-letnią młodzież w Polsce. Podobnie jak w przypadku picia alkoholu wyniki badań jednoznacznie wskazują na stopniowe zmniejszanie się rozpowszechnienia palenia wśród młodzieży szkolnej. Nadal jednak polska młodzież pali papierosy częściej niż wynosi średnia europejska z 30 państw objętych badaniami ESPAD (wyk. 2). W ostatnich 8–10 latach wskaźniki częstego palenia (palenie w ciągu ostatnich 30 dni) były u nas prawie dwukrotnie wyższe niż średnia europejska. Trend spadkowy w paleniu tradycyjnych papierosów nie oznacza jednak, że młodzież traci zainteresowanie dla nikotyny jako substancji psychoaktywnej. Spora grupa młodzieży szkolnej używa również e-papierosów. W 2019 r. 30% polskich nastolatków w wieku 15–16 lat używało e-papierosów w 30 dniach przed badaniem. Na podstawie bieżących wyników nie możemy ocenić trendów w tym zakresie, ponieważ we wcześniejszych rundach badań ESPAD nie pytano o używanie e-papierosów. Na ich ocenę trzeba zaczekać do następnej rundy tych badań, którą zaplanowano na 2024 r.

Zmniejszenie się wskaźników palenia papierosów jest niewątpliwie następstwem zmian postaw społecznych wobec tego zachowania. Ludzie w mniejszym stopniu je akceptują niż w latach 90. i w okresie PRL-u. Postawy społeczne niechętnie paleniu papierosów wspierają zmiany legislacyjne ograniczające swobodę palenia w miejscach publicznych i stałe podnoszenie cen na wyroby tytoniowe.

Wykres 3. Wskaźniki palenia papierosów i e-papierosów przez 15–16-letnią młodzież w Polsce w latach 1995–2019 (%)



Źródło: oprac. na podstawie wyników badań ESPAD (ESPAD Group, 2020) i HBSC (Mazur i Małkowska-Szkutnik, 2018; Woynarowska i Mazur, 2012).

”

Raz ze znajomymi postanowiliśmy przed lekcjami napić się alkoholu. Niestety ktoś zauważył, że byliśmy pijani, i do szkoły przyjechała policja. Bardzo boję się, co się dalej stanie. Rodzice są na mnie bardzo źli, a ja naprawdę żałuję tego, co się stało.

Dziewczyna, 16 lat

Z telefonów i maili do 116 111

– telefonu zaufania dla dzieci

i młodzieży

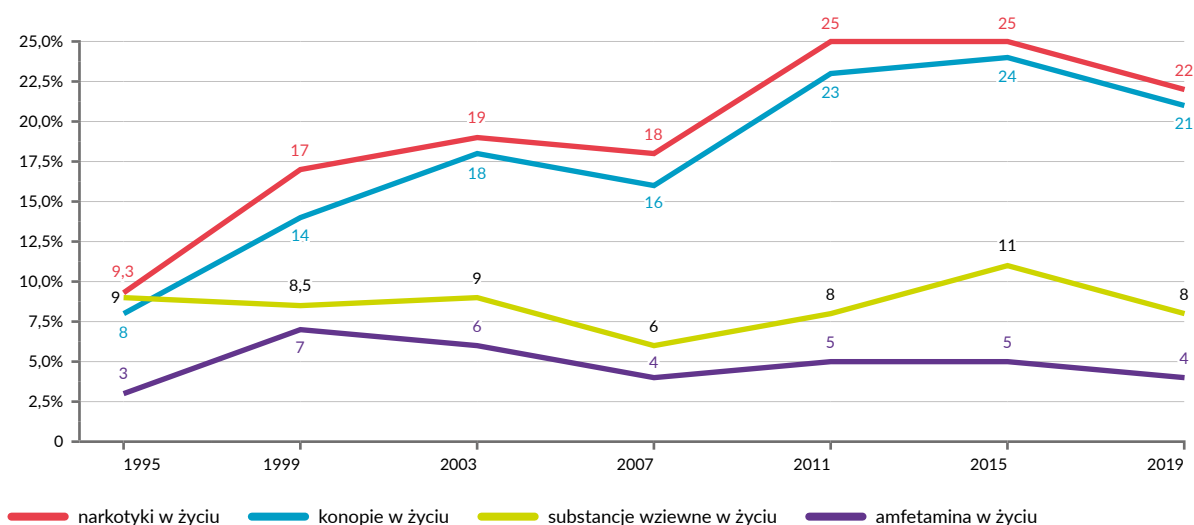
Używanie narkotyków i innych substancji psychoaktywnych

Na wykresie 4 przedstawiono graficzną ilustrację trendów w używaniu narkotyków przez 15–16-letnią młodzież w Polsce. Wynika z niego, że przez ok. 20 lat, czyli od roku 1995 do roku 2015 roku rosły wskaźniki używania jakichkolwiek narkotyków (z wyjątkiem roku 2007, kiedy nie odnotowano wzrostu tego wskaźnika). Na trend wzrostowy w używaniu narkotyków wpływał przede wszystkim wzrost rozpowszechnienia używania przetworów konopi (marihuany i haszyszu), które są zdecydowanie najczęściej używanymi przez młodzież narkotykami. Warto zwrócić uwagę, że linia ciągła ilustrująca zmiany w używaniu przetworów konopi ma niemal dokładnie taki sam kształt jak linia oznaczająca zmiany w używaniu jakichkolwiek narkotyków. Wzrost rozpowszechnienia używania konopi jest zapewne związany ze zmianami nastrojów i postaw społecznych wobec tego narkotyku. Trudno nie zauważyć na świecie tendencji i realnych działań na rzecz depenalizacji lub legalizacji marihuany. W ostatnim pomiarze badania ESPAD, czyli w 2019 r., odnotowano jednak w Polsce spadek rozpowszechnienia używania zarówno jakichkolwiek narkotyków, jak i przetworów konopi. Przełamanie trendu w 2019 r. widać również we wskaźnikach używania substancji wziewnych i delikatnie zaznaczonym spadku używania amfetaminy. Warto jednak zauważyć, że w latach 2011–2019 wskaźniki używania jakichkolwiek narkotyków oraz przetworów konopi były w Polsce wyższe niż średnia europejska o ok. 4–5 pkt procentowych (pp; wyk. 5).

