

OBSEG NALOGE

Nlogo je napisana na 33 straneh.

Priloge:

Anketni vprašalnik 12. srečanje Mladi za napredek Maribora
Slovesna obljuba (vzorec)

ZAKAJ PRIŽGEJO NAŠI UČENCI DRUGI CIGARET

Avtorji :

Špela Špambauer 8.r

Slavica Kuhar 8.r

Irena Grobelnik 8.r

Staša Pernat 6.r

Barbara Obrulj 6.r



Osnovna šola

Lovrenc na Pohorju

Mentorica: Olga Kasjak

Lovrenc na Pohorju, april 1995

D 3 ZAKAJ



0/13.7.1995 /2215

LN = 32391

OBSEG NALOGE

Nloga je napisana na 33 straneh.	str. 3
Priloge:	str. 3
Anketni vprašalnik	str. 4
Slovesna obljuba (vzorec)	str. 5
II. NAČINI ZA DOSEGANJE CILJEV	str. 6
III. VSEBINA	str. 7
1. ZGODOVINA TOBAKA	str. 7
1.1. CIGARETNI DIM IN KAJENJE	str. 7
1.2. ŠKODLIVOST NIKOTINA	str. 8
1.3. ŠKODLIVOST OGLIKOVODNEGA MONOKSIDA	str. 9
1.4. ŠKODLIVOST CIGARETNEGA KATRANA	str. 10
1.5. SEZNAM ZDRAVSTVENIH TEŽAV, KI JIH POVZROČA KAJENJE	str. 11
1.6. IZGOVOR, TOLAŽBA ALI SAMOPREVARA	str. 12
2. VZROKI KAJENJA PRI MLADOSTNIKI	str. 13
2.1. KAKO NAS POKAŽE MLADOSTNIK SVOJO TRELOST	str. 14
2.2. KAJ LAHKO MI NAREDIMO PROTI KAJENJU	str. 15
3. NAŠE UČENJE	str. 15
- UČETAJLIJANJE MNENJA O KAJENJU MED NAŠIMI VRSTNIKI	
3.1. GRAFIČNI PRIKAZ REZULTATOV	str. 16
3.2. STRNJENI POVZETEK ANKETE	str. 26
3.3. INTERVIJU S KADILCEM	str. 28
3.4. INTERVIJU S NEKADILCEM	str. 28
4. DISKUSIJA	str. 29
5. SKLEPI	str. 31
LITERATURA	str. 32
ZAHVALA	str. 33

KAZALO

OBSEG NALOGE	str. 2
KAZALO	str. 3
POVZETEK NALOGE	str. 4
I. NAMEN IN CILJI	str. 5
II. NAČINI ZA DOSEGANJE CILJEV	str. 6
III. VSEBINA	str. 7
1. ZGODOVINA TOBAKA	str. 7
1.1. CIGARETNI DIM IN KAJENJE	str. 7
1.2. ŠKODLJIVOST NIKOTINA	str. 8
1.3. ŠKODLJIVOST OGLJIKOVEGA MONOKSIDA	str. 9
1.4. ŠKODLJIVOST CIGARETNEGA KATRANA	str. 10
1.5. SEZNAM ZDRAVSTVENIH TEŽAV, KI JIH POVZROČA KAJENJE	str. 11
1.6. IZGOVOR, TOLAŽBA ALI SAMOPREVARA	str. 12
2. VZROKI KAJENJA PRI MLADOSTNIKI	str. 13
2.1. KAKO NAJ POKAŽE MLADOSTNIK SVOJO ZRELOST	str. 14
2.2. KAJ LAHKO MI NAREDIMO PROTI KAJENJU	str. 15
3. NAŠE HIPOTEZE	str. 15
- UGOTAVLJANJE MNENJA O KAJENJU MED NAŠIMI VRSTNIKI	
3.1. GRAFIČNI PRIKAZ REZULTATOV	str. 16
3.2. STRNJENI POVZETEK ANKETE	str. 26
3.3. INTERVJU S KADILCEM	str. 28
3.4. INTERVJU Z NEKADILCEM	str. 28
4. DISKUSIJA	str. 29
5. SKLEPI	str. 31
LITERATURA	str. 32
ZAHVALA	str. 33

POVZETEK NALOGE

V prvem delu naloge smo zbrali čim več informacij o kajenju in njegovih učinkih. Predvidevali smo, da tudi naši učenci podlegajo negativnim motivom za kajenje in ugotavljali, v koliki meri to drži. V sedmih in osmih razredih smo skupaj z učiteljico mentorico podpisali Slovesno obljubo, da v tem letu ne bomo prižgali nobene cigarete. Ugotavljali smo, kako takšen podpis zaobljube vpliva na preprečevanje kajenja med mladostniki. Naše izkušnje po prvem poskusu kajenja niso najbolj prijetne in okus katrana v ustih nikomur ne ugaja. Večina tistih, ki prvič vdihnejo cigaretni dim, se skremži, ker doživi nekaj neprijetnega. Pa vendar - zakaj potem mnogi ponovno sežejo po cigareti?

4. Kako uspešni so starši in vzgojitelji pri preprečevanju kajenja?

5. S podpisom smo svečano prisegli, da ne bomo več kadili in se s tem morda dotaknili zavesi nekaterih vrtnikov, da se bi prečili kaditi.

I. NAMEN IN CILJI

Menimo, da je med nami vedno več vrstnikov, ki se vzgledujejo po starejših, odraslejših vzornikih in kadijo tako kot oni.

Naš namen je:

1. Prikazati našim vrstnikom(kadilcem), da v očeh svojih vrstnikov niso večji frajerji, če kadijo. Prej obratno.
2. Ugotovili bi radi, zakaj se naši vrstniki odločajo za kajenje.
3. Kdaj so se naučili kajenja in kdo so bili njihovi prvi "učitelji"?
4. Kako uspešni so starši in vzgojitelji pri preprečevanju kajenja?
5. S podpisom smo svečano prisegli, da ne bomo več kadili in se s tem morda dotaknili zavesti nekaterih vrstnikov, da ne bi pričeli kaditi.

II. NAČINI ZA DOSEGANJE CILJEV

Vsebina naše naloge je podana v treh delih.

V prvem delu smo s pomočjo *deskriptivne metode* spoznali teoretično znanje, na podlagi katerega smo sestavili *anketo*.

V drugem delu smo s *statistično* obdelavo podatkov v anketi zbrana vprašanja prikazali *grafično*. Da smo rezultate ankete ustrezno in še bolj natančno diskutirali, smo pred diskusijo in sklepi izvedli še *intervju* z nekaterimi kadilci in nekadilci.

V tretjem delu smo sklepali in povezovali z anketo pridobljene podatke s podatki zbranimi z intervjuji in zapisali sklepe.

§ TEORija ?

tobaka. Veliko znanih oseb je bilo proti tobaku. Kajenje je na primer nasprotoval Angleški kralj James I. Francoski kralj Lovvik VIII., Napoleon, Avstrijska cesarica Marija Terezija in angleška kraljica Viktorija. Prvi zdravnik, ki je nasprotoval kajenju, je bil profesor anatomije Teodor Kercking (1640 - 1693) iz Amsterdama, ki je trdil, da je pri raztečenju kadilčevih trupel videl, da ni le jezik črno obarvan, sapnik pa zamašen s sajami kakor kakšna peč, marveč so tudi pljuča črna in krhka, možgani pa prekriti z debelo plastjo saj. Verjetno je šlo za pretiravanja, vendar so novejša spoznanja kljub temu dokazala, da kadilec, ki dnevno pokadi dvajset cigaret, v letu dlj zaužije škodljivo katarin. Po letu 1964, ko je ameriški minister za zdravstvo predelež svetu vzročno povezavo med številnimi boleznimi in rakom, se je gibanje proti kajenju močno razmahalo.

1.1. CIGARETNI DIM IN KAJENJE

Cigaretni dim nastane pri nepopolnem izgorevanju oziroma tleju tobaka listov. V cigaretinem dimu je blizu 4000 sestavin, za nobeno od njih pa niso odšli poskušati ali zdravilnih učinkov. Največji strupi v cigaretinem dimu so: nikotin, ogljikov monoksid in katarin.

Nikotin in ogljikov monoksid najbolj poškodujeta srce in ožilje, medtem ko katarin deluje neposredno na dihalne poti in jih kvari.

Pri kajenju ločimo glavni in stranski dim.

Glavni dim teče po cigareti, ko kadilec potegne zrak skozi tlečo cigareto.

Stranski tok dima nastaja pri učenju konca cigarete in se širi v okolico.

III. VSEBINA NALOGE

1. ZGODOVINA TOBAKA

Tobak je v Evropo iz otoka Gvanahaniji v bližini Kube prinesel Krištof Kolumb okoli leta 1493. Kolumb je zapisal v svoj ladijski dnevnik, da so na otoku živeli rdečkožci, ki so v rokah držali ogenj in liste, ter skozi nos in usta puhali oblake dima. S Kolumbom je prišel tobak v Evropo, kjer se je hitro širil. Sprva so si ljudje razlagali, da je tobak zdravilo proti različnim boleznim, a kaj kmalu so se pojavili prvi nasprotniki tobaka. Veliko znanih oseb je bilo proti tobaku. Kajenju je naprimer nasprotoval Angleški kralj James I, Francoski kralj Ludvik VIII., Napoleon, Avstrijska cesarica Marija Terezija in angleška kraljica Viktorija. Prvi zdravnik, ki je nasprotoval kajenju, je bil profesor anatomije Teodor Kercking (1640 - 1693) iz Amsterdama, ki je trdil, da je pri raztelesenju kadilčevih trupel videl, da ni le jezik črno obarvan, sapnik pa zamašen s sajami kakor kakšna peč, marveč so tudi pljuča osušena in krhka, možgani pa prekriti z debelo plastjo saj. Verjetno je šlo za pretiravanja, vendar so novejša spoznanja kljub temu dokazala, da kadilec, ki dnevno pokadi dvajset cigaret, v letu dni zaužije skodelico katrana. Po letu 1964, ko je ameriški minister za zdravstvo predočil svetu vzročno povezavo med številnimi boleznimi in rakom, se je gibanje proti kajenju močno razmahnilo.

