

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

FOTBALOVÝ TRENÉR STARŠÍCH ŽÁKŮ A PREVENCE UŽÍVÁNÍ MARIHUANY
Diplomová práce
(bakalářská)

Autor: Jan Hanus, tělesná výchova a sport,
rekreologie

Vedoucí práce: PhDr. Dana Štěrbová, PhD.
Olomouc 2013

BIBLIOGRAFICKÁ IDENTIFIKACE

Jméno a příjmení autora: Jan Hanus
Název diplomové práce: Fotbalový trenér starších žáků a prevence užívání marihuany
Pracoviště: Katedra společenských věd v kinantropologii
Vedoucí diplomové práce: PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D.
Rok obhajoby diplomové práce: 2013

Abstrakt: Bakalářská práce se zabývá fotbalovými trenéry starších žáků a prevencí užívání marihuany. Cílem je poukázat na význam trenérské profese v prevenci užívání marihuany. Trenér je autorita, pedagog a zároveň vychovatel, měl by být tedy informován o všech negativních důsledcích, které mohou postihnout jeho fotbalové svěřence, měl by být schopen zvládat primární a sekundární prevenci v rámci problematiky návykových látek. Metodou dotazování pomocí zpracovaných dotazníků bylo u zvoleného vzorku fotbalových trenérů starších žáků, kteří se účastní fotbalových soutěží v rámci Olomouckého kraje, zjišťováno, jak jsou informováni o problematice marihuany, jako jedné z nejvíce užívaných drog, o prevenci a jejich přístupy a činnosti v oblasti užívání marihuany a prevence. Výsledkem bylo zjištění, že fotbaloví trenéři starších žáků v Olomouckém kraji jsou podle odpovědí na dotazníkové otázky dobře a dostatečně informováni o marihuaně a prevenci a mohou tedy účinně provádět prevenci užívání marihuany.

Klíčová slova: droga, návyková látka, marihuana, prevence, fotbalový trenér, hráč fotbalu

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

BIBLIOGRAPHICAL IDENTIFICATION

Autor's first name and surname: Jan Hanus

Title of the master thesis: Football trainer of older pupil and a prevention of using marijuana

Department: Department of Social Sciences in Kinanthropology

Supervisor: PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D.

The year of presentation: 2013

Abstract: Bachelor's thesis is about football trainer of older pupil and a prevention of using marijuana.. The aim is to point out importance of trainer's profession in the prevention of using marijuana. Trainer is an authority, teacher and tutor, hence he should be aware of all negative consequences, which can affect his football team, he should be able to manage primary and secondary prevention within the issues of addictive substances. Survey among football trainers of older pupils in Olomouc region was used to find out about their awareness of issue of marijuana, as one of the most used drug, about prevention and their attitudes and activities in marijuana use and prevention. The result was that football trainers of older pupils in Olomouc region are well informed about marijuana and prevention according to the responses to the questionnaire questions, so they can effectively carry out prevention of marijuana use.

Keywords: drug, addictive substance, marijuana, prevention, football trainer, football-player

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracoval samostatně pod vedením PhDr. Dany Štěrbové, Ph.D., uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

Ve Štěpánově dne 26. června 2013

.....

Poděkování

Děkuji vedoucí práce PhDr. Daně Štěřbové, Ph.D. za odborné vedení mé bakalářské práce, za pomoc a cenné rady, které mi poskytla při jejím zpracovávání.

Obsah

1 ÚVOD.....	7
2 PŘEHLED POZNATKŮ	8
2.1 TRENÉRSKÁ PROFESE	8
2.1.1 Typologie trenéra.....	10
2.1.2 Role trenéra.....	11
2.1.3 Cíle trenéra.....	12
2.1.4 Normy etického chování trenéra.....	12
2.1.5 Role trenéra v prevenci proti návykovým látkám.....	16
2.1.5.1 Fotbal ANO – drogy NE!.....	19
2.2 MARIHUANA	20
2.2.1 Charakteristika marihuany.....	21
2.2.2 Názvy marihuany.....	22
2.2.3 Účinky marihuany.....	23
2.2.4 Zdravotní rizika při užívání marihuany	25
2.2.5 Příčiny užívání marihuany	26
2.2.6 Příznaky užívání marihuany	27
2.2.7 Způsoby, jak snížit riziko spojené s užíváním marihuany	28
2.2.8 Třináct způsobů odmítnutí marihuany	28
2.2.9 Legalizace konopí v České republice	30
3 CÍLE PRÁCE	31
4 METODIKA PRÁCE	32
4.1 POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU, SBĚRU A ZPRACOVÁNÍ DAT.....	32
5 VÝSLEDKY VÝZKUMU A DISKUZE	37
6 ZÁVĚRY.....	46
7 SOUHRN	50
8 SUMMARY	51
9 REFERENČNÍ SEZNAM.....	52
10 PŘÍLOHA.....	55
10.1 DOTAZNÍK.....	55
10.2 ZÁKON Č. 40/2009 SB., TRESTNÍ ZÁKONÍK.....	59

1 Úvod

V dnešní době jsou děti a mladiství mnohem častěji vystavováni různým nebezpečím než tomu bylo dříve. Mezi taková nebezpečí patří i kontakt s návykovou látkou a mezi jednu z nejužívanějších a nejrozšířenějších drog mezi dnešní mládeží patří bezesporu marihuana.

Marihuana je droga, u které si mnoho jedinců, kteří ji užívají, myslí, že to vlastně ani droga není. Jsou mnohokrát přesvědčeni o tom, že s ní mohou kdykoli přestat a kdykoli zase začít, ale není tomu bohužel tak. Jedinec, který začne užívat marihuanu je ze začátku velice spokojený, potom ji začne užívat častěji a častěji, až bez ní jednoduše později nedokáže být a poté mnohdy přichází množství negativních následků, tento fakt si ovšem před začátkem užívání marihuany málokdo uvědomuje.

Jelikož je mezi mládeží tato droga velice rozšířená, mělo by se o ní také hodně vědět. Mládež o ní většinou ví jen to, co se jí hodí a nebo to, co vědět chce. Avšak informování by měli být především dospělí. Mezi dospělé ale nepatří jen rodiče či učitelé, ale všechny osoby, které se podílejí na výchově dětí a mladistvých či na působení na jejich osobu.

Já jsem se rozhodl věnovat se ve své bakalářské práci fotbalovým trenérům a jejich roli v rámci prevence marihuany. Trenér je autorita, pedagog a zároveň vychovatel, měl by být tedy informován o všech negativních důsledcích, které mohou postihnout jeho fotbalové svěřence. Měl by zvládat primární a sekundární prevenci v rámci problematiky návykových látek, to znamená, že by měl být dostatečně zásobený informacemi týkající se dané problematiky.

Ve své práci se zaměřuji, jak jsem již výše zmínil, na fotbalové trenéry a prevenci užívání marihuany. Ověřuji si, zda jsou trenéři dostatečně informováni v oblasti návykových látek, konkrétně marihuany, v oblasti prevence a zjišťuji jejich osobní přístupy a činnosti v oblasti užívání marihuany a prevence. Snažím se tedy poukázat na význam trenérské profese v prevenci užívání marihuany.

2 Přehled poznatků

2.1 Trenérská profese

Profesi trenéra nelze zcela jednonačně vymezit. Je možné ji ale definovat dle Katalogu prací a kvalifikačních předpokladů, který se zabývá jednotlivými druhy profesí. Trenérská profese je zde charakterizována jako „*zajišťování odborné trenérsko-metodické a sportovní přípravy v daném sportovním odvětví*“ či jako „*vzdělávací a výchovná činnost zaměřená na získávání vědomostí a dovedností*“ nebo „*komplexní tvorba, koordinace a usměrňování odborných trenérsko-metodických koncepcí procesu přípravy sportovní reprezentace*“ (MPSV, 2002, s. 96).

Ještě před charakterizováním fotbalového trenéra je však důležité objasnit pojem starší žák, jelikož se bakalářská práce zabývá fotbalovými trenéry starších žáků. Věkové období starších žáků se vymezuje na roky 13, 14 a 15 let, jedná se o druhou pubertální fázi. Období je charakteristické tím, že mladý jedinec přechází od dítěte k dospělému člověku, mění se jeho fyzické a psychické vlastnosti. Trenér by měl tedy se staršími žáky jednat příslušně k jejich věku a k vlastnostem tohoto věkového období (Votík, 2005).

Správný trenér by měl trénovat sportovce nejen proto, aby vyhrávali zápasy, ale i proto, aby byli dobrými, čestnými a charakterními lidmi. Trenér je učí novým dovednostem, vede je k radosti ze hry a předkládá jim ponaučení z prohry, učí je hrdosti a nemusí se jednat pouze o hrdost z vyhraného zápasu. Trenér je obratný v taktice a technice daného sportu. Trénuje, ale také vychovává, musí být především vzorem pro sportovce, kteří mu důvěřují. V profesi trenéra je velmi důležité osvojování si dalších znalostí, aby mohl být stále tím nejlepším příkladem, jelikož každý člověk se musí po celý svůj život učit (Martens, 2006).

Trenérská profese vyžaduje velké množství vlastností, dovedností a zkušeností, kterými by měl disponovat každý dobrý trenér. Mezi takové patří například kreativita, fantazie, umění správné komunikace, herní filosofie, psychická a fyzická síla, obratnost ve „čtení hry“, schopnost získat si respekt a důvěru, inteligence, empatie a velmi důležitá je schopnost motivace, která je nedílným prvkem k tomu, aby mladí sportovci měli zájem pouze

o daný sport a ne o nástrahy, které na dnešní mládež číhají téměř na každém kroku (Fajfer, 2005).

Motivace je definována jako síla, která vzbuzuje a udržuje chování jedince. Jinak řečeno, řídí a povzbuzuje chování jedince k dosažení vytyčeného cíle. Motivací pro sportovce je zaručeně vyhrát zápas. Jedná se o obrovskou motivaci, a jakmile sportovci zápas vyhrají, cítí pocit radosti, úlevy, jsou nadšení a šťastní, chválí se. Motivace je v každém sportu velice důležitá. Fotbalový trenér, který umí správně namotivovat své fotbalové svěřence, umí jim také správně pomoci s osobním životem. Mladí sportovci, kteří mají díky trenérovi vytyčený správný cíl a trenér jim pomáhá tohoto cíle dosáhnout, se poté velice snaží, pilně trénují a nemají většinou čas na žádné jiné záležitosti. Nejedná se však pouze o motivaci vyhrát zápas, ale například i o motivaci zlepšit se, být lepší než jiný tým. Všechno záleží na trenérovi, který musí především znát své svěřence, musí umět odhadnout jejich chování a díky tomu poté zvolit správnou motivaci, cíl a cestu k dosažení cíle. Jakmile si trenér toto všechno uvědomí, pomáhá tím nejen sportovcům ale i sobě, aby byl opravdu dobrým trenérem (Tod, Thatcher, Rahman, 2012).

Je důležité, aby trenér při posuzování sportovců věnoval pozornost několika bodům, mezi které patří: zda jsou sportovci motivováni výhrou či zlepšením výkonu, zda hledají výzvy nebo se výzvám raději vyhýbají z důvodu strachu z neúspěchu, či jestli se chtějí zalíbit trenérovi nebo chtějí sami pro sebe něčeho dosáhnout. Jakmile se trenér obeznámí s orientací sportovců, může změnit prostředí, tedy způsob motivace, aby vyhovovala všem (Tod, Thatcher, Rahman, 2012).

Při správném motivování musí trenér pomoci sportovcům zaměřit se na dosažení osobních cílů a ne pouze na vítězství. Sportovci jsou následně mnohem méně uzkostliví a budou mít menší obavy z neúspěchu, a to je důležité jak pro sportovce, tak i pro samotného trenéra (Martens, 2006).

Při trénování je ze všeho nejdůležitější umět vést a mít správný vliv na sportovce, díky kterému poté dochází k jejich pozitivnímu osobnostnímu vývoji. U správného vývoje jedince je podstatné nejen oplývat množstvím vlastností, dovedností a zkušeností, jak je uvedeno výše, ale i zajištění příjemné atmosféry, trenér by neměl před svými svěřenci projevovat záporné pocity, neměl by trvat jen na nejlepším výsledku, měl by umět zdůrazňovat i

pozitivní stránku sportovce, nejen jeho chyby či omyly, a v neposlední řadě by měl trenér být hlavně vůdcem, který by měl dávat správný příklad těm, které trénuje (Slepička, Hošek, Hátlová, 2006).

2.1.1 Typologie trenéra

Podle Jůvy (2006) existuje několik možností typologií osobností trenérů. Je však důležité zmínit, že se různé typy trenérů mísí, málokdy se vyskytuje pouze čistý typ. Trenér se při vykonávání své profese dostává i do několika rolí, proto je mnohdy velmi těžké definovat jeho osobnost.

1. typologie

- Trenér orientovaný na vítězství – jeho stěžejním cílem je vítězství, tento typ trenéra nezajímá zdravotní stav či rozvoj sportovců.
- Trenér orientovaný na sportovce – jeho hlavním cílem je vývoj sportovců, jejich zdraví, radost ze hry, optimistické prostředí. Důležité je pro něho i vítězství, ale není na prvním místě.

2. typologie

- Příkazující kouč – přihlíží jen ke svému názoru, má pokaždé pravdu, nezajímá ho názor sportovců, často kritizuje.
- Submisivní kouč – nedokáže zajistit pořádek v týmu či na hřišti, často má připomínky k chování sportovců, nedokáže si poradit s disciplínou.
- Kooperativní kouč – radí se se sportovci, je pro něho důležitý jejich názor, vše provádí týmově, na prvním místě jsou sportovci a vítězství až na druhém.

3. typologie

- Trenér autoritářský – na prvním místě je pořádek a poslušnost. Nedívá se na přátelské vztahy či pomoc v týmu, to pro něj není prvořadé.
- Trenér přátelský – zajímá se o sportovce, motivuje je a pomáhá jim.
- Trenér intenzivní – podobný typ jako autoritářský, avšak není tolik přísný. Dává často najevo své emoce, bývá nespokojený a chce po sportovcích požadavky, které mnohdy není možné zrealizovat.

- Trenér snadný – improvizuje, nemá s ničím problém, někdy však kvůli jeho vedení klesají výkony týmu.
- Trenér chladný počtář – je logický, praktický, umí si zajistit potřebné informace a následně je využít. Se sportovci však nemá dobré vztahy, není přátelský (Jůva, 2006).

Každý trenér je charakteristický svoji povahou, chováním, stylem vedení sportovců, každý trenér je tedy svým způsobem jiný. Kdybychom si postavili do řady pět trenérů a snažili se je zařadit do některé z výše uvedených typologií, zjistíme, že každý bude spadat částečně do jednoho typu, částečně do druhého a typy se budou mezi všemi trenéry mísit.

Mohu jen konstatovat, že je na každém trenérovi, aby věděl, jak by se měl chovat, jak by měl vystupovat, jaký by měl mít přístup, aby byl opravdu tím správným trenérem pro své svěřence. Správného trenéra snad alespoň částečně může vystihnout tato definice „*průměrný trenér mluví, dobrý trenér vysvětluje, velmi dobrý trenér demonstruje, ale vynikající trenér inspiruje*“ (Martens, 2006, s. 73).

2.1.2 Role trenéra

Jůva (2006) uvádí, že trenér je charakterizován nejen typologiemi, ve kterých může přecházet z jedné typologie do druhé a nebo být zároveň zařazen do dvou různých typologií, ale i různými rolemi, které by se měly postupně střídat a opakovat, avšak žádná by neměla v trenérské profesi chybět. Role se tedy liší od typologií tím, že všechny role by měly být u trenéra zastoupeny, kdežto u typologií tomu tak není.