Pewnym fenomenem polskiej młodzieży, który utrzymuje się przez wszystkie lata obserwacji w ramach projektu ESPAD (1995–2019), są

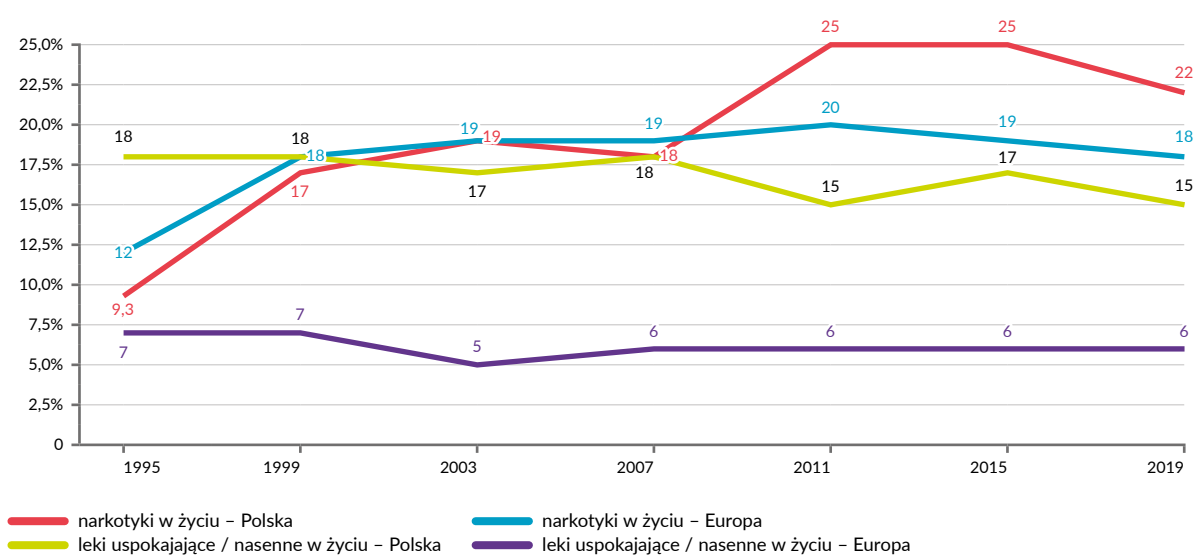
wysokie wskaźniki używania leków uspokajających/nasennych. W 2019 r. 15% polskiej młodzieży w wieku 15–16 lat przynajmniej raz w życiu używało takich leków bez wskazania lekarskiego. Ten wskaźnik jest prawie trzykrotnie wyższy niż średnia europejska z 30 państw biorących udział w badaniach ESPAD (wyk. 5).

Wykres 4. Wskaźniki używania narkotyków przez 15–16-letnią młodzież w Polsce w latach 1995–2019 (%)



Źródło: oprac. na podstawie wyników badań ESPAD (ESPAD Group, 2020).

Wykres 5. Wskaźniki używania narkotyków i leków uspokajających/nasennych przez 15–16-letnią młodzież w Polsce w latach 1995–2019 na tle wyników uzyskanych w 30 państwach europejskich, które brały udział w badaniach ESPAD (%)



Źródło: oprac. na podstawie wyników badań ESPAD (ESPAD Group, 2020).

Zachowania ryzykowne młodzieży a pandemia COVID-19

W marcu 2020 r., po tym jak Światowa Organizacja Zdrowia ogłosiła stan pandemii COVID-19, rządy wielu państw, w tym także Polski, wprowadziły wiele prewencyjnych ograniczeń w życiu publicznym i społecznym. Miało to zatrzymać lub zmniejszyć transmisję wirusa i zapobiec infekcjom. Zamknięto szkoły, kina, teatry, kawiarnie i boiska sportowe, ograniczono możliwości swobodnego przemieszczania się oraz radykalnie ograniczono swobodny dostęp do instytucji publicznych. Te ograniczenia zmieniły codzienne funkcjonowanie ludzi i miały duży wpływ na ich samopoczucie. Wśród czynników, które mogły wpływać na zachowania młodzieży, w tym na ich zachowania ryzykowne, należy wymienić: ograniczenie możliwości spędzania czasu poza domem, zakłócenie procesu edukacji w szkole, znaczne zmniejszenie aktywności fizycznej oraz odizolowanie od bezpośrednich kontaktów z rówieśnikami. Kontakty rówieśnicze zostały w dużej mierze przeniesione do nauczania zdalnego i do mediów społecznościowych. Jak to wpłynęło na zachowania ryzykowne młodzieży? Na to pytanie spróbuję odpowiedzieć, wykorzystując wyniki badań mokatowskich i sondaży CBOS realizowanych wśród młodzieży szkolnej. Cykliczny charakter obu tych projektów badawczych sprawia, że ich wyniki mogą zostać wykorzystane do porównania rozpowszechnienia zachowań ryzykownych młodzieży przed pandemią i w czasie jej trwania.

Celem badań mokatowskich jest monitorowanie zachowań ryzykownych i problemów zdrowia psychicznego wśród 15-letniej młodzieży szkolnej z Warszawy. Badania są realizowane w czteroletnich odstępach od 1984 r. (Ostaszewski, 2017b). Tak się złożyło, że ich ostatnia runda przypadła na czas pandemii – przeprowadzono ją w listopadzie i grudniu 2020 r, kiedy młodzież szkolna miała za sobą 8–9 mies. doświadczeń związanych z pandemią. Było to okres nauczania zdalnego i daleko idących ograniczeń w życiu publicznym. Szczepienia przeciw COVID-19 nie były jeszcze dostępne. Rok później, czyli jesienią 2021 r., na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii został przeprowadzony kolejny sondaż Centrum Badania Opinii Społecznej (CBOS) dotyczący

postaw i zachowań młodzieży. Sondaż miał miejsce w drugim roku pandemii, kiedy dostępne stały się szczepienia przeciw COVID-19 i kiedy zniesiono wiele ograniczeń, m.in. uczniowie wrócili do nauczania stacjonarnego.