1.1. CIGARETNI DIM IN KAJENJE

Cigaretni dim nastane pri nepopolnem izgorevanju, oziroma tlenju tobačnih listov. V cigaretinem dimu je blizu 4000 sestavin, za nobeno od njih pa niso odkrili pozitivnih ali zdravilnih učinkov. Največji strupi v cigaretinem dimu so : nikotin, ogljikov monoksid in katran.

Nikotin in ogljikov monoksid najbolj poškodujeta srce in ožilje, medtem ko katran deluje neposredno na dihalne poti in jih kvari.

Pri kajenju ločimo glavni in stranski dim.

Glavni dim teče po cigareti, ko kadilec potegne zrak skozi tlečo cigareto.

Stranski tok dima nastaja pri tlečem koncu cigarete in se širi v okolico.

Po načinu vdihavanja cigaretne dima ločimo:

Pljučno kajenje ali inhaliranje - Kadilec vdihava tobačni dim skozi tlečo cigareto v pljuča in ga nato izdihne.

Ustno kajenje (puhanje dima brez inhaliranja) - Kadilec dima ne vdihne v pljuča, pač pa ga za krajši čas zadrži v ustih in ga nato puhne v okolico. To kajenje je značilno za občasne od nikotina neodvisne kadilce in seveda naivneže, ki mislijo, da so s cigareto v ustih bolj pomembni. Marsikdo od njih je tudi prepričan, da mu takšno kajenje ne škodi, kar ni res.

Pasivno ali (neprostovoljno kajenje) - so vsi tisti ljudje, ki si cigaret ne prižigajo in kadijo, pač pa so zaradi zaposlenosti, ali zaradi skupne uporabe prostorov s kadilci, prisiljeni vdihavati cigaretne dim iz okolice. Pri pasivnem kajenju gre ravno tako za pljučno kajenje, saj človek z dihanjem zraka, v katerem je cigaretne dim, vdihava tudi tega. Prav zato lahko trdimo, da tudi ustni kadilci škodijo sebi in drugim, ko puhajo dim v okolico, kajti z vdihnjanim zrakom vdihavajo cigaretne dim.

1.2. ŠKODLJIVOST NIKOTINA

Že 4 mg vbrizganega nikotina povzroči človeku krče, omotico, slabost, bruhanje in nespečnost. 50 mg nikotina v krvi odraslega človeka pa povzroči smrt. Nikotin je bolj strupen od alkohola, kokaina, arzenika ali atropina, ki ga vsebuje volčja češnja.

V vsaki cigareti je od 5 do 10 mg nikotina. Pri cigareti, ki ima 10 mg nikotina se približno 3 mg nikotina uniči v tlečem delu cigarete, 4 mg ga izhlapi v okolico, v glavnem toku dima pa ostane približno 3 mg nikotina. Tega potegne kadilec vase.

Največ nikotina pride v telo z vdihnjanim plinom v pljuča in od tam do krvi. Nekaj ga vsrka ustna sluznica in sluznica drugih dihalnih poti. Od tu naprej pa preide nikotin v kri.

Kadilec, ki pokadi 20 cigaret na dan, zaužije 50 mg nikotina. Kot smo omenili na začetku je to že smrtna količina. Do tako tragičnih posledic pri takem kadilcu ne pride, ker s kajenjem sprejema nikotin postopoma in ga telo sproti že nekaj predela v manj strupene snovi.

Največ nikotina se razgradi v jetrih, izloči pa z urinom.

V zelo majhnih količinah nikotin deluje na možgane spodbudno. Pod njegovim vplivom pa nadledvična žleza izloča več adrenalina, ta pa črpa grozdni sladkor iz sklepov in mišic. Pod vplivom tega pa srce hitreje bije. Grozdni sladkor je energetska sestavina, ki se zaradi pospešenega delovanja srca hitro porablja, zato postane človek utrujen in nerazpoložen.

Velike doze nikotina na možgane več ne vplivajo dobro, temveč jih hromijo.

Posledice ki jih povzroča nikotin so:

- vazokonstrukcija (zožitev krčnih žil),
- povišan krvni pritisk (posledica zožitve krčnih žil in hitrejšega bitja srca),
- pospešuje strjevanje krvi,
- prizadene lahko spolne žleze,
- pospešuje peristaltiko, pospešuje znojenje,
- pripomore k nastanku želodčne razjede in razjede na dvanajstniku,
- moti potek zdravljenja drugih obolenj,
- pospešuje izločanje zdravil iz telesa,
- zmanjšuje število gibljivih spermijev in s tem ogroža plodnost.

Ugotavljajo, da šolarji, ki so začeli zgodaj kaditi, zaostajajo v rasti.

Sami ogrožajo svoj telesni razvoj.

1.3. ŠKODLJIVOST OGLJIKOVEGA MONOKSIDA

Ogljikov monoksid je plin brez barve in vonja in nastaja pri nepopolnem izgorevanju premoga, plina, pri zgorevanju nafte, prisoten je pri bencinu in pri zgorevanju tobaka.

Če bi vdihali veliko količino tega plina, bi umrli. S tem plinom si veliko ljudi namerno ali nenamerno vzame življenje. (izpušni plini avtomobila, izhajanje plina pri trajno gorečih pečeh, tlenje posteljnine zaradi kadilčne malomarnosti...)

V cigarettnem dimu je 600 krat večja koncentracija ogljikovega monoksida, kakor jo dopuščajo varnostni predpisi. Plin škoduje našemu organizmu zaradi svojih kemičnih lastnosti. V telo prihaja podobno kakor nikotin.

Posledice tega plina v telesu so:

- vazokonstrukcija,
- povečan krvni tlak,
- pospešuje nastanek bolezni srca in ožilja,
- hipoksija (izpodriva iz hemoglobina kisik in se sam veže nanj, zato je kri osiromašena, zmogljivosti človeka pa zmanjšane),
- oslavljen imunski sistem ali tudi trajne možganske okvare zaradi stalnega pomanjkanja kisika,
- ateroskleroza (na stenah žil se nabirajo obloge, ki zmanjšujejo pretok krvi),
- tromboza (nastajanje krvnih strdkov v žilah),
- embolija (strdek zamaši žilo v kakšnem delu telesa),
- zmanjšana dihalna učinkovitost,
- okužbe dihalnih poti,
- vnetje oči ali prizadeli vid.

1.4. ŠKODLJIVOST CIGARETNEGA KATRANA

Katran je zmes različnih škodljivih snovi, med katerimi je vsaj sedem takšnih, za katere je dognano, da povzročajo raka. Sledove katrana najdemo v raztrganem cigaretinem filtru. S cigaretним dimom potegne kadilec v svoja pljuča kar tri milijone mikroskopsko majhnih sajastih delcev, ki sestavljajo katran. Kadilec (20 cigaret dnevno) vdahne vase v enem letu celo skodelico katrana. Nekaj tega katrana ostane na sluznici dihalnih poti, nekaj ga vdihne v pljuča in nekaj izkašlja ter z izkašljanjem pogoltne. Tako pride katran tudi v kadilčev prebavni trak. Pri kadilcu, ki pokadi 10 cigaret dnevno, se v desetih letih nabere na sluznici dihalnih poti 1 kg katrana, kadilec, ki pokadi dnevno 20 cigaret v 20 letih zbere v sebi kar 6 kg katrana. Večina katrana, ki pride v organizem, se nikdar več ne izloči, zato naletijo kirurgi pri operacijah na pljučih kadilcev na temnejše črno pljučno tkivo.

Škodljivi vplivi katrana se pokažejo šele po daljšem času v obliki jutranjega pokašljevanja. Okvare na pljučih zaradi katrana so v večini nepopravljive.

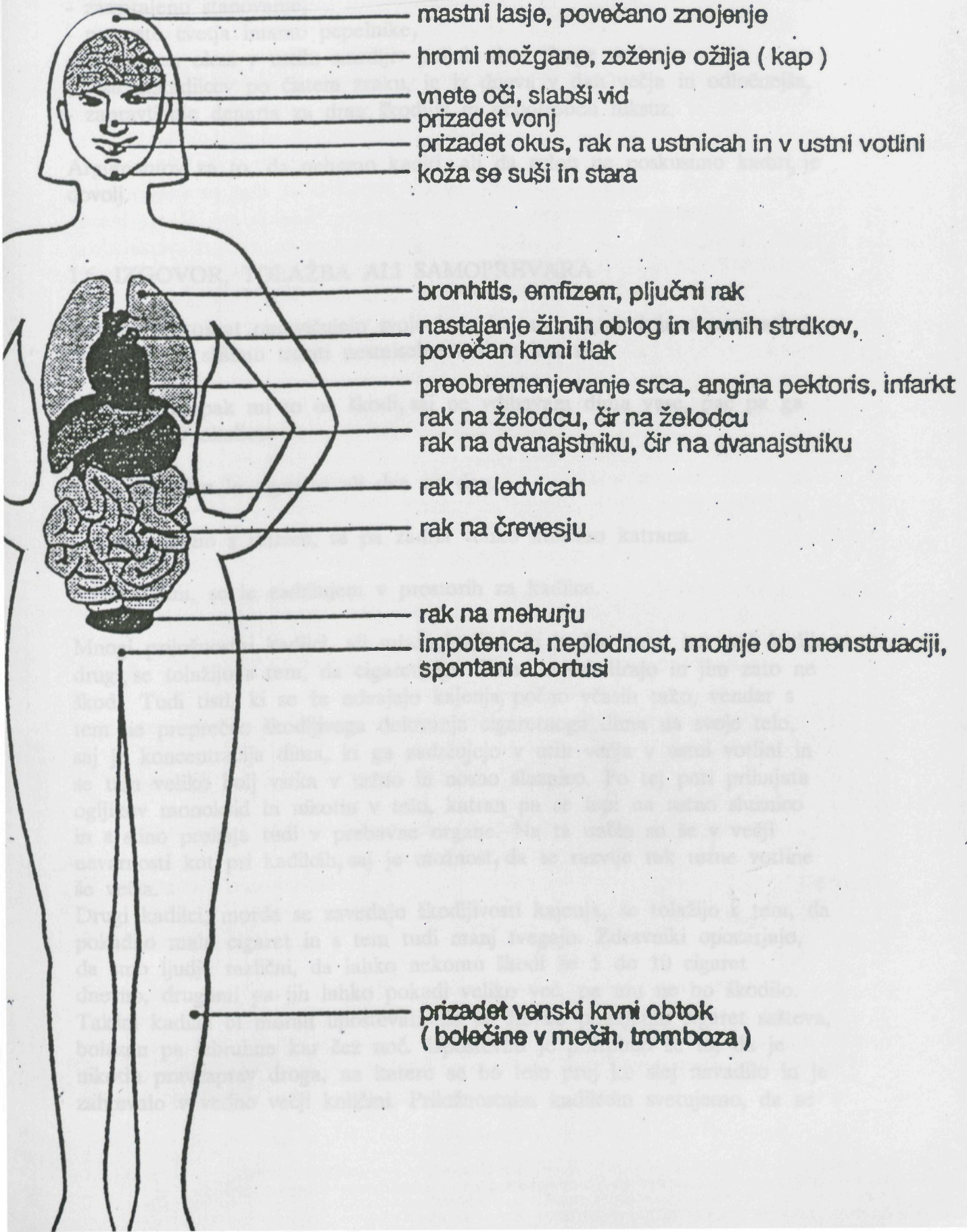
Posledice vdihanega katrana so:

- krobični bronhitis,
- emfizem,
- rak na pljučih in drugih organih.

Katran povzroča tudi druge manj usodne neprijetnosti. Pri kadilcu se zniža glas, ker katran vpliva na glasilke, prizadeta pa postanejo tudi čutila. hrana je brez okusa in vonj je slabši.

1.5. SEZNAM ZDRAVSTVENIH TEŽAV, KI JIH POVZROČA KAJENJE

Spodnja slika prikazuje negativne učinke cigaretne dima na človekovo telo.



Poleg zdravstvenih težav je s kajenjem povezana še cela vrsta drugih težav in neestetskih učinkov. Ti so:

- kadilec dobi porumenele prste in rumene zobe,
- lasje in obleka imata smrdljivi vonj,
- zasmrajeno stanovanje,
- namesto cvetja imamo pepelnike,
- neprijeten okus v ustih; smrdljiv poljub sicer drage osebe,
- jeza nekadilcev po čistem zraku, je iz dneva v dan večja in odločnejša,
- zapravljanje denarja za drag, škodljiv in nepotreben luksuz.

Argumentov za to, da nehamo kaditi, ali da sploh ne poskusimo kaditi, je dovolj.

1.6. IZGOVOR, TOLAŽBA ALI SAMOPREVARA

Kadilci velikokrat opravičujejo svoje kajenje pred drugimi in samim seboj. Navadno jih slišimo trditi nesmiselne trditve, kot so:

- Kadim, ampak mi to ne škodi, saj ne vdihavam dima vase, pač pa ga le puham v okolico.
- Saj pokadim le cigareto ali dve na dan.
- Kadim samo s filtrom, ta pa zadrži veliko količino katrana.
- Ne kadim, se le zadržujem v prostorih za kadilce.

Mnogi priložnostni kadilci, ali mladi kadilci, ki kadijo zato, ker pač kadijo drugi, se tolažijo s tem, da cigaretne dima ne inhalirajo in jim zato ne škodi. Tudi tisti, ki se že odvajajo kajenja, počno včasih tako, vendar s tem ne preprečijo škodljivega delovanja cigaretne dima na svoje telo, saj je koncentracija dima, ki ga zadržujejo v utih večja v ustni votlini in se tam veliko bolj vsrka v ustno in nosno sluznico. Po tej poti prihajata ogljikov monoksid in nikotin v telo, katran pa se lepi na ustno sluznico in s slino prehaja tudi v prebavne organe. Na ta način so še v večji nevarnosti kot pri kadilcih, saj je možnost, da se razvije rak ustne votline še večja.

Drugi kadilci, morda se zavedajo škodljivosti kajenja, se tolažijo s tem, da pokadijo malo cigaret in s tem tudi manj tvegajo. Zdravniki opozarjajo, da smo ljudje različni, da lahko komu škodi že 5 do 10 cigaret dnevno, drugemu pa jih lahko pokadi veliko več, pa mu ne bo škodilo. Takšni kadilci bi morali upoštevati, da se število pokajenih cigaret sešteva, bolezen pa izbruhne kar čez noč. Upoštevati je potrebno še to, da je nikotin pravzaprav droga, na katero se bo telo prej ko slej navadilo in je zahtevalo v vedno večji količini. Priložnostnim kadilcem svetujemo, da se

zamisljivo nad svojim počtetjem. Če kadijo le, kadar so v družbi, torej zato, ker kadijo drugi, je njihovo počtetje neodvisno od lastnih potreb in še toliko bolj nesmiselno.

Cigaretetni filter res zadrži nekaj nikotina in katrana, ogljikov monoksid pa prehaja v telo skoraj v vsej količini. Cigaretetni filter zadrži približno 7 - 17% strupenih snovi, ostalo sprejme kadilčevo telo. Nevarnost zasvojenosti je pri kajenju s filtrom prav tako velika, saj se kadilec v začetku počuti omotičnega. Tudi tolažba s filtrom je prazna tolažba, prav pa je, da upoštevamo še to, da je filtriran le glavni tok cigaretnega dima, stranski tok pa ostaja nefiltriran in nekateri zdravniki že opozarjajo, da je stranski tok cigaretnega dima nevarnejši od vdihanega dima. Kadilec v tem primeru vdihava tudi nefiltrirani stranski tok cigaretnega dima.

Strokovnjaki so tudi že dokazali, da se ljudje, ki ne kadijo, pač pa so le vezani na delo v skupnih prostorih s kadilci, prav tako srečujejo s posledicami kajenja, ali še celo bolj kot kadilci. V ZDA so dokazali večjo oboletost žena nekadilk, pri katerih so možje kadili, od ostalih. Partnerji kadilcev dva do trikrat pogosteje zbolijo zaradi raka na pljučih, kot drugi nekadilci. Otroci staršev kadilcev dvakrat pogosteje zboleajo za bronhitisom.

2. VZROKI KAJENJA PRI MLADOSTNIKI

Raziskovalci ugotavljajo, da začne kaditi večina ljudi v starosti, ko še niso sposobni kritično presojati. Med vzroke za kajenje pripisujemo naslednje:

1. radovednost (prepovedani sad je najslajši), vpliv družbe;
2. neznanje, slaba obveščnost o posledicah kajenja;
3. želja po odraslosti, biti enak odraslim, postavljanje pred vrstniki;
4. protest proti odraslim, ki navadno kajenja ne dovoljujejo;
5. dokazovanje dekliške enakopravnosti;
6. uveljavljanje, ugajanje, potrjevanje osebnosti;
7. navajenost, zasvojenost;
8. tešitev stiske .

Mladostnika navadno spodbudi h kajenju več vzrokov hkrati. Prvo cigareto prižge otrok zaradi radovednosti. Zanima ga, zakaj odrasli kadijo, zakaj ne pustijo kaditi njemu. Odrasli mu navadno stvar razložijo na kratko, češ da je škodljivo. Mnogi tega ne verjamejo, saj gledajo ravno te odrasle, da kadijo, kljub temu pa vedo, da jim škodi.

Mladostnikom se zdi, da so s cigareto v ustih bolj odrasli. Zbirajo se v klape "velikih" otrok in kadijo na skrivnih mestih. Pri tem čuvajo pred drugimi svojo skrivnost, čutijo, da pripadajo svoji klapi in so v njej afirmirani. V svoje klape potem sprejemajo "zelence" in so pred njimi še večji "frajerji". V tej skupnosti doživljajo trenutno same ugodne občutke.

Nekateri mladostniki s svojim kajenjem protestirajo proti staršem in vzgojiteljem, ki jim kajenje prepovedujejo, čeprav sami kadijo.

Občutki pri prvem kajenju sploh niso nekaj prijetnega in prav zanimivo je, kako mladostniki vztrajajo, kljub prvim neugodnim občutkom, ker to počnejo tudi drugi in za njimi ne želijo zaostajati. V tem početju je najbrž skrita močna želja po odraslosti. Prvi cigareti sledijo naslednje.

Raziskovalci so pri raziskovanju kadilskih navad odkrili, da jih od sto, ki so prižgali prvo cigareto, 80 prižge še drugo in tretjo...dokler cigareta ne postane nepogrešljiva. Kajenje postopoma prehaja v navado, ta pa rojeva zasvojenost.

Prvič poskušajo otroci prižgati cigareto že v nižjih razredih osnovne šole. Bolj množični poskusi kajenja pa se pojavijo okoli 13. leta. Mlad kadilec s cigareto v ustih pritegne pozornost okolice, vendar predvsem v negativnem smislu. Premalo se mladi kadilci zavedajo, da s prezgodnjim kajenjem ne bodo nikdar dosegli svojega razvoja v taki meri, kot si ga pravzaprav želijo. Široka ramena, visoka postava in privlačnost so sen vsakega mladostnika. Razvoj potrebuje čas, mladostnik pa je nestrpen. Prehitro bi rad pokazal svojo odraslost.

2.1. KAKO NAJ POKAŽE MLADOSTNIK SVOJO ZRELOST

Težko je pokazati svojo zrelost, če si star 13 let. Nekateri je ne uspejo prikazati tudi takrat, ko so odrasli in že vzgojitelji svojih otrok. Ker je to tako težko, je tem večja vrlina in hkrati tudi dokaz zrelosti. V čem se kaže:

Zrel človek sprejema v svoj življenjski slog vrednote, nevrednote pa jasno in glasno zavrača. Kdor nekritično sprejema v svoj življenjski slog nevrednote, ne more biti zrel.