1. Role prodejce – trenér jedná se sportovci, přesvědčuje je a vede je k určitému rozhodnutí, které je dle něho to správné.
2. Role důstojníka, bojovníka – trenér velí a vede sportovce k určitému výkonu, za tento výkon poté nese zodpovědnost (tato role se projevuje především v soutěžích, zápasech).
3. Role pedagoga – trenér učí a vychovává, je vzorem pro sportovce, odměňuje, ale také trestá.
4. Role animátora – trenér udržuje tým, usměrňuje napětí v týmu, umožňuje sportovcům rozvíjet své schopnosti, podporuje jejich talent (Jůva, 2006).

2.1.3 Cíle trenéra

Mezi hlavní cíle trenérské profese patří cíle utkání, cíle sportovců (svěřenců) a cíle osobní. Cíl utkání je vítězství v zápase, cíl svěřenců je pomoci jim v jejich vývoji, rozmachu a dosáhnout toho, aby měli radost ze hry a cíl osobní je spojení všech cílů dohromady. Trenér by měl umět dojít ke splnění všech výše zmíněných cílů, což by vedlo k uspokojení jeho i uspokojení sportovců (Martens, 2006).

Pro trenéra by neměla být nejdůležitější výhra, ale pomoc sportovcům. Měl by je naučit mít radost ze hry, umět se smířit z prohrou, vzít si ponaučení z každého nepodařeného výsledku a měl by jim pomoci rozvíjet se po všech stránkách. V dnešní době tomu tak bohužel u všech trenérů není, většina z nich jdou pouze za výhrou, věnují se nadaným sportovcům a ostatní hráče nechávají sedět na lavici, aby sledovali „jak se to má správně dělat“. To však není správné. S každým jedincem, ať je nadaný více či méně, by mělo být zacházeno stejně. Každý trenér by si měl sáhnout do svědomí a nad tímto přístupem se důkladně zamyslet (Martens, 2006).

Mezi možné cíle činnosti trenéra patří „vybrat mládež se schopnostmi pro sport, podnítit fyzické a sportovní aktivity, stanovit možnou specializaci, dosáhnout výkonů a rekordů, udržet úroveň vzdělávání, rozvinout schopnosti a motorické kvality, podpořit vzdělávání a rozvoj v technice, psychice a teorii, vychovat v duchu fair-play, vést k zodpovědnosti, zlepšit a udržet optimální zdravotní stav (Jůva, 2006).

2.1.4 Normy etického chování trenéra

- Trenér by neměl preferovat na prvním místě vítězství, ale rozvoj kladných vlastností svěřenců. Měl by si uvědomit, že je autoritou a podle toho by se měl také chovat.
- Trenér by měl být dobrý vzor etického a morálního chování, měl by dodržovat vážnost svého povolání.
- Trenér by měl zajistit prevenci v oblasti alkoholu, tabáku a drog, měl by být dostatečně informován o dané problematice.
- Trenér by měl zajistit trénink v takovou dobu, která by nezasahovala do školního rozvrhu a umožnit tak sportovcům účastnit se školního vyučování i tréninku.

- Trenér by měl znát pravidla soutěže a v žádném případě by je neměl porušovat ani s nimi manipulovat.
- Trenér by měl umět vytvořit dobré zázemí svého týmu s dobrými vztahy mezi spoluhráči, při konfliktu by se měl snažit vše rozumě vyřešit.
- Trenér by měl uznávat a stát za rozhodnutím rozhodčích, neměl by dávat najevo případný negativní postoj k rozhodčímu.
- Trenér by se měl chovat přátelsky k trenérům ostatních týmů.
- Trenér by neměl vyvíjet nátlak na školní prostředí některého nadaného sportovce, aby mu byly povoleny školní úlevy.
- Trenér by neměl podvádět při informování se o soupeřích (Martens, 2006).

Jak správně a eticky by se měl chovat trenér vymezuje etický kodex sportovního trenéra. Tento kodex v ustanovení 2., které nese název Pravidla etického chování trenéra ve vztahu ke sportovci, obsahuje v bodě 4 povinnost trenéra *„dbát vedle důrazu na výkon a výsledek rovněž o zdraví sportovců“* (Haník, 2013).

Může se stát, že trenér nemusí zcela chápat vše, co tento bod zahrnuje. Péče o zdraví se netýká pouze zlomenin, naraženin, odřenin či jiných fyzických zranění, ale týká se také zneužívání návykových látek, což by trenéři měli zaručeně vědět, ale obávám se, že tomu tak v mnoha případech není.

Zde předkládám plné znění etického kodexu sportovního trenéra.

ÚVOD

1. Etické uvědomění je nutnou součástí odborné praxe sportovního trenéra mužského i ženského pohlaví (dále jen trenér). Schopnost a oddanost etickému jednání je základním aspektem kvality práce se sportovci.
2. Etika se neomezuje jen na dodržování psaných pravidel. Obsah pojmu etika zahrnuje rovněž správné postoje mezi sportovci, trenéry, realizačními týmy, rozhodčími, diváky a novináři.
3. Etikou rozumíme také duchovní orientaci, která je základem pro chování každého člověka, trenéra nevyjímaje.
4. Etické jednání vychází mj. ze schopnosti vcítit se do pozice druhého a podle toho také jednat.

5. Etický kodex sportovního trenéra je dokumentem, který je závazný pro členy Unie profesionálních trenérů (dále UPT) a podpis pod jeho obsahem je jednou z podmínek vstupu do UPT. Členové UPT svým podpisem dávají najevo své ztotožnění se s obsahem etického kodexu sportovního trenéra.

I. OBECNÉ ETICKÉ ZÁSADY

1. Trenér respektuje jedinečnost každého sportovce bez ohledu na jeho původ, pohlaví, etnickou příslušnost, rasu či barvu pleti, mateřský jazyk, věk, zdravotní stav, sexuální orientaci, ekonomickou situaci, náboženské a politické přesvědčení.
2. Trenér respektuje právo každého sportovce na seberealizaci v takové míře, aby současně nedocházelo k omezení stejného práva u druhých osob při realizaci společného cíle.
3. Trenér pomáhá sportovcům a týmům svými znalostmi, dovednostmi a zkušenostmi při jejich sportovním i osobnostním rozvoji v jednotě s pravidly fair play.
4. Trenér musí při vykonávání trenérské činnosti dávat přednost své profesionální odpovědnosti před soukromými zájmy.
5. Trenér vykonává každodenní činnost na nejvyšší možné odborné úrovni.
6. Profesní etika trenéra je neslučitelná s šířením urážek, pomluv nebo nepodložených obvinění sportovců a sportovkyň (dále jen sportovců), svých kolegů, sportovních orgánů, klubů i kohokoli jiného.
7. Člen UPT se musí chovat tak, aby svým jednáním nediskreditoval ani nepoškodil prestiž trenérského povolání.
8. Povinností člena UPT je vyvarovat se všeho, co se neslučuje s etickou normou chování a co může ve sportovní veřejnosti zavdat důvod podezírání z předpojatosti či neobjektivnosti.
9. Trenér je svým chováním příkladem pro své svěřence
10. S vykonáváním činnosti sportovního trenéra je neslučitelné korupční jednání či podvodné jednání jiného druhu.
11. Trenér nezkresleně prezentuje svou práci v médiích a na veřejnosti
12. Trenér s platnou trenérskou smlouvou s klubem, svazem, resortním centrem nesmí být současně smluvním agentem hráče či spolupracovníkem agentury zastupující hráče.

II. PRAVIDLA ETICKÉHO CHOVÁNÍ TRENÉRA VE VZTAHU KE SPORTOVCI

1. Trenér vede sportovce k vědomí odpovědnosti za sebe samé.

2. Trenér jedná tak, aby chránil důstojnost a lidská práva svých svěřenců.
3. Trenér pomáhá rozvíjet potenciál sportovců podle svého nejlepšího vědomí a svědomí
4. Trenér dbá vedle důrazu na výkon a výsledek rovněž o zdraví sportovců.

III. PRAVIDLA ETICKÉHO CHOVÁNÍ TRENÉRA KE SVÉMU ZAMĚSTNAVATELI

1. Trenér odpovědně plní své povinnosti vyplývající ze závazků k jeho zaměstnavateli.
2. Trenér se ve své každodenní praxi snaží ovlivňovat pracovní postupy a jejich praktické uplatňování ve prospěch společného cíle se zaměstnavatelem.

IV. PRAVIDLA ETICKÉHO CHOVÁNÍ TRENÉRA KE SVÝM KOLEGŮM

1. Trenér respektuje rozdíly v názorech a praktické činnosti kolegů, i v případě, že se s nimi neztotožňuje.
2. Trenér respektuje znalosti, zkušenosti a výsledky svých kolegů a ostatních odborných pracovníků, vykonává a prohlubuje spolupráci s nimi a tím zvyšuje kvalitu trenérské odbornosti.
3. Kritické připomínky k názorům či činnosti svých kolegů vyjadřuje v takových situacích a takovým způsobem, aby neposkytl třetím osobám možnost posuzovat činnost kolegů v nesprávných souvislostech.
4. Trenér se vyhýbá kritice svých kolegů v médiích.

V. PRAVIDLA ETICKÉHO CHOVÁNÍ TRENÉRA VE VZTAHU KE SVÉMU POVOLÁNÍ A ODBORNOSTI

1. Trenér dbá o udržení a zvyšování prestiže svého povolání.
2. Trenér se snaží o udržení, resp. zvýšení vlastní odborné úrovně, celoživotním vzděláváním, využíváním znalostí a dovedností svých kolegů a jiných odborníků či praktiků případně uplatňování nových přístupů a metod.
3. Trenér se snaží se působit na to, aby trenérskou profesi neprováděli nekvalifikovaní jedinci.
4. Trenér spolupracuje na vzdělávání trenérů, své znalosti a dovednosti dává ve prospěch celé trenérské obce.

VI. PRAVIDLA ETICKÉHO CHOVÁNÍ TRENÉRA VE VZTAHU K ROZHODČÍM

1. Trenér respektuje rozhodčí jako neoddělitelnou součást sportovního klání a vede tak i své svěřence a spolupracovníky.

2. Trenér nenechá bez povšimnutí výkony rozhodčích, u nichž může prokázat jejich účelovost a důkazy otevřeně předloží oprávněným složkám. Netýká se jednání trenéra v utkání, kde je trenér vázán pravidly, ale je myšleno poukázání na prokazatelnou účelovost jednání rozhodčího mimo vlastní utkání, například korupce.

VII. PRAVIDLA ETICKÉHO CHOVÁNÍ TRENÉRA VE VZTAHU K SOUPEŘI

1. Trenér dává veškeré své znalosti, dovednosti, kreativitu a invenci ve prospěch cíle s vědomím plného respektu vůči soupeřům a v mezích vytýčených pravidly daného sportu.
2. Trenér uznává soupeře jako entitu, kterou se snaží překonat či porazit pouze způsoby vytýčenými pravidly daného sportu.
3. Trenér má ke svým soupeřům respekt také mimo sportovní zápolení (Haník, 2013).

2.1.5 Role trenéra v prevenci proti návykovým látkám

Prevencí rozumíme doslova předcházení něčemu či ochrana před něčím. Prevence zneužívání návykových látek zahrnuje aktivity vedoucí ke snižování poptávky po drogách, jejich nabídky, závislosti na drogách, dále obsahuje terapie a prevenci škod vzniklých užíváním drog. Důležitá je dostatečná znalost dané problematiky (Hejda, Krajník, 2004).

Prevenci dělíme na primární, sekundární a terciární. Primární prevencí rozumíme předcházení vzniku nemoci, tudíž závislosti na návykové látce. Prevence se realizuje, když jedinec ještě nezačal s užíváním návykové látky. Sekundární prevence se poskytuje osobě, která sice již začala s užíváním návykové látky, ale ještě u ní nepropukla závislost nebo nedošlo k poškození zdraví užíváním drogy. Terciární prevence se provádí ve chvíli, kdy se jedinec stal závislým na návykové látce a zahrnuje léčbu či pomoc při zmírnění negativních důsledků doprovázející užívání drog (Nešpor, Csémy, Sovinová, 1998).

Jak už bylo zmíněno výše, trenér by měl jít svým svěřencům správným příkladem, měl by je učit, vychovávat a především poskytovat pomoc v jejich správném rozvoji. K tomu neodmyslitelně, a v první řadě, patří pomoci jim bojovat s návykovými látkami. V dnešní době se mládež každý den potýká s alkoholem, tabákem či drogami a trenér by měl umět mládeži, potýkající se s problémem spojeným s návykovými látkami, poskytnout správnou

prevenci proti těmto nástrahám. Mezi nejčastější drogu dnešní mládeže patří bezpochyby marihuana (Martens, 2006). Marihuaně jako droze se budu ve své práci zabývat blíže později.

Trenér by měl být preventistou, což znamená, že by měl bránit výskytu návykových látek a jejich užívání, dále by měl umět zakročit a řešit užívání návykové látky a měl by také spolupracovat s rodiči nebo s protidrogovými organizacemi při problémech spojenými s drogami, které již nedokáže sám vyřešit. V rámci své profese by se měl tedy věnovat jak primární, tak sekundární prevenci (3. ZŠ Most, 2010).

Dle Martense (2006) je také nutné, aby trenér znal několik zásad, díky kterým může kladně působit na sportovce, dostatečně je seznámit s návykovými látkami a zabránit jim v jejich užívání. Mezi tyto zásady patří zajištění vhodného prostředí neposkytující možnosti k užívání drog, dostatečné informování o návykových látkách a jejich účincích, být kladným vzorem a mít své určité stanovisko k návykovým látkám, mít neustále na paměti každou jednotlivou zásadu.

Trenér by měl být zásoben dostatkem informací o dané problematice, které by měl poskytovat sportovcům nejméně jedenkrát za sezonu. Důležité je tedy především vychovávání sportovců, které může probíhat formálně či neformálně. Do formální výchovy řadíme různé protidrogové semináře pořádané školou či sportovními institucemi, ale i semináře, které může zajistit a připravit i sám trenér. Neformální výchova zahrnuje informování o návykových látkách minimálně jednou za rok, ale i mluvení o této problematice během roku, kdy trenér ucítí, že je vhodné či nutné o tom mluvit. Je dobré, aby trenér se svými svěřenci hovořil o drogách při různých příležitostech, neočekávaně a dával jim rady, ne však jim něco přikazoval či zakazoval. Neformální výchova na sportovce působí mnohem efektivněji než formální výchova (Martens, 2006).

Goodyer (2001) tvrdí, že je velmi důležité, aby byl trenér nejen obeznámen se všemi možnými informacemi týkající se dané problematiky, ale aby si byl i jistý, že jeho svěřenec má opravdu problém s drogami. Měl by být schopen nejen poskytnout sportovcům přednášku o drogách, ale i promluvit si s jedincem užívajícím marihuanu o samotě, rozhovor by však neměl být veden stylem poučování a přikazování, ale vyváženou diskuzí, ve které by mohl daný jedinec vyjádřit své pohnutky a názory.

Trenér by měl svým svěřencům zdůraznit, že marihuana může vyvolat psychickou závislost, což si téměř většina dnešní mládeže vůbec neuvědomuje. Dále by jim měl umět objasnit, co to závislost je a co s sebou přináší. Mohl by například položit otázky typu „*Jak by jim bylo, kdyby zjistili, že se bez trávy už neobejdou? Jaký by to na ně mělo vliv? Jaký by to mělo vliv na jejich finanční situaci, na školu nebo práci?*“ (Goodyer, 2001, s. 71).

Trenér by měl nejprve zdůraznit riziko, které je nejaktuálnější, což je vznik závislosti a těžké zvládnání této závislosti, toto bývá mnohem účinnější, než kdyby sportovcům vyprávěl například o nebezpečí plicního onemocnění, které se neprojevuje hned, ale může se projevit až po několika letech (Goodyer, 2001).

Zde se pokusím shrnout nejdůležitější body, které by měly být dodržovány při správné pomoci a účinném boji s marihuanou.