Sondaże CBOS są prowadzone na próbie ogólnopolskiej wśród uczniów najstarszych klas szkół ponadpodstawowych, a więc w grupie 18–20-latków (Grabowska i Gwiazda, 2022). Podobnie jak badania mokatowskie zostały one wykorzystane do porównania rozpowszechnienia zachowań ryzykownych przed pandemią (sondaż z 2018 r.) i w czasie jej trwania (sondaż z 2021 r.). Przywołanie tych wyników stanowi więc istotne uzupełnienie wiedzy o zmianach w rozpowszechnieniu zachowań ryzykownych w najstarszej grupie wiekowej młodzieży szkolnej.

Używanie substancji psychoaktywnych

Do typowych zachowań ryzykownych młodzieży należy używanie substancji psychoaktywnych, czyli palenie tradycyjnych papierosów, używanie e-papierosów, picie alkoholu oraz używanie narkotyków i leków psychoaktywnych. Używanie substancji psychoaktywnych wiąże się z wieloma zagrożeniami dla zdrowia, bezpieczeństwa i prawidłowego rozwoju psychospołecznego. Wśród nich można wymienić problemy: społeczne (np. w relacjach), zdrowotne (np. zatrucia, przedawkowania, infekcje, urazy i uszkodzenia ciała, zaburzenia psychiczne, uzależnienie), poznawcze i emocjonalne (upośledzenie pamięci, uwagi i innych procesów poznawczych, trudne doświadczenia emocjonalne, objawy zaburzeń psychicznych), finansowe (np. wydatki na substancje psychoaktywne) i prawne (np. przestępstwa, wykroczenia popełnione „pod wpływem”, odpowiedzialność karna i konflikty z prawem, szczególnie w przypadku używania i zdobywania substancji nielegalnych).

Porównanie wyników badań mokatowskich z lat 2016 i 2020 wskazuje, że w czasie pandemii wyraźnie zmniejszyło się używanie wszystkich typów substancji psychoaktywnych (nikotyny, alkoholu, narkotyków i leków psychotropowych) wśród warszawskich 15-latków. Największe spadki odnotowano w rozpowszechnieniu codziennego palenia papierosów oraz we wskaźnikach upijania się i używania narkotyków (tab. 1). Ograniczenie

używania substancji w podobnym stopniu dotyczyło dziewczyn i chłopców, z wyjątkiem leków uspokajających/nasennych. W ich przypadku istotny spadek używania odnotowano tylko w grupie dziewczyn. Wśród chłopców wskaźniki używania leków nie zmieniły się istotnie w czasie pandemii.

Na podstawie wyników badań mokatowskich nie była możliwa ocena zmian w zakresie używania e-papierosów, ponieważ nie pytano o nie w badaniu z 2016 r. Interesujące jest jednak, że w 2020 r. wskaźnik codziennego używania e-papierosów był podobny do wskaźnika palenia papierosów (ok. 2,5%), a jednocześnie wskaźnik okazjonalnego używania e-papierosów (ok. 17%) był wyższy o ok. 3 pp. od wskaźnika okazjonalnego palenia tradycyjnych papierosów (13,5%; tab. 1). Te wyniki sugerują, że w dużym stopniu korzystanie z e-papierosów wśród młodzieży zrównało się z rozpowszechnieniem palenia tradycyjnych papierosów, co potwierdzają wyniki ogólnopolskiego badania ESPAD 2019 (Sierosławski, 2020).

Porównanie wyników sondaży CBOS z lat 2018 i 2021 zestawiono w tabeli 2. Wskazuje ono, że w czasie pandemii nastąpiło wyraźne zmniejszenie się częstego picia piwa i wina wśród młodzieży 18–20-letniej. Odnotowano także spadek używania narkotyków o 3 pp, z 16% do 13%. Jednocześnie nie stwierdzono istotnych zmian w zakresie wskaźników palenia papierosów i picia mocnych napojów alkoholowych (wódki). Badania zrealizowane w najstarszej grupie wiekowej młodzieży szkolnej wskazują na zmniejszenie się w czasie pandemii niektórych wskaźników używania substancji psychoaktywnych, ale nie są tak jednoznaczne w swojej wymowie jak wyniki badań mokatowskich przeprowadzonych w grupie 15-latków. W interpretacji warto wziąć pod uwagę czynnik czasu badania i wieku osób badanych. Badania mokatowskie zrealizowano jesienią 2020 r., kiedy obowiązywały związane z pandemią duże ograniczenia w kontaktach społecznych. Sondaż CBOS został wykonany później (jesień 2021 r.), kiedy zniesiono już większość uciążliwych ograniczeń w kontaktach społecznych. Ponadto warto pamiętać, że ograniczenia w mobilności dotyczyły młodzieży do 16 r.ż., a więc nie obowiązywały 18–20-latków, którzy mimo pandemii mogli kontaktować się z rówieśnikami.

Tabela 2. Używanie substancji psychoaktywnych przed pandemią COVID-19 i w jej trakcie. Dane z dwóch ogólnopolskich sondaży CBOS prowadzonych wśród 18–20-letniej młodzieży szkolnej (%)

	Przed pandemią (2018 r.; odsetki)	W czasie pandemii (2021 r.; odsetki)
Palenie tradycyjnych papierosów (tylko w wyjątkowych sytuacjach)	21,0	19,0
Palenie tradycyjnych papierosów (regularne)	18,0	20,0
Picie napojów alkoholowych przynajmniej raz w ostatnich 30 dniach:		
piwo	74,0	66,0
wino	43,0	37,0
wódka	62,0	62,0
Upijanie się (co najmniej raz w ostatnich 30 dniach)	44,0	43,0
Używanie narkotyków (co najmniej raz w ostatnim roku)	16,0	13,0

Źródło: Malczewski, 2022.