Medicinska znanost je dokazala, da kajenje škoduje zdravju. Zrelost posameznika se kaže v odgovornosti za svoje zdravje.

Večina starejših kadilcev priznava, da je s tem, ko se je pustila zasvojiti s kajenjem, naredila napako. Ponavljanje napak drugih zagotovo ni znak zrelosti. Zrel in moder človek se uči na napakah drugih in jih ne ponavlja.

Zrel je človek, ki ne živi iz dneva v dan, pač pa skrbi tudi za to, kako bo živel v prihodnosti. Pomanjkanje "pogleda naprej" in smotrnega

načrtovanja svoje prihodnosti, kaže nizoblikovanost kritičnega presojanja in na nezrelost.

Izgovarjanje posameznika, da je kajenje zgolj njegov osebni problem, je egoistično. Takšen egoizem je še en znak pomanjkanja zrelosti.

Mladostniki s kajenjem velikokrat posnemajo odrasle. Posnemanje ~~č~~ tudi odraslega neodgovornega in prav tako nezrelega človeka, ni nikakršno izjemno dejanje, s katerim se je mogoče postavljati.

2.2. KAJ LAHKO MI NAREDIMO PROTI KAJENJU

Mladi imajo priložnost, da svet naredijo boljši. Prisluhniti je treba starejšim in izsledkom znanosti in si želeli zdravo živeti. Veliko lahko naredijo nekadilci v bolju proti kajenju. Kajenje drugih v njihovi prisotnosti je namreč tudi njihova stvar.

Veliko moč v tem smislu, da osvestijo mladino in jim ponudijo drugačne možnosti afirmacije, imajo vzgojitelji, učitelji in učni programi.

Starši se bodo morali bolj zavedati, da je njihov otrok izpostavljen različnim vplivom. Opozarjati bodo morali svojega otroka na nezdravo kajenje in na to, da je kajenje nekaj grdega.

Mladostnik naj da v skupini, kjer kadijo pobudo, da bi s kajenjem prenehali. Kdor ne kadi, naj se v skupini ne boji povedati, da ga cigaretni dim moti itd.

3. UGOTAVLJANJE MNENJA O KAJENJU MED NAŠIMI VRSTNIKI

S svojimi vrstniki smo v začetku šolskega leta podpisali zaobljubo, da v tem šolskem letu ne bomo prižgali nobene cigarete. Potem, ko je minilo že pol leta smo jih anketirali z našo anketo, ki je bila anonimna. Anketirali smo učence petih, šestih, sedmih in osmih razredov.

EMPIRIČNI
DEL
LOČITI

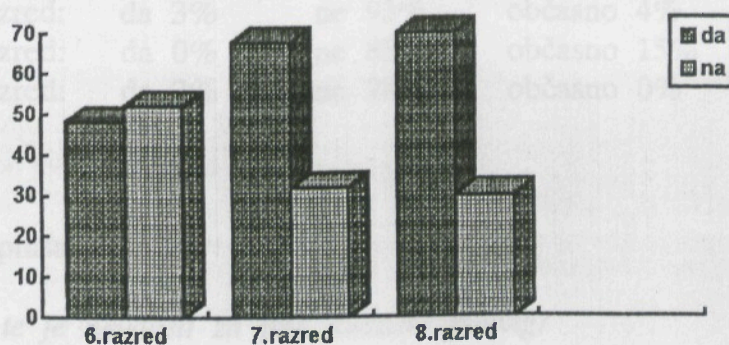
3.1. GRAFIČNI PRIKAZ REZULTATOV

1. Vprašanje:

S tem vprašanjem smo ugotovili *povprečne starosti učencev* v šestih, sedmih in osmih razredih. Ugotovili smo, da je povprečna starost učencev v šestem razredu 13 let, v sedmem razredu 14 let, v osmem razredu 14 let in pol. Povprečni starosti v šestem in sedmem razredu sta zaradi ponavljalcev za spoznanje višji.

2. Vprašanje:

Ali si že kdaj poskusil kaditi?



6. razred	da 48%	ne 52%
7. razred	da 68%	ne 32%
8. razred	da 70%	ne 30%

3. Vprašanje:

Koliko si bil star, ko si prižgal prvo cigareto?

6. razred: Povprečna starost prvega kadilskega poskusa je približno 6 let in pol.

7. razred: Povprečna starost prvega kadilskega poskusa je približno 10 let in pol.

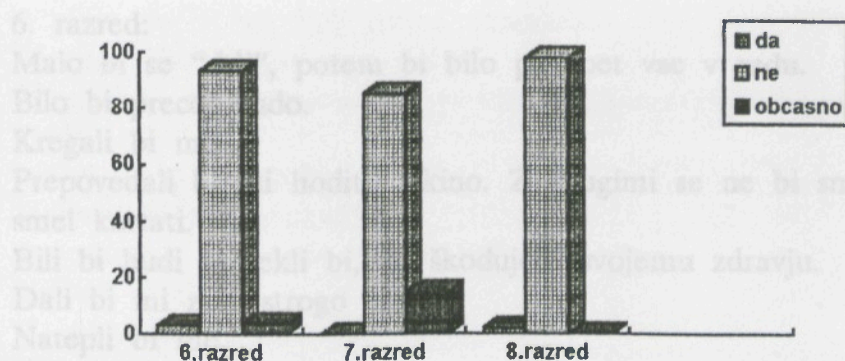
8. razred: Povprečna starost prvega kadilskega poskusa je približno 10 let in pol.

Povprečna starost lovrenških otrok, ki prvič poskusijo pokaditi cigaret, je 9 let.

4. Vprašanje:

Ali še kadliš?

(Navajamo dobesedne odgovore, ker menimo, da so slikoviti.)

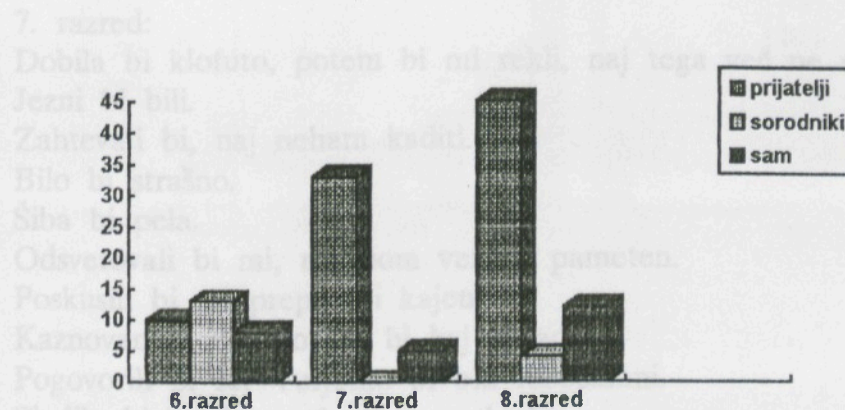


6. razred:	da 3%	ne 93%	občasno 4%
7. razred:	da 0%	ne 85%	občasno 15%
8. razred:	da 2%	ne 98%	občasno 0%

5. Vprašanje:

Kdo te je navdušil za prvi kadilski podvig?

6. razred:	prijatelji 20%	oče, brat 13%	sam 8%
7. razred:	prijatelji 33%		sam 55%
8. razred:	prijatelji 45%	oma, stric 4%	sam 12%



sorodniki - združili smo kategorije: oma, brat, oče in stric

6. Vprašanje:

Kako bi reagirali tvoji starši, če bi izvedeli da kadiš?

(Navajamo dobesedne odgovore, ker menimo, da so slikoviti.)

6. razred:

Malo bi se "drli", potem bi bilo pa spet vse v redu.

Bilo bi precej hudo.

Kregali bi me.

Prepovedali bi mi hoditi v kino. Z drugimi se ne bi smel igrati. Ne bi smel kartati.

Bili bi hudi in rekli bi, da škodujem svojemu zdravju.

Dali bi mi zelo strogo kazen.

Natepli bi me.

Mama bi me zelo kregala.

Verjetno bi se razjezili in mi rekli, da ne smem nikoli več kaditi.

Poskusili bi mi preprečiti, da bi še kdaj kadil.

Bili bi šokirani, ne preveč jezni, ker je naša družina kadilska.

Začeli bi kritizirati, kako je to škodljivo, in da si bom pokvarila celo življenje.

Ne bi jim bilo vseeno.

Kregali bi me in mi rekli, da sem za kajenje premlada.

Prepovedali bi mi kajenje.

Nadrli bi me.

Moji starši ne bi nič rekli, saj je to moje zdravje in ne njihovo. Mogoče bi mi rekli, naj se odvadim kajenja.

Bili bi zelo jezni name.

Odvadili bi me kaditi.

Bili bi zelo žalostni.

Ubili bi me.

7. razred:

Dobila bi klofuto, potem bi mi rekli, naj tega več ne storim.

Jezni bi bili.

Zahtevali bi, naj neham kaditi.

Bilo bi strašno.

Šiba bi pela.

Odsvetovali bi mi, naj bom vendar pameten.

Poskusili bi mi preprečiti kajenje.

Kaznovan bi bil, kot če bi kaj ukradel.

Pogovorili bi se. Verjetno bi bili razočarani.

Sledila bi pridiga, saj sama ne kadita.

Nič. Pravljica o lepem vedenju in zdravem življenju.

Dobil bi "haus rest".

Skregala bi se med seboj, kdo je tega kriv, da jaz kadim.

Dve možnosti sta. Da bi jih dobil, ali pa ne bi bilo nič.

Ubili bi me.

So izvedeli, pa niso rekli nič.

So mi že povedali, da bi me nagnali od hiše.

Malo bi se pomenili z mano, malo pa bi me kregali.

8. razred:

Mislím, da bi me bolj mirno okregali.

Verjetno bi jih kar precej slišal.

Najprej bi me vprašali, kje je vzrok mojega kajenja, potem bi sledila pridiga.

Slabo bi se mi godilo.

Kajenje bi mi preprečili.

Prepričevali in prosili bi me, naj ne kadim.

Preveč veselo ne bi bilo.

Z mano bi zelo strogo opravili.

Zelo bi me kregali.