- Být dobrým vzorem – mladý jedinec často sleduje chování dospělých, snaží se ho napodobovat a myslí si, že chování dospělého člověka je vždy správné, i když tomu tak mnohdy nebývá.
- Ukázat, že se dá zabavit i jinak – v mnoha případech mladý jedinec začíná experimentovat s drogou z nudy, z přebytku volného času, proto je důležité mu ukázat, že existuje plno zajímavých činností (sport).
- Pomoci, aby se mladý jedinec dokázal správně rozhodovat a byl zodpovědný.
- Při mluvení o drogách být uvolněný, přirozený, přátelský.
- Udělat si v informacích o drogové problematice jasno.
- S mladým jedincem, který má problémy s drogou neprovádět žádné přednášky, které mohou být nezáživné, ale zapojit dotyčného do diskuze.
- Neprovádět léčbu šokem – není dobré hned mladého jedince strašit účinkem drogy a předkládat mu ty nejhorší stránky, jelikož právě toto se může stát pro něho přitažlivější a větším adrenalinem (Goodyer, 2001).

Jakmile se sportovec dopouští porušování zákona užíváním či prodáváním drog nebo je ohrožením pro své okolí, je povinností trenéra na tuto skutečnost upozornit. V první řadě by se měl obrátit na rodiče, kteří by měli následně jednat buď sami nebo s pomocí trenéra. Jestliže často rodiče nejeví zájem či nechtějí situaci řešit, měl by se trenér obrátit na školu, psychologickou poradnu, lékařské centrum, žluté stránky s pojmy „alkoholismus“ nebo

„zneužívání drog a narkomanie“, internet nebo může využít možnost odborné pomoci, která zahrnuje léčebný program závislostí. Zde je velmi důležitá podpora ze strany rodiny, trenéra i spoluhráčů (Martens, 2006).

Výše je sepsáno snad dostatečné množství informací, které by mohly být nápomocny trenérům k tomu, aby se stali lepšími nebo aby si uvědomili, co si do nynější chvíle neuvědomovali. V neposlední řadě bych chtěl ještě citovat dopis trenéra Johna Woodna, legendárního univerzitního trenéra. Tento dopis zanechal svým svěřencům. *„Pro dosažení maximálního týmového úspěchu musí každý vynaložit své nejlepší schopnosti, veškerý svůj talent a schopnosti musí obětovat ve prospěch týmu nezištně a bez myšlenek na osobní slávu. Pokud se někdo nezajímá o výsledek, může se uplatnit v jiné sportovní disciplíně. Musíte být velmi ukázněni, očekává se, že uděláte maximum ve prospěch týmu. Trenér činí mnoho rozhodnutí, se kterými nemusíte vždy souhlasit. Avšak musíte je respektovat a řídit se jimi. Bez vedení, výchovy, řízení a disciplinovaného úsilí všech bude veškeré vaše společné úsilí k ničemu a obrátí se proti vám. Vždy se snažím dát každému hráči návod, který by měl přijmout a zrealizovat ho tak, jak to považuji za správné, ve prospěch týmu, ve prospěch každého z vás. Já vím, že se mohu občas mýlit, ale vždy se budu snažit být přímý, spravedlivý, přátelský, férový a být správnou autoritou“* (Martens, 2006, s. 15).

2.1.5.1 Fotbal ANO – drogy NE!

V rámci prevence proti návykovým látkám zahájila Fotbalová asociace České republiky (dříve Českomoravský fotbalový svaz České republiky) projekt s názvem „Fotbal ano – drogy ne!“, který se snaží bojovat proti drogám. Pomáhá dětem a mladistvým vyhnout se nástrahám dnešního světa, mezi které patří alkohol, nikotin a především nepřeberné množství různých drog.

Fotbal je velmi oblíbeným sportem a díky své oblibě a zájmu může v tomto boji velice pomoci. Fotbal vytváří člověka, který je schopný plnit různé role ve společnosti, zabraňuje dětem a mladým lidem v páchání přestupků či povalečství a plnohodnotně vyplňuje volný čas.

Tohoto velkého projektu se účastní nejen Fotbalová asociace České republiky, ale i Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky, TIPSPORT a Týdeník Gol. Součástí projektu jsou fotbalové turnaje pro mládež, letní fotbalové tábory, McDonald's Cup,

Coca-Cola Školský pohár, Danone Cup, Premier Cup a Provident Financial Cup. Do projektu se mohou zapojit žáci z celé České republiky, základních či středních škol a mohou se společně zúčastnit mnoha zápasů, turnajů či soutěží.

Fotbaloví trenéři se plně věnují jedincům, kteří se projektu zúčastní, plnohodnotně vyplňují jejich volný čas, a tím pomáhají v prevenci proti návykovým látkám, jedná se o primární prevenci, tedy předcházení vzniku užívání návykových látek (Fotbalová asociace ČR, 2012).

Příkladem obsahu projektu a jeho realizace je prázdninový kemp pro mladé fotbalisty. Nabídka tohoto tábora je *„KM OFS Žďár nad Sázavou ve spolupráci s KM FAČR pořádá prázdninový kemp pro mladé fotbalisty. Termín : pondělí 29. července až pátek 2. srpna 2013. Místo konání : Bystřice nad Pernštejnem. Kemp se uskuteční, pokud se přihlásí 25 účastníků. Cena kempu je 1.700,- Kč (v ceně je zahrnuto ubytování a stravování). Trenéry a pronájmy sportovišť hradí FAČR. Program je zaměřen nejen na fotbal, ale i na doplňkové letní sporty a zábavu (Fotbalová asociace ČR, 2012).*

2.2 Marihuana

Jedna z nejrozšířenějších drog mezi mládeží je marihuana. V dnešní době marihuanu kouří ve světě přibližně 140 milionů osob, více užívanější je pouze tabák, alkohol a kofein. Marihuana je poměrně lehce k dostání a nepatří k nejdražším drogám, i proto je tolik oblíbená. Ale nejen její dostupnost či cena přitahují dnešní mládež, ale i to, že patří mezi zakázané drogy. Avšak údajně nevinné kouření marihuany se mnohokrát stává odrazovým můstkem ke tvrdým drogám (Goodyer, 2001).

V dřívějších dobách byly psychoaktivní vlastnosti marihuany využívány v množství náboženských a sociálních rituálech, byla oceňována pro svoji sílu zmírnit zátěž reality a posílení smyslů a fantazie. V dnešním světě je marihuana velmi diskutovaná, na jedné straně jsou její zastánci, kteří ji podporují pro její účinky a na straně druhé jsou její odpůrci, kteří ji právě kvůli jejím účinkům zatracují. Kouření marihuany je dnes u mnoha mladých považováno za společenskou aktivitu (Robson, 1994).

Je nutné vědět, že „*mladí konzumenti marihuany jsou devětkrát náchylnější k užívání drog a alkoholu, šestkrát náchylnější k útěku z domova, pětkrát náchylnější ke krádežím, čtyřikrát náchylnější k násilnému chování a třikrát náchylnější ke spáchání sebevraždy*“ (Martens, 2006, s. 404).

2.2.1 Charakteristika marihuany

Marihuana se získává z usušené rostliny konopí (cannabis) a obsahuje látky zvané kannabinoidy. Konopí patří mezi jednoleté dvoudomé rostliny a pochází z Indie a Asie. V České republice jsou rozšířeny tři druhy konopí: cannabis sativa, cannabis indica a cannabis ruderalis. První cannabis sativa neboli konopí seté je charakteristické vysokým vzrůstem a malým větvením, její listy rostou natěsno, jsou špičaté a dlouhé. Druhá cannabis indica nebo jiným názvem konopí indické je menší než seté, ale je více rozvětvená, list je silný a velký. Konopí indické obsahuje nejvíce množství THC ze všech tří druhů. Poslední druh cannabis ruderalis či konopí rumištní produkuje nejméně THC, je nízkého vzrůstu a je charakteristické velkým množstvím listů (José, 2012).

Marihuana je v dnešní době, hned po tabáku, nejužívanější nealkoholová droga. Konopí, ze kterého se tato droga získává, má mnoho poddruhů, které jsou navzájem odlišné, liší se například barvou, výškou či množstvím obsažených psychotropních látek. Konopí se dělí na rostlinu samčí a samičí (Doležal, 1997).

Řadí se mezi halucinogenní drogy a je vysoce psychoaktivní. Psychoaktivní látky obsažené v marihuaně jsou dnes mnohem účinnější než tomu bylo v minulosti. Nyní jsou pěstovány kvalitnější odrůdy, je jich nepřeberné množství a účinky na člověka, který tuto drogu užívá, jsou mnohdy velmi silné (Skála, 1987).

Jak již bylo výše zmíněno, marihuana patří mezi halucinogenní drogy, které jsou charakteristické tím, že způsobují kvalitativní změny vědomí. Mezi kvalitativní poruchy vědomí řadíme mdloby, mráкотné stavy, delirium, poruchy chování, vnímání či myšlení. Halucinogenní drogy způsobují sluchové a zrakové halucinace, přetvoření prostoru a času nebo odosobnění, které se projevuje tím, že si osoba myslí, že „tu ve skutečnosti není“. Halucinogeny jsou nebezpečné nevypočitatelností jejich účinku (Valíček, 2000).

„Účinek drog z konopí působí látka tetrahydrocannabinol, zkráceně THC. Jedná se o vysoce účinnou látku, mnohem jedovatější nežli alkohol. Po vykouření 1 cigarety lze prokázat 40 – 50 % THC v buněčných membránách po 4- 8 dnech. Jakmile člověk užívá konopí s velkým množstvím THC dlouhou dobu, může to vést k narušení psychického stavu, které bývá mnohdy nenávratné“ (Nešpor, Csémy, 1994, s. 60).

„Rostliny konopí obsahují širokou škálu látek, z nichž je možno uvést mimo jiné organické kyseliny, sacharidy, fyto steroidy aj., ale také dva alkaloidy - trogonellin a nikotin. Ty však v omamných účincích nehrají žádnou roli. Důležitá je pryskyřice produkovaná žlázkami samičích květenství, která obsahuje velmi početnou směs tzv. kannabinoidních látek s nositelem halucinogenních účinků THC“ (Valíček, 2000, s. 10).

THC je škodlivé nejen pro osobu užívající marihuanu, ale může být velmi škodlivé i pro plod v těle matky. Jestliže těhotná žena pravidelně kouří marihuanu, ohrožuje tím nejen sebe, ale i své dítě. THC má schopnost procházet přes membránu placenty a vyskytuje se i v mateřském mléce, díky kojení se tedy může THC dostat do těla dítěte a následně to může mít pro něho nepříznivé následky (Robson, 1994).

Ženám, které v době těhotenství často užívají marihuanu, se mohou narodit děti, které trpí třesem, ošklivými pocity a předtuchami a bývají ustrašené. Toto však neplatí u všech rodiček užívajících marihuanu (Shapiro, 2005).

Marihuana se v dnešní době nejčastěji zneužívá formou kouření cigaret, čtená je i forma orální. Při kouření se při jedné dávce využije 15- 20 mg a THC účinkuje přibližně za 15 minut, tedy rychleji než u orálního užití. Orálním způsobem je potřeba 30- 40 mg a účinek se dostaví až během 30 minut, avšak aplikace drogy orální formou je účinnější, jelikož THC v marihuaně působí kolem 6 hodin, což je téměř dvojnásobná doba než u kouření (Valíček, 2003).

2.2.2 Názvy marihuany

„Hmotě, která se kouří, říkají v Mexiku, ve Spojených státech a v západní Evropě marihuana. I v Čechách se trávě kdysi říkalo marjánka. Slangově se užívá tráva,

v anglosaských zemích grass. Rastamanský výraz je ganja, gándža. V Tunisku a Maroku se trávě říká Kif, v Turecku habak, v Indii bhang“ (Doležal, 1997, s. 14).

Mezi mládeží se vyskytuje mnoho názvů pro marihuanu, například tráva, cigareta, hřebík, tupec, haš, joint, kytky, brko, buřt, špek, gandža či hulení (Martens, 2006).

2.2.3 Účinky marihuany

Marihuana obsahuje jako každá droga psychoaktivní látky, které ovlivňují chování a prožívání jedince, který drogu užívá. Mezi známky užívání marihuany patří především zarudlé oči, zrychlený tep, kašlání, pocit žízně, hlad, náladovost, nervozita, únava, lhostejnost, zlé soustředění, studené horní či dolní končetiny, špatná paměť, nestálá menstruace, zhoršená koordinace a orientace, mužská neplodnost, chronické záněty dýchacích cest či spojivek, otupělost v pocitech, nezájem a následně i celková změna osobnosti člověka (Marhounová, Nešpor, 1995).

Mezi okamžité účinky, které lze pozorovat za krátkou dobu po požití marihuany patří rozjařenost, ztráta zábran, chuť hodně mluvit a smát se, pocit klidu, skleněné oči, pocit hladu, zhoršení koordinace. Jakmile osoba požije marihuanu v příliš velké dávce, může se objevit strach, zmatenost, přeludy, neklid či zděšení (Goodyer, 2001).

Při kouření marihuany se může zpočátku vyskytnout mdloba či napětí v hlavě, ospalost či nutkání na zvracení, dále se může objevit kašel, zrychlená srdeční činnost a puls. Člověk užívající marihuanu po překonání nepříjemných účinků je poté často vysmátý, v euforii, má pocit vyrovnanosti a pokoje a je příjemně unavený (Skála, 1987).

Užívání marihuany je velmi nebezpečné při řízení motorových vozidel, jelikož poškozuje paměť a narušuje vnímání a koordinaci, což může vést k autonehodám a ztrátám na životě. Někteří lidé, kteří užívají dlouhodobě marihuanu, postupně ztrácí zájmy, přestávají je bavit činnosti, kterým se dříve aktivně věnovali a také se přestávají zajímat i o své nejbližší (Nešpor, Mullerová, 1997).

Účinky marihuany probíhají v několika fázích. V první fázi se uživatel cítí pokojně, klidně, má dobrý pocit, je šťastný a veselý. Poté však nastává fáze, kdy se objevují poruchy vnímání a chování, člověku pod vlivem marihuany začíná být chladno. Dále se mění jeho emoce, od přecitlivělosti k útočnosti, může dojít až k vraždě či sebevraždě (Šedivý, Válková, 1988).

Nebezpečí marihuany spočívá v tom, že vyvolává psychickou závislost. Lidé, kteří často či pravidelně kouří marihuanu, aby se zbavili tlaku, depresí nebo aby si navodili dobrou náladu, můžou po čase zjistit, že se již nedokáží bez marihuany normálně bavit (Goodyer, 2001).

Velké riziko marihuana představuje pro osoby s onemocněním srdce, vysokým krevním tlakem a osoby ve špatném psychickém stavu. Výzkumy také prokázaly, že dlouhodobé užívání marihuany může způsobit schizofrenii. Jednoduše řečeno talentovaní a chytří lidé, kteří užívají marihuanu se brzy stávají průměrnými a z průměrných lidí, kteří užívají marihuanu se za nějaký čas stávají hloupí a omezení (Nešpor, Csémy, 1994).

Ve srovnání s tabákem však marihuana téměř neškodí. Když srovnáme poškození zdraví člověka, který denně vykouří jednu cigaretu marihuany a kuřáka, jehož spotřeba jsou dvě krabičky tabákových cigaret denně, pak je na tom kuřák marihuany se zdravím mnohokrát lépe. Na druhé straně je nutné konstatovat, že užívání marihuany škodlivé je, do těla se dostává mnoho negativních látek, které škodí zdraví a dříve či později se tato skutečnost na člověku užívajícím zmíněnou drogu jistě projeví (Doležal, 1997).

Kouření marihuany má nejen negativní účinky, ale i pozitivní, kterých je však mnohem méně. Pomáhá například proti zelenému zákalu tím, že snižuje oční tlak, dále je účinnou pomocí při onemocnění AIDS, po marihuaně je pacient hladový, je odstraněno nechutenství a tudíž může do těla dostat všechny potřebné látky, které předtím odmítal. Marihuana tlumí křeče, působí protizánětlivě či proti bolestem (Robinson, 1998).