Zachowania przemocowe i agresywne

Przemoc i agresję często rozpatruje się w kategoriach zachowań antyspołecznych, które rozumie się jako łamanie norm życia społecznego lub praw innych osób (Farrington, 2005). Do najczęstszych zachowań antyspołecznych młodzieży należą m.in. stosowanie przemocy i cyberprzemocy, kradzieże sklepowe i inne przywłaszczenia, niszczenie publicznej lub cudzej własności oraz okrucieństwa wobec zwierząt. Przemoc może mieć bardzo poważne konsekwencje dla zdrowia psychicznego osób nią dotkniętych. Może być dla nich źródłem zaburzeń lękowych, zaburzeń nastroju oraz myśli i prób samobójczych. Incydentalne bójkę lub kradzieże przedmiotów niewielkiej wartości zdarzają się wielu osobom w okresie dojrzewania i są rozpatrywane jako przemijające „antyspołeczne incydenty” w procesie rozwoju. W przypadku niektórych osób zachowania te jednak czasem eskalują i przybierają postać powracającego wzoru zachowania, który zakłóca normalne funkcjonowanie młodego człowieka w domu lub szkole. W takich przypadkach zachowania stają poważnym problemem wychowawczym lub społecznym, który wymaga interwencji

wychowawczej, a niekiedy nawet oddziaływań resocjalizacyjnych w stacjonarnych ośrodkach dla młodzieży nieprzystosowanej społecznie (Ostaszewski i in., 2019).

Rozpowszechnienie zachowań przemocowych i wykroczeń młodzieży odnotowane w ostatnich dwóch rundach badań mokatowskich zestawiono w tabeli 3. Wyniki wskazują jednoznacznie, że wśród 15-letniej młodzieży z Warszawy w czasie pandemii nastąpiło wyraźne zmniejszenie się odsetków wszystkich badanych rodzajów zachowań przemocowych. Do najbardziej rozpowszechnionych należały kradzieże rzeczy lub pieniędzy (ok. 29% przed pandemią i 18% w czasie pandemii) oraz zachowania z użyciem przemocy fizycznej lub psychicznej (ponad 20% przed pandemią, a w czasie pandemii ok. 12%). Interpretując te wyniki, należy wziąć pod uwagę, że nauczanie zdalne w naturalny sposób ograniczało możliwości stosowania przemocy rówieśniczej oraz innych zachowań agresywnych w szkole (z wyjątkiem cyberprzemocy).

Tabela 3. Zachowania przemocowe i wykroczenia – przynajmniej raz w ostatnim roku. Dane z dwóch ostatnich rund badań mokatowskich prowadzonych w Warszawie wśród 15-letniej młodzieży szkolnej (odsetki odpowiedzi przynajmniej raz w ostatnim roku)

	Przed pandemią (2016 r.; odsetki odpowiedzi przynajmniej raz w ostatnim roku)	W czasie pandemii (2020 r.; odsetki odpowiedzi przynajmniej raz w ostatnim roku)
Celowe łamanie lub niszczenie cudzej własności	12,7	7,2*
Kradzież rzeczy/pieniędzy	28,7	18,3*
Celowe uderzenie lub uszkodzenie kogoś	21,7	12,4*
Udział w cyberprzemocy, czyli regularne nękanie kolegi/koleżanki, korzystając z internetu lub smartfonów, w taki sposób, że trudno mu/jej było się obronić	14,5	10,1*
Udział w przemocy fizycznej lub psychicznej wobec innych uczniów na terenie szkoły lub w jej pobliżu	24,1	11,4*
Jakiegokolwiek zachowanie przemocowe z powyższych	51,6	36,4*

* $p < 0,05$.

Źródło: Pracownia Pro-M, IPiN (dane niepublikowane).

Wskaźniki rozpowszechnienia uporczywej cyberprzemocy wśród 15-latków z Warszawy były dość wysokie (14,5% przed pandemią i ok. 10% w jej czasie). Interesujące, że w czasie pandemii nie zwiększyło się rozpowszechnienie tej formy przemocy. Przeciwnie, nastąpił spadek jej stosowania, choć w roku szkolnym 2020/21 młodzież na co dzień kontaktowała się głównie za pomocą komunikatorów internetowych. Te wyniki sugerują, że sytuacja zagrożenia pandemicznego oraz związane z nią ograniczenia przyczyniły się do ograniczenia zachowań przemocowych i wykroczeń wśród 15-letnich uczniów. Widać to wyraźnie, gdy weźmiemy pod uwagę wskaźnik jakiegokolwiek zachowań przemocowych w ostatnim roku (ok. 52% przed pandemią vs ok. 36% w jej czasie). Zmniejszenie się rozpowszechnienia zachowań przemocowych i wykroczeń mniej więcej w równym stopniu dotyczyło 15-letnich dziewczyn i chłopców.

Rozpowszechnienie zachowań przemocowych i wykroczeń na podstawie sondaży CBOS z lat 2018 i 2021 zestawiono w tabeli 4. Wyniki tego zestawienia nie są jednoznaczne. Rozpowszechnienie niektórych zachowań przemocowych nieco wzrosło (np. wykluczania, wysyłania obraźliwych sms-ów), innych zmalało (np. publikowania upokarzających informacji, zdjęć/filmów, kradzieży pieniędzy/rzeczy), jeszcze innych nie zmieniło się (np. napastowania seksualne). Ogólny wskaźnik jakichkolwiek zachowań tego typu zmniejszył się w pandemii o 3 pp, z 42% do 39%. Wyniki sondaży CBOS wskazują więc raczej na stabilizację wskaźników przemocy w szkole i powrót do sytuacji sprzed pandemii.

Tabela 4. Zachowania przemocowe i agresywne. Dane z dwóch ostatnich sondaży CBOS prowadzonych wśród 18–20-letniej młodzieży szkolnej (odsetki odpowiedzi przynajmniej raz w ostatnim roku)

	Przed pandemią (2018 r.; odsetki odpowiedzi przynajmniej raz w ostatnim roku)	W czasie pandemii (2021 r.; odsetki odpowiedzi przynajmniej raz w ostatnim roku)
Wykluczenie, odtrącenie przez innych uczniów	24,0	26,0
Obraźliwy SMS lub obraźliwa wiadomość w komunikatorze internetowym od kogoś z uczniów z Twojej szkoły	10,0	13,0
Publikowanie w internecie upokarzających informacji lub zdjęć/filmów	10,0	6,0
Kradzież pieniędzy lub jakiegoś przedmiotu w szkole	12,0	9,0
Uderzenie lub pobicie przez kolegów (koleżanki) z klasy lub ucznia innej klasy	7,0	6,0
Napastowanie seksualne w szkole (np. dotykane, rozebranie)	3,0	3,0
Stosowanie przez kolegów/koleżanki przemocy w celu wymuszenia lub uzyskania czegoś np. pieniędzy	6,0	5,0
Jakiegokolwiek zachowanie przemocowe z powyższych	42,0	39,0

Źródło: Scovil, 2022.