Prosili bi me, naj neham s kajenjem, ker škoduje zdravju.

So že izvedeli in je bilo zelo hudo.

Pri meni vedo, da kadim.

Veseli že ne bi bili. Mislím, da bi jih to zelo prizadelo.

Bila bi tepena.

Drli bi se name.

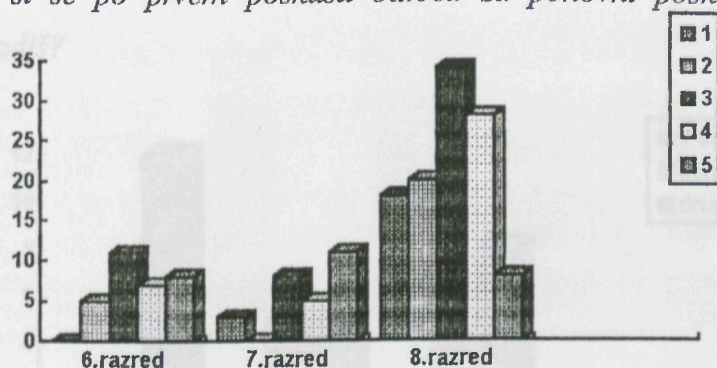
Prvič bi dobila "haus rest".

Pred mamo bi moral skaditi celo škatlo, za očeta pa ne vem.

Ne bi smela več ven s prijateljicami.

7. Vprašanje:

Zakaj si se po prvem poskusu odločil za ponovni poskus kajenja?

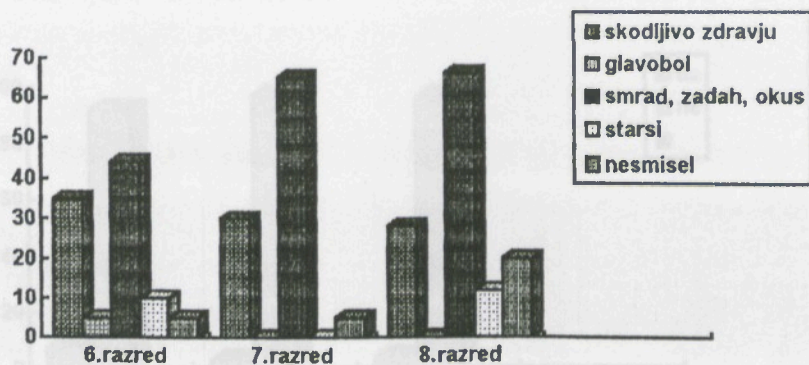


6.r 7.r 8.r

1. da bi se uveljavil med vrstniki	0%	3%	18%
2. zaradi prijetnega okusa med kajenjem	5%	0%	20%
3. iz dolgočasje	11%	8%	34%
4. pustolovščina pač - nekaj nedovoljenega	7%	5%	28%
5. ker so kadili drugi, nisem hotel izstopati	8%	11%	8%

8. Vprašanje:

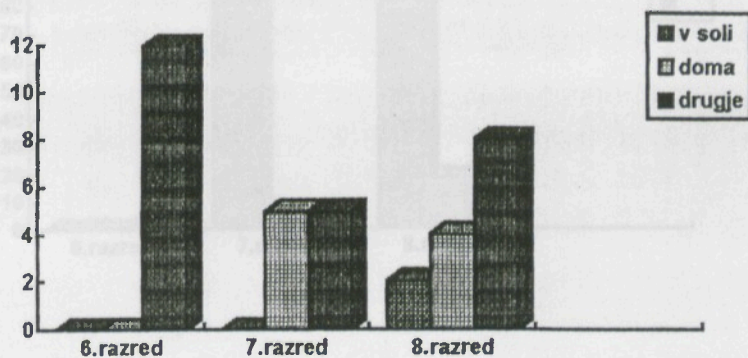
Kaj te odvrtača od kajenja?



	6. razred	7. razred	8. razred
škodljivost	da 35% ne 65%	da 30% ne 70%	da 28% ne 72%
glavobol	da 5% ne 95%	da 0% ne 100%	da 0% ne 100%
smrad, zadah, okus	da 44% ne 56%	da 65% ne 35%	da 66% ne 34%
starši	da 10% ne 90%	da 0% ne 100%	da 12% ne 88%
nesmiselnost	da 5% ne 95%	da 5% ne 95%	da 20% ne 80%

9. Vprašanje:

Kje kadiš?

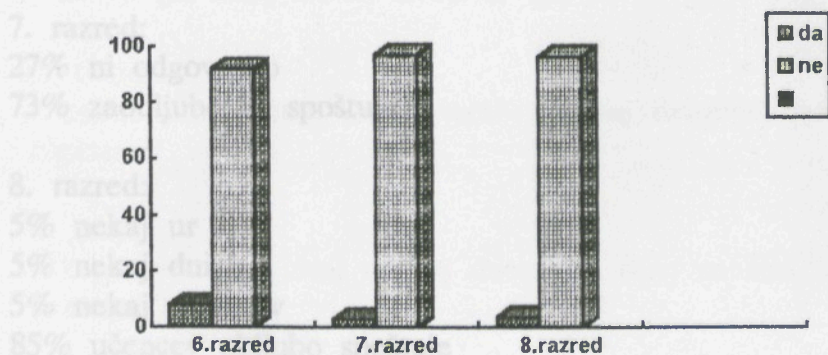


	6. razred	7. razred	8. razred
v šoli	0% ne 100%	0% ne 100%	2% ne 98%
doma	0% ne 100%	52% ne 48%	4% ne 96%
drugje	12% ne 88%	18% ne 82%	8% ne 92%

10. Vprašanje:

Dekle ali fant, ki ti je všeč kadi. Ali boš začel zato kaditi tudi ti?

6.razred zaobljube ni podpisal, zato ni odgovarjal na to vprašanje.



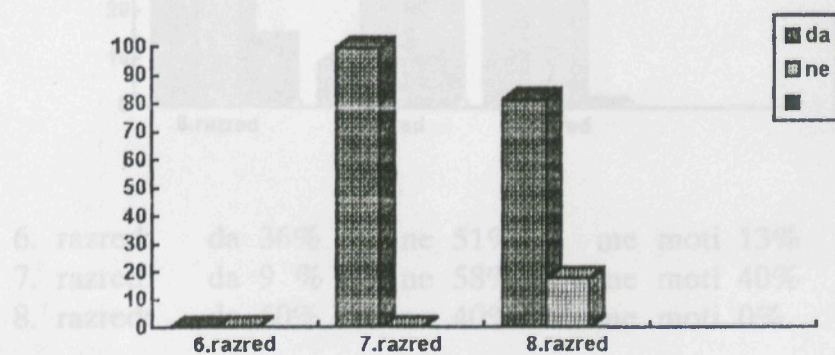
6. razred: da 8% ne 92%

7. razred: da 3% ne 97%

8. razred: da 4% ne 96%

11. Vprašanje:

Podpisal si zaobljubo, da letos ne boš prižgal cigarete. Ali se je držiš?



6.razred ni podpisal zaobljube(po anketi so izrazili željo, da bi jo podpisali)

7. razred: da 100% ne 0%

8. razred: da 82% ne 18%

12. Vprašanje:

Koliko časa si spoštoval obljubo?

6.razred zaobljube ni podpisal, zato ni odgovarjal na to vprašanje.

7. razred:

27% ni odgovorilo

73% zaobljubo še spoštuje

8. razred:

5% nekaj ur

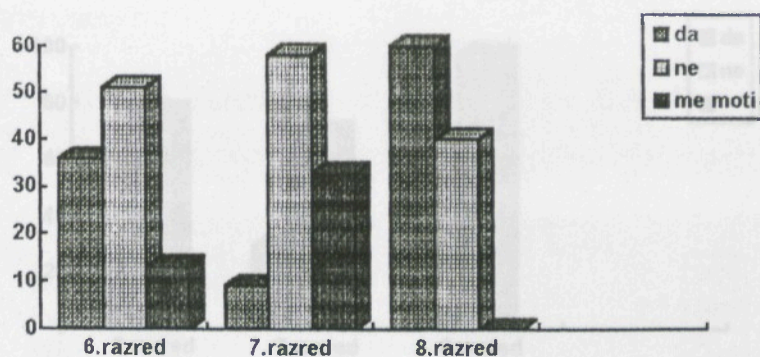
5% nekaj dni

5% nekaj mesecev

85% učencev obljubo spoštuje

13. Vprašanje:

Ali meniš, da je tvoj fant ali dekle večji frajer, če kadi?



6. razred: da 36% ne 51% me moti 13%

7. razred: da 9 % ne 58% me moti 40%

8. razred: da 60% ne 40% me moti 0%

14. Vprašanje:

Kje dobiš denar za cigarete? učenci ne kadilja?

6. razred:

- imam ga sam, doma, zaslužim ga, to so moje zaloge

7. razred:

- kadim kar dobim, mami rečem za kaj drugega, potem pa kupim cigarete.

8. razred:

- žepnina, imam svoj denar, doma mi dajo za čips, zaslužim(več primerov)

6. razred: da 26% ne 72%

7. razred: da 19% ne 81%

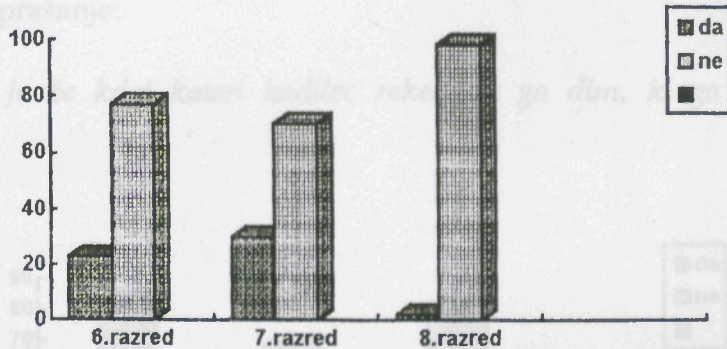
8. razred: da 6% ne 94%

15. Vprašanje:

Ali meniš, da kadijo le manj uspešni in problematični učenci?