Účinky marihuany se objevují cca po 10–30 minutách a trvají po dobu 2–4 hodin, každý člověk pociťuje účinky jinak, vyskytují se v jiném časovém intervalu a přetrvávají odlišnou dobu (Kubánek, 2009).

U člověka, který získá návyk na kouření marihuany, dochází k tzv. amotivačnímu syndromu, který se projevuje chorobnou spavostí, lhostejností, otupělostí, snížením pozornosti, změnami nálad, bezcílností, zeslabením zájmů, člověk nemá zájem o nic, pouze o kouření marihuany (Arterburn, Burns, 2001).

2.2.4 Zdravotní rizika při užívání marihuany

Mezi nejčastější rizika spojené s užíváním marihuany patří poškození v oblasti dýchací soustavy, srdce, sexuálních funkcí, imunity či duševního zdraví.

Dýchací soustava

Při častém a dlouhodobém kouření marihuany může dojít ke zhoršení chorob dýchacích cest či rakovině plic a horních dýchacích cest.

Sexuální funkce

Při pravidelném užívání marihuany může dojít ke snížení estrogenu a testosteronu, což může vést ke ztrátě počtu spermií a zkrácení doby menstruace. Existují tvrzení, že marihuana negativně působí na sexuální výkonnost (Shapiro, 2005).

Imunita

U dlouhodobých kuřáků marihuany probíhá oslabení imunity, což způsobuje častější výskyt infekčních onemocnění.

Srdce

Užívání marihuany způsobuje zrychlení srdečního tepu a může dojít k poškození srdce či náhlým příhodám. U člověka, který již trpí onemocněním srdce a je silným kuřákem marihuany, může dojít i ke smrti.

Duševní zdraví

U pravidelných uživatelů marihuany se mohou objevit různá onemocnění související s duševní poruchou, deprese, psychozy, oslabení duševního stavu či již vzniklé odchylky či poruchy myšlení (Ganeri, 2001).

Podle Hejdy a Krajníka (2004) má marihuana má dvě různé strany. Na jedné straně způsobuje množství zdravotních rizik, které jsou uvedeny výše, ale na straně druhé je účinná i proti nemocem, jako je například AIDS, rakovina, epilepsie či skleróza. Dokáže snížit bolesti, vytvořit člověku dobrou náladu, uvolnit svaly a křeče, povzbudit chuť k jídlu nebo snížit epileptický záchvat.

První zemí, která umožnila pěstovat marihuanu pro lékařské účely byla Kanada. Dle zákona, který je v platnosti od 30. července 2001 může osoba, která byla posouzena lékařem, užívat marihuanu k léčbě nemoci, která si užití této drogy vyžaduje.

Musíme však stále mít na paměti, že marihuana je droga, i když tedy dokáže pomoci proti určitým nemocem a člověku ulevit, stále je prokázáno mnohem více negativních faktorů a zdravotních rizik než účinků, které by mohly člověku pomoci (Hejda, Krajník, 2004).

2.2.5 Příčiny užívání marihuany

Příčiny užívání marihuany jsou individuální, někdo může začít s marihuanou kvůli tomu, aby zapadl do party, jiný jen pro vyzkoušení či z nudy. Příčin může být mnoho, zde se pokusím uvést ty nejčastější.

- Zvědavost, vyzkoušení
- Problémy v rodině či ve škole
- Vliv kamarádů
- Přebytek financí - vysoké kapesné
- Nuda
- Předvedení se před ostatním
- Porušení pravidel (Kubánek, 2009).

Různá literatura uvádí různé příčiny toho, proč mladiství začínají užívat drogy, konkrétně proč se rozhodnou sáhnout například po marihuaně. Marihuana se zdá být velice přitažlivá, mnoho mladistvých si dokonce myslí, že nepatří mezi drogy, že není škodlivá a sahají po ní právě proto, dále velice láká svými účinky (především účinkem nastolení dobré nálady) a jedinec, který se rozhodne tuto drogu užívat si je jistý, že s ní dokáže kdykoli přestat, avšak mnohdy tomu bývá zcela jinak (Robson, 1994).

Podle Arterburna a Burnse (2001) není důležité jen vykládat mladistvým o účinkách drogy či o tom, co je to závislost, ale je také velmi důležité pochopit důvody, proč mladiství s drogami vůbec začínají. Zde uvádím šest hlavních příčin, které vedou k užívání drog či k drogové závislosti.

1. Biologický předpoklad – užívání drog je dáno geneticky po rodičích.
2. Tlak okolí – užívání drog je dáno tím, že drogy užívají i přátelé, mladistvý se jim chce vyrovnat, chce zapadnout.
3. Postoj rodičů – užívání drog je dáno tím, že mladistvý napodobuje, co vidí u rodičů nebo dělá, co je mu zakazováno.
4. Životní krize – užívání drog je dáno zátěžovými či vypjatými situacemi, mladistvý se snaží odprostit od bolesti.
5. Deprese – užívání drog je dáno depresními stavy, které jsou ve většině případů děděny po rodičích.
6. Vztah rodičů k dětem – užívání drog je dáno špatnou výchovou, většina rodičů nesprávně vychovává své děti. Ve vztahu rodiče a dítěte je důležité přátelství, láska, péče, ale i přísnost (Arterburn, Burns, 2001).

2.2.6 Příznaky užívání marihuany

Arterburn a Burns (2001) uvádí několik příznaků, díky kterým může být u dítěte či mladistvého odhaleno užívání marihuany nebo jiných návykových látek. Příznaky dělíme na nenápadné, nápadné a neklamné. Je však důležité si uvědomit, že objevení některého z příznaků okamžitě neznamená, že je mladistvý závislý na drogách, je ale dobré tuto skutečnost nepodceňovat a s mladistvým si přinejmenším promluvit.

Nenápadné příznaky: tajnosti, změna přátel, přespávání mimo domov, samota, špatný prospěch ve škole, změna chování, vzhledu či zájmů, časté užívání očních kapek na zčervenale oči, změna jídelníčku (časté požívání sladkých pokrmů), lhostejnost ke sportu či venkovním aktivitám.

Nápadné příznaky: únava a častý spánek, deprese, lhostejnost k rodině a přátelům, neomluvené hodiny ve škole, výbušnost, zuřivost, stres, nedostatek financí, krádeže, změna přátel, odchod nebo vyloučení ze školy, vzpurnost, pasivita, ztráta zájmů, agresivita,

neschopnost hovořit o drogách, časté trávení času v koupelně, propálené oblečení na určitých místech.

Neklamné příznaky: výskyt různých lahviček, sáčků s práškem, hadičky, žiletky, váhy či dýmky tvaru cigarety v pokoji, velký obnos peněz, ztráta věcí nebo financí v domácnosti, častý výskyt na policii kvůli přestupkům, červené a napuchlé oči, častá rýma a červený nos, záchvaty smíchu, rozšířené nebo zmenšené zorničky, trávení téměř celého dne mimo domov (Arterburn, Burns, 2001).

2.2.7 Způsoby, jak snížit riziko spojené s užíváním marihuany

Samozřejmě nejlepší radou je neužívat marihuanu vůbec, avšak tato rada je mnohdy zbytečná a marná. Mladí si jednoduše dělají co chtějí a mnohdy neberou ohledy na nic a na nikoho. Proto, když už jedinec marihuanu užívá a žádné rady nepomáhají, je důležité alespoň znát způsoby, kterými je možné snížit riziko spojené s užíváním marihuany.

- Nekouřit marihuanu příliš často, aby nevznikla závislost nebo aby se nezhoršilo myšlení a vnímání
- Při užívání marihuany nekouřit i cigarety kvůli výskytu plicního onemocnění
- Nekouřit marihuanu při řízení auta, protože způsobuje zpožděné reakce
- Nekouřit marihuanu při konzumaci alkoholu, mohou se vyskytnout ztráty vědomí či zvracení
- Zcela se vyvarovat marihuany, jestliže se v rodině vyskytují či vyskytovala psychická onemocnění (Goodyer, 2001).

2.2.8 Třináct způsobů odmítnutí marihuany

Umění odmítnout je pro mnoho lidí těžké a odmítnout drogu či jakoukoli návykovou látku je pro dnešní mládež mnohdy dokonce velmi těžké. V dnešní době číhá na mladé jedince téměř na každém kroku nebezpečí v podobě návykových látek, a jelikož jsou dnes drogy již tolik rozšířené a kolikrát i oblíbené, mladý jedinec nechce být jednoduše outsiderem, nechce být jiný, nechce ztratit přátele nebo má strach.

Zde uvádím několik způsobů odmítnutí, které by měly být pomocí nejen pro mládež, ale i pro dospělé (rodiče, pedagogy, vychovatele, authority).

První způsob: rozpoznání nebezpečné situace – týká se to například různých oslav, při kterých je většinou přítomné velké množství návykových látek. Je důležité zavčas rozpoznat, co je a není nebezpečné a případně se takové situaci vyhnout.

Druhý způsob: vyhnutí se, odmítání – týká se to vyhnutí situaci, při které může být nabízena droga či odmítnutí této situace. Je důležité vědět o jaké situaci se obvykle jedná.

Třetí způsob: nevidím, neslyším – týká se to situace, kdy někdo nabízí drogu a při této situaci je důležité ignorovat nabídku, dělat, že nevidíte či neslyšíte.

Čtvrtý způsob: neverbální komunikace – týká se to vyjádření odmítnutí pomocí gest, například zakývání hlavou.

Pátý způsob: prostě říct NE

Šestý způsob: odmítnutí objasněním – týká se to odmítnutí drogy a ne osoby, která drogu předkládá. Důležité je, aby nabízející věděl, že droga je špatná, ale on špatný být nemusí.

Sedmý způsob: nabídnutí výhodnějšího východiska – týká se to nabídnutí jiné eventuality místo drogy, například kávy nebo sladkosti.

Osmý způsob: zaměření řeči jinam – týká se to situace, kdy je Vám nabízena droga, Vy ji rychle odmítnete a snažíte se co nejrychleji převést hovor jiným směrem.

Devátý způsob: odmítnutí odsunutím, přeložením – týká se to odložení situace, ve které je Vám nabízena droga na jinou dobu (například větou „Dnes nemůžu, možná zítra.“)

Desátý způsob: poškozená gramofonová deska – týká se to odmítnutí drogy určitým způsobem, kterého se budu držet, například na všechny nabídky neustále odpovídám „nechci“.

Jedenáctý způsob: odmítnutí protiúderem – týká se to zaútočení na člověka, který mi nabízí drogu, například tím, že mu řeknu vše, co se mi na něm nelíbí.

Dvanáctý způsob: odmítnutí jednou provždy – týká se to takového odmítnutí, díky kterému nabízející drogu pochopí, že nemáte zájem a nikdy mít nebudete.

Třináctý způsob: odmítnutí jako výpomoc a podpora – týká se to odmítnutí, které pomůže nejen Vám, ale i osobě, která Vám nabízí drogu. Jedná se o odmítnutí, kterým nabízejícího poučíte či postrašíte (Nešpor, 1995).

2.2.9 Legalizace konopí v České republice

Od 1. dubna 2013 lze legálně prodávat konopí k léčebným úkonům, avšak pouze v lékárnách a licencovanými prodejci, legalizace marihuany je tedy pouze částečná. Novela zákona, která prošla legislativním procesem parlamentu a je podepsána Václavem Klausem povoluje prodej konopí k léčbě, ale jen v rámci licencovaného pěstování. Domácí pěstování je trestně postižitelné. Marihuanu by nemocní občané mohli dostat na předpis v sušené formě, v tabletách či formou masti.

Státní ústav pro kontrolu léčiv zařadil marihuanu mezi podpůrná a doplňková léčiva a jakmile ji bude pacient potřebovat ke zlepšení zdravotního stavu, bude si ji muset v lékárně uhradit zcela sám, jelikož zdravotní pojišťovny toto léčivo nebudou proplácet. Částka za uhrazení lékařského konopí by se mohla pohybovat i v řádech tisíců korun, což znamená nedosažitelnost pro občany s nižšími příjmy.

Novela zákona ustanovuje otázky týkající se využití konopí určené k léčebným úkonům. Toto léčivo je určené pro pacienty s Parkinsonovou chorobou, roztroušenou sklerózou, atopickými ekzémy, lupénkou či s pacienty s onkologickým onemocněním a bude vydáváno pouze na elektronický předpis. Nyní je povoleno pouze zahraniční pěstování konopí a následný dovoz, tuzemská produkce bude schválena až od příštího roku (Anonymous a., 2013).

3 Cíle práce

Cílem bakalářské práce je poukázat na význam trenérské profese v prevenci užívání marihuany.

Dílčí cíle:

1. Analýza informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně.
2. Analýza informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o prevenci.
3. Zjištění přístupů a činností fotbalových trenérů starších žáků v rámci problematiky užívání marihuany a prevence.

Výzkumné otázky:

1. Jaká je míra informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně?
2. Jaká je míra informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o prevenci?
3. Jaké jsou osobní přístupy a činnosti fotbalových trenérů starších žáků v oblasti užívání marihuany a prevence?

4 Metodika práce

4.1 Popis výzkumného souboru, sběru a zpracování dat

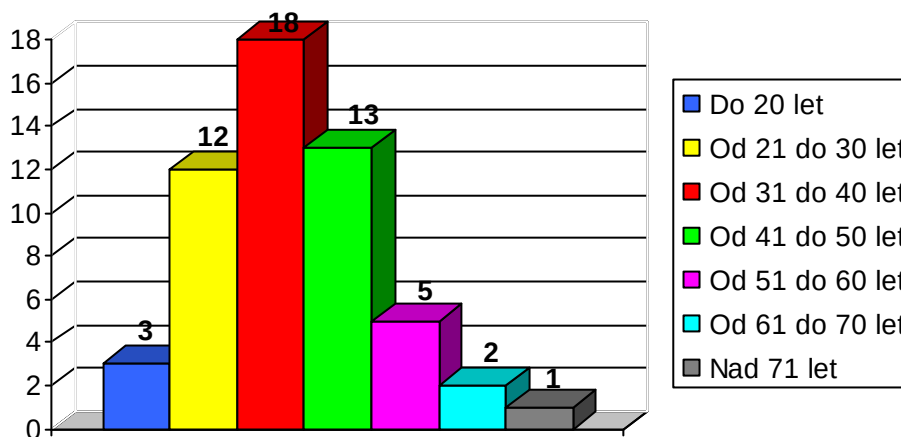
Výzkum proběhl v měsíci dubnu 2013, pro získání dat jsem zvolil metodu dotazníkového šetření. Šetření proběhlo rozesláním dotazníků emailovou poštou a osobním předáním. Dotazník obsahoval 25 otázek, z toho 22 uzavřených a 3 otevřené. Dotazníkové otázky jsem sestavil tak, aby zjišťovaly míru informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně, prevenci a jejich osobní přístupy a činnosti v oblasti užívání a marihuany a prevence.

Výzkumný soubor tvořilo 79 fotbalových trenérů starších žáků, kteří se účastní soutěží ve fotbalu v rámci Olomouckého kraje. Z celkového počtu 79 se zapojilo 54 trenérů, návratnost dotazníků činila 68 %. Někteří fotbaloví trenéři nesouhlasili s vyplněním dotazníků z důvodu přiloženého informovaného souhlasu, většinou nechtěli uvádět své datum narození, jiní trenéři na žádost vyplnění vůbec nereagovali. Projekt bakalářské práce byl schválen Etickou komisí FTK UP Olomouc.

Grafické znázornění výzkumného souboru – jejich věkové složení, vzdělání, kvalifikace, doba vykonávání trenérské profese

Položka č. 1: Jaký je Váš věk?

Obrázek 1. Věkové rozmezí dotazovaných fotbalových trenérů starších žáků.



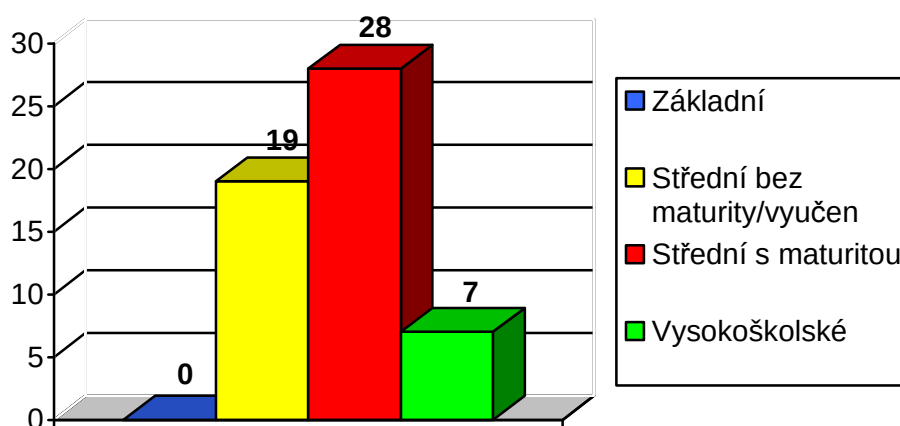
Tabulka 1. Věkové rozmezí dotazovaných fotbalových trenérů starších žáků.

VĚK	POČET	POČET (%)
Do 20 let	3	6 %
Od 21 do 30 let	12	22 %
Od 31 do 40 let	18	33 %
Od 41 do 50 let	13	24 %
Od 51 do 60 let	5	9 %
Od 61 do 70 let	2	4 %
Nad 71 let	1	2 %
	54	100 %

Položka č. 1 „Jaký je Váš věk?“ znázorňuje věkové rozmezí fotbalových trenérů starších žáků v Olomouckém kraji. Z grafu (obrázek 1) a z tabulky 2 je patrné, že nejvíce je zastoupeno fotbalových trenérů ve věku od 31 do 40 let v počtu 18 (33 %). Fotbalových trenérů od 21 do 30 let a od 41 do 50 let je zastoupeno v téměř shodném množství, tedy 12 a 13 trenérů (22 % a 24 %). Fotbalových trenérů ve věku od 51 do 60 let je 5 (9 %) a ve věku do 20 let jsou 3 trenéři (6 %). Trenéři ve věku do 20 let jsou zastoupeni v počtu 3 (6 %). Nejméně fotbalových trenérů je zastoupeno ve věku nad 71 let (2 %) a druhý nejmenší počet trenérů se nachází ve věkovém rozmezí od 61 do 70 let.

Položka č. 2: Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

Obrázek 2. Nejvyšší dosažené vzdělání dotazovaných fotbalových trenérů starších žáků.



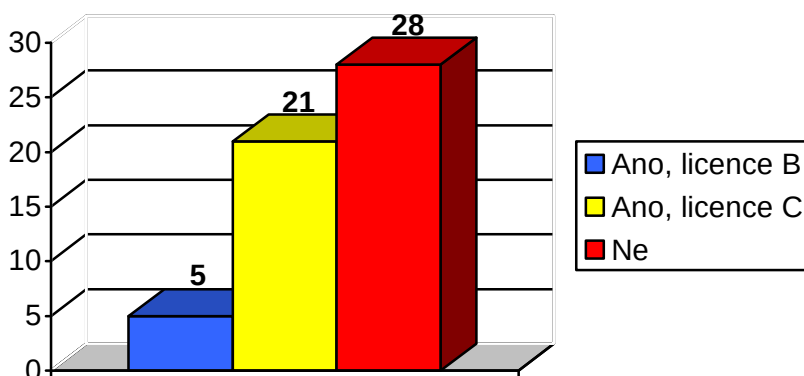
Tabulka 2. Nejvyšší dosažené vzdělání dotazovaných fotbalových trenérů starších žáků.

VZDĚLÁNÍ	POČET	POČET (%)
Základní	0	0 %
Střední bez maturity/vyučen	19	35 %
Střední s maturitou	28	52 %
Vysokoškolské	7	13 %
	54	100 %

Položka č. 2 „Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?“ zjišťuje nejvyšší dosažené vzdělání fotbalových trenérů starších žáků. Na grafu (obrázek 2) a v tabulce 2 můžeme vidět, že nejvíce trenérů (28, 52 %) ukončilo studium střední školy s maturitou. 19 trenérů je vyučeno (35 %). 7 trenérů má vysokoškolské vzdělání (13 %) a žádný trenér z počtu 54 nemá pouze základní vzdělání.

Položka č. 3: Máte kvalifikaci k vykonávání trenérské profese? Pokud ano, jakou?

Obrázek 3. Kvalifikace dotazovaných fotbalových trenérů starších žáků.



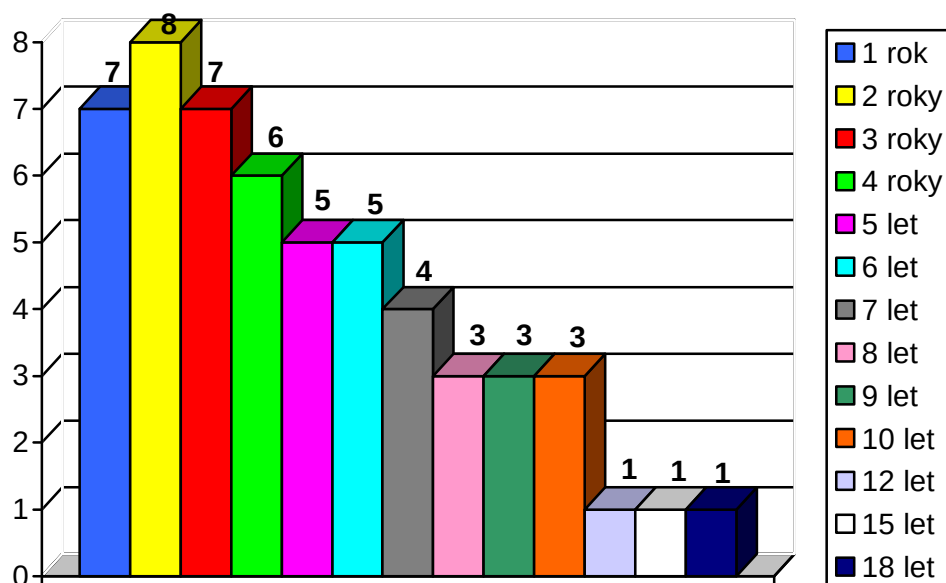
Tabulka 3. Kvalifikace dotazovaných fotbalových trenérů starších žáků.

KVALIFIKACE	POČET	POČET (%)
Ano, licence B	5	9 %
Ano, licence C	21	39 %
Ne	28	52 %
	54	100 %

Položka č. 3 „Máte kvalifikaci k vykonávání trenérské profese? Pokud ano, jakou?“ poukazuje na kvalifikace k vykonávání trenérské profese. V grafu (obrázek 3) a v tabulce 3 je znázorněno, že 28 trenérů (52 %) nemá žádnou kvalifikaci a nevlastní žádnou licenci. Nejméně trenérů v počtu 5 (9 %) má kvalifikaci ve formě licence B. 21 trenérů (39 %) je taktéž kvalifikováno a vlastní licenci C.

Položka č. 4: Jak dlouho vykonáváte funkci trenéra?

Obrázek 4. Doba vykonávání trenérské profese dotazovaných fotbalových trenérů starších žáků.



Tabulka 4. Doba vykonávání trenérské profese.

DOBA VYKONÁVÁNÍ TRENÉRSKÉ PROFESE	POČET	POČET (%)
1 rok	7	13 %
2 roky	8	14 %
3 roky	7	13 %
4 roky	6	11 %
5 let	5	9 %
6 let	5	9 %

7 let	4	7 %
8 let	3	6 %
9 let	3	6 %
10 let	3	6 %
12 let	1	2 %
15 let	1	2 %
18 let	1	2 %
	54	100 %

Položka č. 4 „Jak dlouho vykonáváte funkci trenéra?“ zjišťuje u trenérů dobu vykonávání jejich profese. V grafu (obrázek 4) a v tabulce 4 je znázorněno nejvíce odpovědí v počtu 8 (14 %), které uvedli trenéři vykonávající svoji profesi 2 roky. Ve stejném počtu 7 (13 %) trenéři uvedli 1 rok a 3 roky. 4 roky je trenérem 6 dotazovaných (11 %). 5 fotbalových trenérů vykonává svoji profesi 5 let a taktéž 5 dotazovaných je trenérem 6 let (9 %). 4 trenéři jsou trenéry 7 let (7 %). 8 let se věnují trénování 3 trenéři (6 %), taktéž 3 dotazovaní trénují 9 let a 3 trenéři již 10 let. Nejvíce let trénuje pouze 1 trenér, již 18 let (2 %). 1 trenér se věnuje své profesi 12 let a 1 trenér se věnuje trénování 15 let (2 %). Nejvíce let, což je 12, 15 a 18, se trénování věnují trenéři ve věku od 61 do 71 let a nad 71 let.

5 Výsledky výzkumu a diskuze

V kapitole jsou předkládány formou grafů získané informace z dotazníků a následně jsou diskutovány.

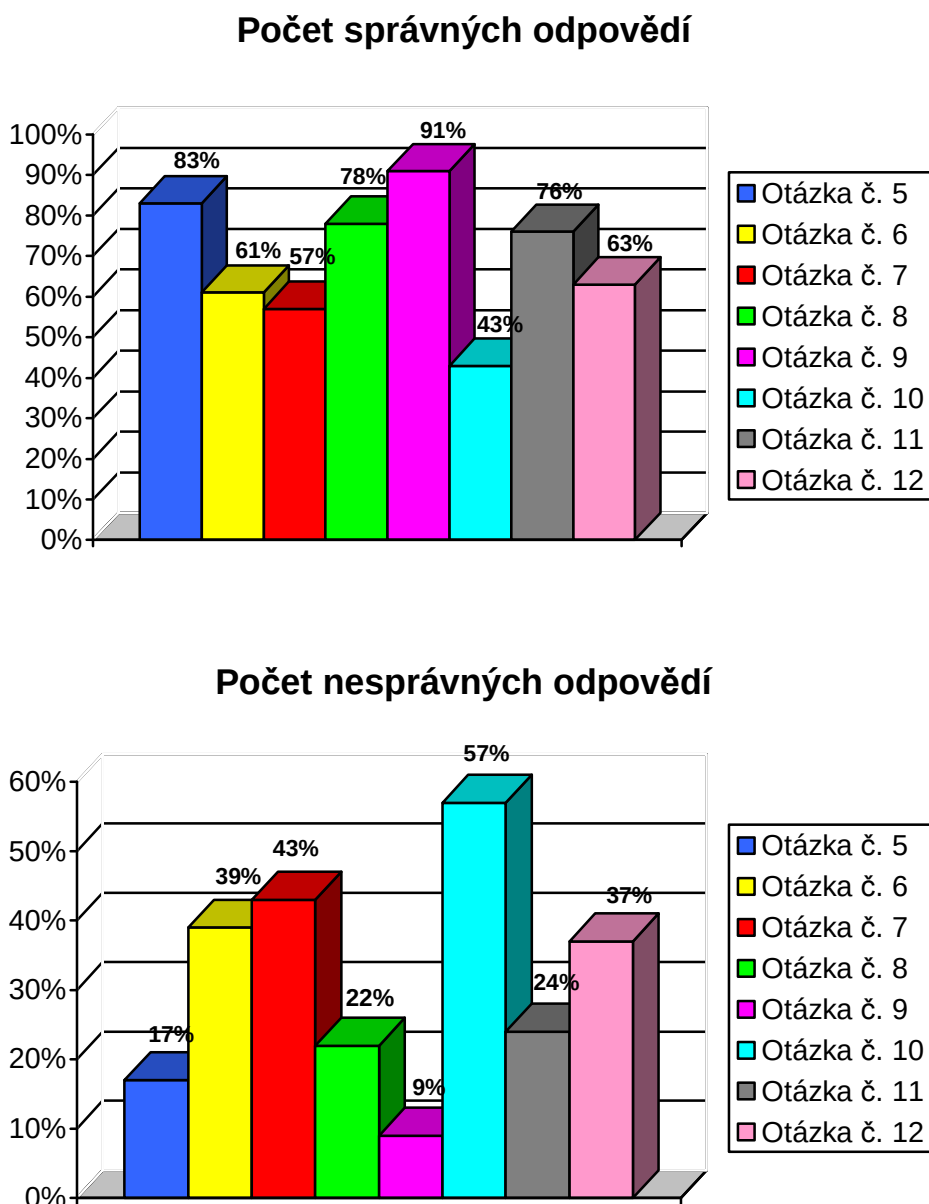
K zodpovězení výzkumné otázky č. 1 „Jaká je míra informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně?“ a ke splnění dílčího cíle 1 Analýza informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně, jsou stanoveny dotazníkové otázky č. 5-12.

Tabulka 5. Informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně.

OTÁZKA	VÍ	NEVÍ	CELKEM	CELKEM (%)
5. Myslíte si, že je marihuana droga?	45 (83 %)	9 (17 %)	54	100 %
6. Jak dlouho může podle Vás trvat účinek marihuany?	33 (61 %)	21 (39 %)	54	100 %
7. Co může patřit mezi účinky marihuany?	31 (57 %)	23 (43 %)	54	100 %
8. Myslíte si, že na marihuaně může vzniknout psychická závislost?	42 (78 %)	12 (22 %)	54	100 %
9. Co je podle Vás joint?	49 (91 %)	5 (9 %)	54	100 %
10. Co myslíte, že je trestným činem?	23 (43 %)	31 (57 %)	54	100 %
11. Jaké jsou podle Vás příznaky užívání marihuany?	41 (76 %)	13 (24 %)	54	100 %
12. Myslíte si, že užívání marihuany může trvale poškodit zdraví?	34 (63 %)	20 (37 %)	54	100 %

Souhrnné zhodnocení dotazníkových otázek č. 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 poukazující na míru informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně:

Obrázek 5. Počet správných a nesprávných odpovědí – informovanost fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně.



Tabulka 5 a obrázek 5 znázorňují informovanost fotbalových trenérů o marihuaně. V otázce č. 5 znalo správnou odpověď 45 (83 %) trenérů a neznalo ji 9 (7 %) trenérů. Otázku č. 6 vědělo 33 (61 %) trenérů a nevědělo ji 21 (39 %) trenérů. V otázce č. 7 bylo správně informováno 31 (57 %) trenérů a nesprávně bylo informováno 23 (43 %) trenérů. U otázky

č. 8 dobře odpovědělo 42 (78 %) trenérů a odpověď nevědělo 12 (22 %) trenérů. Znalost odpovědi na otázku č. 9 byla téměř jednoznačná, 49 (91 %) trenérů odpovědělo správně a 5 (9 %) nesprávně. Otázka č. 10 byla jedinou otázkou, u které bylo více nesprávných odpovědí než správných, 31 (57%) trenérů tedy nevědělo a 23 (43 %) vědělo. U otázky č. 11 byli fotbaloví trenéři správně informováni v počtu 41 (76 %) a nesprávně informováni byli v počtu 13 (24%). V otázce č. 12 vědělo správnou odpověď 34 (63 %) trenérů a nevědělo 20 (37 %) trenérů. Z tabulky 5 je patrné, že většina trenérů, více než polovina, jsou informováni o marihuaně dá se říci dostatečně. U každé otázky (5, 6, 7, 8, 9, 11, 12) znalo správnou odpověď více než polovina trenérů, avšak u otázky č. 10 „Co myslíte, že je trestným činem?“ odpověď znalo pouze 23 trenérů a 31 trenérů odpověď neznalo. Trenéři jsou tedy dobře informováni o marihuaně, zřejmě proto, že je to v dnešní době tolik známé a diskutované téma a chtějí o tomto tématu vědět co nejvíce. Otázka č. 10 jako jediná řeší oblast práva, ve kterém se zřejmě dotazování trenéři příliš neorientují.

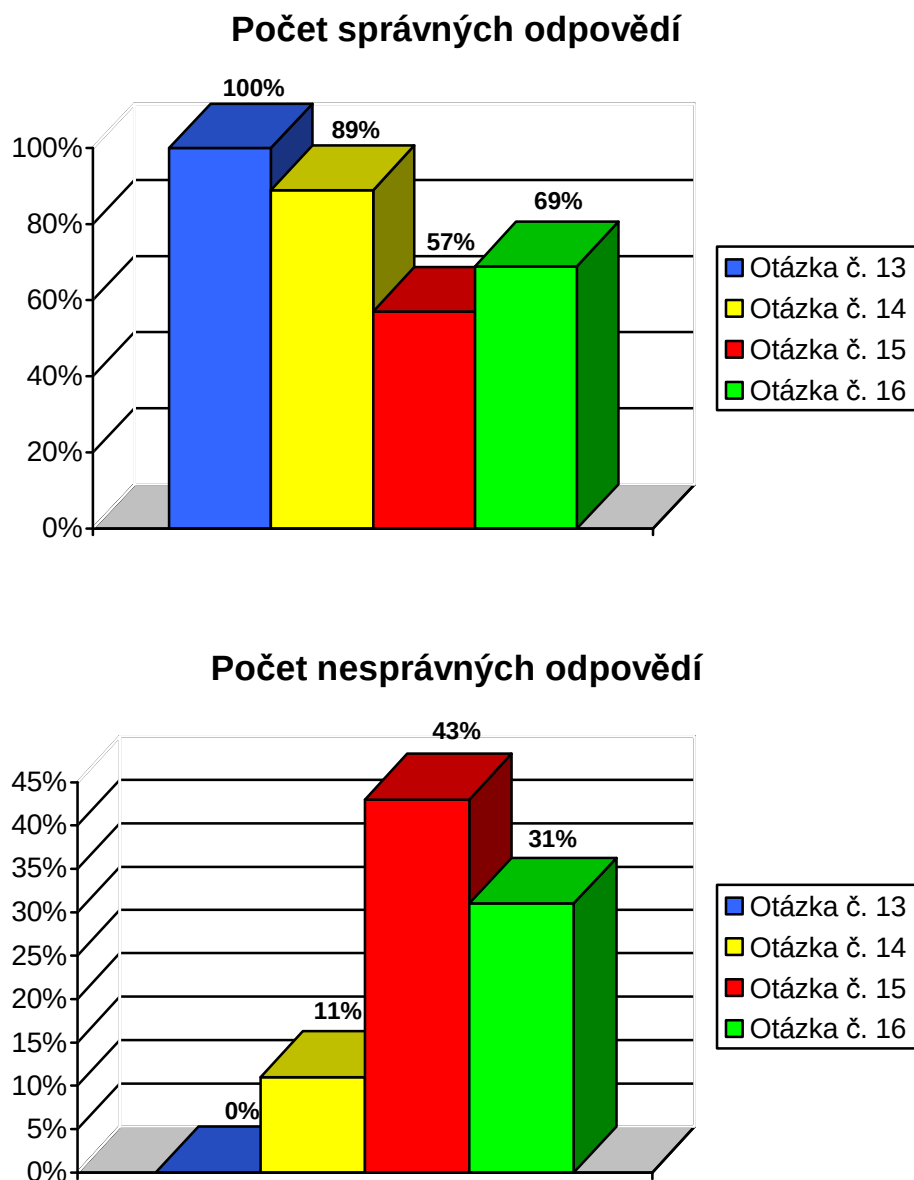
K zodpovězení výzkumné otázky č. 2 „ Jaká je míra informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o prevenci?“ a ke splnění dílčího cíle 2 Analýza informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o prevenci, jsou stanoveny dotazníkové otázky č. 13-16.

Tabulka 6. Informovanost fotbalových trenérů starších žáků o prevenci.

OTÁZKA	VÍ	NEVÍ	CELKEM	CELKEM (%)
13. Co si představujete pod pojmem prevence?	54 (100 %)	0 (0 %)	54	100 %
14. Co je podle Vás primární prevence?	48 (89 %)	6 (11 %)	54	100 %
15. Co je podle Vás sekundární prevence?	31 (57 %)	23 (43 %)	54	100 %
16. Co je podle Vás terciární prevence?	37 (69 %)	17 (31 %)	54	100 %

Souhrnné zhodnocení dotazníkových otázek č. 13, 14, 15, 16 poukazující na míru informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o prevenci:

Obrázek 6. Počet správných a nesprávných odpovědí – informovanost fotbalových trenérů starších žáků o prevenci.



V tabulce 6 a na obrázku 6 můžeme vidět, do jaké míry jsou fotbaloví trenéři informováni o prevenci. Odpověď na otázku č. 13 byla jednoznačná, 54 trenérů odpovédělo správně, tedy 100 %, což je velice uspokojující, jelikož trenéři by měli v rámci své profese vykonávat prevenci návykových látek, tudíž marihuany a zaručeně by měli znát, co pojem prevence znamená. U otázky č. 14 byl počet správných odpovědí také téměř jasný, odpověď

znalo 48 trenérů (89 %) a 6 trenérů ji neznalo (11 %). V otázce č. 15 vědělo 31 (57 %) trenérů a 23 (43 %) trenérů nevědělo, zde nebyla nebyl rozdíl příliš velký. Otázku č. 16 zodpovědělo správně 37 (69 %) fotbalových trenérů a 17 (31) ji zodpovědělo nesprávně. Z odpovědí na otázky 14, 15 a 16 je zřejmé, že trenéři starších žáků jsou informováni o prevenci, u každé z těchto otázek více než polovina trenérů znalo správnou odpověď, tudíž jsou spíše obeznámeni s pojmy primární, sekundární a terciární prevence.

K zodpovězení výzkumné otázky č. 3 „ Jaké jsou osobní přístupy a činnosti fotbalových trenérů starších žáků v oblasti užívání marihuany a prevence?“ a ke splnění dílčího cíle 3 Zjištění přístupů a činností fotbalových trenérů starších žáků v rámci problematiky užívání marihuany a prevence, jsou stanoveny dotazníkové otázky č. 17-23.

Tabulka 7. Přístupy a činnosti fotbalových trenérů starších žáků v rámci problematiky užívání marihuany a prevence.

OTÁZKA	ODPOVĚĎ	POČET	CELKEM	CELKEM (%)
17. Přišel jste někdy do styku s žákem, který byl pod vlivem marihuany?	Ano	14 (26 %)	54	100 %
	Ne	32 (59 %)		
	Neuvědomuji si	8 (15 %)		
18. Seznamujete mládež v rámci prevence s problematikou marihuany?	Ano	16 (30 %)	54	100 %
	Ne	30 (55 %)		
	Někdy	8 (15 %)		
19. Toleroval byste ve svém týmu žáka, který by užíval marihuanu?	Ano	6 (11 %)	54	100 %
	Ne	35 (65 %)		
	Nevím	13 (24 %)		
20. Co byste dělal, kdyby někdo z Vašich svěřenců užíval marihuanu?	Vyhodil bych ho z týmu	3 (5 %)	54	100 %
	Pohrozil bych mu vyhozením z týmu, pokud toho nenechá	1 (2 %)		
	Řešil bych problém s rodiči	27 (50 %)		
	Snažil bych se mu domluvit a pomoci	23 (43 %)		

21. Řešíte s rodiči, jakmile se vyskytne u žáka nějaký problém?	Ano	14 (26 %)	54	100 %
	Ne	7 (13 %)		
	Někdy	33 (61 %)		
22. Kam byste se obrátil, kdybyste chtěl zjistit informace o marihuaně či závislosti na ní?	Na přátele	7 (13 %)	54	100 %
	Na televizi	0 (0 %)		
	Na internet	34 (63 %)		
	Na literaturu	12 (22 %)		
	Jiné – odborný lékař	1 (2 %)		
23. Odkud jste získal informace týkající se marihuany?	Škola	3 (5 %)	54	100 %
	Televize	10 (19 %)		
	Literatura	8 (15 %)		
	Internet	24 (44 %)		
	Přátelé	7 (13 %)		
	Jiné – školení o drogách, časopis	2 (4 %)		

Tabulka 7 zjišťuje přístupy a činnosti fotbalových trenérů starších žáků v oblasti užívání marihuany a prevence. U otázky č. 17, zda trenér přišel někdy do styku s žákem, který byl pod vlivem marihuany většina trenérů uvádělo, že se s žádným takovým žákem ještě nesetkalo (32, 59 %), což je vlastně dobré, jelikož tohoto faktu můžeme usoudit, že větší množství starších žáků hrající fotbal v Olomouckém kraji marihuanu neužívají, což je dobré vědět.

Otázka č. 18 zjišťovala, zda trenéři seznamují mládež v rámci prevence s problematikou marihuany, výsledkem zjištění bylo, že většina trenérů (30, 55 %), tedy více než polovina, svoje žáky s marihuanou v rámci prevence neseznamuje, což není příliš uspokojující zjištění. Jelikož každý trenér by měl v rámci prevence seznamovat své svěřence s marihuanou, právě proto, že je to v dnešní době tolik užívaná droga.

V otázce č. 19, zda by trenér toleroval ve svém týmu žáka, který by užíval marihuanu více než polovina trenérů (35, 65 %) uvedli, že by takového žáka netolerovali a snažili by se mu nějak pomoci.

Otázka č. 20 se týkala toho, co by trenér dělal, kdyby někdo z jeho svěřenců užíval marihuanu. Uspokojující je fakt, že většina trenérů by takový problém řešili s jeho rodiči (27, 50 %) a nebo by se žákovi snažili domluvit a pomoci (23, 43 %). Pouze 3 trenéři uvedli, že by

takového žáka vyhodili z týmu. Vyhození z týmu však není dobré řešení, nejdříve by se trenér měl snažit řešit problém a teprve potom, kdyby pomoc nebo řešení nepomohlo, by mohl žáka z týmu vyhodit.

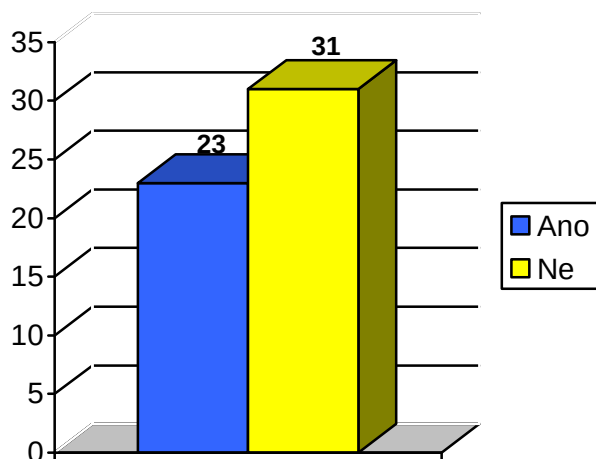
U otázky č. 21, zda trenér řeší s rodiči, jakmile se vyskytne u žáka nějaký problém, odpovídalo většina trenérů, že problém řeší s rodiči pouze někdy (33, 61 %) a 14 trenérů (26 %) uvedlo, že problém s rodiči řeší. Je dobré vědět, že 33 trenérů řeší problém s rodiči alespoň někdy, než kdyby problémy některého z žáků neřešil s rodiči nikdy, tak odpovědělo 7 trenérů, ale rodiče by měli být obeznámeni s problémy jejich dítěte.

Otázka č. 22 se týkala toho, kam by se trenér obrátil, kdyby chtěl zjistit informace o marihuaně. 34 trenérů (63 %), více než polovina, by se obrátili na internet. Tato odpověď se dala již předpokládat, jelikož v dnešní době se každý člověk, pokud něco potřebuje, obrací především na internet, kde se dnes dá již najít vše. Na druhém místě byla odpověď literatura, tedy 12 trenérů (22 %) by se raději obrátili na literaturu, tuto odpověď uváděli spíše starší trenéři, je to dáno zřejmě tím, že starší ročníky tolik nerozumí internetu a celkově technice a raději se spoléhají na knihy, ve kterých se dá najít tolik, jako na internetu. Odpověď jiné označil pouze 1 trenér a uvedl, že kdyby potřeboval informace o marihuaně, tak by se obrátil na odborného lékaře.

V otázce č. 23, odkud trenéři získali informace týkající se marihuany, odpovědělo nejvíce trenérů, že informace získali z internetu (24, 44 %), důvod je stejný jako u předchozí otázky. Poté následovala odpověď, že informace o marihuaně se trenéři dozvěděli z televize, tak odpovědělo 10 trenérů (19 %), což je zajímavé, jelikož z televize se nedá získat tolik informací jako z jiných zdrojů (například internet či literatura). Odpověď jiné uvedli 2 trenéři, kteří získali informace z časopisu a školení o drogách.

Položka č. 5: Znáte projekt „Fotbal ANO – drogy NE!“?

Obrázek 7. Počet odpovědí fotbalových trenérů starších žáků na položku č. 5.



Položka č. 5 „Znáte projekt Fotbal ANO – drogy NE!“? zjišťuje znalost fotbalových trenérů starších žáků o projektu Fotbal ANO – drogy NE, který pomáhá bojovat proti návykovým látkám, mezi které patří samozřejmě i marihuana. Z grafu (obrázek 5) je patrné, že 31 trenérů nezná tento projekt a 23 trenérů ho zná, rozdíl mezi těmito hodnotami není příliš velký. Je dobré, že alespoň 23 trenérů je s tímto projektem obeznámeno.

Položka č. 6: Mohl byste prosím ještě dodat něco k tématu trenér - marihuana?

Položka č. 6 byla v dotazníku dána jako otevřená otázka. Každý dotázaný trenér mohl napsat svůj názor, který sdělilo pouze 14 trenérů. Jejich názory uvádím níže.

1.) „*Můj názor je ten, jelikož už v dětství resp. v mládí užívá drogy, nikdy z něj nebude dobrý a spolehlivý hráč fotbalu. Nebude na něj nikdy spolehnutí. Myslím, že vždy bude problémový i v životě. U těchto fotbalistů nikdy nebude zodpovědnost ke kolektivu, který je jak známo ve fotbalu nutná, neboť je to kolektivní hra.*“

2.) „*Podle mě by trenéři měli informovat o marihuaně, ale skoro nikdo to nedělá, protože tomu nepřikládá takovou hodnotu.*“

3.) „Myslím si, že fotbal nebo i jiná sportovní aktivita zamezuje žákům zaměřovat se na drogy.“

4.) „Co se týče marihuany, tak můj názor je asi takový, že ať si ji každý užívá dle svého a ve svém soukromí. Pokud hráč při tréninku či zápase není pod jejím vlivem tak to mi tolik nevadí. Samozřejmě bych to zkoušel tomu hráči rozumnou cestou vymluvit.“

5.) „Marihuana je odrazový můstek k dalším drogám. Dnešní dorostenci kouří marihuanu tak, jako kdysi my cigarety. Už nemají žádný ostych, přijde jim to normální. 8 z 10 dětí do 15ti let už marihuanu zkoušelo a 6 z nich u toho zůstalo, což je alarmující. Bohužel je to velmi dostupná droga a prevence proti ní je velmi slabá, kor když ještě v médiích zveřejňují zprávy typu, že marihuana je lék.“

6.) „Myslím si, že ten, kdo užívá marihuanu, tak nikdy nebude dobrý fotbalista a zároveň si ještě myslím, že fotbal pozitivně ovlivňuje chování i osobnost mladistvých tím, že většinu volného času tráví s fotbalovým míčem a nemyslí na kraviny.“

7.) „Trenér je od toho, aby kluky motivoval k něčemu jinému než jen poflakování a k uvědomění si povinností i k kolektivu.“

8.) „Marihuana do sportu nepatří.“

9.) „Mám dva syny (15, 19 let), trenéra jsem začal dělat hlavně z tohoto důvodu. Pracuji s mládeží na vesnici a jsem přesvědčen, že se k nám v tomto věku ještě mariánka nedostala. Osobní zkušenosti s mariánkou nemám a ani jsem informace o ní zatím nezjišťoval.

Poznámka: V případě, že budete mít nějaké vyhodnocení odpovědí (sumář) na výše uvedené otázky a nebudete tajné, rád bych se s nimi seznámil.“

10.) „Sport a marihuana se neslučují.“

13.) „Myslím, že trenér je mnohdy blíží klukům-hráčům, než rodiče. Měl by na ně působit nejen co se týká sportovní stránky, ale i jejich problémů ve škole s kamarády apod.“

14.) „Fotbal a marihuana to se neslučují.“

6 Závěry

Tématem bakalářské práce byl fotbalový trenér starších žáků a prevence užívání marihuany. Téma jsem si zvolil proto, jelikož již od útlého dětství hraji fotbal v Olomouckém kraji a také proto, že v dnešní době je výskyt marihuany u mládeže obrovský. Chtěl bych tyto dvě věci propojit a zjistit, zda a do jaké míry jsou fotbaloví trenéři starších žáků v Olomouckém kraji informováni o marihuaně a prevenci. A chtěl jsem také zjistit jejich přístupy a činnosti v této oblasti.

V teoretické části jsem se zabýval charakteristikou trenérské profese a marihuany. Věnoval jsem se typologiím, rolím a cílům trenéra, normám etického chování trenéra, roli trenéra v prevenci proti návykovým látkám a projektu Fotbal ANO – drogy NE!. Dále jsem se zabýval charakteristikou marihuany, jejími názvy, účinky, zdravotními riziky při užívání marihuany, příčinami a příznaky jejího užívání, dále způsoby, jak snížit riziko spojené s užíváním marihuany, 13 způsoby odmítnutí marihuany, zákonem č. 140/1961 Sb., a legalizací konopí v České republice.

V praktické části jsem prováděl dotazníkové šetření s fotbalovými trenéry starších žáků, kteří se účastní soutěží ve fotbalu v rámci Olomouckého kraje. Pomocí otázek v dotazníku jsem chtěl zjistit jejich informovanost o marihuaně, prevenci. Do výzkumu se zapojilo 54 trenérů, návratnost dotazníků činila 68 %, mohl jsem tedy získat nástin toho, do jaké míry jsou trenéři informováni o výše zmíněné problematice.

Cílem práce bylo poukázat na význam trenérské profese v prevenci užívání marihuany.

Dílní cíle byly:

1. Analýza informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně.
2. Analýza informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o prevenci.
3. Zjištění přístupů a činností fotbalových trenérů starších žáků v rámci problematiky užívání marihuany a prevence.

Ke splnění cíle práce pomohly stanovené výzkumné otázky, které byly:

1. Jaká je míra informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně?
2. Jaká je míra informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o prevenci?
3. Jaké jsou osobní přístupy a činnosti fotbalových trenérů starších žáků k oblasti užívání marihuany a prevence?

Výzkumná otázka č. 1: Jaká je míra informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně?

Výzkumná otázka č. 1 plní dílčí cíl 1: Analýza informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně. V dotazníkové otázce č. 5 znalo správnou odpověď 45 (83 %) trenérů a neznalo ji 9 (7 %) trenérů. Otázku č. 6 vědělo 33 (61 %) trenérů a nevědělo ji 21 (39 %) trenérů. V otázce č. 7 bylo správně informováno 31 (57 %) trenérů a nesprávně bylo informováno 23 (43 %) trenérů. U otázky č. 8 dobře odpovědělo 42 (78 %) trenérů a odpověď nevědělo 12 (22 %) trenérů. Znalost odpovědi na otázku č. 9 byla téměř jednoznačná, 49 (91 %) trenérů odpovědělo správně a 5 (9 %) nesprávně. Otázka č. 10 byla jedinou otázkou, u které bylo více nesprávných odpovědí než správných, 31 (57%) trenérů tedy nevědělo a 23 (43 %) vědělo. U otázky č. 11 byli fotbaloví trenéři správně informováni v počtu 41 (76 %) a nesprávně informováni byli v počtu 13 (24%). V otázce č. 12 vědělo správnou odpověď 34 (63 %) trenérů a nevědělo 20 (37 %) trenérů. Z odpovědí na otázky týkající se znalostí marihuany je zřejmé, že u každé otázky (kromě otázky 10) znalo správnou odpověď více než polovina trenérů.

Výsledky výzkumu jsou předloženy v kapitole 5 Výsledky výzkumu a diskuze v tabulce 5 a na obrázku 5. Prvním dílčím cílem dotazníkového šetření bylo zhodnotit úroveň znalostí fotbalových trenérů starších žáků v Olomouckém kraji o marihuaně. Informovanost o marihuaně je u trenérů dostačující, lze tak usuzovat především dle otázky č. 9 či 5, ale i u dalších otázek byla informovanost fotbalových trenérů vyšší než 50 %, což značí, že jsou informováni dostatečně a mohou tedy účinně provádět prevenci užívání marihuany. Dílčí cíl 1 byl splněn.

Výzkumná otázka č. 2: Jaká je míra informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o prevenci?

Výzkumná otázka se vztahuje k dílčímu cíli 2: Analýza informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o prevenci. Odpověď na dotazníkovou otázku č. 13 byla stoprocentní, 54 trenérů odpovědělo správně, což je velice uspokojivý fakt. U otázky č. 14 byl počet správných odpovědí také téměř většinový, odpověď znalo 48 trenérů (89 %) a pouze 6 trenérů ji neznalo (11 %). V otázce č. 15 vědělo 31 trenérů (57 %) a 23 trenérů (43 %) nevědělo, zde nebyl počet odpovědí příliš rozdílný. Otázku č. 16 zodpovědělo správně 37 (69 %) fotbalových trenérů a 17 (31) ji zodpovědělo nesprávně. Z odpovědí na tyto otázky je patrné,

že fotbaloví trenéři starších žáků jsou informováni o prevenci, u každé z těchto otázek více než polovina trenérů znalo správnou odpověď, tudíž mohou účinně provádět prevenci užívání marihuany.

Výsledky výzkumu jsou předloženy v kapitole 5 Výsledky výzkumu a diskuze v tabulce 6 a na obrázku 6. Druhým dílčím cílem dotazníkového šetření bylo zmapovat informovanost fotbalových trenérů starších žáků v Olomouckém kraji o prevenci. Bylo zjištěno, že fotbaloví trenéři jsou v oblasti prevence taktéž dostatečně informováni, jelikož každá otázka (13, 14, 15 i 16) měla více než 50 % úspěšnost, což znamená, že správně vědělo více než polovina trenérů. U otázky číslo 13 byla dokonce počet správných odpovědí 54, tedy 100 % úspěšnost. Lze tedy tvrdit, že informovanost fotbalových trenérů o prevenci je dostačující a mohou tedy účinně provádět prevenci užívání marihuany. Dílčí cíl 2 byl splněn.

Výzkumná otázka č. 3: Jaké jsou osobní přístupy a činnosti fotbalových trenérů starších žáků v oblasti užívání marihuany a prevence?

Výzkumná otázka č. 3 pomáhá splnit dílčí cíl 3: Zjištění přístupů a činností fotbalových trenérů starších žáků v rámci problematiky užívání marihuany a prevence. U dotazníkové otázky č. 17, zda trenér přišel někdy do styku s žákem, který byl pod vlivem marihuany většina trenérů uvádělo, že se s žádným takovým žákem ještě nesetkalo (32, 59 %). Otázka č. 18 zjišťovala, zda trenéři seznamují mládež v rámci prevence s problematikou marihuany, výsledkem zjištění bylo, že většina trenérů (30, 55 %), tedy více než polovina, svoje žáky s marihuanou v rámci prevence neseznamuje, což není příliš uspokojivé zjištění. V otázce č. 19, zda by trenér toleroval ve svém týmu žáka, který by užíval marihuanu více než polovina trenérů (35, 65 %) uvedli, že by takového žáka netolerovali. Otázka č. 20 se týkala toho, co by trenér dělal, kdyby někdo z jeho svěřenců užíval marihuanu. Uspokojivé je fakt, že většina trenérů by takový problém řešili s jeho rodiči (27, 50 %) a nebo by se žáku snažili domluvit a pomoci (23, 43 %). Pouze 3 trenéři uvedli, že by takového žáka vyhodili z týmu. U otázky č. 21, zda trenér řeší s rodiči, jakmile se vyskytne u žáka nějaký problém, odpovídalo většina trenérů, že problém řeší s rodiči pouze někdy (33, 61 %) a 14 trenérů (26 %) uvedlo, že problém s rodiči řeší. Otázka č. 22 se týkala toho, kam by se trenér obrátil, kdyby chtěl zjistit informace o marihuaně. 34 trenérů (63 %), více než polovina, by se obrátili na internet. Na druhém místě byla odpověď literatura, tedy 12 trenérů (22 %) by se raději obrátili na literaturu, tuto odpověď uváděli spíše starší trenéři. Odpověď jiné uvedl pouze 1 trenér a uvedl, že kdyby potřeboval informace o marihuaně, tak by se obrátil na odborného

lékaře. V otázce č. 23, odkud trenéři získali informace týkající se marihuany, odpovědělo nejvíce trenérů, že informace získali z internetu (24, 44 %). Poté následovala odpověď, že informace o marihuaně se trenéři dozvěděli z televize, tak odpovědělo 10 trenérů (19 %). Odpověď jiné uvedli 2 trenéři, kteří získali informace z časopisu a školení o drogách.

Zjištěním bylo, že činnosti a přístupy fotbalových trenérů starších žáků v oblasti užívání marihuany a prevence jsou u každého trenéra různé. Z výzkumu vyplynulo, že většina trenérů, tedy 59 % nikdy nepřišlo do styku s žákem pod vlivem marihuany. Většina trenérů (55 %) neprovádí prevenci užívání marihuany. 65 % fotbalových trenérů by ve svém týmu netolerovalo žáka, který by užíval marihuanu. 50 % trenérů by řešilo s rodiči žáka, kdyby žák užíval marihuanu. 61 % trenérů řeší s rodiči, když je s žákem nějaký problém pouze někdy. Nejvíce trenérů (63 %) by se obrátilo na internet, kdyby chtělo zjistit informace o marihuaně a 44 % fotbalových trenérů získalo informace o marihuaně také z internetu. Cíl 3 byl splněn.

Vypracováním teoretické části práce a provedením výzkumu v části praktické jsem mohl zjistit míru informovanosti fotbalových trenérů starších žáků o marihuaně, o prevenci, osobní přístupy a činnosti fotbalových trenérů starších žáků k oblasti užívání marihuany a prevence a mohl jsem tudíž poukázat na význam trenérské profese v prevenci užívání marihuany. Cíle práce byly splněny.

Práce může být využita jako pomocný a informační materiál pro samotné trenéry, mládež zabývající se fotbalem či pro jejich rodiče. Může jim přinést mnoho poznatků o marihuaně, prevenci či trenérské profesi a výsledky výzkumu mohou být také pomocí pro ty, kteří se budou chtít obeznámit s informovaností trenérů starších žáků v Olomouckém kraji a významem trenérské profese v prevenci užívání marihuany.

7 Souhrn

Bakalářská práce se zabývá fotbalovým trenérem starších žáků a prevencí užívání marihuany. Cílem bylo poukázat na význam trenérské profese v prevenci užívání marihuany.

V teoretické části jsem se zabýval charakteristikou trenéra a marihuany. Zaobíral jsem se typologiemi a rolemi trenéra. Dále cíli trenérské profese, normami etického chování trenéra, rolí trenéra v prevenci proti návykovým látkám a projektu Fotbal ANO – drogy NE!, který pomáhá bojovat s návykovými látkami. Zabýval jsem se také charakteristikou marihuany, názvy, účinky a zdravotními riziky při užívání marihuany, dále příčinami a příznaky jejího užívání, také způsoby, jak snížit riziko spojené s užíváním marihuany, 13 způsoby odmítnutí marihuany, zákonem č. 140/1961 Sb., a legalizací konopí v České republice.

V praktické části jsem pomocí zodpovězených otázek v dotaznících, které jsem následně zpracoval do grafů a okomentoval, zjistil míru informovanosti fotbalových trenérů starších žáků v Olomouckém kraji o marihuaně, prevenci a jejich přístupy a činnosti v oblasti užívání marihuany a prevence a poukázal jsem na význam trenérské profese v prevenci užívání marihuany

Zjištěním bylo, že fotbaloví trenéři starších žáků v Olomouckém kraji jsou podle odpovědí na dotazníkové otázky dobře a dostatečně informováni o marihuaně a prevenci a mohou tedy účinně provádět prevenci užívání marihuany.

8 Summary

Bachelor's thesis is about football trainer of older pupil and a prevention of using marijuana. The aim was to point out importance of trainer's profession in the prevention of using marijuana.

In the theoretical part I focused on the characteristic of the trainer and the marijuana. I was dealing with typologies and roles of the trainer. I continued with goals of the trainer's profession, norms of ethical behavior, roles of the trainer in prevention of addictive substances and a project "Football YES - drugs NO!", which helps to fight with addictive substances. I also wrote about characteristic of marijuana, names, effects and health risks when using marijuana, next I wrote about causes and symptoms when using marijuana, also ways of how to reduce the risk associated with using marijuana, 13 ways of rejection the marijuana, Law No. 140/1961 Coll., and legalization of cannabis in Czech Republic.

In the practical part I used the answers from the surveys to help me create the graphs and write my comments about the answers, I found out the rate of awareness of marijuana among the football trainers of older pupils in Olomouc region, and importance of trainer's profession in the prevention of using marijuana.

Finding was that football trainers of older pupils in Olomouc region are well and enough informed about marijuana and prevention according to the responses to the questionnaire questions, so they can effectively carry out prevention of marijuana use.

9 Referenční seznam

Anonymous a. (2013). *První krok českého konopí*. Retrieved 12. 6. 2013 from the World Wide Web: <http://www.legalizace.cz/2013/05/prvni-krok-ceskeho-konopi/>.

Anonymous b. (2009). *Množství větší než malé*. Retrieved 12. 6. 2013 from the World Wide Web: <http://www.legalizace.cz/legislative/aktualni-zakon/hodnoty-urcujici-mnozstvi/>.

Anonymous c. (2013). *Trestní zákoník*. Retrieved 12. 6. 2013 from the World Wide Web: <http://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-40>.

Arterburn, S., & Burns, J. (2001). *Drogy klepou na dveře: výchova, prevence, léčba*. Brno: Nová naděje.

Doležal, J. (1997). *Marihuana*. Olomouc: Votobia.

Fajfer, Z. (2005). *Trenér fotbalu mládeže (6-15 let)*. Praha: Olympia.

Fotbalová asociace ČR. (2012). *Fotbal ano – drogy ne!*. Retrieved 12. 6. 2013 from the World Wide Web: <http://nv.fotbal.cz/domaci-souteze/souteze-mladeze/souteze-km/drogy-ne.php>.

Frömel, K. (2002). *Kompendium psaní a publikování v kinantropologii*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Ganeri, A. (2001). *Drogy: od extáze k agonii*. Praha: Amulet.

Goodyer, P. (2001). *Drogy + teenager*. Praha: Slovanský dům.

Haník, Z. (2013). *Etický kodex sportovního trenéra*. Retrieved 12. 6. 2013 from the World Wide Web: <http://www.cvf.cz/?clanek=11469>.

Hejda, J., & Krajník, V. *Drugs: the social phenomenon of today*. Prague: Police Academy of the Czech Republic.

- José, Mr. (2012). *Jak pěstovat "outdoor", aneb, Konopí na zahrádce*. [Česko]: Josef Krejčík.
- Jůva, V. (2006). *Sport jako sociálně-kulturní fenomén*. Brno: Masarykova univerzita.
- Marhounová, J. (1995). *Alkoholici, fetišáci a gambleři*. Praha: Empatie.
- Martens, R. (2006). *Úspěšný trenér*. Praha: Grada.
- MPSV. (2002). *Katalog prací a kvalifikační předpoklady*. Retrieved 12. 6. 2013 from the World Wide Web: http://www.sbmili.cz/docs/Katalog_praci.pdf.
- Nešpor, K. (1995). *Kouření, pití, drogy*. Praha: Portál.
- Nešpor, K. (1997). *Jak přestat brát (drogy): svépomocná příručka*. Praha: Ministerstvo zdravotnictví ČR.
- Nešpor, K., Csémy, L., & Sovinová, H. (1998). *Programy prevence závislostí a možnosti jejich hodnocení*. Praha: Státní zdravotní ústav.
- Robinson, R. (1998). *Konopný manifest*. Praha: Volvox Globator.
- Robson, P. (1994). *Forbidden Drugs: Understanding Drugs and why People take them*. Oxford: Oxford University Press.
- Shapiro, H. (2005). *Drogy: obrazový průvodce*. Praha: Svojtka & Co.
- Skála, J. et al. (1987). *Závislost na alkoholu a jiných drogách*. Praha: Avicenum.
- Slepička, P., Hošek, V., & Hátlová, B. (2006). *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum.
- Šedivý, V., & Válková, H. (1988). *Lidé, alkohol, drogy*. Praha: Naše vojsko.
- Tod, D., Thatcher, J., & Rahman, R. (2012). *Psychologie sportu*. Praha: Grada.

Valíček, P. et al. (2000). *Rostlinné omamné drogy*. Benešov: Start.

Valíček, P. (2003). *Léčivé rostliny a omamné drogy*. Brno: Mendelova zemědělská a lesnická univerzita.

Votík, J. (2005). *Trenér fotbalu „B“ UEFA licence*. Praha: Olympia.

3. ZŠ Most. (2010). *Školní preventista*. Retrieved 12. 6. 2013 from the World Wide Web: <http://www.3zsmost.cz/skolni-prevence/skolni-preventista>.

10 Příloha

10.1 Dotazník

DOTAZNÍK K BAKALÁŘSKÉ PRÁCI NA TÉMA FOTBALOVÝ TRENÉR STARŠÍCH ŽÁKŮ A PREVENCE UŽÍVÁNÍ MARIHUANY

Jsem studentem Univerzity Palackého v Olomouci, Fakulty tělesné kultury, obor rekreologie, 3. ročník. Chtěl bych Vás poprosit o vyplnění dotazníku, který použiji v bakalářské práci.

V bakalářské práci se zabývám tématem fotbalový trenér starších žáků a prevence užívání marihuany. Dotazník poukazuje na význam trenérské profese v prevenci užívání marihuany.

Prosím, abyste odpovídali pravdivě a nad svými odpověďmi pouvažovali, vše je anonymní, Vaše jméno nebude nikde uvedeno, s Vaším jménem budu obeznámen pouze já osobně. V příloze dotazníku uvádím informovaný souhlas. Prosím Vás o seznámení s ním a následné vyplnění jména, data narození a Vašeho podpisu. Děkuji.

1. JAKÝ JE VÁŠ VĚK?

- a.) do 20 let
- b.) od 21 let do 30 let
- c.) od 31 let do 40 let
- d.) od 41 let do 50 let
- e.) od 51 let od 60 let
- f.) od 61 let do 70 let
- g.) 71 let a více

2. JAKÉ JE VAŠE NEJVYŠŠÍ DOSAŽENÉ VZDĚLÁNÍ?

- a.) základní
- b.) střední bez maturity / vyučen
- c.) střední s maturitou
- d.) vysokoškolské

3. MÁTE KVALIFIKACI K VYKONÁVÁNÍ TRENÉRSKÉ PROFESE? POKUD ANO, JAKOU?

4. JAK DLOUHO VYKONÁVÁTE FUNKCI TRENÉRA?

5. MYSLÍTE SI, ŽE JE MARIHUANA DROGA?

- a.) ano
- b.) ne
- c.) nevím

6. JAK DLOUHO MŮŽE PODLE VÁS PŘETRVÁVAT ÚČINEK KOUŘENÍ MARIHUANY?

- a.) do 30 minut
- b.) 30 minut – 1 hodina
- c.) 1 hodina – 4 hodiny
- d.) 4 hodiny – 6 hodin

7. CO MŮŽE PATŘIT MEZI ÚČINKY MARIHUANY?

- a.) pocit přeplněného žaludku a pocit na zvracení
- b.) snížení tělesné teploty a tepu, zhoršení koordinace pohybů
- c.) zvýšení tělesné teploty, zhoršení koordinace pohybů, pocit hladu

8. MYSLÍTE SI, ŽE NA MARIHUANĚ MŮŽE VZNIKOUT PSYCHICKÁ ZÁVISLOST?

- a.) ano
- b.) ne
- c.) nevím

9. CO JE PODLE VÁS JOINT?

- a.) kouř z marihuany
- b.) marihuanová cigareta
- c.) jiný název pro rostlinu konopí

10. CO MYSLÍTE, ŽE JE TRESTNÝM ČINEM?

- a.) držení méně než 5 gramů marihuany
- b.) držení 5 gramů – 10 gramů marihuany
- c.) držení 10 gramů – 15 gramů marihuany
- d.) držení více než 15 gramů marihuany

11. JAKÉ JSOU PODLE VÁS PŘÍZNAKY MARIHUANY? (můžete označit více odpovědí)

- a.) neklid, nesoustředěnost
- b.) dobrá nálada (tzv. vysmátost)
- c.) roztržitost
- d.) ospalost
- e.) lhostejnost, pasivnost
- f.) zarudlé oči
- g.) agresivita, útočivost

12. MYSLÍTE, ŽE UŽÍVÁNÍ MARIHUANY MŮŽE TRVALE POŠKODIT ZDRAVÍ?

- a.) ano
- b.) ne
- c.) nevím

13. CO SI PŘEDSTAVUJETE POD POJMEM PREVENCE?

- a.) řešení vzniklého problému
- b.) předcházení něčemu, ochrana před něčím
- c.) nadměrné užívání návykových látek

14. CO JE PODLE VÁS PRIMÁRNÍ PREVENCE?

- a.) realizuje se před začátkem užívání marihuany
- b.) realizuje se před přechodem na tvrdší drogu
- c.) realizuje se před začátkem léčby závislosti

15. CO JE PODLE VÁS SEKUNDÁRNÍ PREVENCE?

- a.) realizuje se při přechodu na tvrdší drogu, kdy jedinci již nestačí „pouze“ marihuana
- b.) realizuje se, když jedinec již užívá marihuanu, ale jeho zdraví ještě není drogou poškozeno
- c.) realizuje se, když jedinec již užívá marihuanu a došlo k poškození zdraví

16. CO JE PODLE VÁS TERCÍÁRNÍ PREVENCE?

- a.) realizuje se, když jedinec potřebuje pomoc při odvykání od marihuany (popřípadě léčbu)
- b.) realizuje se, když jedinec kombinuje s marihuanou i jiné druhy drog
- c.) realizuje se, když jedinec nepotřebuje pomoc při odvykání marihuany, ale přešel na tvrdou drogu

17. PŘÍŠEL JSTE NĚKDY DO STYKU S ŽÁKEM, KTERÝ BYL POD VLIVEM MARIHUANY?

- a.) ano
- b.) ne
- c.) neuvědomuji si

18. SEZNAMUJETE MLÁDEŽ V RÁMCI PREVENCE S PROBLEMATIKOU MARIHUANY?

- a.) ano
- b.) ne
- c.) někdy

19. TOLEROVAL BYSTE VE SVÉM TÝMU ŽÁKA, KTERÝ BY UŽÍVAL MARIHUANU?

- a.) ano
- b.) ne
- c.) nevím

20. CO BYSTE DĚLAL, KDYBY NĚKDO Z VAŠICH SVĚŘENCŮ UŽÍVAL MARIHUANU?

- a.) vyhodil bych ho z týmu
- b.) pohrozil bych mu vyhozením z týmu, pokud toho nenechá
- c.) řešil bych problém s jeho rodiči
- d.) snažil bych se mu domluvit a pomoci

21. ŘEŠÍTE S RODIČI, JAKMILE SE VYSKYTNE U ŽÁKA NĚJAKÝ PROBLÉM?

- a.) ano
- b.) ne
- c.) někdy

22. KAM BYSTE SE OBRÁTIL, KDYBYSTE CHTĚL ZJISTIT INFORMACE O MARIHUANĚ ČI ZÁVISLOSTI NA NÍ?

- a.) na přátele
- b.) na televizi
- c.) na internet
- d.) na literaturu
- e.) jiné (uved'te jaké)

23. ODKUD JSTE ZÍSKAL INFORMACE TÝKAJÍCÍ SE MARIHUANY?

- a.) škola
- b.) televize
- c.) literatura
- d.) internet
- e.) přátelé
- f.) jiné (uved'te jaké)

24. ZNÁTE PROJEKT „FOTBAL ANO – DROGY NE!“?

- a.) ano
- b.) ne

25. MOHL BYSTE PROSÍM JEŠTĚ DODAT NĚCO K TÉMATU TRENÉR – MARIHUANA?

10.2. Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník

Trestní zákoník (zákon č. 40/2009 Sb.)

Část druhá

Zvláštní část

Hlava VII: Trestné činy obecně nebezpečné

Díl 1: Trestné činy obecně ohrožující

§ 283 Nedovolená výroba a jiné nakládání s omamnými a psychotropními látkami a s jedy

1. Kdo neoprávněně vyrobí, doveze, vyveze, proveze, nabídne, zprostředkuje, prodá nebo jinak jinému opatří nebo pro jiného přechovává omamnou nebo psychotropní látku, přípravek obsahující omamnou nebo psychotropní látku, prekursor nebo jed, bude potrestán odnětím svobody na jeden rok až pět let nebo peněžitým trestem.
2. Odnětím svobody na dvě léta až deset let nebo propadnutím majetku bude pachatel potrestán, spáchá-li čin uvedený v odstavci 1
 - a) jako člen organizované skupiny,
 - b) ač byl za takový čin v posledních třech letech odsouzen nebo potrestán,
 - c) ve značném rozsahu, nebo
 - d) ve větším rozsahu vůči dítěti nebo v množství větším než malém vůči dítěti mladšímu ~~patnácti~~ **čtrnácti** let.
3. Odnětím svobody na osm až dvanáct let nebo propadnutím majetku bude pachatel potrestán,
 - a) způsobí-li činem uvedeným v odstavci 1 těžkou újmu na zdraví,
 - b) spáchá-li takový čin v úmyslu získat pro sebe nebo pro jiného značný prospěch,
 - c) spáchá-li takový čin ve velkém rozsahu, nebo
 - d) spáchá-li takový čin ve větším rozsahu vůči dítěti mladšímu ~~patnácti~~ **čtrnácti** let.

4. Odnětím svobody na deset až **osmnáct patnáct** let nebo propadnutím majetku bude pachatel potrestán,
 - a) způsobí-li činem uvedeným v odstavci 1 těžkou újmu na zdraví nejméně dvou osob nebo smrt,
 - b) spáchá-li takový čin v úmyslu získat pro sebe nebo pro jiného prospěch velkého rozsahu, nebo
 - c) spáchá-li takový čin ve spojení s organizovanou skupinou působící ve více státech.
5. Příprava je trestná.

§ 284 Přechovávání omamné a psychotropní látky a jedu

1. Kdo neoprávněně pro vlastní potřebu přechovává v množství větším než malém omamnou látku konopí, pryskyřici z konopí nebo psychotropní látku obsahující jakýkoli tetrahydrokanabinol, izomer nebo jeho stereochemickou variantu (THC), bude potrestán odnětím svobody až na jeden rok, zákazem činnosti nebo propadnutím věci nebo jiné majetkové hodnoty.
2. Kdo neoprávněně pro vlastní potřebu přechovává jinou omamnou nebo psychotropní látku než uvedenou v odstavci 1 nebo jed v množství větším než malém, bude potrestán odnětím svobody až na dvě léta, zákazem činnosti nebo propadnutím věci nebo jiné majetkové hodnoty.
3. Odnětím svobody na šest měsíců až pět let nebo peněžitým trestem bude pachatel potrestán, spáchá-li čin uvedený v odstavci 1 nebo 2 ve větším rozsahu.
4. Odnětím svobody na dvě léta až osm let bude pachatel potrestán, spáchá-li čin uvedený v odstavci 1 nebo 2 ve značném rozsahu.

§ 285 Nedovolené pěstování rostlin obsahujících omamnou nebo psychotropní látku

1. Kdo neoprávněně pro vlastní potřebu pěstuje v množství větším než malém rostlinu konopí, bude potrestán odnětím svobody až na šest měsíců, peněžitým trestem nebo propadnutím věci nebo jiné majetkové hodnoty.

2. Kdo neoprávněně pro vlastní potřebu pěstuje v množství větším než malém houbu nebo jinou rostlinu než uvedenou v odstavci 1 obsahující omamnou nebo psychotropní látku, bude potrestán odnětím svobody až na jeden rok, peněžitým trestem nebo propadnutím věci nebo jiné majetkové hodnoty.
3. Odnětím svobody až na tři léta nebo peněžitým trestem bude pachatel potrestán, spáchá-li čin uvedený v odstavci 1 nebo 2 ve větším rozsahu.
4. Odnětím svobody na šest měsíců až pět let bude pachatel potrestán, spáchá-li čin uvedený v odstavci 1 nebo 2 ve značném rozsahu.

§ 286 Výroba a držení předmětu k nedovolené výrobě omamné a psychotropní látky a jedu

1. Kdo vyrobí, sobě nebo jinému opatří anebo přechovává prekursor nebo jiný předmět určený k nedovolené výrobě omamné nebo psychotropní látky, přípravku, který obsahuje omamnou nebo psychotropní látku, nebo jedu, bude potrestán odnětím svobody až na pět let, peněžitým trestem, zákazem činnosti nebo propadnutím věci nebo jiné majetkové hodnoty.
2. Odnětím svobody na dvě léta až deset let bude pachatel potrestán,
 - a) spáchá-li čin uvedený v odstavci 1 jako člen organizované skupiny,
 - b) spáchá-li takový čin ve značném rozsahu,
 - c) spáchá-li takový čin ve větším rozsahu vůči dítěti, nebo
 - d) získá-li takovým činem pro sebe nebo pro jiného značný prospěch.

§ 287 Šíření toxikomanie

1. Kdo svádí jiného ke zneužívání jiné návykové látky než alkoholu nebo ho v tom podporuje anebo kdo zneužívání takové látky jinak podněcuje nebo šíří, bude potrestán odnětím svobody až na tři léta nebo zákazem činnosti.
2. Odnětím svobody na jeden rok až pět let nebo peněžitým trestem bude pachatel potrestán, spáchá-li čin uvedený v odstavci 1
 - a) jako člen organizované skupiny,

- b) vůči dítěti, nebo
- c) tiskem, filmem, rozhlasem, televizí, veřejně přístupnou počítačovou sítí nebo jiným obdobně účinným způsobem.

3. Odnětím svobody na dvě léta až osm let bude pachatel potrestán, spáchá-li čin uvedený v odstavci 1 vůči dítěti mladšímu **patnácti** ~~čtrnácti~~ let. (Anonymous c., 2013).

Trestní zákon č. 140/1961 Sb. trestá osobu za přechovávání omamné nebo psychotropní látky nebo jedu v množství větším než malém odnětím svobody až na dvě léta nebo peněžitým trestem. Důležité je si objasnit jaké množství je větší než malé. Dle Nařízení vlády č. 467/2009 Sb., upravující problematiku trestního zákoníku se jedná o držení více než 15 gramů sušiny marihuany (Anonymous b., 2009).