Hazard i inne nałogi behawioralne

Nałogi behawioralne obejmują szeroką grupę zaburzeń zachowania lub zaburzeń sfery nawyków i popędów. Ich najbardziej znanymi przykładami są problemowy hazard i siecioholizm. Te zachowania wiążą się ze szkodami dla zdrowia psychicznego nastolatków i ich funkcjonowania społecznego. Utrata kontroli nad grami hazardowymi wiąże się z wieloma szkodami zdrowotnymi, osobistymi i społecznymi. Nałóg często prowadzi do rozwoju depresji i wystąpienia zachowań suicydalnych, a także może sprzyjać zachowaniom kryminalnym (Silczuk i Habrat, 2017).

Dane dotyczące udziału 15-letniej młodzieży w grach hazardowych przedstawiono w tabeli 5. Wyniki wskazują jednoznacznie, że okres pandemii przyczynił się do mniejszego rozpowszechnienia wszystkich rodzajów gier hazardowych.

”

Kilka lat temu dałem się namówić kolegom na wzięcie narkotyków. Od tamtej pory już nie było takich sytuacji i nie mam już z nimi kontaktu. Ciągle martwię się tym, że ktoś mógłby się o tym dowiedzieć, a to mogłoby wpłynąć na moją przyszłość.

Chłopak, 17 lat

Z telefonów i maili do 116 111

- telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży

Najczęstszą formą udziału młodzieży w grach hazardowych były popularne gry liczbowe (np. Lotto). Młodzież również dość często grała w karty lub inne gry na pieniądze. Ogólny wskaźnik rozpowszechnienia gier hazardowych (udział przynajmniej w jednej grze hazardowej w ostatnim roku) zmniejszył się w okresie pandemii o połowę, z ok. 37% do ok. 18%. To zmniejszenie w równym stopniu dotyczyło obu płci, choć rozpowszechnienie udziału w grach hazardowych jest znacznie większe wśród chłopców. Podobną tendencję sugerują rezultaty sondażu CBOS z 2021 r., z których wynika mniejsze o 10 pp zainteresowanie 18–20-letniej młodzieży grami hazardowymi w stosunku do sondażu z 2018 r. (spadek z 51% do 41%). Wyniki sondażu CBOS pokazują jednak, że pandemia nie ograniczyła liczby graczy zagrożonych uzależnieniem od hazardu (te dane nie są przedstawione w tabeli 5). Zarówno w 2018 r., jak i 2021 r. tych „ryzykownych graczy” było ok. 6–7% w grupie badanych uczniów ostatnich klas szkół ponadpodstawowych (Gwiazda, 2022).

Tabela 5. Gry hazardowe w ostatnim roku. Dane z dwóch rund badań mokotowskich prowadzonych w Warszawie wśród 15-letniej młodzieży szkolnej (%)

	Przed pandemią (2016 r.; odsetki)	W czasie pandemii (2020 r.; odsetki)
Korzystanie z automatów do gier hazardowych	8,6	4,1*
Granie w LOTTO lub w ramach innych loterii	21,5	7,2*
Stawianie pieniędzy w zakładach bukmacherskich (sportowych lub innych)	8,7	3,5*
Granie na pieniądze w karty, kości lub inne gry (w „realu” lub online)	13,5	6,9*
Uczestniczenie w konkursach lub grach, w których udział opłacany jest telefonicznie	3,0	1,2*
Wydawanie pieniędzy na inne rodzaje hazardu niż wyżej wymienione	8,5	5,1*
Udział przynajmniej w jednej z powyższych gier	36,8	17,8*

* $p < 0,05$.

Źródło: Pracownia Pro-M, IPiN (dane niepublikowane).

Zachowania ryzykowne w cyfrowym świecie

Świat cyberprzestrzeni, internet i gry komputerowe stały się elementami codzienności współczesnej młodzieży. Internet umożliwiający nastolatkom zaspokajanie wielu istotnych potrzeb rozwojowych, w tym potrzeby utrzymywania relacji z rówieśnikami, potrzeby osiągnięć lub potrzeby poszukiwania informacji. Gry komputerowe ćwiczą koordynację wzrokowo-ruchową, rozwijają myślenie strategiczne, dają rozrywkę i dostarczają dreszczyku emocji. Nadmierne korzystanie z internetu i gier komputerowych wiąże się jednak z ryzykiem utraty kontroli, niezdolnością do racjonalnego korzystania i wywiera niekorzystny wpływ na inne sfery życia (rodzinnego, szkolnego i rówieśniczego). W czasie pandemii, kiedy młodzież realizowała obowiązek szkolny zdalnie, korzystanie z usług online stało się wręcz koniecznością, pogłębiając tym samym ryzyko nadmiernego, niezdrowego kontaktu z cyberprzestrzenią (Bigaj i Dębski, 2020).

Dane dotyczące udziału 15-letniej młodzieży w świecie cyfrowym przedstawiono w tabeli 6. Wynika z nich, że w porównaniu z danymi z 2016 r. w 2020 r. o ok. 8 pp zwiększyła się liczba 15-latków, którzy dziennie poświęcali co najmniej 5 godz. na różne pozaszkolne aktywności w internecie. Ten wzrost nie obejmował czasu przeznaczanego na lekcje online, o które pytano oddzielnie. Specjaliści podkreślają, że czas spędzany online jest jednym z głównych czynników zwiększających ryzyko zaburzeń korzystania z internetu (Bigaj i Dębski, 2020). Wyniki badań mokotowskich wskazują, że wśród warszawskich 15-latków rozpowszechnienie ryzykownych wzorów korzystania z internetu wzrosło w czasie pandemii o 2–3 pp. Duże zagrożenie (5–8 objawów siecioholizmu) demonstrowało ok. 6% warszawskich 15-latków, podczas gdy umiarkowane ryzyko (3–4 objawów) już ok. 15% (w 2016 r., odpowiednio, ok. 5% i ok. 13%). Na podstawie wyników ostatniego sondażu CBOS szacuje się, że u ok. 5% młodzieży 18–20-letniej występują objawy uzależnienia od internetu, a 26% – cechuje się umiarkowanym ryzykiem uzależnienia (Feliksiak i Omyła-Rudzka, 2022).