17. Vprašanje:

Ali si kdaj v preteklosti kadilci rekli, da jim je kajenje škodljivo? učenci, ki niso kadilci, odgovarjajo s kajenjem.



6. razred: da 23% ne 77%

7. razred: da 30% ne 70%

8. razred: da 2% ne 98%

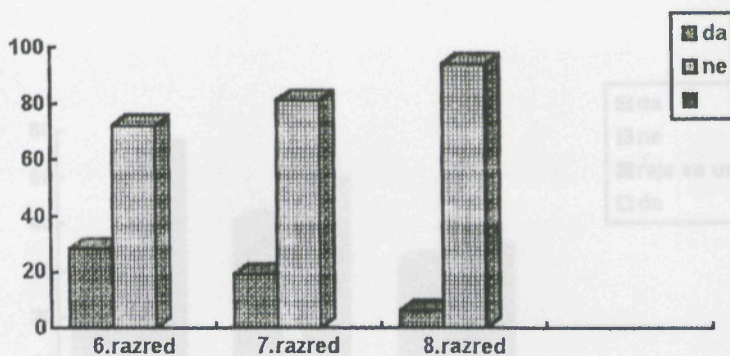
6. razred: da 18% ne 82%

7. razred: da 32% ne 68%

8. razred: da 20% ne 80%

16. Vprašanje:

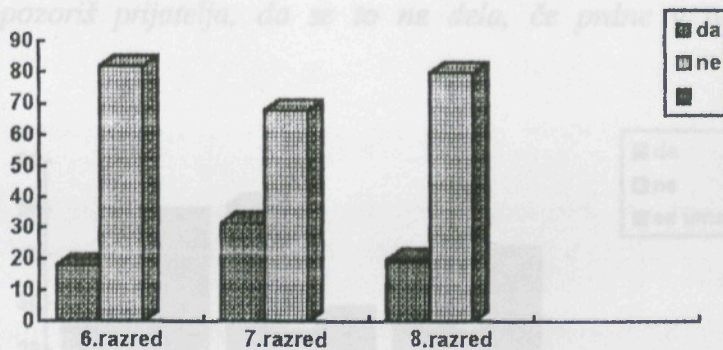
Ali je res, da pridni in mirni učenci ne kadijo?



6. razred:	da 28%	ne 72%
7. razred:	da 19%	ne 81%
8. razred:	da 6%	ne 94%

17. Vprašanje:

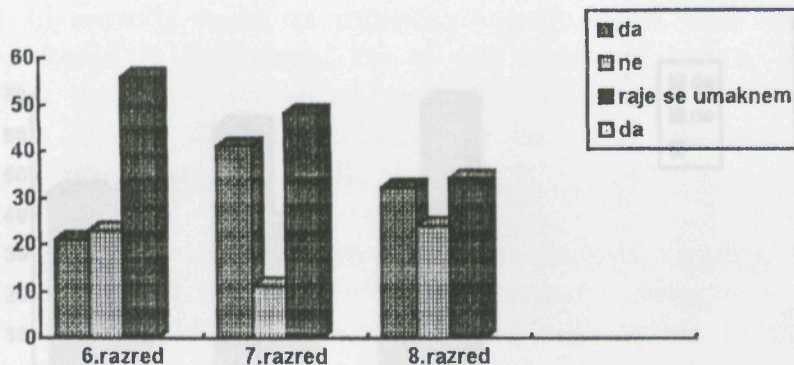
Ali ti je že kdaj kateri kadilec rekel, da ga dim, ki ga ustvarjaš s kajenjem, moti?



6. razred:	da 18%	ne 82%
7. razred:	da 32%	ne 68%
8. razred:	da 20%	ne 80%

18. Vprašanje:

Ali opozoriš kadilca, ki kadi v tvoji bližini, da te dim njegove cigarete moti?



6. razred:	da 21%	ne 23%	se umaknem 56%
7. razred:	da 41%	ne 11%	se umaknem 48%
8. razred:	da 32%	ne 24%	se umaknem 34%

3.2. STRNIJENI POVZETEK ANKETE

1. Povprečni starostni otrok v šestem in sedmim razredu sta nekoliko višji, učenci v obeh razredih.

19. Vprašanje:

Ali opozoriš prijatelja, da se to ne dela, če prdne v tvoji bližini?

62%.

3. Povprečna starost učencev pri prvem poskusnem kajenju je približno 9 let.

4. 5% učencev 7. razrednih je odgovorilo, da kadijo, 19% učencev 8. razrednih pa niso odgovorili.

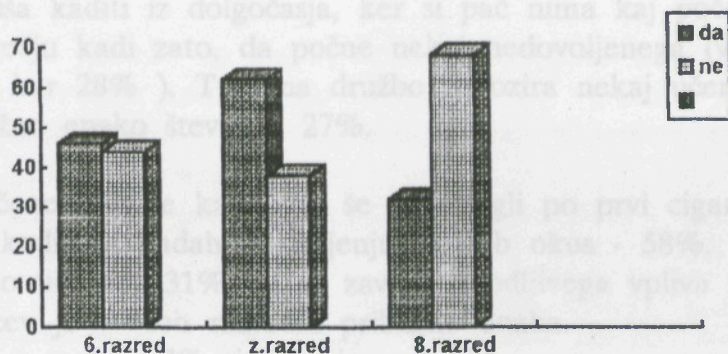
5. Učenci so bili vprašani za prvi kadilski podvig od družbe sorodnikov (sem smo hoteli oboje, lastna radovednost pa je bila večja). 5%, lastna radovednost pa je bila večja.

6. Starši, ki bi izvedeli, da njihov otrok kadi, bi po mnenju večih učencev

6. razred:	da 26%	ne 26%	se umaknem 48%
7. razred:	da 51%	ne 22%	se umaknem 27%
8. razred:	da 38%	ne 22%	se umaknem 40%

20. Vprašanje:

Ali se je že kdaj prijatelj, ki kadi umaknil iz družbe med kajenjem, ker je vedel, da to moti ostale?



6. razred:	da 46%	ne 44%
7. razred:	da 62%	ne 38%
8. razred:	da 32%	ne 68%

3.2. STRNJENI POVZETEK ANKETE

1. Povprečni starosti otrok v šestem in sedmem razredu sta nekoliko višji, v primerjavi z učenci v osmih razredih.
2. Povprečno število vseh anketiranih, ki so do danes poskusili kaditi je 62%.
3. Povprečna starost učencev pri prvem poskusu kajenja je približno 9 let.
4. 5% učencev v vseh razredih je odgovorilo, da še danes kadijo, 19% učencev pa pravi, da kadijo občasno.
5. Učenci na naši šoli so bili najbolj motivirani za prvi kadilski podvig od družbe in prijatečjev v povprečju 32%, od sorodnikov (sem smo šteli očete, mame, ome in strice) v povprečju 5%, lastna radovednost pa je botrovala 25% našim učencem.
6. Starši, ki bi izvedeli, da njihov otrok kadi, bi po mnenju naših učencev v največji meri učence karali, jim pridigali o škodljivosti cigaret, manj bi se jih z njimi mirno pogovorilo. Nekaj staršev bi otroke nateplo, nekaj otrok meni, da bi bilo zelo hudo (mišljene so kazni), en učenec bi moral od doma, en učenec bi moral skaditi celo škatlo cigaret, trije bi dobili

hišni pripor. Kar nekaj je učencev, ki menijo, da bi bili njihovi starši razočarani ali žalostni. Med starši je tudi en takšen starševski par, ki bi se sprl med seboj in nekaj primerov staršev, ki vedo da otroci kadijo, pa jim ne rečejo nič.

7. Želja po uveljavitvi s cigareto v ustih narašča s starostjo učencev, vendar ni največji vzrok za ponovno kajenje. 18% vseh kadilcev ponovno poskuša kaditi iz dolgočasja, ker si pač nima kaj početi. 13% učencev v povprečju kadi zato, da počne nekaj nedovoljenega (v osmem razredu je takih kar 28%). Tudi na družbo se ozira nekaj učencev, v vseh razredih približno enako število - 27%.

8. Učence, ki ne kadijo in še niso segli po prvi cigareti, najbolj moti vonj kadilcev, zadah po kajenju in slab okus - 58%. Veliko učencev 31% pa se zaveda škodljivega vpliva kajenja. Osveščenost učencev je v vseh razredih približno enaka. Staršev se boji 7% tistih, ki ne kadijo.

9. Učenci, ki kadijo, si poiščejo mesto kajenja nekje izven doma in šole.

10. Povprečno 95% anketiranih je odgovorilo, da fantje in dekleta niso večji "frajerji", če kadijo.

11. Šestošolei zaobljube niso podpisali, sedmo in osmošolci pa se je v glavnem držijo. Osmošolci manj, sedmošolei pa skoraj vsi.

12. Sedmošolei še danes spoštujejo podpisano zaobljubo, osmošolci pa le 85%.

13. Skoraj polovica anketiranih je prepričana, da ne postaneš večji "frajer", če kadiš, nekaj je tudi takih, ki bi jih kajenje fanta oziroma punce motilo. Nobeden osmošolec ni navedel, da ga to moti, je pa zato med 40% osmošolcev prepričanje, da nisi bolj pomemben, če kadiš.

14. Denar za cigarete dajejo starši v obliki žepnine, ali kot denar za posladek.

15. Kar 79% učencev meni, da ne kadijo le učno in vzgojno problematični učenci

16. 82% anketiranih meni, da tudi "pridni" učenci kadijo.

17. Povprečno 23% učencev je bilo opozorjenih od prijateljev nekadilcev, da jih dim, ki ga ustvarjajo, moti.

18. Veliko nekadilcev se najraje umakne, če jih dim moti, najmanj pa je tistih, ki si upajo vrstniku kadilecu omeniti to, da ga dim moti- 22%.

19. 31% učencev opozori prijatelja, da se ne "prdi" v družbi, 46% pa se jih umakne.

20. 38% učencev prijatelje opozori, naj ne kadijo v njihovi bližini, ker jih moti, prav tako 38% pa se jih umakne.

3.3. INTERVJU (z učenci občasnim kadilcem)

Nekatere učence, za katere vemo, da pogosto a po našem mnenju še vedno neredno kadijo, smo zastavili nekaj vprašanj. Zagotovili smo jim anonimnost zato, jih ne bomo imenovali. Odgovori so bili približno enaki, zato navajamo enega.

Vprašanja so si pri vseh sledila v tem vrstnem redu:

1. *Ali se ti "zlušta" kajenje med poukom, lovljenjem po razredu, tekmo, gledanjem filma... kadar počneš kaj takega, kar rad delaš?*

Niti ne. Takrat nimam možnosti, ker kadim samo, kadar sem zunaj.

2. *Si prižgeš kdaj cigaret čisto sam, tudi če nimaš družbe za kajenje?*

Ne. Saj tudi odrasli pijejo kavo, če imajo družbo, sami pa bolj redko.

3. *Ali kadiš vsak dan? Koliko cigaret?*

Ne kadim vsak dan. Različno.

4. *Ali doma vedo? Kako prikriješ?*

Včasih mi uspe prikriti vedno pa ne. Prikrijem z zvečilno.

5. *Ali gre pri tvojem kajenju za to, da kadiš v družbi z nekom, ki ti je podoben, ali zato, ker brez cigarete ne bi mogel zdržati?*

V družbi najdem nekoga, ki se z mano strinja. Imava skupno skrivnost.

6. *So tvoji družabniki pri kajenju starejši od tebe?*

Večinoma. Nekaj je tudi vrstnikov.

7. *Ali kajenje skrivaš pred ostalimi, ali kadiš tako, da te lahko vsak vidi?*

Si nora? Skrijem se. Če ne, bi tako kadil doma.

3.4. INTERVJU (z učenci nekadilci)

Anketa je pokazala, da se veliko nekadilcev raje umakne iz družbe, kjer kadijo, ker jih cigaretni dim moti, kakor da bi kadilca opozorili na to. Nekaj nekadilcev smo povprašali:

1. *Zakaj ne opozoriš kadilca, da te njegov cigaretni dim moti?*

To so moji vrstniki, ki počnejo nekaj, kar je nedovoljeno. Torej so to mladostniki, ki želijo pokazati, da si upajo nekaj več od ostalih - bojazlivcev. Ker menim, da je njihov značaj takšen, predvidevam, da bo 14 ali 15 leten kadilec, ki je tako korajžen, da kadi tudi tako korajžen, da mi bo zabrusil v odgovor kaj nesramnega, kaj žaljivega ali pa vsaj: "Brigaj se zase". Meni bi bilo potem nerodno pred ostalimi, zato se raje umaknem.



Starši ne želijo, da imam družbo, ki kadi. Na oblačilih se voja cigaretni dim in mogoče bi mislili, da kadim tudi jaz. Tudi sam želim imeti pozitivno družbo.

2. *Ali bi te motilo, če bi te drugi(tudi odrasli) videli z lepim in pridnim sošolcem, ki kadi?*

Sram bi me bilo.

4. DISKUSIJA

Nekateri naši učenci so zelo mladi poskusili pokaditi prvi cigaret. Največ naših kadilcev pa je prižgalo cigaret pri približni starosti 9 let. Ta starost je nekoliko nižja od starosti, ki jo navaljajo v knjigah. Nizko povprečno starost začetniških kadilskih poskusov smo dobili zato, ker smo anketirali tudi učence šestih razredov, med njimi pa ni veliko kadilcev, kolikor pa jih je so bili mlajši od začetnikov kadilcev v višjih razredih.

Ugotavljamo, da je veliko naših anketirancev že opravilo svoj "kadilski" krst.

Kljub velikemu številu tistih otrok, ki so že poskusili kaditi, je med našimi učenci šestih, sedmih in osmih razredov malo kadilcev. Rednih kadilcev je med šestimi razredi le za 3%, v sedmih razredih jih ni, med osmošolci pa imajo le 2% rednih kadilcev. Drugačna je slika, če upoštevamo še občasno kajenje. Občasnih kadilcev imamo v šestem in sedmem razredu več, kakor v osmem, kar je verjetno rezultat večje poučenosti o škodljivosti cigaret na človeško telo med osmošolci. Pri osmošolcih se je začetni naval pubertete nekoliko oddaljil. Učenci že imajo določene svoje cilje, v doseganju teh pa vidijo tudi svojo afirmacijo. Predvidevamo, da si bodo tudi sedmošolci čez kakšno leto že premislili in opustili občasno kajenje iz vzrokov, ki smo jih pri osmošolcih že navedli. Naši učenci imajo za učitelje kajenja v največji meri prijatelje in družbo, nekaj jih najde prvega učitelja kajenja med sorodniki(tudi najbližjimi), nekateri se pa lotijo kajenja kar sami. Dejstvo, da se otrok odloči in sam na skrivaj poskusi kaditi, je potrdilo sedmo vprašanje, v katerem so nekateri poudarili tudi svojo radovednost. Vzrok za to bi bil lahko tudi v tem, da si nekateri učenci ne znajo poiskati kaj drugega, zanimive zaposlitve.

Po mnenju otrok lahko sklepamo, da so starši v veliki meri proti kajenju otrok, vendar iz odgovorov ne moremo povzeti, da so proti kajenju vsi starši otrok, še manj pa bi lahko iz odgovorov otrok sklepali, da ustrezno preprečujejo občasno kajenje. Imamo občutek, da starši v veliki meri otrokom ne morejo preprečiti kajenja. Kazni, ki jih otroci pričakujejo, če jih bi zalotili pri kajenju, so za njihove otroke nepomembne. V veliki meri gre pri reakciji staršev le za kreganje, ki se prej ali slej konča, potem je pa spet vse v redu. Kljub temu lahko povemo, da imajo nekateri otroci strah pred starši in da nekateri tudi zato ne poskusijo

kaditi. Med našimi otroci je že nekaj takih, za katere starši vedo, da kadijo, a so nemočni pri preprečevanju kajenja.

Po prvem poskusu kajenja se nekaj otrok kljub slabemu okusu v ustih in ob neprijetnemu občutku ob požiranju dima odločijo za drugi poskus kajenja. Med motivi za ponovno kajenje je med šestošolei najpogostejši dolgočasje, ravnanje po drugih vrstnikih in pustolovščina. Sedmošolski poleg prejšnjih motivov navajajo še željo po uveljavitvi med vrstniki. Pri osmošolcih so prisotni vsi motivi. Zaradi tega, ker ne bi radi izstopali, kadijo manj od drugih. Osmošolci radi počno to, česar ne smejo, kadijo pa tudi iz dolgočasje. Medtem ko odrasli večkrat povezujejo opuščanje kajenja in povečanje telesne teže, nas preseneča, da nihče od učencev ni navedel za vzrok svojega kajenja željo, da bi zmanjšal telesno težo.

Mogoče pa to pomeni, da niso več čisto naivni.

Tiste, ki ne kadijo, najbolj odvrtačajo dim, smrad, zadah po nikotinu in grd okus, pa tudi dejstvo, da kajenje ni zdravo. Nekateri šestošolci in osmošolci vidijo v kajenju nesmisel, osmošolci pa imajo tudi strah pred starši. Zakaj komaj osmošolci? Verjetno večina staršev šele pri osmošolcu pomisli, da je tako velik, da bi si lahko kaj takega namislil. Torej po našem mnenju otroci pričnejo s kajenjem prej, kakor to predvidevajo njihovi starši. Del krivde za kajenje pripisujemo tudi številnim reklamam. Največ naših kadilcev kadi drugje. To pomeni, da se skrivajo in ne kadijo v šoli ali doma. Nekaj sedmošolcev in osmošolcev najde priložnost za kajenje tudi doma, v šoli pa verjetno nimajo veliko možnosti, pa tudi družbe med vrstniki ni prave.

Če bodo naši vrstniki od šestega do osmega razreda srečali koga, ki mu bo všeč, pa bo kadil, to še ne pomeni, da bo začel kaditi tudi naš anketiranec. Seveda so mišljenja eno, v resnici pa na mladostnika v določeni situaciji vpliva še veliko drugih dejavnikov.

Predvidevamo, da je malemu številu kadilcev na šoli tudi vzrok to, da smo podpisali izjavo proti kajenju. Večina učencev sedmih in osmih razredov se je drži. Učenci šestih razredov pa so jo želeli podpisati, vendar pozneje. Ugotavljamo, da protikadilska zavest počasi leze v zavest starejših in mlajših. Podpisane zaobljube se ne drži 18% učencev iz osmega razreda. Vendar meni večina njihovih sošolcev, da zaradi tega med njimi ne veljajo za večje "frajerje".

Veselimo se lahko mnenja učencev v vseh razredih, ko menijo, da jih moti, če njihov fant ali dekle kadi. Najmanj to spet moti osmošolce, kar pogojuje, ali vsaj s strani vrstnikov dopušča možnost kajenja v družbi. Možnost kajenja dopušča tudi dejstvo, da si naši učenci lahko privoščijo nabavo cigaret, če to želijo. Seveda gre to na račun drugih stvari, ali pa kar iz žepnine. Po našem mnenju imajo starši premalo nadzora, za kaj njihov otrok porabi denar.

Po mnenju anketirancev kadijo tudi uspešnejši učenci in ne le učno slabši in vzgojno problematični učenci. Zagotovo pa tega ne moremo trditi.

Z anketo smo tudi ugotovili, da nekadilci mirno in potrpežljivo prenašajo kadilca v družbi in ga niti ne opozorijo, da jih dim moti. Mnogi nekadilci se v takih primerih raje umaknejo, kakor da bi kaj rekli.

šestošolci in sedmošolci menijo, da se nekateri kadilci umaknejo iz družbe če kadijo, večina osmošolcev pa je drugačnega mnenja.

-Silvo Kristan: Kaditi ali ne, to je zdaj vprašanje; Zavod republike
5. SKLEPI Šolstvo in šport; Ljubljana 1994

-Kako deluje: Človekovo okolje 2. 502.3; str. 402-505; aktivno kajenje,
Naši učenci premladi poskušajo prvič kaditi. Starši so premalo ali pa prepozno ustrezno seznanjeni z vzroki za začetek mladostnikovega kajenja.

-Tomori M.: Najesno grožnja razvijanju zdravili zvišanih navad- premalo
Preprečevalna moč staršev pri odpravljanju kajenja med otroci je premalo učinkovita.

Vrstniki, nekadilci smo premalo samozavestni, da bi si upali glasno povedati, da nas dim moti.

Vrstniki, kadilci ne razumejo(ne dojamejo in niti ne pomislijo), ker niso bili tako naučeni, da s svojim dimom vsiljujejo nekadilcem nezaželjeni dim in smrad. (To je ena od človekovih ekoloških pravic!)

Kadilec med trinajstim in petnajstim letom si pred vrstnikom ni prižgal cigareta zato, da bi ga ugasnil, pač pa zato, da bi ga videli kaditi. Ko bomo vrstniki nekadilci znali opaziti pri njem kaj boljšega od kajenja, bo kajenje opustil.

Predlagamo podpis zaobljub proti kajenju tudi v prihodnjem šolskem letu

Vsem učencem in učiteljem predlagamo, da postanemo:

ŠOLA BREZ CIGARET

Za izpolnitev tega sklepa, pa bi se po našem mnenju naj odločili učenci in učitelji.

VLOGA TOLE ?

LITERATURA

- Silvo Kristan: Kaditi ali ne, to je zdaj vprašanje; Zavod republike Slovenije za šolstvo in šport; Ljubljana 1994
- Kako deluje: človekovo okolje č. 502.3, str 402- 505; aktivno kajenje, pasivno kajenje
- Ravnič, h.: Higiena č. 613 st. 118-120
- Tomori M.: Namesto groženj razvijanje zdravih življenskih navad- premalo znana ozadja zgodnjega življenja.

Nalogo nam je recenzirala ga. Frančka Jeseničnik, vezal pa g. B. Fornezzi. VIR1

Vsem navedenim, kakor tudi OŠ LOVRENC se za njihovo pomoč najlepše zahvaljujemo.



ZAHVALA:

ANKETA

Pri raziskovalnem delu te naloge so nam pomagali:

- ga. Tanja Pernat s posredovanjem ustrezne literature
- dipl. soc. delavka ga. Marjetka Harb-Mustajbašič s posredovanjem literature,
- mag. Franc Prosnik s posredovanjem zaobljube proti kajenju in s posameznimi nasveti v zvezi z mladostniki in kajenjem.

Nalogo nam je recenzirala ga. Frančka Jeseničnik, vezal pa g. Božo Fornezzi.

Vsem navedenim, kakor tudi OŠ LOVRENC se za njihovo pomoč najlepše zahvaljujemo.

7. Zakaj si se po prvem poskusu kajenja ponovno odločil za kajenje?

- DA BI SE UVELJAVIL MED VRSTNIKI
- ZARADI PRIJETNEGA OKUSA MED KAJENJEM
- IZ DOLGOČASIA
- PUSTOLOVŠČINA PAČ, POČEL SEM NEKAJ NEDOVOLJENEGA
- KER SO KADILI DRUGI, PA NISEM HOTEL IZSTOPATI

8. Kaj te odvrača od kajenja?

9. Kje kadiš? V ŠOLI DOMA DRUGJE

10. Dekle ali fant, ki ti je všeč kadi. Ali boš zato počel kaditi tudi ti?

11. Podpisal si zaobljubo, da letos ne boš prižgal cigarete. Ali se je držal?

12. Koliko časa si spoštoval podpisano zaobljubo?

13. Ali meniš, da je tvoj fant ali dekle večji frajer, zato ker kadi?

14. Kje dobiš denar za cigarete?

15. Ali meniš, da kadijo le manj uspešni in problematični učenci?

16. Ali je res, da pridni in mirni učenci ne kadijo?

17. Ali ti je že kdaj kateri nekadilec rekel, da ga dim, ki ga ustvarjaš s kajenjem moti?

18. Ali opozoriš kadilca, ki kadi v tvoji bližini, da te dim moti?

19. Ali opozoriš prijatelja, da se to ne dela, če pada v tvoji bližini?

20. Ali se je že kdaj prijatelj, ki kadi uskušil iz družbe med kadi, ker je vedel, da drugo to moti?



ANKETA

Spoštovani sošolec, sošolka. Anketa je anonimna, kar pomeni, da se ne boš podpisal. Mi želimo z njo priti do čim bolj iskrenih odgovorov, saj bomo le tako lahko ugotovili resnično mišljenje mladostnikov o mladostniškem kajenju. Za sodelovanje se ti zahvaljujemo.

raziskovalna skupina

1. starost _____ spol _____
 2. Ali si že kdaj poskusil kaditi ? DA NE
 3. Koliko si bil star, ko si prižgal prvo cigareto _____
 4. Ali še kadiš? DA NE OBČASNO
 5. Kdo te je navdušil za prvi "kadilski podvig" ? _____
 6. Kako bi reagirali tvoji starši, če bi izvedeli, da kadiš? _____
-
7. Zakaj si se po prvem poskusu kajenja ponovno odločil za kajenje?
 - DA BI SE UVELJAVIL MED VRSTNIKI
 - ZARADI PRIJETNEGA OKUSA MED KAJENJEM
 - IZ DOLGOČASJA
 - PUSTOLOVŠČINA PAČ; POČEL SEM NEKAJ NEDOVOLJENEGA
 - KER SO KADILI DRUGI, PA NISEM HOTEL IZSTOPATI
 8. Kaj te odvrča od kajenja? _____
-
9. Kje kadiš? V ŠOLI DOMA DRUGJE _____
 10. Dekle ali fant, ki ti je všeč kadi. Ali boš zato pričel kaditi tudi ti?
 - DA NE
 11. Podpisal si zaobljubo, da letos ne boš prižgal cigarete. Ali se je držiš?
 - DA NE
 12. Koliko časa si spoštoval podpisano zaobljubo? _____
 13. Ali meniš, da je tvoj fant ali dekle večji frajer, zato ker kadi?
 - DA NE NE, TO ME MOTI
 14. Kje dobiš denar za cigarete? _____
 15. Ali meniš, da kadijo le manj uspešni in problematični učenci?
 - DA NE
 16. Ali je res, da pridni in mirni učenci ne kadijo? DA NE
 17. Ali ti je že kdaj kateri nekadilec rekel, da ga dim, ki ga ustvarjaš s kajenjem moti? DA NE
 18. Ali opozoriš kadilca, ki kadi v tvoji bližini, da te dim moti?
 - DA NE RAJE SE UMAKNEM
 19. Ali opozoriš prijatelja, da se to ne dela, če prdne v tvoji bližini?
 - DA NE TIHO SE UMAKNEM
 20. Ali se je že kdaj prijatelj, ki kadi umaknil iz družbe med kajenjem, ker je vedel, da druge to moti?
 - DA NE

SLOVENIJA 2000 IN RAK



Desetletni program boja proti raku

Slovesno obljubljamo,

da v šolskem letu 1994/95
ne bomo prižgali cigarete
Učenci-ke _____ razreda osnovne šole

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. _____ | 18. _____ |
| 2. _____ | 19. _____ |
| 3. _____ | 20. _____ |
| 4. _____ | 21. _____ |
| 5. _____ | 22. _____ |
| 6. _____ | 23. _____ |
| 7. _____ | 24. _____ |
| 8. _____ | 25. _____ |
| 9. _____ | 26. _____ |
| 10. _____ | 27. _____ |
| 11. _____ | 28. _____ |
| 12. _____ | 29. _____ |
| 13. _____ | 30. _____ |
| 14. _____ | 31. _____ |
| 15. _____ | 32. _____ |
| 16. _____ | 33. _____ |
| 17. _____ | 34. _____ |

Dne: _____ Razrednik: _____

*Telesa in pobudo dala
Zveza slovenskih društev
za boj proti raku*



Devetim od desetih rakov na pljučih je kriva cigareta! Pri 20 pokajenih cigaretah na dan, se v 20 letih nabere 146.000 cigaret, dovolj, da se bo v pljučih lahko razvil rak.

Ostanite nekadilci, nikoli ne prižgite prve cigarete! Kajti od 100 otrok, ki so prižgali prvo cigareto, jih je 80 prižgalo še drugo in za njo še vse naslednje.

Zahtevajte okoli sebe čist zrak, pravico imate do njega, tudi pasivno kajenje je lahko vzrok za raka na pljučih.



Za vrhunske športne dosežke je potrebno predvsem mnogo vztrajnosti, volje do učenja in odrekanja, nadvse pomembno pa je, da ne kadite.

Tudi jaz vam priporočam, NE PRIŽGITE PRVE CIGARETE!

Jure Košir

Jure Košir

Ob vseh nalogah in obveznostih vsakega športnika je pogoj za vrhunske dosežke **skrb za lastno zdravje**, se pravi »biti tudi nekadilec«!!! BODI NEKADILEC TUDI TI!!!



Borut & Britta

Britta in Borut Bilač



NE KADIMO –
ZDRAVO ŽIVIMO

Jože P.

Vodja ansambla ČUKI –
Jože Potrebuješ

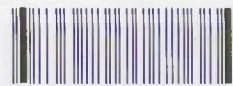
dobre stvari imajo tradicijo – Gorenjka – naša čokolada

Naklada 88.500 izvodov • Založila: Zveza slovenskih društev za boj proti raku • Uredniški odbor: O. Bergant, F. Demšar, A. Kocijan, J. Ogorelc • Tiskala: Tiskarna Slovenija, Ljubljana • Kaligrafija: Tone Lazar

Po mnenju Ministrstva RS za kulturo, št. 415-267/92, z dne 10. junija 1992 se za to publikacijo plača 5% davek od prometa blaga.

KNJIŽNICA PEDAGOŠKE FAKULTETE

D R 3
ŠPAMBAUER Š.
Zakaj



199502215

COBISS

UNIVERZA V MARIBORU