Tabela 6. Zachowania ryzykowne w świecie cyfrowym. Dane z dwóch rund badań mokotowskich prowadzonych w Warszawie wśród 15-letniej młodzieży szkolnej (%)

	Przed pandemią (2016 r.; odsetki)	W czasie pandemii (2020 r.; odsetki)
Liczba godzin dziennie przeznaczona na korzystanie z internetu		
1–2 godz.	35,5	29,8*
3–4 godz.	27,9	28,7
5 lub więcej godz.	16,4	24,2*
Ryzykowne korzystanie z internetu		
5–8 symptomów „siecioholizmu”	4,8	6,3
3–4 symptomów „siecioholizmu”	12,8	15,3
Liczba godzin dziennie przeznaczona na granie w gry komputerowe		
1–2 godz.	20,5	23,2
3–4 godz.	8,2	16,7*
5 lub więcej godz.	5,6	9,6*

* $p < 0,05$.

Źródło: Greń i in. (w druku).

Wyniki badań mokotowskich wskazują, że podczas pandemii nastolatki poświęcały znacznie więcej czasu nie tylko na (pozaszkolne) korzystanie z internetu, ale również na gry komputerowe. Około 10% 15-latków grało w te gry 5 godz. dziennie lub więcej, a prawie 17% – 3–4 godz. dziennie (tab. 6). Na te wysokie wskaźniki „zapracowali” przede wszystkim chłopcy, którzy wyraźnie częściej niż dziewczyny grają w gry ekranowe. Więcej czasu przed komputerem oznaczało jednocześnie zmniejszenie aktywności nastolatków w innych formach spędzania czasu wolnego. Wyniki badań mokotowskich wskazują jednocześnie, że mniej czasu uczniowie spędzali poza domem i w plenerze oraz na czytaniu książek dla przyjemności (Greń i in., w druku).

Objawy obniżonego nastroju, które sprzyjają zachowaniom samobójczym

Zachowania samobójcze to proces lub ciąg zachowań ryzykownych, w którym myśli i plany samobójcze odgrywają istotną rolę. Myśli rozpoczynają proces, który w sytuacji kryzysowej lub w innych niesprzyjających okolicznościach może skutkować próbą samobójczą lub doprowadzić do

samobójczej śmierci. Myśli samobójcze to fantazje i pragnienia własnej śmierci. Mogą mieć formę aktywną, gdy towarzyszą im plany dotyczące zamachu samobójczego, lub pasywną, gdy jest to chęć znalezienia się w sytuacji poważnego zagrożenia (Popek, 2017). Do najczęstszych zaburzeń zdrowia psychicznego towarzyszących zachowaniom samobójczym młodzieży należą zaburzenia depresyjne, zaburzenia zachowania i zaburzenia związane z używaniem substancji psychoaktywnych (alkoholu, narkotyków lub leków).

Dane dotyczące występowania objawów obniżonego nastroju i myśli samobójczych u 15-letniej młodzieży przedstawiono w tabeli 7. Porównanie wyników z lat 2016 i 2020 jednoznacznie wskazuje, że rozpowszechnienie wszystkich czterech objawów obniżonego nastroju (smutku, poczucia osamotnienia, przygnębienia i płaczu) wśród 15-letniej młodzieży z Warszawy wyraźnie wzrosło w czasie pandemii. Na te wzrosty „zapracowali” dziewczyny, u których zaobserwowano zdecydowanie większe rozpowszechnienie objawów obniżonego nastroju. W największym stopniu, o ok. 14 pp, wzrosło poczucie osamotnienia (wzrost z 19,6% do 33,4%) w całej badanej grupie. To wyraźne pogorszenie nastroju młodzieży może w dużym stopniu odpowiadać za dość wysokie rozpowszechnienie myśli samobójczych wśród 15-latków. Około 25% młodzieży w ostatnim roku przed badaniem miało co najmniej raz lub dwa razy myśli samobójcze. Na podstawie wyników badań mokotowskich z 2020 r. nie można porównać rozpowszechnienia myśli samobójczych z wcześniejszymi danymi, gdyż ani w 2016 r., ani wcześniej nie zadawano takiego pytania. Badania, do których można te wyniki odnieść, pochodzą z początku XXI w. Wówczas w porównywalnej grupie wiekowej ok. 19% młodzieży podało, że w ciągu roku przed badaniem miało myśli samobójcze (Ostaszewski, 2018). Z ostatniego sondaż CBOS z 2021 r., który zawierał również pytanie o myśli samobójcze (nieco inaczej sformułowane), wynika, że 16% młodzieży ostatnich klas szkół ponadpodstawowych miało często lub *bardzo często* myśli samobójcze (Roguska, 2022). Podobnie jak w badaniach mokotowskich również w sondażu CBOS nie ma, niestety, danych umożliwiających porównanie rozpowszechnienia myśli samobójczych z okresem sprzed pandemii.

Badania ankietowe, zarówno badania mokotowskie, jak i sondaże CBOS, wskazują na to, że okres pandemii sprzyja występowaniu istotnych czynników ryzyka zachowań samobójczych u młodzieży. Twardymi danymi w tym zakresie są dane Komendy Głównej Policji (KGP; Policja, 2022), które pokazują, że w 2021 r. nastąpił gwałtowny wzrost liczby rejestrowanych przez policję prób samobójczych w grupie nastolatków. W latach 2017–2020 rozpowszechnienie prób samobójczych utrzymywało się na poziomie 600–850 rocznie, podczas gdy w 2021 r. odnotowano ich 1369. Należy pamiętać, że liczba prób samobójczych nastolatków rejestrowana przez policję, to jedynie niewielka część tych niezwykle groźnych w skutkach zachowań przez nie podejmowanych. Ich prawdziwa liczba jest trudna do oszacowania. Na podstawie badań EZOP II zrealizowanych przed pandemią można ostrożnie szacować, że ok. 14 tys. nastolatków w wieku 12–17 lat ma za sobą próbę samobójczą w ciągu życia (Ostaszewski i in., 2021).

Tabela 7. Stan psychiczny, który może sprzyjać zachowaniom autodestrukcyjnym. Dane z dwóch rund badań mokotowskich prowadzonych w Warszawie wśród 15-letniej młodzieży szkolnej (%)

	Przed pandemią (2016 r.; odsetki)	W czasie pandemii (2020 r.; odsetki)
Objawy obniżonego nastroju cały czas lub często w ciągu ostatnich 7 dni		
Było mi smutno	30,9	39,0*
Czułem(-am) się samotny(-a)	19,6	33,4*
Byłem(-am) przygnębiony(-a)	30,3	35,4*
Chciało mi się płakać	19,3	27,6*
Myśli samobójcze w ostatnim roku		
Raz lub dwa razy		14,2
Czasami	brak danych	7,8
Często		3,4
-----		-----
Przynajmniej raz lub dwa razy		25,4

* $p < 0,05$.

Źródło: Pracownia Pro-M, IPiN (dane niepublikowane).

Podsumowanie

Analiza długofalowych trendów w używaniu substancji psychoaktywnych przez 15–16-letnią młodzież w Polsce sugeruje stopniowe zmniejszanie się rozpowszechnienia picia alkoholu i palenia tradycyjnych papierosów. Te trendy są zgodne z obserwowanymi wśród młodzieży w innych państwach europejskich. W 2019 r. wśród polskich nastolatków odnotowano również spadek wskaźników dotyczących używania narkotyków. W tym przypadku nie możemy jednak mówić o wyraźnym trendzie, ponieważ spadek odnotowano tylko w jednym (ostatnim) pomiarze. Na potwierdzenie lub zaprzeczenie tej korzystnej tendencji trzeba będzie poczekać do następnych badań. Z perspektywy długofalowych trendów niepokojące są doniesienia dotyczące utrzymywania się wysokich wskaźników używania przez młodzież w Polsce leków uspokajających/nasennych przyjmowanych bez wskazań lekarza. Do nowych zjawisk niosących znaczące ryzyko dla młodych ludzi należy zaliczyć używanie e-papierosów.

Wyniki badań empirycznych wskazują, że zmiany w rozpowszechnieniu zachowań ryzykownych młodzieży szkolnej w okresie pandemii COVID-19 zależą od rodzaju zachowania ryzykownego. Po pierwsze dostępne są dane empiryczne, które pozwalają sądzić, że rozpowszechnienie zachowań eksternalizacyjnych młodzieży zmniejszyło się szczególnie w pierwszym roku pandemii, kiedy obowiązywały nauczanie zdalne i znaczące ograniczenia w kontaktach społecznych młodzieży w wieku szkolnym. Badania mokotowskie, które obejmują pierwsze 8–9 mies. pandemii, wskazują na wyraźne ograniczenie rozpowszechnienia wśród 15-latków takich zachowań ryzykownych jak używanie różnych rodzajów substancji psychoaktywnych, zachowania przemocowe i granie w gry hazardowe. Ten wyraźny spadek rozpowszechnienia był prawdopodobnie związany z ograniczeniem istotnych czynników ryzyka zachowań eksternalizacyjnych młodzieży, a przede wszystkim negatywnych wpływów rówieśniczych, które dla nastolatków są jednym z najsilniejszych czynników ryzyka (Hair i in., 2009). W tym kontekście interesujące jest pytanie, jak będą się zmieniały wskaźniki tych zachowań ryzykownych w okresie postpandemicznym. Czy wróca

do poziomu sprzed pandemii? Na to pytanie odpowiedzi wkrótce udzielią kolejne rundy cyklicznych badań prowadzonych wśród 15-latków, czyli HBSC 2022 i ESPAD 2024. Sondaż CBOS, przeprowadzony jesienią 2021 r. w najstarszej grupie wiekowej młodzieży szkolnej, potwierdził spadek rozpowszechnienia tylko niektórych zachowań (głównie używania niektórych substancji psychoaktywnych). W przypadku zachowań przemocowych i gier hazardowych nie dał natomiast podstaw do stwierdzenia spadku lub wzrostu rozpowszechnienia tych zachowań. Wyniki wskazują raczej na stabilizację ich rozpowszechnienia na poziomie sprzed pandemii.

Po drugie okres pandemii wiązał się ze wzrostem liczby godzin spędzanych przez młodzież szkolną przed komputerem w związku z przeglądaniem stron internetowych lub grami komputerowymi. Czas spędzany przed ekranem komputera lub urządzenia mobilnego jest jednym z najsilniejszych predyktorów problemowego korzystania z internetu lub nałogowego grania w gry komputerowe. Dane

z badań mokotowskich i sondaży CBOS dają podstawy do wnioskowania, że okres pandemii przyczynił się do wzrostu ryzykownego lub problemowego korzystania przez młodzież szkolną z urządzeń cyfrowych. Potwierdzają to również doniesienia innych badań przeprowadzonych w czasie pandemii (Pyżalski, 2021).

W końcu, wyniki badań ankietowych sugerują, że okres pandemii przyczynił się do nasilenia zaburzeń zdrowia psychicznego młodzieży (problemów internalizacyjnych), które są powiązane z zachowaniami samobójczymi. Wyniki badań mokotowskich wskazują jednoznacznie, że w czasie pandemii zwiększyło się rozpowszechnienie objawów obniżonego nastroju młodzieży szkolnej. Wiązało się to z występowaniem myśli samobójczych u znacznej grupy nastolatków, co potwierdzają zarówno badania mokotowskie, jak i sondaże CBOS. Te tendencje przekładają się na obserwowaną przez KGP liczbę prób samobójczych wśród nastoletniej młodzieży.

Bibliografia

- Bigaj, M., Dębski, M. (2020). Subiektywny dobrostan i higiena cyfrowa w czasie edukacji zdalnej. W: G. Ptaszek, D. Stunża, J. Pyżalski, M. Dębski, M. Bigaj, *Edukacja zdalna: co stało się z uczniami ich rodzicami i nauczycielami?* (s. 75–111). Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Pobrane z: https://zdalnenauczanie.org/wp-content/uploads/2022/08/ZDALNA-EDUKACJA_FINAL-1.pdf
- Dzielska, A., Kowalewska, A. (2014). Zachowania ryzykowne młodzieży – współczesne podejście do problemu, *Studia BAS*, 2(38), 141–170.
- ESPAD Group. (2020). *ESPAD Report 2019: Additional tables*. Publications Office of the European Union.
- Farrington, D. (2005). Childhood origins of antisocial behavior. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 12, 177–190.
- Feliksiak, M., Omyła-Rudzka, M. (2022). Zainteresowania i aktywności. W: M. Grabowska, M. Gwiazda (red.), *Młodzież 2021. Raport z badań ilościowych zrealizowanych przez Fundację CBOS na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii* (s. 167–199). Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej.
- Grabowska, M., Gwiazda, M. (red.). (2022). *Młodzież 2021. Raport z badań ilościowych zrealizowanych przez Fundację CBOS na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii*. Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej.
- Greń, J., Ostaszewski, K., Bobrowski, K., Pisarska, A., Biechowska, D. (w druku). Cyfrowi tubylcy na lekcjach online. Korzystanie z internetu przez warszawskich nastolatków przed i w trakcie pandemii COVID-19. Badania mokatowskie 2016–2020. *Alkoholizm i Narkomania*.
- Gwiazda, M. (2022). Uczestnictwo w grach o charakterze hazardowym. W: M. Grabowska, M. Gwiazda (red.), *Młodzież 2021. Raport z badań ilościowych zrealizowanych przez Fundację CBOS na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii* (s. 200–207). Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej.
- Habrat, B. (red.). (2016). *Zaburzenia uprawiania hazardu i inne tak zwane nałogi behawioralne*. Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Hair, E., Park, M., Ling, T., Moore, K. (2009). Risky behaviors in late adolescence: co-occurrence, predictors, and consequences. *Journal of Adolescent Health*, 45, 253–261.
- Jessor, R. (1998). New perspectives on adolescent risk behaviour. W: R. Jessor (red.), *New perspectives on adolescent risk behaviour* (s. 1–10). Cambridge University Press.
- Malczewski, A. (2022). Młodzież a substancje psychoaktywne. W: M. Grabowska, M. Gwiazda (red.), *Młodzież 2021. Raport z badań ilościowych zrealizowanych przez Fundację CBOS na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii* (s. 208–223). Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej.
- Mazur, J., Małkowska-Szkućnik, A. (red.). (2018). *Zdrowie uczniów w 2018 roku na tle nowego modelu badań HBSC*. Instytut Matki i Dziecka.
- Ostaszewski, K. (2014). *Zachowania ryzykowne młodzieży z perspektywy mechanizmów resilience*. Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Ostaszewski, K. (2017a). Używanie substancji psychoaktywnych jako przejaw zachowań ryzykownych młodzieży szkolnej. *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, 16(1), 132–145.

- Ostaszewski, K. (red.). (2017b). *Monitorowanie zachowań ryzykownych, zachowań natłogowych i problemów zdrowia psychicznego 15-letniej młodzieży. Badania mokotowskie 2004–2016. Badania ukraińskie, obwód lwowski 2016*. Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Ostaszewski, K., Bobrowski, K., Greń, J., Pisarska, A. (2019). Nasilone zachowania ryzykowne wśród podopiecznych młodzieżowych ośrodków socjoterapeutycznych i wychowawczych; *Alkoholizm i Narkomania*, 32(4), 291–316.
- Ostaszewski, K., Kucharski, M., Stokwiszewski, J. (2021). Zaburzenia zdrowia psychicznego wśród młodzieży w wieku 12–17 lat. W: J. Moskalewicz, J. Wciórka (red.), *Kondycja psychiczna mieszkańców Polski. Raport z badań „Kompleksowe badanie stanu zdrowia psychicznego społeczeństwa i jego uwarunkowań – EZOP II”* (s. 643–687). Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Policja. (2022). *Statystyka – Zamachy samobójcze od 2017 roku*. <https://statystyka.policja.pl/st/wybrane-statystyki/zamachy-samobojcze>
- Popek, L. (2017). Problemy zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w wieku szkolnym. W: W. Ostregą, A. Oblacińska (red.). *Standardy postępowania i metodyka pracy pielęgniarki szkolnej* (s. 48–61). Instytut Matki i Dziecka.
- Pytka, L. (2001) *Pedagogika resocjalizacyjna. Wybrane zagadnienia teoretyczne, diagnostyczne i metodyczne*. Akademia Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej.
- Pyżalski, J. (2012). Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży. Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Pyżalski, J. (2021). Zdrowie psychiczne i dobrostan młodych ludzi w czasie pandemii COVID-19 – przegląd najistotniejszych problemów. *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, 20(2), 92–115.
- Roguska, B. (2022). Samopoczucie psychiczne. W: M. Grabowska, M. Gwiazda (red.), *Młodzież 2021. Raport z badań ilościowych zrealizowanych przez Fundację CBOS na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii* (s. 31–37). Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej.
- Scovil, J. (2022). Życie szkolne. W: M. Grabowska, M. Gwiazda (red.), *Młodzież 2021. Raport z badań ilościowych zrealizowanych przez Fundację CBOS na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii* (s. 38–61). Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej.
- Sierostawski, J. (2020). *Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych zrealizowanych w 2019 r.* Instytut Psychiatrii Neurologii, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii.
- Silczuk, A., Habrat, B. (2016). Zaburzenia uprawiania hazardu. W: B. Habrat (red.), *Zaburzenia uprawiania hazardu i inne tak zwane natłogi behawioralne* (s. 83–151). Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Wolańczyk, T. (2002). *Zaburzenia emocjonalne i behawioralne u dzieci i młodzieży w Polsce*. Akademia Medyczna w Warszawie.
- Woynarowska, B., Mazur, J. (2012). *Tendencje zmian zachowań zdrowotnych i wybranych wskaźników zdrowia młodzieży szkolnej w latach 1990–2010*. Instytut Matki i Dziecka, Wydział Pedagogiczny Uniwersytetu Warszawskiego.
- Urban, B. (2000). *Zaburzenia w zachowaniu i przestępczość młodzieży*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Cytowanie:

Ostaszewski, K. (2022). Zachowania ryzykowne polskich nastolatków. W: M. Sajkowska, R. Szredzińska (red.), *Dzieci się liczą 2022. Raport o zagrożeniach bezpieczeństwa i rozwoju dzieci w Polsce* (s. 180–197). Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę.



Artykuł jest dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne – Bez utworów zależnych 3.0 Polska.

MINISTERSTWO
SPRAWIEDLIWOŚCI

www.ms.gov.pl



FUNDUSZ
SPRAWIEDLIWOŚCI

Sfinansowano ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości