



MAZOWIECKIE  
CENTRUM POLITYKI  
SPOŁECZNEJ



POROZUMIENIE  
DLA TRZEŹWOŚCI

Zrealizowano w ramach Wojewódzkiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii Województwa Mazowieckiego.

**INSTYTUT PSYCHIATRII I NEUROLOGII**

---

**Janusz Sierostawski, Urszula Sierostawska**

**UŻYWANIE ALKOHOLU I NARKOTYKÓW  
PRZEZ MŁODZIEŻ SZKOLNĄ  
RAPORT Z BADAŃ ANKIETOWYCH  
ZREALIZOWANYCH W WOJEWÓDZTWIE MAZOWIECKIM  
W 2024 R.**

**EUROPEJSKI PROGRAM  
BADAŃ ANKIETOWYCH W SZKOŁACH  
ESPAD**

**WARSZAWA 2024**

---

Badanie zostało sfinansowane przez Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej

## SPIS TREŚCI

STRESZCZENIE .....	3
WPROWADZENIE .....	5
CEL BADANIA .....	6
POPULACJA I PRÓBA .....	6
PROCEDURA BADAWCZA .....	7
WYNIKI .....	8
Palenie tytoniu i używanie nowych wyrobów nikotynowych .....	9
Picie napojów alkoholowych .....	15
Używanie innych substancji psychoaktywnych .....	24
Problem dopalaczy .....	39
Oczekiwania wobec alkoholu i przetworów konopi .....	41
Doświadczanie problemów związanych z pićem alkoholu .....	46
Dostępność substancji psychoaktywnych .....	48
Ryzyko związane z używaniem substancji psychoaktywnych w opiniach badanych..	60
Używanie substancji psychoaktywnych w otoczeniu badanych .....	65
Rodzice a używanie substancji przez młodzież .....	66
Korzystanie z mediów społecznościowych i gier wideo .....	69
Gry hazardowe .....	72
Formy spędzania czasu wolnego .....	77
Wiarygodność wyników.....	79
WNIOSKI I REKOMENDACJE .....	81
BIBLIOGRAFIA .....	82

## STRESZCZENIE

Na jesieni 2024 r. w ramach międzynarodowego projektu: „European School Survey Project on Alcohol and Drugs” (ESPAD) zrealizowano audytoryjne badania ankietowe na próbie reprezentatywnej uczniów pierwszych klas (wiek: 15-16 lat) oraz trzecich klas (wiek: 17-18 lat) szkół średnich Województwa Mazowieckiego. Badania ESPAD po raz pierwszy podjęto w 1995 r. z inicjatywy Co-operation Group to Combat Drug Abuse and Illicit Trafficking in Drugs (Pompidou Group) działającej przy Radzie Europy.

Celem badania był przede wszystkim pomiar natężenia zjawiska używania przez młodzież substancji psychoaktywnych, ale także ocena czynników wpływających na rozpowszechnienie, ulokowanych zarówno po stronie popytu na substancje, jak i ich podaży.

Napoje alkoholowe są najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną wśród młodzieży. Chociaż raz w ciągu całego swojego życia piło 80,6% uczniów z młodszej grupy i 92,8% uczniów z starszej grupy. Picie napojów alkoholowych jest na tyle rozpowszechnione, że w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem piło 48,4% piętnasto-szesnastolatków i 76,9% siedemnasto-osiemnastolatków.

Wysoki odsetek badanych przyznaje się do osiągania stanu upojenia alkoholowego, tak że zaburzeniu ulega stan równowagi, mowa lub pamięć. W czasie ostatnich 30 dni przed badaniem chociaż raz w taki sposób upiło się 16,4% uczniów z młodszej kohorty i 24,4% ze starszej grupy wiekowej. W czasie całego życia ani razu nie upiło się tylko 62,0% uczniów młodszych i 36,9% uczniów starszych.

W młodszej kohorcie picie napojów alkoholowych, a nawet upijanie się jest podobnie rozpowszechnione wśród chłopców i dziewcząt.

Palenie tytoniu jest zachowaniem mniej powszechnym. Chociaż raz w życiu tytoń paliło 40,7% uczniów z młodszej kohorty i 57,8% uczniów ze starszej grupy. W czasie ostatnich 30 dni przed badaniem paliło 20,8% uczniów z grupy młodszej i 25,7% ze starszej.

Eksperymentowanie z paleniem tytoniu jest podobnie rozpowszechnione wśród dziewcząt, jak i wśród chłopców.

Jeszcze rzadziej zdarza się przyjmowanie leków uspokajających lub nasennych bez przepisu lekarza. Takie doświadczenia, chociaż raz w życiu, stały się udziałem 14,1% uczniów z młodszej kohorty i 18,5% ze starszej kohorty.

Sięganie po te leki jest bardziej rozpowszechnione wśród dziewcząt niż wśród chłopców. Wyniki badania wskazują na znacznie niższy poziom rozpowszechnienia używania substancji nielegalnych, niż alkoholu i tytoniu. Wśród tych, którzy mają za sobą takie doświadczenia większość stanowią osoby, które co najwyżej eksperymentowały z marihuaną lub haszyszem. Chociaż raz w ciągu całego życia używało tych substancji 14,8% młodszych uczniów i 33,7% starszych uczniów. Na drugim miejscu pod względem rozpowszechnienia doświadczeń z używaniem substancji nielegalnych w młodszej kohorcie jest amfetamina (4,5%), a w starszej – grzyby halucynogenne (4,4%).

Aktualne, okazjonalne używania substancji nielegalnych, czego wskaźnikiem jest używanie w czasie ostatnich 12 miesięcy, także stawia przetwory konopi na pierwszym miejscu pod względem rozpowszechnienia. W młodszej kohorcie używa tego środka ponad 13,4% uczniów, zaś w starszej – 31,7%.

W czasie ostatnich 30 dni przed badaniem 5,8% piętnasto-szesnastolatków i 16,7% siedemnasto-osiemnastolatków używało marihuany lub haszyszu.

Zarówno eksperymentowanie z substancjami nielegalnymi, jak ich okazjonalne używanie jest bardziej rozpowszechnione wśród chłopców niż wśród dziewcząt.

Odsetki uczniów, którzy kiedykolwiek używali dopalaczy (6,4% piętnasto-szesnastolatków i 6,3% siedemnasto-osiemnastolatków) są niższe niż odsetki sięgających po przetwory konopi.

Uwagę zwraca wysoki poziom dostępności napojów alkoholowych przejawiający się w ocenach respondentów. Na tym tle dostępność substancji nielegalnych jest oceniana niżej. Spośród substancji nielegalnych najwyżej oceniana jest dostępność przetworów konopi.

Badani narażeni są przede wszystkim na oferty napojów alkoholowych, spośród substancji nielegalnych uczniom najczęściej proponowane są przetwory konopi oraz alkohol produkowany nielegalnie domowym sposobem.

Większość młodzieży jest dobrze zorientowana w zakresie ryzyka szkód zdrowotnych i społecznych związanych z używaniem substancji psychoaktywnych. O stopniu ryzyka, według ocen respondentów, decyduje bardziej nasilenie używania, niż rodzaj substancji.

Oczekiwania wobec alkoholu oraz marihuany i haszyszu formułowane przez młodzież szkolną odwołują się w większym stopniu do pozytywnych konsekwencji niż ewentualnych szkód.

Około jednej piątej piętnasto-szesnastolatków i jednej czwartej siedemnasto-osiemnastolatków grało, chociaż raz w gry hazardowe, tj. takie gdzie stawia się pieniądze i można je wygrać.

W czasie ostatnich 30 dni takie zachowanie zadeklarowało 12,4% uczniów z młodszej kohorty

i 15,6% uczniów ze starszej kohorty. Można szacować, że 3,8% piętnasto-szesnastolatków i 4,9% siedemnasto-osiemnastolatków może być zagrożonych hazardem problemowym.

## **WPROWADZENIE**

Idea paneuropejskiej współpracy w badaniach szkolnych na temat używania substancji psychoaktywnych powstała wśród badaczy tej problematyki skupionych wokół Rady Europy (Co-operation Group to Combat Drug Abuse and Illicit Trafficking in Drugs - Pompidou Group). Sprowadza się ona do uzgodnienia i na ile to możliwe wystandardyzowania metodologicznych warunków badań w różnych krajach, tak aby ich wyniki uczynić maksymalnie porównywalnymi. Badania zainicjowane przez tę grupę przyjęły formę wieloletniego programu badawczego zatytułowanego: „European School Survey Project on Alcohol and Drugs” (ESPAD) i prowadzone są co cztery lata według tych samych wystandardyzowanych technik, co umożliwia porównywalność nie tylko w przestrzeni, ale i w czasie. Polska włączając się do tego projektu uzyskała możliwość śledzenia zarówno rozmiarów zjawiska, jak i jego trendów rozwojowych na szerokim tle sytuacji w Europie i w poszczególnych jej krajach.

ESPAD jest pierwszym ogólnopolskim badaniem spełniającym warunki międzynarodowej porównywalności i jednocześnie podjętym z intencją śledzenia trendu w zakresie używania substancji przez młodzież szkolną. Badanie ESPAD zrealizowano w Polsce już siedmiokrotnie w latach: 1995, 1999, 2003, 2007, 2011, 2015, 2019 na próbach losowych uczniów klas I i III szkół ponadpodstawowych (wg starego systemu edukacji) oraz klas III gimnazjów i klas II szkół ponadgimnazjalnych (wg nowego systemu edukacji). W 1995 r. badanie objęło 26 krajów europejskich, w tym Polskę. W 2015 r. w badaniu uczestniczyło już 35 krajów naszego kontynentu. Badanie ESPAD wspierane jest przez Europejskie Centrum Monitorowania Narkotyków i Narkomanii (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction – EMCDDA), bowiem dostarcza danych w zakresie jednego z pięciu kluczowych wskaźników, tj. używania narkotyków w populacji generalnej.

Jak pokazały wyniki dotychczasowych badań ogólnopolskich picie alkoholu przez młodzież stało się niemal statystyczną normą. Używanie substancji nielegalnych stawało się coraz bardziej widocznym problemem. Pod względem rozpowszechnienia używania leków uspokajających i nasennych bez przepisu lekarza polskie piętnastolatki plasują się na pierwszym miejscu

w Europie. Wszystkie te napawające niepokojem zjawiska podlegają dynamice, stąd potrzeba monitorowania. Istotną cechą problemu używania substancji psychoaktywnych przez młodzież jest jego nierównomierna dystrybucja na terenie kraju. Generalnie problem ten bardziej rozpowszechniony jest w wielkich miastach. Na zróżnicowania związane ze stopniem urbanizacji nakładają się zróżnicowania regionalne. Zarówno ogólna strategia zapobiegawcza, jak konkretne działania profilaktyczne podejmowane zarówno w skali kraju, jak i na poziomie regionalnym i lokalnym, wymagają wiedzy o rozmiarach i trendach w rozwoju zjawiska, stąd potrzeba podejmowania także badań w skali lokalnej i regionalnej. Wyniki badań ogólnopolskich mogą okazać się kiepskim przybliżeniem lokalnego obrazu zjawiska.

## **CEL BADANIA**

Badanie miało na celu przede wszystkim pomiar natężenia zjawiska używania przez młodzież substancji psychoaktywnych. Podstawowymi pytaniami badawczymi były zatem pytania o liczby młodych ludzi, którzy mieli doświadczenia z tego typu substancjami oraz o stopień nasilenia tych doświadczeń. Celem badania była jednak również próba identyfikacji i pomiaru czynników wpływających na rozmiary zjawiska, zarówno po stronie popytu jak podaży. W badaniu poruszono zatem takie kwestie, jak dostępność substancji psychoaktywnych, zarówno w wymiarze fizycznym jak psychologicznym, gotowość do podjęcia prób z tymi środkami, przekonania na temat ich szkodliwości, doświadczenia w zakresie problemów związanych z ich używaniem.

Wszystkie te kwestie zostały poddane pomiarowi ilościowemu w celu dokonania oszacowań dla młodzieży Województwa Mazowieckiego i porównania z wynikami badań ESPAD dla całego kraju.

## **POPULACJA I PRÓBA**

Założono objęcie badaniem dwóch kohort młodzieży – młodzież urodzoną w 2008 roku (wiek: 15-16 lat w momencie badania) i 2006 r. (wiek: 17-18 lat w momencie badania). Podejście

kohortowe, przy zdefiniowaniu kohorty przez rok urodzenia, podyktowane było względami międzynarodowej porównywalności. Przy silnym zróżnicowaniu systemów szkolnych w Europie rok urodzenia jest jedynym wspólnym kryterium zapewniającym porównywalność badanych populacji. Założono, że 95% tej młodzieży uczęszcza do szkół, w zdecydowanej większości uczniów do pierwszych klas szkół średnich (wiek: 15-16 lat) oraz trzecich klas szkół średnich (wiek: 17-18 lat). W związku z tym próba badawcza została pobrana spośród młodzieży szkolnej z tych typów szkół i poziomów klas.

Schemat losowania przewidywał równomierny rozkład próby w województwie przy maksymalnym jej rozproszeniu. Operatem losowania była lista szkół MEN zawierająca informacje o liczbie klas w każdej ze szkół. Jednostką losowania była klasa szkolna, próba miała zatem charakter klastrowo-warstwowy. Schemat doboru zakładał losowy dobór dwustopniowy. Najpierw losowano szkoły, a następnie klasy. Szkoły były losowane z prawdopodobieństwami proporcjonalnymi do liczby uczniów z danego poziomu nauczania, aby każdy uczeń miał jednakowe szanse znalezienia się w próbie, niezależnie od wielkości szkoły i wielkości klasy. Klasy dobierane były w losowaniu prostym. W klasach badaniu poddawano wszystkich obecnych w tym czasie uczniów, niezależnie od roku urodzenia.

Badanie poprowadzono w 100 klasach szkolnych: 50 klas pierwszych i 50 klas trzecich szkół średnich. Zrealizowana próba uczniów Województwa Mazowieckiego liczyła 1461 uczniów klas pierwszych oraz 1335 uczniów klas trzecich szkół średnich. W młodszej kohorcie 49,8% stanowiły dziewczęta, zaś 50,2% chłopcy. W starszej kohorcie było 47,7% chłopców oraz 52,3% dziewcząt.

Zastosowana w badaniu wielkość próby przy opisanej wyżej metodzie jej losowania pozwala na uzyskanie reprezentatywności statystycznej dla każdej z kohort.

Wyniki prezentowane w raporcie obejmują nie tylko młodzież urodzoną w 2008 r. oraz w 2006 r., ale wszystkich uczniów pierwszych klas oraz trzecich klas szkół średnich. Na potrzeby porównań międzynarodowych eliminowani z próby są uczniowie drugorocznicy oraz ci, którzy wcześniej rozpoczęli edukację szkolną.

## **PROCEDURA BADAWCZA**

Badanie zostało zrealizowane metodą ankiety audytoryjnej przez zespół ankieterów rekrutujący się spoza systemu oświaty i wychowania. Jako ankieterzy byli zatrudniani przede wszystkim

ludzie młodzi, głównie studenci, o łatwym kontakcie z młodzieżą szkolną. Ankieterzy zostali przeszkoleni oraz wyposażeni w szczegółową pisemną instrukcję. Do ich zadań, poza przeprowadzeniem badania w klasie, należało przygotowanie raportu zawierającego, obok opisu realizacji badania, informacje o klasie oraz o uczniach nieobecnych w trakcie badania. Praca ankieterów była wyrywkowo kontrolowana przez koordynatorów.

Nawiązanie kontaktu z wylosowanymi szkołami należało do obowiązków ankietera. Udział szkoły w badaniu negocjowany był także bezpośrednio przez ankietera. Badanie uzyskało wsparcie Ministra Edukacji Narodowej, którego pismo w tej sprawie zostało przekazane za pośrednictwem kuratoriów do wylosowanych szkół.

W procedurze badania położono bardzo duży nacisk na zapewnienie respondentom maksimum poczucia bezpieczeństwa oraz pełnej anonimowości. Służyły temu:

- wymóg nieobecności nauczyciela w klasie w trakcie badania,
- reguły postępowania ankietera (np. nie mógł on chodzić po klasie i zaglądać uczniom w kwestionariusze),
- specjalna procedura zwrotu wypełnionego kwestionariusza polegająca na umieszczeniu go przez ucznia w kopercie, a następnie zaklejeniu jej.

Uczniowie w instrukcji otrzymali zapewnienie o pełnej anonimowości badań, zarówno na poziomie pojedynczych uczniów, jak również całej szkoły. Oznacza to, że tajemnicą objęte są również wyniki na poziomie szkół.

Ankieterzy po sprawdzeniu kompletności materiałów przekazywali je do Instytutu za pośrednictwem instruktorów lokalnych. Ankiety po zarejestrowaniu zostały poddane procedurze sprawdzenia. Następnie założono i zweryfikowano zbiór danych. Obliczenia wyników badania zostały wykonane za pomocą pakietu statystycznego SPSS for Windows ver. 21.

## **WYNIKI**

Prezentację wyników rozpoczniemy od rozpowszechnienia używania różnych substancji psychoaktywnych: najpierw tytoniu, potem napojów alkoholowych, a w końcu pozostałych środków, w tym nielegalnych. Następnie przytoczymy wyniki odnoszące się do problemów jakich doświadcza młodzież w związku z używaniem substancji. Dalej zajmiemy się kwestią dostępności poszczególnych substancji. Następnie omówimy postrzegane ryzyko używania

poszczególnych substancji oraz oceny badanych odnoszące się do rozmiarów sięgania po nie w ich najbliższym otoczeniu. Później zobaczymy jaki stosunek do używania substancji przez uczniów mają ich rodzice. Na koniec przyjrzymy się kwestiom korzystania przez młodzież z nowych mediów elektronicznych oraz problemowi gier hazardowych.

### **Palenie tytoniu i używanie nowych wyrobów nikotynowych**

Rozpowszechnienie palenia tytoniu było badane w dwóch wymiarach czasowych - całego życia respondenta oraz ostatnich 30 dni przed badaniem. Pierwszy z nich pozwala na ustalenie zasięgu zjawiska eksperymentowania z tą substancją, tzn. podejmowania prób palenia tytoniu. Drugi przydatny jest do uchwycenie rozmiarów grupy aktualnie palących, a także palących okazjonalnie lub regularnie.

Dane na temat doświadczeń z paleniem tytoniu zebranych na przestrzeni całego życia zawiera tabela 1.

**Tabela 1. Palenie tytoniu kiedykolwiek w życiu**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nigdy nie palił	55,4	59,3
	Palił chociaż raz	44,6	40,7
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nigdy nie palił	33,9	42,2
	Palił chociaż raz	66,1	57,8

W czasie całego życia jakiegokolwiek doświadczenia z paleniem miało 40,7% uczniów z młodszej kohorty i 57,8% uczniów ze starszej kohorty (tabela 1).

W czasie ostatnich 30 dni przed badaniem paliło 22,7% piętnastolatków i 28,7% siedemnastolatków (tabela 2).

Wśród nich odnotowujemy znaczne zróżnicowanie pod względem nasilenia palenia. Uczniowie z młodszej kohorty w 2,9% zaliczali się do grupy palących codziennie w liczbie przekraczającej 10 papierosów dziennie, analogiczny odsetek w starszej kohorcie wynosi 3,3%.

**Tabela 2. Palenie tytoniu w czasie ostatnich 30 dni**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie	81,2	77,3
	Mniej niż 1 papieros na tydzień	7,4	9,8
	Mniej niż 1 papieros dziennie	2,8	3,9
	1-5 papierosów dziennie	4,4	4,6
	6-10 papierosów dziennie	2,3	1,5
	11-20 papierosów dziennie	0,7	0,7
	Więcej niż 20 papierosów dziennie	1,2	2,2
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie	63,4	71,8
	Mniej niż 1 papieros na tydzień	10,9	13,7
	Mniej niż 1 papieros dziennie	6,6	3,5
	1-5 papierosów dziennie	9,4	5,9
	6-10 papierosów dziennie	4,9	1,8
	11-20 papierosów dziennie	3,1	2,2
	Więcej niż 20 papierosów dziennie	1,6	1,1

Uczniowie, z każdej z kohort, w 2024 r. rzadziej niż w 2019 r., zaliczali się do palących tytoń w czasie ostatnich 30 dni. Rozpowszechnienie codziennego palenia w liczbie co najmniej 10 papierosów w ciągu doby było w 2024 r. podobne jak w 2019 r.

Rozpowszechnienie aktualnego palenia wśród młodszej młodzieży okazało się być niezależne od płci (tabele 3 i 4). W starszej kohorcie u dziewcząt zauważamy trochę większy odsetek podejmujących palenie w czasie ostatnich 30 dni niż u chłopców.

Porównanie wyników z 2024 r. z wynikami sprzed pięciu lat sugeruje spadek odsetka chłopców oraz odsetka dziewcząt sięgających po tytoń w czasie ostatnich 30 dni. Odsetek palących w czasie ostatnich 30 dni jest u chłopców i dziewcząt podobny.

W starszej kohorcie odsetki chłopców obecnie sięgających po wyroby tytoniowe spadły silniej niż w grupie piętnasto-szesnastolatków.

**Tabela 3. Palenie tytoniu w czasie ostatnich 30 dni wśród chłopców**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie	79,1	76,2
	Mniej niż 1 papieros na tydzień	6,9	9,5
	Mniej niż 1 papieros dziennie	3,8	4,3
	1-5 papierosów dziennie	3,9	4,6
	6-10 papierosów dziennie	3,4	2,1
	11-20 papierosów dziennie	1,1	1,0
	Więcej niż 20 papierosów dziennie	1,8	2,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie	63,0	73,4
	Mniej niż 1 papieros na tydzień	10,0	11,3
	Mniej niż 1 papieros dziennie	4,7	2,9
	1-5 papierosów dziennie	9,7	5,5
	6-10 papierosów dziennie	6,1	2,1
	11-20 papierosów dziennie	4,5	3,3
	Więcej niż 20 papierosów dziennie	1,9	1,6

**Tabela 4. Palenie tytoniu w czasie ostatnich 30 dni wśród dziewcząt**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie	83,2	78,6
	Mniej niż 1 papieros na tydzień	7,9	10,2
	Mniej niż 1 papieros dziennie	1,9	3,6
	1-5 papierosów dziennie	4,8	4,6
	6-10 papierosów dziennie	1,2	0,8
	11-20 papierosów dziennie	0,3	0,4
	Więcej niż 20 papierosów dziennie	0,7	1,8
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie	64,1	70,3
	Mniej niż 1 papieros na tydzień	12,0	16,0
	Mniej niż 1 papieros dziennie	8,8	4,2
	1-5 papierosów dziennie	8,9	6,2
	6-10 papierosów dziennie	3,6	1,6
	11-20 papierosów dziennie	1,4	1,2
	Więcej niż 20 papierosów dziennie	1,2	0,6

W 2024 roku podobnie jak w 2019 r. zapytano uczniów o używanie e-papierosów (tabela 5). Ich używanie jest bardziej rozpowszechnione wśród uczniów ze starszej kohorty, zarówno jeśli chodzi o używanie kiedykolwiek w życiu (odpowiednio 59,0% i 73,5%), jak i o ostatnie 30 dni przed badaniem (odpowiednio 39,0% i 54,3%).

W porównaniu z wynikami z 2024 r. uczniowie młodszy z Województwa Mazowieckiego częściej niż w 2019 r. deklarowali używanie e-papierosów kiedykolwiek w życiu oraz w czasie ostatnich 30 dni. W starszej kohorcie także obserwujemy wzrost odsetka używających e-papierosów, przy czym jest on nawet silniejszy niż w przypadku młodszej kohorty.

**Tabela 5. Używanie e-papierosów kiedykolwiek w życiu oraz w czasie ostatnich 30 dni**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	54,6	59,0
	W czasie 30 dni przed badaniem	29,0	39,0
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	66,7	73,5
	W czasie 30 dni przed badaniem	41,0	54,3

W obu kohortach wyższy odsetek dziewcząt niż chłopców deklarował używanie e-papierosów (tabele 6 i 7).

W 2019 r. notowaliśmy odwrotną prawidłowość, tzn. odsetki użytkowników e-papierosów były w obu kohortach wyższe u chłopców niż u dziewcząt. Za tą zmianę odpowiada znaczne zwiększenie się wartości wskaźników u dziewcząt, podczas gdy u chłopców możemy mówić o stabilizacji. Jedynie odsetek „30-dniowych” użytkowników e-papierosów w młodszej kohorcie chłopców zwiększył się, ale i tak znacznie słabiej niż w analogicznej grupie dziewcząt.

**Tabela 6. Palenie e-papierosów wśród chłopców**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	58,1	57,3
	W czasie 30 dni przed badaniem	33,2	37,0
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	69,0	71,5
	W czasie 30 dni przed badaniem	45,6	47,2

**Tabela 7. Palenie e-papierosów wśród dziewcząt**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	51,2	60,9
	W czasie 30 dni przed badaniem	24,8	41,0
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	64,0	75,2
	W czasie 30 dni przed badaniem	35,3	60,5

Innym rzadko spotykanym produktem w Polsce jest fajka wodna, dość znacznie rozpowszechniona w niektórych krajach europejskich.

Zgodnie z przewidywaniami w Województwie Mazowieckim używanie fajki wodnej badani deklarują w znacznie mniejszym odsetku niż używanie e-papierosów (tabela 8).

Używanie fajki wodnej kiedykolwiek w życiu okazało się bardziej rozpowszechnione wśród uczniów ze starszej kohorty, niż z młodszej. Nie odnotowano istotnych różnic jeśli chodzi o używanie w czasie ostatnich 30 dni.

**Tabela 8. Palenie fajki wodnej kiedykolwiek w życiu oraz w czasie ostatnich 30 dni**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	13,5	11,1
	W czasie 30 dni przed badaniem	3,0	4,1
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	32,3	18,6
	W czasie 30 dni przed badaniem	6,2	3,5

W 2024 r. używanie kiedykolwiek w życiu fajki wodnej w starszej kohorcie było rzadziej deklarowane niż w 2019 r. Poza tym nie zaobserwowano istotnych różnic między 2024 r. a 2019 r.

W obu badanych kohortach wyższy odsetek chłopców niż dziewcząt deklarował palenie fajki wodnej (tabele 9 i 10). Podobne tendencje można było zaobserwować także w 2019 r.

**Tabela 9. Palenie fajki wodnej wśród chłopców**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	16,4	14,5
	W czasie 30 dni przed badaniem	5,1	6,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	38,8	24,2
	W czasie 30 dni przed badaniem	7,7	5,9

**Tabela 10. Palenie fajki wodnej wśród dziewcząt**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	10,8	7,5
	W czasie 30 dni przed badaniem	1,0	1,5
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	24,3	13,2
	W czasie 30 dni przed badaniem	4,3	1,2

### **Picie napojów alkoholowych**

Napoje alkoholowe są najbardziej rozpowszechnioną substancją psychoaktywną wśród młodzieży szkolnej, podobnie jak ma to miejsce w dorosłej części społeczeństwa. Próby picia ma za sobą 80,6% uczniów klas pierwszych i 92,8% klas trzecich szkół średnich (tabela 11). W czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem piło jakiegokolwiek napoje alkoholowe 68,9% piętnasto-szesnastolatków i 87,1% siedemnasto-osiemnastolatków.

Warto zauważyć, że odsetki konsumentów alkoholu, definiowanych jako osoby, które piły jakiegokolwiek napój alkoholowy w czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem, w przypadku uczniów starszych nie odbiegają od odsetków konsumentów stwierdzanych w badaniach na populacji osób dorosłych.

Może nie dziwić wysoki odsetek konsumentów w klasach starszych - większość uczniów z tych klas w momencie badania była już pełnoletnia lub zbliżała się do wieku dorosłości. Wysoki odsetek konsumentów alkoholu wśród uczniów z młodszej kohorty - głównie piętnasto-szesnastolatków powinien budzić niepokój spoglądając na rzecz, czy to z perspektywy zdrowia publicznego, czy norm prawnych. Jak pokazują wyniki badania, w tej grupie picie alkoholu stanowi normę, przynajmniej w sensie statystycznym.

**Tabela 11. Picie napojów alkoholowych**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	78,4	80,6
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	66,4	68,9
	W czasie 30 dni przed badaniem	42,4	48,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	93,2	92,8
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	89,7	87,1
	W czasie 30 dni przed badaniem	76,7	76,9

Wyniki z 2024 r. nie odróżniają się znacząco od uzyskanych w 2019 r. pod względem picia napojów alkoholowych kiedykolwiek w życiu oraz w czasie ostatnich 12 miesięcy.

Za wskaźnik względnie częstego używania alkoholu przyjęto picie w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem. Jakikolwiek napoje alkoholowe w tym czasie piło 48,4% uczniów z grupy młodszej i 76,9% uczniów z grupy starszej. Trzeba przypomnieć, że badanie było realizowane na jesieni - okres ostatnich 30 dni przypadał na okres, który nie obejmował świąt, karnawału, czy wakacji, które jak można przypuszczać szczególnie sprzyjają okazjom do picia. W starszej kohorcie rozpowszechnienie częstego używania alkoholu nie uległo zmianie w porównaniu z 2019 r., natomiast w młodszej kohorcie - wzrosło.

W młodszej kohorcie rozpowszechnienie picia alkoholu jest zróżnicowane ze względu na płeć, natomiast w starszej nie obserwujemy różnic (tabele 12 i 13).

**Tabela 12. Picie napojów alkoholowych wśród chłopców**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	78,7	78,2
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	66,6	66,9
	W czasie 30 dni przed badaniem	41,1	47,7
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	92,1	91,3
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	89,1	86,1
	W czasie 30 dni przed badaniem	75,8	76,2

**Tabela 13. Picie napojów alkoholowych wśród dziewcząt**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	78,2	82,9
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	66,3	70,8
	W czasie 30 dni przed badaniem	43,4	48,9
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	94,7	94,0
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	90,5	87,9
	W czasie 30 dni przed badaniem	77,8	77,3

W młodszej kohorcie wartość wszystkich wskaźników u chłopców nie uległa zmianie, natomiast wzrosła u dziewcząt. W starszej kohorcie nie obserwujemy istotnych zmian, ani u dziewcząt, ani u chłopców.

Konsumpcję poszczególnych typów napojów alkoholowych prześledzimy na przykładzie doświadczeń alkoholowych zebranych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem (tabela 14).

W młodszej kohorcie najwyższy odsetek konsumentów ma piwo, na drugim miejscu jest wódka, a dopiero na trzecim wino. Wśród starszej młodzieży jest podobnie, chociaż odsetki konsumentów poszczególnych napojów są oczywiście wyższe.

**Tabela 14. Picie poszczególnych napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	41,6	48,3
	Cider	7,7	6,5
	Alcopop	7,0	12,5
	Wino	22,0	25,8
	Wódka	30,6	38,9
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	70,4	68,1
	Cider	13,1	9,0
	Alcopop	11,5	24,6
	Wino	43,2	42,4
	Wódka	62,2	64,2

Piwo piło, co najmniej raz w ciągu ostatnich 30 dni, 48,3% uczniów młodszych i znacznie więcej, bo 68,1% uczniów starszych. Picie wódki zdarzyło się w tym czasie ponad jednej trzeciej uczniów z młodszej kohorty (38,9%) i prawie dwóm trzecim uczniów starszych (64,2%). Wino piła jedna czwarta (25,8%) młodszej młodzieży objętej badaniem i niecała połowa (42,4%) uczniów ze starszej grupy.

W młodszej kohorcie rozpowszechnienie picia każdego z napojów alkoholowych, z wyjątkiem cydru, wzrosło w stosunku do 2019 r. W starszej kohorcie natomiast wzrósł odsetek konsumentów alcopopu. Odsetki badanych ze starszej grupy pijących pozostałe napoje nie uległy istotnej zmianie.

Płeć wprowadza pewne różnice w obrazie popularności poszczególnych trunków. W tabelach 15 i 16 zebrano dane o odsetkach chłopców i dziewcząt pijących każdy z trunków w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem.

W obu kohortach, zarówno wśród chłopców, jak i wśród dziewcząt, ranking popularności trzech podstawowych napojów alkoholowych jest jednakowy. Warto jednak zauważyć, iż w obu kohortach u dziewcząt spotykamy częściej wino, niż u chłopców. Odsetek konsumentek wina niewiele odbiega od odsetek konsumentek wódki, podczas gdy u chłopców ta różnica jest dużo większa.

W obu grupach w przypadku piwa i wódki odsetki pijących w czasie ostatnich 30 dni są wyższe wśród chłopców niż wśród dziewcząt, zaś w przypadku wina oraz alcopopu – jest odwrotnie, tzn. spotykamy wyższe odsetki u dziewcząt niż u chłopców.

**Tabela 15. Picie poszczególnych napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem wśród chłopców**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	44,1	49,7
	Cider	9,6	8,6
	Alcopop	10,5	13,4
	Wino	17,2	21,6
	Wódka	33,0	40,8
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	71,5	69,2
	Cider	14,8	11,1
	Alcopop	10,4	21,8
	Wino	35,9	31,5
	Wódka	64,1	67,1

**Tabela 16. Picie poszczególnych napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem wśród dziewcząt**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	39,0	46,9
	Cider	6,0	4,1
	Alcopop	3,6	11,5
	Wino	26,8	29,8
	Wódka	27,8	37,0
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	69,0	66,9
	Cider	11,0	6,7
	Alcopop	12,7	26,9
	Wino	52,0	52,3
	Wódka	59,8	61,4

W grupie młodszych chłopców i dziewcząt, w przypadku każdego z napojów alkoholowych, poza cydrem, odsetki konsumentów w 2024 r. są wyższe niż były w 2019 r.

Szczególnie niebezpieczne dla zdrowia młodego człowieka, jak również dla porządku publicznego jest picie w znacznych ilościach, a szczególnie prowadzących do przekroczenia progu nietrzeźwości. Kwestię nietrzeźwości badano także przy użyciu pytania, w którym nietrzeźwość została zdefiniowana bardziej precyzyjnie poprzez wskaźniki behawioralne (zataczanie się, bełkotanie, utrata pamięci). Takie sformułowanie pytania spowodowało, że chwytą ono stany silnego upicia, tak zatem trzeba interpretować wyniki. Rozkłady odpowiedzi na to pytanie zawarto w tabeli 17.

Grubo ponad jedna trzecia uczniów z młodszej kohorty (38,0%) i prawie dwie trzecie badanych ze starszej kohorty (63,1%) ma za sobą doświadczenie silnego upicia się.

**Tabela 17. Silne upicie się tzn. wypicie tyle, żeby np. zataczać się, bełkotać, nie pamiętać co się działo**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	29,9	38,0
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	23,9	30,9
	W czasie 30 dni przed badaniem	9,7	16,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	60,1	63,1
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	44,2	50,0
	W czasie 30 dni przed badaniem	17,6	24,4

Stanu silnego upojenia alkoholem doświadczyło chociaż raz w czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem 30,9% piętnasto-szesnastolatków oraz 50,0% uczniów ze starszej grupy.

W czasie ostatnich 30 dni w stanie silnego upicia się było 16,4% uczniów klas pierwszych i 24,4% klas trzecich.

Porównanie odsetków potwierdzeń nietrzeźwości w 2024 r. oraz 2019 r. odnotować trzeba wyraźny wzrost wszystkich wskaźników, przy czym jest najniższy w przypadku upicia się chociaż raz w czasie całego życia w starszej kohorcie oraz najsilniejszy w przypadku upicia się chociaż raz w czasie ostatnich 30 dni w młodszej grupie.

Wskaźniki silnego upijania się są zróżnicowane ze względu na płeć (tabele 18 i 19). W starszej kohorcie przybierają one wyższe wartości u chłopców niż u dziewcząt; natomiast w młodszej, jeśli chodzi o okres całego życia oraz ostatnich 12 miesięcy, to notujemy podobne odsetki upijających się wśród dziewcząt, jak wśród chłopców. Różnica na korzyść dziewcząt pojawia się natomiast, gdy w grę wchodzi ostatnie 30 dni.

W obu kohortach zarówno wśród chłopców, jak i wśród dziewcząt, obserwujemy zwiększenie się odsetka tych, którzy upili się kiedykolwiek w życiu, w czasie ostatnich 12 miesięcy, jak również w czasie ostatnich 30 dni.

**Tabela 18. Silne upicie się tzn. wypicie tyle, żeby np. zataczać się, bełkotać, nie pamiętać co się działo, wśród chłopców**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	31,4	37,7
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	25,3	31,0
	W czasie 30 dni przed badaniem	11,6	19,2
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	64,2	65,8
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	47,1	54,4
	W czasie 30 dni przed badaniem	20,4	27,9

**Tabela 19. Silne upicie się tzn. wypicie tyle, żeby np. zataczać się, bełkotać, nie pamiętać co się działo, wśród dziewcząt**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	28,5	38,5
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	22,6	31,0
	W czasie 30 dni przed badaniem	7,9	13,6
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	55,1	60,7
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	40,6	45,9
	W czasie 30 dni przed badaniem	14,1	21,0

Niezależnie od samooceny badanych w kwestii upicia się, w badaniu przyjęto także obiektywną miarę nadmiernego spożycia przy jednej okazji. Taką miarą było 5 drinków lub więcej. W tabeli 20 zestawiono odsetki badanych, którym zdarzało się przekraczać tę miarę. Jeden drink był definiowany jako szklanka/butelka/puszka piwa (ok. pół litra) lub szklanka/butelka/puszka cydru (ok. 0,33 litra), lub szklanka/butelka alcopopsa (ok. 0,33 litra), lub kieliszek wina (ok. 15 cl), lub kieliszek wódki albo innego napoju spirytusowego (ok. 4 cl) względnie szklanka koktajlu

alkoholowego. Dane o rozpowszechnieniu incydentalnego picia nadmiernego zawarto w tabeli 20.

**Tabela 20. Picie nadmierne, tzn. wypicie 5 lub więcej drinków z rzędu, w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	ani razu	69,5	62,3
	1 raz	12,3	12,6
	2 razy	7,7	9,0
	3-5 razy	6,7	7,9
	6-9 razy	1,5	3,0
	10 lub więcej razy	2,4	5,1
Starsza kohorta (17-18 lat)	ani razu	39,0	37,4
	1 raz	19,0	16,2
	2 razy	16,3	17,4
	3-5 razy	15,8	15,5
	6-9 razy	4,9	6,3
	10 lub więcej razy	5,0	7,2

Uczniowie z młodszej kohorty w dużo niższym odsetku (37,6%) niż starsi uczestnicy badania (62,6%) deklarowali wypicie co najmniej 5 drinków przy jednej okazji. Warto zauważyć, że w młodszej grupie (16,0%) badanych wypijało ponad 5 drinków przy jednej okazji, co najmniej, co dziesięć dni. W starszej grupie takich uczniów było (29,0%).

W czasie ostatnich 5 lat w młodszej grupie wzrósł pierwszy z analizowanych tu wskaźników, zaś w starszej – ten drugi.

## **Używanie innych substancji psychoaktywnych**

Do szerokiej grupy innych niż alkohol i tytoń substancji psychoaktywnych należą takie substancje legalne, jak leki przeciwbólowe i nasenne, czy substancje wziewne oraz szeroka gama substancji nielegalnych. Pod pojęciem substancji nielegalnych rozumiemy tu substancje, których produkcja i obrót nimi są czynami zabronionymi przez prawo. W języku publicystyki substancje te często nazywane są narkotykami.

Dane z tabeli 21 pokazują, że wśród uczniów klas młodszych na pierwszym miejscu pod względem rozpowszechnienia eksperymentowania znajdują się leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza (16,7%), a na drugim marihuana lub haszysz (14,8%). Wśród uczniów klas starszych na pierwszym miejscu znajdują się marihuana lub haszysz (33,7%). Leki uspokajające i nasenne przyjmowane bez zalecenia lekarza ułożyły się na drugim miejscu (19,1%).

W młodszej grupie na trzecim miejscu znalazły się leki przeciwbólowe przyjmowane w celu odurzania się (8,5%), a na czwartym substancje wziewne (6,7%).

W starszej kohorcie na trzecim miejscu znajdują się także leki przeciwbólowe przyjmowane w celu odurzania się (8,2%), a na czwartym substancje wziewne (6,8%).

Wśród uczniów z młodszej kohorty, co najmniej czteroprocentowe rozpowszechnienie osiągnęły tylko amfetamina (4,5%), kokaina (4,1%) oraz sterydy anaboliczne (5,3%).

Wśród starszych uczniów analogiczna lista środków, których używało kiedykolwiek w życiu, co najmniej cztery procent badanych jest krótsza i obejmuje jedynie grzyby halucynogenne (4,4%).

**Tabela 21. Używanie substancji kiedykolwiek w życiu**

poziom klasy	Substancje psychoaktywne	2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Marihuana lub haszysz	17,1	14,8%
	Substancje wziewne	7,0	6,7%
	Leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza	14,1	16,7 %
	Leki przeciwbólowe w celu odurzania się	5,5	8,5%
	Amfetamina	3,0	4,5
	Metamfetamina	2,2	3,8
	LSD lub inne halucynogeny	2,2	3,5
	Crack	1,2	3,3
	Kokaina	2,2	4,1
	Relevin	1,1	2,1
	Heroina	1,5	3,3
	Ecstasy	2,4	3,5
	Grzyby halucynogenne	1,6	3,4
	GHB	1,2	2,4
	Narkotyki wstrzykiwane za pomocą igły i strzykawki	1,8	2,8
	Alkohol razem z tabletkami	4,5	7,3
Sterydy anaboliczne	2,5	5,3	
Alkohol razem z marihuana lub haszyszem	9,2	7,0	
Starsza kohorta (17-18 lat)	Marihuana lub haszysz	39,0	33,7%
	Substancje wziewne	6,7	6,8
	Leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza	18,5	19,1%
	Leki przeciwbólowe w celu odurzania się	5,8	8,2%
	Amfetamina	4,5	3,8
	Metamfetamina	3,0	3,9
	LSD lub inne halucynogeny	4,2	3,3
	Crack	1,3	2,6
	Kokaina	3,5	3,1
	Relevin	0,7	1,8
	Heroina	1,3	2,1
	Ecstasy	5,9	3,3
	Grzyby halucynogenne	3,3	4,4
	GHB	1,2	1,9
	Narkotyki wstrzykiwane za pomocą igły i strzykawki	1,3	2,7
	Alkohol razem z tabletkami	6,4	9,7
Sterydy anaboliczne	2,8	3,6	
Alkohol razem z marihuana lub haszyszem	26,1	18,7	

W przypadku większości substancji podobne rozpowszechnienie eksperymentowania odnotować trzeba wśród starszej młodzieży i w młodszej grupie.

GHB, stosunkowo nowy w Polsce narkotyk, używany był kiedykolwiek przez 2,4% pierwszoklasistów oraz 1,9% trzecioklasistów. Niskim rozpowszechnieniem charakteryzują się także crack oraz heroina. W starszej kohorcie heroina była używana kiedykolwiek przez 2,1% badanych, a crack przez 2,6%. Są to odsetki niewiele odbiegające od odsetka respondentów, którzy przyznali się do używania nieistniejącego środka – relevinu (1,8%).

W młodszej grupie odsetek badanych, którzy zadeklarowali używanie kiedykolwiek w życiu heroiny (3,3%) lub cracku (3,3%) nie odbiegał istotnie od obserwowanego w starszej kohorcie. Także frakcja deklarujących używanie relevinu (2,1%) okazała nie odbiegać znacząco od analogicznej frakcji starszych uczniów.

Należy także zwrócić uwagę na relatywnie niskie rozpowszechnienie używania narkotyków w zastrzykach (2,8% wśród piętnasto-szesnastolatków i 2,7% w starszej grupie).

Niepokój powinny budzić dość znaczne odsetki młodzieży eksperymentującej z alkoholem w połączeniu z lekami (7,3% w młodszej kohorcie i 9,7% w starszej). Podobnie rozpowszechnione jest łączenie alkoholu z marihuaną lub haszyszem (7,0% w młodszej kohorcie i 18,7% w starszej). Łączne przyjmowanie różnych substancji jest szczególnie niebezpieczne ze względu na zwiększone ryzyko szkód zdrowotnych w wyniku efektu synergicznego, jaki pojawia się zwłaszcza przy łączeniu alkoholu z psychoaktywnymi lekami.

Porównanie wyników uzyskanych w 2024 r. oraz w 2019 r. nie wykazuje większych różnic w rozpowszechnieniu eksperymentowania z substancjami. Jediną znaczącą różnicą jest niższe w 2024 r. niż było w 2019 r. rozpowszechnianie sięgania po przetwory konopi przez siedemnasto-osiemnastolatków.

Dane z tabel 22 i 23 pokazują, że rozpowszechnienie podejmowania prób z substancjami psychoaktywnymi innymi niż alkohol i tytoń zależne jest od płci.

**Tabela 22. Używanie substancji chociaż raz w życiu wśród chłopców**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Marihuana lub haszysz	20,2	17,6
	Substancje wziewne	8,1	6,0
	Leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza	9,7	10,1
	Leki przeciwbólowe w celu odurzenia się	5,0	5,8
	Amfetamina	4,3	5,5
	Metamfetamina	3,3	4,8
	LSD lub inne halucynogeny	3,3	5,4
	Crack	2,0	5,2
	Kokaina	3,0	5,5
	Relevin	1,9	3,3
	Heroina	2,3	5,0
	Ecstasy	3,4	4,9
	Grzyby halucynogenne	2,5	5,2
	GHB	2,0	3,7
	Narkotyki wstrzykiwane za pomocą igły i strzykawki	2,9	4,0
	Alkohol razem z tabletkami	4,6	5,5
	Sterydy anaboliczne	3,6	8,3
Alkohol razem z marihuana lub haszyszem	11,4	8,3	
Starsza kohorta (17-18 lat)	Marihuana lub haszysz	43,6	37,1
	Substancje wziewne	7,7	9,1
	Leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza	12,4	13,9
	Leki przeciwbólowe w celu odurzenia się	4,4	8,0
	Amfetamina	5,5	4,8
	Metamfetamina	3,5	6,1
	LSD lub inne halucynogeny	5,4	5,9
	Crack	2,1	4,5
	Kokaina	4,8	5,4
	Relevin	1,3	3,3
	Heroina	1,9	4,0
	Ecstasy	7,4	5,7
	Grzyby halucynogenne	5,1	7,3
	GHB	1,9	3,3
	Narkotyki wstrzykiwane za pomocą igły i strzykawki	2,0	4,0
	Alkohol razem z tabletkami	6,3	8,1
	Sterydy anaboliczne	4,1	6,2
Alkohol razem z marihuana lub haszyszem	30,4	23,1	

**Tabela 23. Używanie substancji chociaż raz w życiu wśród dziewcząt**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Marihuana lub haszysz	14,0	11,9
	Substancje wziewne	5,9	7,3
	Leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza	18,5	23,2
	Leki przeciwbólowe w celu odurzenia się	6,2	11,1
	Amfetamina	1,8	3,2
	Metamfetamina	1,2	2,5
	LSD lub inne halucynogeny	1,1	1,4
	Crack	0,4	1,3
	Kokaina	1,4	2,5
	Relevin	0,3	0,7
	Heroina	0,8	1,3
	Ecstasy	1,4	1,8
	Grzyby halucynogenne	0,8	1,4
	GHB	0,3	0,8
	Narkotyki wstrzykiwane za pomocą igły i strzykawki	0,8	1,4
	Alkohol razem z tabletkami	4,5	8,8
	Sterydy anaboliczne	1,6	2,1
Alkohol razem z marihuana lub haszyszem	7,1	5,5	
Starsza kohorta (17-18 lat)	Marihuana lub haszysz	33,5	30,3
	Substancje wziewne	5,6	4,6
	Leki uspokajające i nasenne bez przepisu lekarza	25,8	23,8
	Leki przeciwbólowe w celu odurzenia się	7,4	8,4
	Amfetamina	3,4	2,7
	Metamfetamina	2,3	1,7
	LSD lub inne halucynogeny	2,7	0,9
	Crack	0,5	0,9
	Kokaina	1,8	0,9
	Relevin	0,1	0,3
	Heroina	0,6	0,3
	Ecstasy	4,0	1,0
	Grzyby halucynogenne	1,1	1,6
	GHB	0,4	0,4
	Narkotyki wstrzykiwane za pomocą igły i strzykawki	0,6	1,5
	Alkohol razem z tabletkami	6,6	11,1
	Sterydy anaboliczne	1,2	1,0
Alkohol razem z marihuana lub haszyszem	20,9	14,5	

Chłopcy częściej deklarują próby używania większości substancji poza lekami uspokajającymi i nasennymi oraz w młodszej kohorcie lekami przeciwbólowymi w celu odurzania się. Rozpowszechnianie eksperymentowania z lekami uspokajającymi i nasennymi wśród dziewcząt jest około dwukrotnie wyższe niż wśród chłopców. Również próby łączenia alkoholu z tabletkami spotykamy trochę częściej u dziewcząt niż u chłopców. Ponadto w młodszej kohorcie także rozpowszechnianie sięgania po leki przeciwbólowe w celu odurzania się jest wyższe u dziewcząt, niż u chłopców.

Porównanie wyników z 2024 r. oraz 2019 r. wskazuje na spadek odsetków sięgających po przetwory konopi zarówno wśród chłopców, jak i dziewcząt. Prawidłowość ta dotyczy każdej z kohort. W ślad za tym zmniejszyło się także rozpowszechnienie używania alkoholu łącznie z marihuana lub haszyszem.

Ponadto zauważyć trzeba w młodszej kohorcie wzrost odsetków dziewcząt używających leków uspokajających i nasennych bez przepisu lekarza, za to w starszej kohorcie zwiększenie się odsetków chłopców eksperymentujących z lekami przeciwbólowymi w celu odurzania się. Za wskaźnik aktualnego używania substancji przyjmuje się zwykle ich używanie w czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem (tabela 24).

Dane zawarte w tabeli 24 pokazują, że przetwory konopi używało w czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem 12,6% uczniów z młodszej grupy i 22,0% - ze starszej. Substancje wziewne aktualnie używało 4,8% tych pierwszych i 3,3% tych, drugich. Amfetaminę używało 3,7% piętnasto-szesnastolatków i 3,0% siedem-osiemnastolatków, zaś ecstasy – 3,2% uczniów z pierwszej grupy i 2,6% - z drugiej. Rozpowszechnienie aktualnego używania, takich substancji jak kokaina i crack jest jeszcze niższe.

Podobnie, jak to było w przypadku eksperymentowania z marihuaną lub haszyszem, aktualne używanie przetworów konopi w starszej kohorcie spadło w czasie ostatnich 5 lat, zaś w młodszej nie uległo zmianie.

**Tabela 24. Używanie substancji w czasie ostatnich 12 miesięcy**

poziom klasy		2019 %	2024 %
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Marihuana lub haszysz	13,4	12,6
	Substancje wziewne	3,5	4,8
	Ecstasy	2,0	3,2
	Amfetamina	2,1	3,7
	Metamfetamina	1,6	3,1
	Kokaina	1,6	2,9
	Crack	1,1	2,5
Starsza kohorta (17-18 lat)	Marihuana lub haszysz	31,7	22,0
	Substancje wziewne	2,5	3,3
	Ecstasy	3,8	2,6
	Amfetamina	2,5	3,0
	Metamfetamina	2,2	2,6
	Kokaina	1,9	2,9
	Crack	1,1	1,9

łatwy do zaobserwowania jest także związek między aktualnym używaniem marihuany lub haszyszu, a płcią (tabele 25 i 26). Podobnie jak w przypadku eksperymentowania występuje ono częściej wśród chłopców niż wśród dziewcząt.

Stwierdzony wcześniej w grupie siedemnasto-osiemnastolatków spadek rozpowszechnienia używania przetworów konopi w czasie ostatnich 12 miesięcy zaznaczył się podobnie wśród chłopców i dziewcząt. Także brak zmian w młodszej grupie nie wiązał się istotnie z płcią respondentów.

**Tabela 25. Używanie substancji w czasie ostatnich 12 miesięcy wśród chłopców**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Marihuana lub haszysz	16,0	15,6
	Substancje wziewne	4,5	4,6
	Ecstasy	2,6	4,6
	Amfetamina	3,3	5,0
	Metamfetamina	2,6	4,4
	Kokaina	2,1	4,1
	Crack	2,0	3,9
Starsza kohorta (17-18 lat)	Marihuana lub haszysz	34,7	27,3
	Substancje wziewne	3,3	5,3
	Ecstasy	4,5	4,8
	Amfetamina	3,4	5,1
	Metamfetamina	2,6	4,5
	Kokaina	2,6	4,9
	Crack	1,6	3,5

**Tabela 26. Używanie substancji w czasie ostatnich 12 miesięcy wśród dziewcząt**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Marihuana lub haszysz	11,0	9,4
	Substancje wziewne	2,5	4,8
	Ecstasy	1,3	1,5
	Amfetamina	1,0	2,1
	Metamfetamina	0,7	1,7
	Kokaina	1,1	1,4
	Crack	0,2	0,8
Starsza kohorta (17-18 lat)	Marihuana lub haszysz	28,1	17,1
	Substancje wziewne	1,6	1,5
	Ecstasy	2,9	0,4
	Amfetamina	1,4	1,0
	Metamfetamina	1,8	0,9
	Kokaina	1,0	0,9
	Crack	0,5	0,3

Okres ostatnich 30 dni przed badaniem można przyjąć za wskaźnikowy dla względnie częstego, okazjonalnego używania. Palenie marihuany lub używanie innych narkotyków, podobnie jak picie alkoholu, w większości przypadków nie ma charakteru regularnego. Stąd trudno mieć pewność, że wszyscy uczniowie, którzy zadeklarowali kontakt z daną substancją w czasie ostatnich 30 dni na pewno używają jej, co najmniej raz na miesiąc. Można jednak założyć, z pewnym przybliżeniem, że proporcje używających raz na miesiąc wśród tych, którzy nie używali w ostatnim miesiącu są równe proporcji używających rzadziej, a potwierdzających używanie w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem. Przy takim założeniu można uznać, że 6,6% młodszych uczniów i 10,0% starszych uczniów używa marihuany lub haszyszu, co najmniej raz w miesiącu (tabela 27). Analogiczne odsetki dla substancji wziewnych wynoszą – 2,9% oraz 2,0%.

**Tabela 27. Używanie substancji w czasie ostatnich 30 dni**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Marihuana lub haszysz	5,8	6,6
	Substancje wziewne	1,3	2,9
Starsza kohorta (17-18 lat)	Marihuana lub haszysz	16,7	10,0
	Substancje wziewne	1,2	2,0

W Województwie Mazowieckim w młodszej kohorcie odnotowujemy mniejszy odsetek młodzieży używającej przetworów konopi w czasie ostatnich 30 dni w porównaniu do całego kraju. W starszej kohorcie natomiast nie obserwujemy różnic.

Częste używanie przetworów konopi zróżnicowane jest ze względu na płeć – chłopcy w większym odsetku niż dziewczęta sięgają często po te substancje (tabele 28 i 29). Różnica jest szczególnie duża w starszej kohorcie.

**Tabela 28. Używanie substancji w czasie ostatnich 30 dni wśród chłopców**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Marihuana lub haszysz	6,9	9,4
	Substancje wziewne	2,1	3,5
Starsza kohorta (17-18 lat)	Marihuana lub haszysz	19,9	14,2
	Substancje wziewne	1,9	3,8

**Tabela 29. Używanie substancji w czasie ostatnich 30 dni wśród dziewcząt**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Marihuana lub haszysz	4,8	3,6
	Substancje wziewne	0,6	2,1
Starsza kohorta (17-18 lat)	Marihuana lub haszysz	12,9	5,9
	Substancje wziewne	0,4	0,3

Należy zauważyć, że odsetki badanych, którzy używali przetworów konopi wśród młodszych chłopców osiągnęły dość wysoki poziom 9,4%, a wśród starszych – 14,2%. Oznacza to, iż w Województwie Mazowieckim mniej więcej co dziesiąty piętnasto-szesnastolatek i co siódmy siedemnasto-osiemnastolatek palił marihuanę lub haszysz w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem.

Przetwory konopi jako najbardziej rozpowszechnione substancje nielegalne mogły stać się przedmiotem głębszych analiz skierowanych na identyfikację wzoru intensywnego używania. Wśród młodzieży szkolonej odsetki użytkowników innych substancji są zbyt małe, aby grupa bardziej intensywnych użytkowników była dostatecznie liczna. W próbie analizy intensywnego używania przetworów konopi posłużono się pytaniami zaczerpniętymi z dwóch testów. Pierwszy z nich to test przesiewowy skonstruowany w Polsce do identyfikacji wśród nastolatków sięgających po tę substancję (Okulicz-Kozaryn, Sierosławski, 2007). Skrócona

wersja tego testu przeznaczona do badań ankietowych składa się z czterech pytań, na które odpowiedzieć można tylko „tak” lub „nie”. Każde z pytań dotyczy występowania określonego symptomu w czasie ostatnich 12 miesięcy. Badanie walidacyjne testu przesiewowego PUM zrealizowane w 2003 r. wykazało, że wśród nastolatków wystąpienie 2 lub więcej symptomów świadczy o problemowym używaniu marihuany.

Drugim testem zastosowanym w tym badaniu jest test służący do identyfikowania nadużywania przetworów konopi (Cannabis Abuse Screening Test – CAST). Test ten został opracowany w Francji przez zespół badaczy z Francuskiego Centrum Monitorowania Narkotyków i Narkomanii (Beck & Legleye 2003). Test składa się z sześciu pytań o częstotliwość występowania poszczególnych symptomów nadużywania przetworów konopi w czasie ostatnich 12 miesięcy, na które odpowiada się przy użyciu pięciopunktowej skali od „nigdy” do „bardzo często”.

Test ten nie był walidowany w Polsce, stąd też jego wyniki należy traktować z ostrożnością. Rozkłady odpowiedzi na pytanie pierwszego testu pokazują, że 6,1% uczniów z klas młodszych i 7,8% uczniów z klas starszych samodzielnie dokonywało zakupu marihuany (tabela 30.). W przypadku 4,9% uczniów z młodszej kohorty oraz 4,9% uczniów ze starszej, palenie jest nie tylko elementem życia towarzyskiego, ale zdarza się też w samotności. Warto zauważyć, że z powodu używania marihuany lub haszyszu 6,4% badanych z młodszej kohorty oraz 6,8% ze starszej chociaż raz w czasie ostatnich 12 miesięcy nie poszło do szkoły lub spóźniło się do niej. Często odczuwana potrzeba palenia marihuany stała się udziałem 4,0% badanych z młodszej grupy oraz 4,7% ze starszej.

Rozpowszechnienie symptomów problemowego używania marihuany w gronie piętnasto- szesnastolatków, jak również siedemnasto-osiemnastolatków w 2024 r. kształtuje się na poziomie zbliżonym do obserwowanego w 2019 r. Jedyną istotną zmianą to niemal dwukrotny spadek odsetka badanych, którzy dokonywali samodzielnego zakupu marihuany.

**Tabela 30. Symptomy problemowego używania marihuany- test przesiewowy PUM**

Poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie pójście lub spóźnienie się do szkoły z powodu marihuany	2,9	6,4
	Częsta potrzeba użycia marihuany	2,7	4,0
	Samodzielny zakup marihuany	6,4	6,1
	Palenie konopi samotnie	3,4	4,9
	Pozytywny wynik testu (co najmniej 2 symptomy)	3,7	6,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie pójście lub spóźnienie się do szkoły z powodu marihuany	4,0	6,8
	Częsta potrzeba użycia marihuany	4,8	4,7
	Samodzielny zakup marihuany	15,1	7,8
	Palenie konopi samotnie	7,2	4,9
	Pozytywny wynik testu (co najmniej 2 symptomy)	7,9	6,8

Pozytywny wynik testu przesiewowego, czyli potwierdzenie co najmniej 2 symptomów, uzyskało 6,4% uczniów z młodszej grupy oraz 6,8% uczniów ze starszej kohorty. W 2019 r. analogiczne wyniki uzyskało 3,7% uczniów z młodszej grupy oraz 7,9% uczniów ze starszej kohorty. Oznacza to spadek tego wskaźnika w starszej kohorcie, co koresponduje ze spadkiem wszystkich pozostałych wskaźników używania tych substancji przez starszą młodzież. Jak wynika z danych zestawionych w tabeli 31 w 2019 r. najczęściej zgłaszanym symptomem zaczerpniętym z drugiego testu było palenie przedpołudniem (6,2% uczniów młodszych i 16,2% uczniów starszych). W obu kohortach na drugim miejscu znalazły się problemy z pamięcią po paleniu (4,4% uczniów młodszych i 12,5% uczniów starszych), a na trzecim – palenie samotne (4,0% uczniów młodszych i 10,1% uczniów starszych).

Symptomy problemowego używania przetworów konopi jako występujące często były deklarowane przez uczniów z obu poziomów nauczania w bardzo ograniczonym zakresie.

**Tabela 31. Symptomy problemowego używania przetworów konopi - test przesiewowy CAST (Województwo Mazowieckie 2019)**

Poziom klasy		Nigdy	Rzadko	Od czasu do czasu	Raczej często	Bardzo często
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Palenie przedpołudniem	93,8	2,9	1,2	1,0	1,1
	Palenie samotnie	96,0	1,7	1,1	0,4	0,8
	Problemy z pamięcią po paleniu	95,6	1,8	1,1	0,5	1,0
	Przyjaciele lub krewni mówili żeby ograniczyć używanie	97,7	0,7	0,2	0,6	0,7
	Bezowocne próby ograniczenia używania	97,0	0,7	0,7	0,7	0,9
	Problemy z powodu używania	97,9	0,9	0,4	0,1	0,7
	Starsza kohorta (17-18 lat)	Palenie przedpołudniem	83,8	9,1	3,6	1,1
Palenie samotnie		90,0	5,7	2,4	0,9	1,1
Problemy z pamięcią po paleniu		87,6	6,2	4,0	1,4	0,9
Przyjaciele lub krewni mówili żeby ograniczyć używanie		93,5	3,5	1,4	0,7	0,9
Bezowocne próby ograniczenia używania		93,0	3,0	1,2	1,4	1,4
Problemy z powodu używania		95,5	2,4	0,9	0,7	0,5

Dane zestawione w tabeli 32. Ilustrujące wyniki uzyskana w 2024 r. sugerują brak zmiany w młodszej kohorcie oraz pewne przetasowania w wynikach uzyskanych w starszej kohorcie. Tutaj na pierwsze miejsce wysunęły się problemy z pamięcią po paleniu (7,6%), zaś palenie przedpołudniem ułożyło się na drugiej pozycji (7,5%).

W 2024 r., podobnie, jak przed pięciu laty, symptomy problemowego używania przetworów konopi jako występujące często były deklarowane przez uczniów w bardzo ograniczonym zakresie. Dotyczy to obu kohort.

**Tabela 32. Symptomy problemowego używania przetworów konopi - test przesiewowy CAST (Województwo Mazowieckie 2024)**

Poziom klasy		Nigdy	Rzadko	Od czasu do czasu	Raczej często	Bardzo często
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Palenie przedpołudniem	93,7	2,4	1,7	0,4	1,7
	Palenie samotnie	95,5	1,5	0,6	0,3	2,1
	Problemy z pamięcią po paleniu	95,0	1,5	1,1	0,5	1,9
	Przyjaciele lub krewni mówili żeby ograniczyć używanie	96,0	0,8	0,6	0,9	1,8
	Bezowocne próby ograniczenia używania	95,1	1,5	0,8	0,4	2,2
	Problemy z powodu używania	96,5	1,0	0,6	0,3	1,6
Starsza kohorta (17-18 lat)	Palenie przedpołudniem	92,5	4,3	0,5	1,2	1,5
	Palenie samotnie	93,4	2,6	2,1	0,5	1,4
	Problemy z pamięcią po paleniu	92,3	3,2	1,7	1,2	1,5
	Przyjaciele lub krewni mówili żeby ograniczyć używanie	94,9	1,4	1,4	0,5	1,8
	Bezowocne próby ograniczenia używania	94,5	1,7	0,9	0,8	2,0
	Problemy z powodu używania	94,9	1,7	1,5	0,8	1,1

Dane z tabeli 33 pokazują, że 16,7% młodzieży młodszej i 16,2% młodzieży starszej ma doświadczenia z lekami uspokajającymi i nasennymi przyjmowanymi w celach leczniczych. W tej grupie wyróżnić trzeba około 6 i 7,1 sześćo-siedmioprocentową frakcję badanych, którzy te leki przyjmowali przez trzy tygodnie lub dłużej.

Wedle wyników badań nastąpił wzrost rozpowszechnienia stosowania leków uspokajających i nasennych w celach medycznych.

Leki uspokajające i nasenne używane w celach niemedycznych to pierwsza pod względem rozpowszechnienia substancja wśród pierwszoklasistów oraz druga w grupie trzecioklasistów. Jak przekonują dane z tabeli 33 zjawisko używania leków uspokajających i nasennych w celach innych niż medyczne ma podobny zasięg w młodszej kohorcie oraz nieco szerszy zasięg, gdy mowa o starszej młodzieży w porównaniu do używania ich wedle przepisu lekarza w celach leczniczych.

**Tabela 33. Używanie leków z przepisu lekarza**

Poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie, nigdy	89,6	83,3
	Tak, ale krócej niż przez trzy tygodnie	7,0	9,6
	Tak, przez trzy tygodnie lub dłużej	3,4	7,1
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie, nigdy	90,2	83,8
	Tak, ale krócej niż przez trzy tygodnie	5,7	10,2
	Tak, przez trzy tygodnie lub dłużej	4,1	6,0

Dane z tabel 34 i 35 sugerują, iż używanie leków uspokajających i nasennych w celach medycznych jest bardziej rozpowszechnione wśród dziewcząt niż wśród chłopców. Jest tak w obu kohortach, podobnie jak miało to miejsce w przypadku używania tych leków w celach niemedyceńskich.

**Tabela 34. Używanie leków z przepisu lekarza wśród chłopców**

Poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie, nigdy	93,5	89,9
	Tak, ale krócej niż przez trzy tygodnie	4,2	5,9
	Tak, przez trzy tygodnie lub dłużej	99,9 2,2	4,2
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie, nigdy	91,1	88,5
	Tak, ale krócej niż przez trzy tygodnie	4,9	6,7
	Tak, przez trzy tygodnie lub dłużej	4,0	4,8

**Tabela 35. Używanie leków z przepisu lekarza wśród dziewcząt**

Poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie, nigdy	85,7	77,2
	Tak, ale krócej niż przez trzy tygodnie	9,8	13,2
	Tak, przez trzy tygodnie lub dłużej	4,6	9,6
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie, nigdy	89,2	79,6
	Tak, ale krócej niż przez trzy tygodnie	6,7	13,3
	Tak, przez trzy tygodnie lub dłużej	4,1	7,1

### **Problem „dopalaczy”**

Problem „dopalaczy” (smart drugs, legal highs) pojawił się w Europie w połowie poprzedniej dekady. W Polsce zaczął narastać w ostatnich latach. Problem dopalaczy rozwijał się na styku świata substancji legalnych i nielegalnych. „Dopalacze” oferowane są w większości krajów europejskich, a także w internecie. Wszędzie problem ten jest przedmiotem troski władz i zaniepokojenia społecznego. Nasza wiedza na temat dopalaczy jest wrywkowa, zarówno w wymiarze farmakologicznym, jak i społeczno-kulturowym. Brak nawet precyzyjnej naukowej definicji „dopalaczy”.

„Dopalacze” określić można jako preparaty zawierające w swym składzie substancje psychoaktywne nie objęte kontrolą prawną. Niektóre z nich są pochodzenia roślinnego, inne – syntetycznego. Dopalacze w zasadzie cieszą się statusem legalności – jednak obrót nimi odbywa się na zasadach pewnego wybiegu, stanowi omińnięcie prawa. W Polsce dopalacze jeszcze do października 2010 r. sprzedawane były jak produkty kolekcjonerskie, w innych krajach sprzedawane bywają jako kadzidółka, sole do kąpiei, odświeżacze powietrza, itp.

Z używaniem „dopalaczy” wiąże się wiele zagrożeń. Są to nowe, nieprzebadane substancje przyjmowane wedle nowych nierozpoznanych wzorów. W efekcie brak doświadczeń z tymi substancjami u użytkowników zwiększa ryzyko powikłań. O niektórych z tych substancji można przypuszczać, że są bardziej niebezpieczne niż ich nielegalne odpowiedniki, inne mogą się

okazać całkiem niegroźne. W 2010 r., szpitale raportowały liczne przypadki zatruc, w tym śmiertelnych. Zgłaszały też trudności w niesieniu pomocy osobom, które przedawkowały dopalacze ze względu na trudny do określenia obraz toksykologiczny. Z drugą falą takich przypadków mieliśmy do czynienia w 2015 r.

Potrzeba rozpoznania epidemiologicznego fenomenu „dopalaczy” skłoniła do wprowadzenia do ankiety już w 2011 r. kilku pytań na temat kontaktów z tymi substancjami.

Do używania dopalaczy, chociaż raz w życiu, przyznało się 6,4% piętnasto-szesnastolatków i 6,3% siedemnasto-osiemnastolatków (tabela 36). Odsetki aktualnych użytkowników są niższe od wspomnianych (wśród młodszych – 5,5%, wśród starszych – 4,5%). W czasie ostatnich 30 dni po substancje te sięgało 4,3% badanych z pierwszej grupy i 3,1% z drugiej grupy.

Rozpowszechnianie używania dopalaczy w 2024 r. lokuje się na podobnym poziomie, jak w 2019 r.

**Tabela 36. Używanie dopalaczy**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	4,9	6,4
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	3,2	5,5
	W czasie 30 dni przed badaniem	2,7	4,3
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	5,4	6,3
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	4,0	4,5
	W czasie 30 dni przed badaniem	2,9	3,1

W tabeli 37. zestawiono dane, o tym pod jakimi postaciami dopalacze były używane w czasie ostatnich 12 miesięcy.

**Tabela 37. Używanie dopalaczy – postać substancji używanej w czasie ostatnich 12 miesięcy**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Mieszanki ziołowe do palenia	5,5	4,6
	Proszek, kryształki, lub tabletki	3,3	3,6
	Płyn	2,0	1,8
	Inne	2,9	2,5
Starsza kohorta (17-18 lat)	Mieszanki ziołowe do palenia	5,7	6,4
	Proszek, kryształki, lub tabletki	3,7	2,7
	Płyn	1,9	0,5
	Inne	2,5	1,1

Najczęściej dopalaczy używano w postaci mieszanki ziołowej do palenia (4,6% uczniów młodszych i 6,4% uczniów starszych). Dopalacze pod innymi postaciami były wykorzystywane znacznie rzadziej. W 2019 r. uzyskano podobne rozkłady odwiedzi.

### **Oczekiwania wobec alkoholu i przetworów konopi**

Sięganie po napoje alkoholowe oraz rozmiary picia zależne są, przynajmniej w pewnym stopniu, od postaw i oczekiwań wobec alkoholu. W jednym z pytań ankiety prosiliśmy badanych o określenie na pięciopunktowej skali szacunkowej, na ile prawdopodobne jest ich zdaniem, że doświadczą po alkoholu wymienionych w pytaniu konsekwencji (tabela 38).

Wśród poddanych ocenie respondentów następstw picia znalazły się konsekwencje negatywne i pozytywne. Dla uproszczenia obrazu spróbujemy zbudować rankingi spodziewanych konsekwencji negatywnych i pozytywnych opierając się na odsetkach odpowiedzi „bardzo prawdopodobne”.

W młodszej kohorcie w zakresie następstw negatywnych na pierwszym miejscu znalazło się złe samopoczucie (mdłości) (14,4%), na drugim – szkody zdrowotne (13,3%), a następnie obawa, że zrobi się coś, czego będzie się potem żałowało (12,4%) oraz kac (10,9%).

**Tabela 38. Oczekiwania wobec alkoholu**

poziom klasy		Bardzo prawdopodobne	Prawdopodobne	Nie wiadomo	Mało prawdopodobne	Zupełnie nieprawdopodobne
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Poczuję się odprężony	18,4	25,2	37,7	7,2	11,4
	Będę miał kłopoty z policją	7,3	7,8	41,1	16,8	26,9
	Zaszkodzi to mojemu zdrowiu	13,3	21,2	41,3	12,0	12,3
	Poczuję się szczęśliwy	13,7	22,9	42,3	8,4	12,8
	Zapomnę o swoich problemach	14,9	19,2	40,3	9,5	16,1
	Nie będę w stanie przestać pić	6,1	6,1	37,9	16,7	33,2
	Będę miał kaca	10,9	15,2	41,9	12,9	19,1
	Będę bardziej przyjazny i towarzyski	15,2	21,5	43,3	6,1	14,0
	Zrobię coś, czego będę żałował	12,4	16,7	42,2	11,9	16,9
	Będę się świetnie bawić	17,7	22,1	41,9	5,2	13,2
Zrobi mi się niedobrze	14,4	15,7	42,0	11,0	16,9	
Starsza kohorta (17-18 lat)	Poczuję się odprężony	23,9	39,0	22,6	7,0	7,4
	Będę miał kłopoty z policją	5,0	8,2	25,3	26,6	35,0
	Zaszkodzi to mojemu zdrowiu	9,5	20,7	36,6	23,0	10,1
	Poczuję się szczęśliwy	16,3	31,4	33,5	10,8	8,1
	Zapomnę o swoich problemach	12,7	21,7	33,6	17,5	14,5
	Nie będę w stanie przestać pić	5,5	6,8	22,8	25,5	39,4
	Będę miał kaca	11,8	21,1	31,0	19,8	16,3
	Będę bardziej przyjazny i towarzyski	21,2	32,1	29,1	8,4	9,2
	Zrobię coś, czego będę żałował	9,3	18,0	34,3	20,4	18,1
	Będę się świetnie bawić	22,7	32,9	31,1	5,5	7,7
Zrobi mi się niedobrze	11,0	21,0	34,0	21,0	13,0	

Jeszcze mniejsze odsetki badanych obawiają się kłopotów z policją (7,3%) lub utraty kontroli nad własnym pićiem (6,1%).

Wśród konsekwencji pozytywnych najwięcej uczniów z młodszej grupy wymienia poczucie odprężenia (18,4%), a w dalszej kolejności - świetną zabawę (17,7%), towarzyskość (15,2%) i zapomnienie o swoich problemach (14,9%). Najrzadziej wymieniane jest poczucie szczęścia (13,7%).

Porównanie częstości wyborów konsekwencji pozytywnych i negatywnych wskazuje na nieco większą popularność tych pierwszych. Innymi słowy piętnasto-szesnastolatki zdają się oczekiwać po alkoholu więcej dobrego niż złego.

W starszej kohorcie ranking następstw negatywnych wygląda trochę inaczej, niż w młodszej. Na pierwszym miejscu jest kac (11,8%), na drugim – złe samopoczucie (mdłości) (11,0%), a na trzecim szkody zdrowotne (9,5%). Na czwartym miejscu znalazła się obawa, że zrobi się coś, czego będzie się potem żałowało (9,3%), a na kolejnych – utrata kontroli nad własnym pićiem (5,5%) oraz kłopoty z policją (5,0%)

W zakresie konsekwencji pozytywnych oczekiwania siedemnasto-osiemnastolatków są podobne do antycypacji ich młodszych kolegów. Na dwu pierwszych miejscach znalazły się: poczucie odprężenia (23,9%) i świetna zabawa (22,7%), trzecią pozycję zajmuje towarzyskość (21,2%), a kolejne – poczucie szczęścia (16,3%) oraz zapomnienie o swoich problemach (12,7%).

W sumie starsi uczniowie także w wyższych odsetkach potwierdzali prawdopodobieństwo pojawienia się poszczególnych następstw pozytywnych, niż konsekwencji negatywnych.

Porównanie oczekiwań wobec alkoholu, jakie przejawiają uczniowie z województwa mazowieckiego stwierdzonych w 2024r. z oczekiwaniami uczniów w całym kraju z 2019 r. nie ujawniło znaczących różnic (tabela 39).

Niewielkie różnice są wynikiem do zwiększenia się w obu kohortach odsetka potwierdzających w swoich oczekiwaniach poczucie szczęścia oraz w młodszej kohorcie odsetka spodziewających się zapomnienia o swoich problemach.

**Tabela 39. Oczekiwania wobec alkoholu (bardzo prawdopodobne)**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Poczuje się odprężony	18,5	18,4
	Będę miał kłopoty z policją	7,1	7,3
	Zaszkodzi to mojemu zdrowiu	13,3	13,3
	Poczuje się szczęśliwy	10,7	13,7
	Zapomnę o swoich problemach	10,4	14,9
	Nie będę w stanie przestać pić	6,9	6,1
	Będę miał kaca	12,9	10,9
	Będę bardziej przyjazny i towarzyski	14,5	15,2
	Zrobię coś, czego będę żałował	11,3	12,4
	Będę się świetnie bawić	14,9	17,7
	Zrobi mi się niedobrze	11,9	14,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	Poczuje się odprężony	23,6	23,9
	Będę miał kłopoty z policją	4,1	5,0
	Zaszkodzi to mojemu zdrowiu	6,7	9,5
	Poczuje się szczęśliwy	12,5	16,3
	Zapomnę o swoich problemach	10,3	12,7
	Nie będę w stanie przestać pić	4,6	5,5
	Będę miał kaca	10,1	11,8
	Będę bardziej przyjazny i towarzyski	19,6	21,2
	Zrobię coś, czego będę żałował	7,7	9,3
	Będę się świetnie bawić	22,2	22,7
	Zrobi mi się niedobrze	8,5	11,0

W 2011 r. po raz pierwszy zadano podobne pytanie w odniesieniu do przetworów konopi. Rozkłady odpowiedzi z 2024 r. zamieszczono w tabeli 40.

**Tabela 40. Oczekiwania wobec marihuany i haszyszu**

poziom klasy		Nie- możliwe	Mało prawdo- podobne	Może	Całkiem prawdo- podobne	Pewne
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Bardziej intensywne postrzeganie rzeczy	45,7	8,1	32,7	9,1	4,4
	Trudności z prowadzeniem rozmowy	45,0	9,3	28,4	11,8	5,5
	Utrata wątku myślenia	44,0	7,8	30,7	11,7	5,9
	Mniejsza nieśmiałość	44,1	6,3	26,2	14,7	8,8
	Trudności z koncentracją	43,9	6,0	29,9	13,2	7,1
	Zwiększenie otwartości	41,2	4,5	28,3	18,3	7,7
	Zwiększenie intensywności radości	41,4	3,9	27,9	15,7	11,1
	Zwiększenie intensywności doświadczeń	41,8	5,0	30,8	14,2	8,1
	Zmniejszenie zahamowań	42,8	6,1	27,8	14,6	8,7
	Poczucie bycia prześladowanym przez innych	48,7	14,9	26,9	5,5	4,1
Starsza kohorta (17-18 lat)	Bardziej intensywne postrzeganie rzeczy	35,3	11,1	38,2	12,1	3,4
	Trudności z prowadzeniem rozmowy	37,6	18,0	30,8	11,5	2,2
	Utrata wątku myślenia	37,2	12,9	31,6	14,8	3,5
	Mniejsza nieśmiałość	35,4	8,5	31,6	17,4	7,0
	Trudności z koncentracją	34,7	11,5	33,0	15,3	5,6
	Zwiększenie otwartości	32,6	7,5	30,8	21,8	7,2
	Zwiększenie intensywności radości	32,2	7,1	31,0	20,9	8,8
	Zwiększenie intensywności doświadczeń	33,5	8,1	31,8	19,0	7,6
	Zmniejszenie zahamowań	34,0	10,4	30,9	18,7	6,0
	Poczucie bycia prześladowanym przez innych	45,3	19,6	27,5	5,3	2,3

Podobnie, jak w przypadku pytania o alkohol, badani częściej za całkiem prawdopodobne lub pewne uważali konsekwencje pozytywne. W młodszej kohorcie wśród nich, na pierwszym miejscu lokuje się „Zwiększenie intensywności radości” (26,8%), na drugim – zwiększenie otwartości (26,0%), a na trzecim miejscu – zmniejszenie nieśmiałości (23,4%).

W starszej kohorcie na pierwszym miejscu lokuje się „Zwiększenie intensywności radości” (29,7%), na drugim – zwiększenie otwartości (29,0%), a na trzecim – zwiększenie intensywności doświadczeń (26,6%).

Najczęściej oczekiwaną konsekwencją negatywną były trudności z koncentracją (młodsza kohorta – 20,3%, starsza kohorta – 20,9%), a następnie – utrata wątku myślenia (młodsza kohorta – 17,5%, starsza kohorta – 18,3%) oraz trudności w prowadzeniu rozmowy (młodsza kohorta – 17,3%, starsza kohorta – 13,6%).

### **Doświadczenie problemów**

Picie napojów alkoholowych, a także używanie innych substancji psychoaktywnych, często sprzyja powstawaniu różnych problemów. Problemy te występować mogą także bez związku z używaniem substancji, jednak używanie substancji zwiększa prawdopodobieństwo ich pojawienia się. W jednym z pytań ankiety respondenci otrzymali listę takich problemów z prośbą, aby określili, czy w czasie ostatnich 12 miesięcy stały się ich udziałem w związku z piciem alkoholu. Wyniki zawiera tabela 41.

Wśród młodszych uczniów najbardziej rozpowszechnią konsekwencją picia alkoholu był wypadek lub uszkodzenie ciała (6,3%). Na drugim miejscu były zniszczenie rzeczy lub ubrania oraz poważna kłótnia (oba po 6,1%). Na kolejnych miejscach znalazły się – bójka (3,7%) oraz kłopoty z policją (3,6%).

**Tabela 41. Doświadczenia poszczególnych problemów związanych z pićm alkoholu, używaniem narkotyków oraz bez związku z używaniem substancji w czasie ostatnich 12 miesięcy**

Kohorta		Związane z alkoholem	Związane z narkotykami
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Bójka	3,7	1,3
	Wypadek lub uszkodzenie ciała	6,3	0,8
	Zniszczenie rzeczy lub ubrania	6,1	1,7
	Poważna kłótnia	6,1	1,4
	Stałe(a)ś się ofiarą rabunku lub kradzieży	2,4	1,1
	Kłopoty z policją	3,6	1,6
	Korzystanie z pomocy medycznej z powodu zatrucia	1,6	1,3
	Korzystanie z pomocy medycznej z powodu wypadku lub uszkodzenia ciała	1,7	1,4
	Seks bez zabezpieczenia (bez antykoncepcji)	2,6	1,7
	Niechciane przez Ciebie doświadczenia seksualne	2,4	1,4
	Samouszkodzenia	2,3	1,3
	Kierowanie pojazdem będąc pod wpływem substancji	2,3	1,6
	Spowodowanie wypadku będąc pod wpływem substancji	1,3	1,2
	Pływanie będąc pod wpływem substancji	2,3	1,1
Starsza kohorta (17-18 lat)	Bójka	5,5	0,8
	Wypadek lub uszkodzenie ciała	9,3	0,8
	Zniszczenie rzeczy lub ubrania	12,4	1,2
	Poważna kłótnia	10,0	1,6
	Stałe(a)ś się ofiarą rabunku lub kradzieży	2,3	1,1
	Kłopoty z policją	5,5	1,1
	Korzystanie z pomocy medycznej z powodu zatrucia	2,2	1,1
	Korzystanie z pomocy medycznej z powodu wypadku lub uszkodzenia ciała	1,8	1,1
	Seks bez zabezpieczenia (bez antykoncepcji)	4,5	1,5
	Niechciane przez Ciebie doświadczenia seksualne	4,5	1,1
	Samouszkodzenia	5,3	0,8
	Kierowanie pojazdem będąc pod wpływem substancji	2,7	0,8
	Spowodowanie wypadku będąc pod wpływem substancji	1,4	1,0
	Pływanie będąc pod wpływem substancji	5,7	0,4

W starszej kohorcie najbardziej rozpowszechnią konsekwencją picia alkoholu było zniszczenie rzeczy lub ubrania (12,4%). Kolejnymi problemami pod względem rozpowszechnienia były, poważna kłótnia (10,0%) oraz wypadek lub uszkodzenie ciała (9,3%).

W młodszej kohorcie w miarę często pojawiało się kłopoty z policją (3,6%), oraz bójka (3,7%).

W obu kohortach najrzadziej wymieniano spowodowanie wypadku będąc pod wpływem alkoholu (1,3% w młodszej kohorcie oraz 1,4% w starszej kohorcie).

Problemy związane z używaniem narkotyków zdarzają się znacznie rzadziej, co wynika ze znacznie mniejszego rozpowszechnienia ich używania w stosunku do picia napojów alkoholowych. Odsetki badanych doświadczających tych problemów w obu kohortach są bardzo podobne i nigdzie nie osiągają progu 2%.

### **Dostępność substancji psychoaktywnych**

Aby zbadać dostępność poszczególnych substancji psychoaktywnych prosiliśmy respondentów o oszacowanie, na ile trudne byłoby dla nich zdobycie każdej z nich, gdyby tego chcieli. Skala odpowiedzi wyznaczona była przez dwie skrajne możliwości: „Niemożliwe” oraz „Bardzo łatwe”. Pozostawiono też możliwość odpowiedzi „nie wiem”. Ocenie badanych poddano dostępność napojów alkoholowych, leków uspokajających i nasennych, substancji wziewnych oraz poszczególnych środków nielegalnych. Pełen rozkład odpowiedzi uczniów przedstawia tabela 42.

Należy zwrócić uwagę, że w ocenach respondentów poziom dostępności napojów alkoholowych jest wysoki. Uczniowie z młodszej kohorty, a więc młodzież w wieku 15-16 lat, uznali za bardzo łatwe do zdobycia: piwo – 51,6%, wino – 39,5% i wódkę – 41,1%. Znacznie mniejszy odsetek tej grupy badanych uznał za niemożliwe do zdobycia piwo (3,7%), wino (5,3%) i wódkę (7,0%).

Młodzież deklaruje podobny poziom dostępu do tytoniu. Za bardzo łatwy do zdobycie uznało go 41,4% piętnasto-szesnastolatków, za niemożliwy do zdobycie – jedynie 2,8%. Trzeba zauważyć, że większość badanych nie ma dużych trudności z dostępem do napojów alkoholowych i tytoniu, mimo że według polskiego prawa sprzedaż i podawanie używek nieletnim jest zabroniona.

### **Tabela 42. Ocena dostępności poszczególnych substancji**

Poziom klasy		Nie możliwe	Bardzo trudne	Dosyć trudne	Dosyć łatwe	Bardzo łatwe	Nie wiem
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Papierosy	2,8	4,6	9,1	30,7	41,4	11,3
	Piwo	3,7	3,0	6,6	26,0	51,6	9,1
	Cydr	8,8	7,4	10,4	12,0	17,9	43,4
	Alcopops	9,4	9,1	14,0	17,5	20,7	29,3
	Wino	5,3	5,4	11,3	24,1	39,5	14,3
	Wódka	7,0	6,0	9,7	23,2	41,1	13,0
	Marihuana lub haszysz	19,6	12,5	14,5	19,6	14,8	18,9
	Amfetamina	30,6	16,6	12,7	11,3	6,5	22,4
	Metamfetamina	30,3	17,1	12,9	9,7	6,5	23,4
	Leki uspokajające lub nasenne	16,6	7,5	10,8	23,3	24,9	16,9
	Ecstasy	30,9	14,7	12,2	8,4	7,3	26,6
	Kokaina	32,3	16,0	11,9	9,4	8,0	22,6
	Heroina	33,1	15,7	13,0	8,3	6,7	23,3
	Dopalacze	30,9	13,7	10,5	10,6	9,1	25,2
Starsza kohorta (17-18 lat)	Papierosy	1,6	2,3	4,4	22,1	63,5	6,2
	Piwo	1,7	1,4	3,0	18,4	73,1	2,5
	Cydr	3,9	3,0	7,0	17,1	48,4	20,5
	Alcopops	3,3	2,8	7,1	20,3	50,6	15,9
	Wino	2,0	1,8	3,8	18,2	69,5	4,7
	Wódka	2,4	3,4	3,5	19,4	66,9	4,4
	Marihuana lub haszysz	10,0	7,6	16,1	28,9	20,2	17,3
	Amfetamina	27,8	15,3	16,2	14,8	5,7	20,2
	Metamfetamina	27,5	15,9	16,5	13,2	6,5	20,4
	Leki uspokajające lub nasenne	12,4	6,7	11,9	29,3	25,8	13,8
	Ecstasy	26,5	14,5	17,2	13,3	5,6	22,9
	Kokaina	28,0	16,4	16,2	11,9	6,8	20,6
	Heroina	28,6	17,6	16,7	11,1	4,8	21,2
	Dopalacze	28,0	14,0	15,9	12,2	6,4	23,5

Dostępność poszczególnych napojów alkoholowych i tytoniu w ocenach uczniów ze starszej kohorty jest znacznie wyższa, co nie powinno dziwić, bowiem badanym ze starszej grupy

do pełnoletniości niewiele brakuje, a niektórzy już ją osiągnęli. Zgodnie z oczekiwaniami odsetki deklarujących łatwy dostęp największe są w przypadku tytoniu i piwa, a najmniejsze w przypadku wódki. Odpowiedź „Bardzo łatwe” padła w przypadku papierosów ze strony 63,5% starszej młodzieży, w przypadku piwa – 73,1% wina – 69,5% i wódki – 66,9%. Jedynie niewielki odsetek tej grupy badanych uznał za niemożliwe do zdobycia: tytoń – 1,6%, piwo – 1,7%, wino – 2,0% i wódkę – 2,4%.

W przeważającej większości badani nie mieli problemów z oceną dostępności podstawowych rodzajów napojów alkoholowych. Nie potrafiło odpowiedzieć na to pytanie jedynie 9-14% uczniów z młodszej kohorty i 2-6% uczniów ze starszej kohorty.

Kwestia dostępu do leków uspokajających i nasennych okazała się trudniejsza do oceny. Na to pytanie odpowiedzi „Nie wiem” udzielił, w przybliżeniu, co szósty-ósmy badany. Dostęp do tych leków jest też zdaniem młodzieży trudniejszy. Bardzo łatwo byłoby je dostać 24,9% respondentów z młodszej grupy i 25,8% starszych uczniów, niemożliwe do zdobycia byłoby to dla 16,6% badanych w pierwszej grupie i dla 12,4% z drugiej.

Na tym tle dostępność substancji nielegalnych oceniana jest niżej. Odsetki uczniów młodszych, którzy uważają je za niemożliwe do zdobycia wahają się od 19,6% w przypadku konopi indyjskich do 33,1% w przypadku heroiny.

Bardzo łatwy dostęp deklarowany jest przez pierwszoklasistów od 14,8% w przypadku marihuany lub haszyszu do 6,5% 6,7% w przypadku heroiny bądź amfetaminy.

Odsetki uczniów z starszej kohorty deklarujących kompletny brak dostępu do poszczególnych substancji nielegalnych wahają się od 10,0% w przypadku marihuany lub haszyszu, do 28,6% w przypadku heroiny.

W starszej kohorcie badani w przypadku większości substancji nielegalnych w podobnym lub wyższym odsetku, co młodszy uczniowie uznają je za bardzo łatwe do zdobycia. Odpowiedzi takich udzieliło w odniesieniu do najbardziej dostępnych konopi 20,2% badanych i najtrudniej dostępnej heroiny 4,8 % badanych.

Odsetki młodzieży ze starszej kohorty stwierdzającej, że byłoby dla nich niemożliwe zdobycie poszczególnych substancji wahają się od 10,0 % w przypadku konopi indyjskich do 28,6 % w przypadku heroiny.

Zapytaliśmy również badanych, jak oceniają dostępność nowych substancji psychoaktywnych, czyli tzw. „dopalaczy”. Uczniowie z obu kohort w dość niskim odsetku uważają te substancje za bardzo łatwą do zdobycia (9,1% uczniów z młodszej kohorty oraz 6,4% – starszej). Brak

dostępu do „dopalaczy” deklaruje odpowiednio 30,9% oraz 28,0% badanych. Dostępność dopalaczy oceniana jest zatem niżej niż przetworów konopi, a podobnie, jak innych znacznie groźniejszych narkotyków.

Na koniec trzeba zwrócić uwagę na bardzo wysokie odsetki badanych, którzy nie potrafili oszacować swoich możliwości w zakresie dostępu do substancji nielegalnych. Najmniej badanych miało trudności z oceną dostępu do marihuany i haszyszu, najwięcej z oceną dostępu do dopalaczy cracku. Te relatywnie wysokie odsetki badanych, którzy wybrali odpowiedź „Nie wiem” wskazują na znacząca frakcję osób do tego stopnia nie zainteresowanych substancjami nielegalnymi, że nie potrafiących nawet wyobrazić sobie skali trudności w zdobyciu tego typu środków.

W tabeli 43. przedstawiono porównanie odsetków badanych deklarujących bardzo łatwy dostęp do poszczególnych substancji w 2019 r. oraz w 2024 r.

Dane zestawione w tabeli sugerują, że respondenci z młodszej kohorty zwiększyli swój dostęp do wszystkich napojów alkoholowych z wyjątkiem cydru, a także leków uspokajających i nasennych oraz do marihuany lub haszyszu.

Wedle ocen uczniów ze starszej kohorty w lekko spadła dostępność papierosów, piwa i cydru, a także nowych substancji psychoaktywnych, czyli tzw. „dopalaczy”.

**Tabela 43. Ocena dostępu do poszczególnych substancji jako bardzo łatwy**

Poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Papierosy	37,6	41,4
	Piwo	43,1	51,6
	Cydr	23,4	17,9
	Alcopops	17,3	20,7
	Wino	34,3	39,5
	Wódka	30,8	41,1
	Marihuana lub haszysz	11,0	14,8
	Amfetamina	4,2	6,5
	Metamfetamina	3,7	6,5
	Leki uspokajające lub nasenne	19,1	24,9
	Ecstasy	4,6	7,3
	Kokaina	4,7	8,0
	Heroina	4,1	6,7
	Dopalacze	7,9	9,1
Starsza kohorta (17-18 lat)	Papierosy	66,0	63,5
	Piwo	76,4	73,1
	Cydr	63,2	48,4
	Alcopops	44,9	50,6
	Wino	70,6	69,5
	Wódka	67,8	66,9
	Marihuana lub haszysz	20,1	20,2
	Amfetamina	6,4	5,7
	Metamfetamina	6,5	6,5
	Leki uspokajające lub nasenne	24,0	25,8
	Ecstasy	8,5	5,6
	Kokaina	6,7	6,8
	Heroina	5,2	4,8
	Dopalacze	10,2	6,4

Odpowiedzi na pytanie o to, czy badanemu kiedykolwiek proponowano jakieś substancje psychoaktywne dostarczyły innego wskaźnika dostępności. W mass mediach ciągle wiele mówi się o agresywnym rozwoju rynku substancji nielegalnych i ich marketingu wśród uczniów. Intencją pytania o propozycje była weryfikacja tych doniesień. Badanym przedstawiono listę środków legalnych i nielegalnych i proszono o zaznaczenie tych, które w czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem ktokolwiek im proponował. Rozkład odpowiedzi zawarty w tabeli 44 wskazuje na podobne prawidłowości jak przy używaniu poszczególnych substancji.

Najczęściej proponowanym młodzieży środkiem jest bez wątpienia alkohol. Uczniowie najczęściej spotykali się z propozycjami piwa, następnie wódki i na końcu wina. Z propozycjami dotyczącymi substancji nielegalnych spotykają się mniej liczne frakcje badanych i stosunkowo najczęściej dotyczą one przetworów konopi. Otrzymało je chociaż raz w czasie ostatnich 12 miesięcy 18,0% uczniów z klas młodszych i 26,7% uczniów klas starszych. Odsetki uczniów, którym proponowano amfetaminę wynosiły w przypadku piętnasto-szesnastolatków – 7,0% i siedemnasto-osiemnastolatków – 4,5%. Leki uspokajające i nasenne, proponowane były podobnym odsetkom młodzieży z grupy młodszej i starszej (11,4% i 9,6%).

Zwraca uwagę wysoki odsetek uczniów, którzy spotykali się z propozycjami alkoholu nielegalnie wytworzonego domowym sposobem, czyli bimbru. W młodszej grupie z taką ofertą spotkało się 19,5% badanych, w starszej zaś – 33,8%.

Ekspozycja uczniów z Województwa Mazowieckiego na propozycje większości substancji nielegalnych jest zbliżona do tej obserwowanej na terenie całego kraju. Zwraca jednak uwagę mniejszy w Województwie Mazowieckim niż średnio w kraju odsetek młodszych uczniów otrzymujących oferty marihuany lub haszyszu.

Starsi badani z Mazowsza częściej deklarowali otrzymywanie propozycji nielegalnych napojów alkoholowych.

Porównanie wyników z 2024 r. z wynikami z 2019 r. sugeruje wzrost ekspozycji na oferty substancji nielegalnych w młodszej kohorcie. Największy wzrost wystąpił w przypadku amfetaminy i kokainy, czyli stymulantów. Nie ominął on w zasadzie żadnej substancji nielegalnej, z wyjątkiem tej najbardziej rozpowszechnionej, czyli przetworów konopi. Inaczej stało się w starszej kohorcie. W zakresie substancji legalnych, wzrósł jedynie odsetek trzecioklasistów, którym proponowano wódkę. W zakresie – nielegalnych, zmniejszyła się frakcja narażonych na oferty marihuany lub haszyszu.

**Tabela 44. Ekspozycja na propozycje poszczególnych substancji**

poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	63,7	64,7
	Wino	37,4	39,5
	Wódka	50,0	54,0
	Marihuana lub haszysz	18,3	18,0
	LSD	2,9	5,7
	Amfetamina	3,8	7,0
	Leki uspokajające lub nasenne	8,0	11,4
	Crack	1,7	6,0
	Kokaina	3,2	7,5
	Ecstasy	2,8	5,9
	Heroina	2,2	6,0
	Sterydy anaboliczne	3,1	7,1
	Polska heroina (kompot)	2,3	5,9
	Bimber	15,4	19,5
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	85,5	82,4
	Wino	61,8	62,2
	Wódka	75,6	79,7
	Marihuana lub haszysz	37,1	26,7
	LSD	5,2	4,3
	Amfetamina	6,2	4,5
	Leki uspokajające lub nasenne	8,3	9,6
	Crack	1,9	2,9
	Kokaina	3,6	4,3
	Ecstasy	6,6	3,9
	Heroina	2,2	3,5
	Sterydy anaboliczne	3,5	5,6
	Polska heroina (kompot)	1,8	4,0
	Bimber	32,3	33,8

Odsetki badanych, którzy pili poszczególne napoje alkoholowe w takich miejscach, jak pub, bar, kawiarnia, restauracja, czy dyskoteka są nieco wyższe niż analogiczne odsetki dokonujących zakupów w sklepach sprzedających na wynos (tabele 45 i 46).

Jak wynika z tabeli 45, zarówno uczniowie z młodszej kohorty, jak i ze starszej, w lokalach gastronomicznych w największym odsetku pili piwo (młodzi – 37,5%, starsi – 53,4%), w nieco mniejszym wódkę (młodzi – 30,8%, starsi – 51,1%), a w najmniejszym wino (młodzi – 19,4%, starsi – 33,2%).

Uczniowie z młodszej kohorty, którzy pili poszczególne napoje, najczęściej lokowali się w kategorii częstotliwości picia 1-2 razy w czasie ostatnich 30 dni.

Uczniów ze starszej kohorty w znaczących odsetkach znajdujemy także w kategorii 3-5 razy.

**Tabela 45. Picie napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem w miejscach publicznych - pub, bar, kawiarnia, restauracja, dyskoteka (Województwo Mazowieckie 2024)**

Poziom klasy		Nie piłem	1-2 razy	3-5 razy	6-9 razy	10-19 razy	20 lub więcej razy
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	62,5	21,0	8,6	3,4	1,3	3,2
	Wino	80,6	11,6	3,8	1,5	0,4	2,1
	Wódka	69,2	15,2	6,8	3,7	2,0	3,1
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	46,6	26,9	14,2	6,5	3,8	2,0
	Wino	66,8	23,0	5,1	3,2	0,7	1,2
	Wódka	48,9	24,3	13,5	8,5	2,5	2,4

Tabela 46 zawiera analogiczne dane z 2019 r. Porównanie tych wyników z wynikami obecnego badania wskazuje na zwiększenie się odsetków uczniów, którzy pili napoje alkoholowe w miejscach wyszynku. Dotyczy to obu kohort, przy czym warto zauważyć iż największy wzrost dotyczy picia wódki, zwłaszcza przez uczniów z młodszej kohorty.

**Tabela 46. Picie napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem w miejscach publicznych - pub, bar, kawiarnia, restauracja, dyskoteka (Województwo Mazowieckie 2019)**

Poziom klasy		Nie piłem	1-2 razy	3-5 razy	6-9 razy	10-19 razy	20 lub więcej razy
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	67,4	18,3	8,0	3,3	1,4	1,6
	Wino	83,9	10,8	3,0	1,1	0,5	0,7
	Wódka	78,9	11,7	4,6	2,4	1,2	1,3
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	44,5	25,6	16,9	7,2	3,3	2,5
	Wino	72,0	18,9	6,0	1,9	0,5	0,8
	Wódka	55,1	23,0	11,8	6,2	1,9	2,0

W tabeli 47 zestawiono dane dotyczące zakupów napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem. Odsetki badanych z młodszej kohorty, którzy dokonywali zakupu poszczególnych napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni są niższe niż analogiczne odsetki wśród badanych ze starszej grupy.

Badani w najwyższym odsetku kupowali piwo (20,9% pierwszoklasistów i 43,7% trzecioklasistów), następnie wódkę (17,4% pierwszoklasistów i 32,1% trzecioklasistów), a w najmniejszy odsetku – wino (8,5% pierwszoklasistów i 20,3% trzecioklasistów). Większość badanych dokonujących zakupów wina bądź wódki robiła to 1-2 razy w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem. Trochę inaczej jest z piwem. Wprawdzie tu również największa frakcja badanych dokonywała zakupów 1-2 razy, ale dość znaczna jest też frakcja kupujących ten napój 3-5 razy w tym czasie.

**Tabela 47. Zakupy napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem (Województwo Mazowieckie 2024)**

Poziom klasy		Nie kupowa- łem	1-2 razy	3-5 razy	6-9 razy	10-19 razy	20 lub więcej razy
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	79,1	11,2	3,6	2,1	1,1	2,9
	Wino	91,5	4,2	1,1	0,7	0,7	1,8
	Wódka	82,6	7,9	3,4	1,8	1,5	2,8
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	56,3	21,6	12,8	3,4	3,4	2,5
	Wino	79,7	12,4	4,0	1,5	0,9	1,5
	Wódka	67,9	17,2	6,9	3,6	2,0	2,4

W 2019 r. badani także w najwyższym odsetku kupowali piwo, następnie wódkę, a w najmniejszym odsetku – wino. W czasie ostatnich 5 lat odsetki kupujących uległy zmianie tylko w dwóch przypadkach. Zwiększyła się frakcja pierwszoklasistów, którzy kupowali wódkę i zmniejszyła się proporcja trzecioklasistów kupujących piwo.

**Tabela 48. Zakupy napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem (Województwo Mazowieckie 2019)**

Poziom klasy		Nie kupowa- łem	1-2 razy	3-5 razy	6-9 razy	10-19 razy	20 lub więcej razy
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	80,1	10,3	5,0	2,4	0,7	1,4
	Wino	92,8	4,2	1,7	0,4	0,2	0,7
	Wódka	87,7	6,1	2,8	1,8	0,6	0,9
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	46,9	25,4	13,7	7,6	3,0	3,3
	Wino	79,2	13,4	4,2	1,5	0,5	1,2
	Wódka	67,8	15,8	8,6	3,4	1,6	2,8

Uczniowie zostali także zapytani o to, czy spotkali się z odmową sprzedaży napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem ze względu na młody wiek (tabela 49.). W młodszej kohorcie największy odsetek uczniów spotkał się z odmową sprzedaży piwa 1-2 razy (5,8%), a 3,2% badanych nie mogło zakupić piwa z powodu odmowy więcej niż 10 razy. Uczniowie ze starszej kohorty również najczęściej spotykali się z odmową sprzedaży piwa 1-2 razy (8,2%), 10 razy lub więcej odmówiono zakupu 2,2% badanych. W przypadku odmów sprzedaży wódki odsetki badanych, którzy mieli takie doświadczenie 1-2 razy są niemal identyczne, jak w przypadku piwa. Natomiast, gdy w grę wchodzi wino, to odsetki odmów sprzedaży są niższe.

**Tabela 49. Odmowy sprzedaży napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem ze względu na młody wiek (Województwo Mazowieckie 2024)**

Poziom klasy		Nie kupował/ Nie było odmowy	1-2 razy	3-5 razy	6-9 razy	10-19 razy	20 lub więcej razy
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	87,5	5,8	1,9	1,6	0,4	2,8
	Wino	91,2	3,1	1,5	0,9	0,5	2,8
	Wódka	87,2	5,8	1,7	1,2	1,1	3,0
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	86,2	8,2	2,3	0,9	0,6	1,6
	Wino	90,4	4,8	2,0	0,9	0,7	1,2
	Wódka	84,1	8,4	3,1	1,0	0,9	2,5

Analogiczne wyniki z 2019 r. zestawione w tabeli 50 nie odbiegają znacząco od wyników uzyskanych obecnie. Można zatem suponować, iż pod względem odmów sprzedaży napojów alkoholowych młodzieży w czasie ostatnich 5 lat niewiele się zmieniło.

**Tabela 50. Odmowy sprzedaży napojów alkoholowych w czasie ostatnich 30 dni przed badaniem ze względu na młody wiek (Województwo Mazowieckie 2019)**

Poziom klasy		Nie kupował/ Nie było odmowy	1-2 razy	3-5 razy	6-9 razy	10-19 razy	20 lub więcej razy
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Piwo	89,1	7,2	1,7	0,8	0,4	0,8
	Wino	94,2	3,8	0,6	0,5	0,1	0,8
	Wódka	91,2	5,4	0,9	1,1	0,3	1,1
Starsza kohorta (17-18 lat)	Piwo	86,8	8,0	2,5	0,8	0,6	1,4
	Wino	93,5	3,5	1,2	0,6	0,2	0,9
	Wódka	88,3	7,2	2,0	0,7	0,6	1,2

Kolejne pytanie mające za zadanie uszczegółowienie wiedzy na temat dostępności substancji psychoaktywnych dotyczyło przetworów konopi i sondowało znajomości miejsc, gdzie można te substancje łatwo nabyć (tabela 51).

Większość respondentów orientuje się, gdzie można kupić marihuanę lub haszysz. Odsetek badanych znających takie miejsca jest wyższy wśród starszej młodzieży 88,5 % niż młodszej 71,2%.

Uczniowie w wieku 15-16 lat najczęściej wymieniali w tym kontekście ulicę i park (19,8%), a także szkołę (10,4%), mieszkanie dealera (11,8%), dyskotekę lub bar (6,7%) oraz internet (10,7%).

Uczniowie w wieku 17-18 lat najczęściej wspominali o ulicy i parku (23,6%), następnie o dyskotekę lub barze (6,4%), mieszkaniu dealera (16,3%), szkole (11,3 %) oraz internecie (17,3%).

Warto zauważyć, że w obu kohortach odsetek znających miejsca, gdzie można kupić marihuanę lub haszysz nie uległ zmianie od 2019 r. Wśród potencjalnych miejsc zakupu w 2024 r. rzadziej niż w 2019 r. pojawia się dyskoteka lub bar.

**Tabela 51. Miejsca gdzie można łatwo kupić marihuanę lub haszysz**

Poziom klasy		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie znam takich miejsc	65,6	62,6
	Ulica, park	18,6	19,8
	Szkoła	11,5	10,4
	Dyskoteka, bar	10,6	6,7
	Mieszkanie dealera	10,6	11,8
	Internet	10,3	10,7
	Inne miejsce	5,2	11,8
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie znam takich miejsc	52,2	55,2
	Ulica, park	25,0	23,6
	Szkoła	16,3	11,3
	Dyskoteka, bar	17,6	6,4
	Mieszkanie dealera	16,6	16,3
	Internet	10,9	17,3
	Inne miejsce	9,6	13,6

### **Ryzyko związane z używaniem substancji psychoaktywnych w opiniach badanych**

Używanie substancji psychoaktywnych, zarówno legalnych, takich jak napoje alkoholowe czy tytoń, jak i nielegalnych, takich jak narkotyki, niesie za sobą ryzyko pojawienia się szkód zdrowotnych i społecznych. Ryzyko to jest szczególnie duże, gdy po te substancje sięgają ludzie bardzo młodzi, nie świadomi tego, co może im grozić. Pewne znaczenie profilaktyczne może

tu mieć wiedza na temat wielorakich niebezpieczeństw związanych z ich używaniem. Nie tylko dlatego, że uświadomienie sobie ryzyka skłaniać powinno do ograniczania konsumpcji, ale również dlatego, że stwarza ono szansę zadbania o jak największe zminimalizowanie niebezpieczeństwa powikłań. Zobaczmy, zatem na ile młodzież zdaje sobie sprawę z ryzyka związanego z używaniem różnych substancji.

Przedstawiliśmy badanym listę środków legalnych i nielegalnych i poprosiliśmy, aby na czterostopniowej skali od „nie ma ryzyka” do „duże ryzyko” ocenili ryzyko zaszkodzenia sobie w wyniku używania każdego z nich. W przypadku większości substancji pytano osobno o ryzyko związane z podejmowaniem prób oraz ryzyko wynikające z regularnego używania. Tylko przy napojach alkoholowych, traktowanych zresztą łącznie, oraz przy konopiach wprowadzono trzy poziomy nasilenia używania. W przypadku alkoholu odpowiadają one trzem stylom picia tj.: „małe ilości jednorazowo ale często”, „duże ilości jednorazowo ale rzadko” oraz „dużo jednorazowo i często”. W odniesieniu do przetworów konopi trzy poziomy używania odpowiadają eksperymentowaniu, używaniu okazjonalnemu i używaniu regularnemu. Pełne rozkłady odpowiedzi uczniów zestawiono w tabeli 52.

Zdecydowana większość uczniów dostrzega ryzyko szkód związanych z używaniem substancji psychoaktywnych. Tylko bardzo nieliczni stwierdzają, że ich używanie nie jest związane z żadnym negatywnym następstwem. Stosunkowo najwięcej takich odpowiedzi padło przy eksperymentowaniu z marihuaną lub haszyszem oraz paleniu papierosów od czasu do czasu. Jednak regularne palenie papierosów w ilości co najmniej jednej paczki dziennie lub regularne palenie marihuany lub haszyszu traktowane jest jako zachowanie bardzo ryzykowne. Analiza rozkładów odpowiedzi wskazuje na nasilenie używania jako główne źródło zróżnicowania ryzyka, w mniejszym stopniu rolę tę pełni rodzaj substancji. Jest tak zarówno młodszej kohorcie, jak i w starszej. Eksperymentowanie z tak niebezpiecznymi narkotykami, jak ecstasy traktowane jest w sumie jako mniej ryzykowne niż regularne palenie papierosów lub częste picie w dużych ilościach napojów alkoholowych.

Tabela 52. Ocena ryzyka związanego z używaniem poszczególnych substancji

Kohorta		Nie ma ryzyka	Małe ryzyko	Umiarkowane ryzyko	Duże ryzyko	Nie wiem
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Pałą papierosy od czasu do czasu	10,0	36,8	35,9	12,9	4,4
	Wypalają co najmniej paczkę papierosów dziennie	5,0	3,3	16,6	69,9	5,1
	Próbują 1 raz lub 2 razy elektronicznych papierosów	24,9	43,2	16,2	9,5	6,2
	Wypijają 1 lub 2 drinki prawie codziennie	7,6	14,3	32,4	39,7	6,0
	Wypijają 4 lub 5 drinków prawie codziennie	5,4	3,5	12,0	72,9	6,2
	Wypijają 5 drinków lub więcej w czasie weekendu	5,9	4,1	17,8	63,9	8,4
	Próbują 1 raz lub 2 razy marihuany lub haszyszu	13,9	20,9	19,6	33,1	12,4
	Pałą marihuanę lub haszysz od czasu do czasu	7,5	13,3	29,1	37,7	12,4
	Pałą marihuanę lub haszysz regularnie	5,4	3,0	11,4	68,0	12,2
	Próbują 1 raz lub 2 razy ecstasy	6,4	13,1	22,5	38,6	19,3
	Biorą ecstasy regularnie	3,9	2,3	6,8	69,4	17,6
	Próbują 1 raz lub 2 razy amfetaminę	5,5	10,6	22,5	46,1	15,2
	Biorą amfetaminę regularnie	4,1	1,8	3,9	75,5	14,7
	Próbują 1 raz lub 2 razy syntetycznych kannabinoidów	5,7	8,9	20,7	40,8	23,9
	Próbują 1 raz lub 2 razy dopalaczy	10,7	17,1	31,4	31,3	9,5
	Biorą dopalacze regularnie	7,5	1,2	3,3	78,5	9,4

Kohorta		Nie ma ryzyka	Małe ryzyko	Umiarkowane ryzyko	Duże ryzyko	Nie wiem
Starsza kohorta (17-18 lat)	Pałą papierosy od czasu do czasu	9,4	38,9	37,4	11,6	2,7
	Wypalają co najmniej paczkę papierosów dziennie	3,5	2,3	14,2	77,8	2,2
	Próbują 1 raz lub 2 razy elektronicznych papierosów	23,4	48,7	16,3	8,6	3,0
	Wypijają 1 lub 2 drinki prawie codziennie	5,7	13,6	31,9	45,5	3,3
	Wypijają 4 lub 5 drinków prawie codziennie	3,7	2,6	11,4	78,7	3,6
	Wypijają 5 drinków lub więcej w czasie weekendu	4,3	4,7	20,0	66,2	4,8
	Próbują 1 raz lub 2 razy marihuany lub haszyszu	16,0	30,6	19,3	27,3	6,8
	Pałą marihuanę lub haszysz od czasu do czasu	7,5	20,2	35,0	30,8	6,6
	Pałą marihuanę lub haszysz regularnie	3,3	5,6	15,8	68,3	7,1
	Próbują 1 raz lub 2 razy ecstasy	4,7	14,4	26,8	40,7	13,4
	Biorą ecstasy regularnie	3,0	1,9	6,7	76,8	11,6
	Próbują 1 raz lub 2 razy amfetaminę	3,2	9,8	23,4	53,6	10,0
	Biorą amfetaminę regularnie	2,9	1,5	3,3	83,7	8,7
	Próbują 1 raz lub 2 razy syntetycznych kannabinoidów	3,1	10,5	22,8	45,8	17,8
	Próbują 1 raz lub 2 razy dopalaczy	8,4	19,6	26,6	38,9	6,6
	Biorą dopalacze regularnie	5,8	2,1	2,7	83,9	5,5

Ryzyko związane z poszczególnymi substancjami jest jednak również różnicowane przez badanych, chociaż, jak się wydaje, w mniejszym stopniu. Jeśli wziąć pod uwagę tylko odsetki respondentów wybierających odpowiedź „duże ryzyko”, to na poziomie eksperymentowania za najbardziej groźną w opiniach badanych uznać można amfetaminę (46,1% w młodszej grupie i 53,6% w starszej grupie). W przypadku przetworów konopi odsetki te są niższe – 33,1% w młodszej kohorcie i 27,3% w starszej kohorcie. Na poziomie regularnego używania największe odsetki badanych za obarczone dużym ryzykiem także uznały używanie nowych substancji psychoaktywnych, czyli tzw. „dopalaczy” – 78,5% w młodszej kohorcie i 83,9% w starszej kohorcie.

Interesujące wydaje się porównanie eksperymentowania z tradycyjnym tytoniem oraz z e-papierosami. Wprawdzie, generalnie rzecz biorąc, ryzyko związane z pierwszymi próbami palenia tytoniu oceniane jest trochę wyżej niż pierwszych prób z papierami elektronicznymi, to jednak różnica nie jest zbyt wielka. Nie jest jednym słowem tak, żeby e-papierosy był traktowane przez wszystkich jako całkiem a alternatywa palenie tradycyjnych wyrobów tytoniowych.

Oceniając ryzyko związane z różnymi stylami picia napojów alkoholowych, za najbardziej niebezpieczny model młodzież uznała częste picie w dużych ilościach. Na drugim miejscu znalazło się rzadsze picie w dużych ilościach, a na trzecim częstsze picie, ale w mniejszych ilościach. Warto także zauważyć, że odsetki badanych uznających palenie marihuany lub haszyszu od czasu do czasu za czynność obarczoną dużym ryzykiem są wyraźnie niższe nie tylko od odsetków badanych traktujących częste picie dużych ilości napojów alkoholowych jako bardzo ryzykowne, ale także tych którzy jako bardzo ryzykowne traktują picie weekendowe, a nawet częste picie niewielkich ilości alkoholu. Oznacza to, że młodzież nie traktuje okazjonalnego używania przetworów konopi jako czegoś, co jest bardziej ryzykowne niż picie alkoholu, niezależnie od wzoru picia.

Dane na temat postrzegania ryzyka szkód w efekcie używania substancji psychoaktywnych prowadzą do wniosku, że młodzież jest dość dobrze zorientowana w skali zagrożeń. Nie ulega też ona stereotypom nadal obecnym wśród części starszego pokolenia, według których pojedyncze eksperymenty z narkotykami budzą znacznie większe zagrożenie niż częste używanie w dużych ilościach substancji legalnych, takich jak alkohol czy tytoń.

## **Używanie substancji psychoaktywnych w otoczeniu badanych**

Odpowiedzi na pytanie o to, ile osób spośród przyjaciół respondenta używa substancji psychoaktywnych dostarczają uzupełniającego wskaźnika rozpowszechnienia używania tych środków przez młodzież. Wprawdzie z odpowiedzi respondentów nie można w prosty sposób wyliczyć liczby osób używających poszczególnych środków, ale mogą one w pewnym stopniu pełnić rolę kontrolną wobec oszacowań uzyskanych na podstawie informacji dotyczących używania tych substancji przez respondentów. Wskaźnik rozpowszechnienia używania substancji w najbliższym otoczeniu badanych można też z pewnymi zastrzeżeniami interpretować jako wskaźnik ryzyka sięgania po te substancje. Znaczne rozpowszechnienie substancji wśród przyjaciół respondenta może zwiększać szanse na to, że będzie on ich używał. Rozkłady odpowiedzi na to pytanie o to, ilu zdaniem respondenta jego przyjaciół używa poszczególnych substancji psychoaktywnych zawiera tabela 53. Badani na to pytanie odpowiadali przy użyciu skali której krańce wyznaczane były przez odpowiedzi: „nikt” i „wszyscy”.

Przedstawione w tabeli rozkłady odpowiedzi potwierdzają znaczne rozpowszechnienie używania przez młodzież substancji legalnych, przede wszystkim alkoholu i tytoniu. W klasach młodszych tylko 14,1% uczniów nie ma wśród przyjaciół nikogo, kto piłby, a 14,5% - kto by palił. W klasach starszych analogiczne odsetki wynoszą 6,0% i 8,9%. Jednocześnie w klasach młodszych 29,7% badanych twierdzi, że co najmniej większość ich przyjaciół pali i 30,3% twierdzi, że większość pije. W klasach starszych takich respondentów było odpowiednio 31,2% i 48,1%.

W klasach młodszych 37,3% młodych ludzi przyjaźni się z osobami palącymi konopie, w klasach starszych – 50,8%. Zdecydowanie rzadziej badani mają do czynienia z osobami używającymi innych substancji. Zarówno w klasach młodszych jak starszych przeważająca większość badanych twierdzi, że nikt z przyjaciół nie używa tych środków. Zgodnie z oczekiwaniami rozpowszechnienie używania poszczególnych substancji psychoaktywnych innych niż alkohol w otoczeniu respondentów nie jest jednakowe.

**Tabela 53. Ocena rozpowszechnienia używania substancji wśród przyjaciół**

Poziom klasy		Nikt	Kilka osób	Sporo	Większość	Wszyscy
Młodsza kohorta (15-16 lat)	palą papierosy	14,5	30,4	25,4	23,9	5,8
	pije napoje alkoholowe	14,1	31,8	23,7	23,0	7,3
	pali marihuanę lub haszysz	62,7	28,7	4,4	2,2	2,0
	bierze środki uspokajające lub nasenne (bez przepisu lekarza)	77,4	16,0	3,0	1,8	1,8
	bierze ecstasy	88,2	6,6	1,8	1,4	2,1
	używa środków wziewnych	87,7	7,3	1,6	1,5	1,8
	Starsza kohorta (17-18 lat)	palą papierosy	8,9	31,5	28,4	27,9
pije napoje alkoholowe		6,0	18,3	27,5	38,9	9,3
pali marihuanę lub haszysz		49,2	39,8	6,8	3,1	1,0
bierze środki uspokajające lub nasenne (bez przepisu lekarza)		76,9	18,5	2,9	0,7	1,0
bierze ecstasy		88,7	8,4	1,0	0,9	1,1
używa środków wziewnych		89,6	7,3	1,5	0,4	1,1

Relatywnie najczęściej spotykamy tu leki uspokajające i nasenne przyjmowane bez przepisu lekarza. Do posiadania wśród przyjaciół osób przyjmujących takie leki w ten sposób przyznało się 22,6% badanych w młodszej grupie i 23,1% starszych uczniów.

### **Rodzice, a używanie substancji przez młodzież**

Wśród różnych instytucji odpowiedzialnych za wychowanie młodego pokolenia najważniejsza rola zdaje się przypadać rodzinie. Także w kwestii używania substancji rodzina, a szczególnie rodzice, mogą mieć decydujący wpływ. Przyzwolenie ze strony rodziców lub brak zainteresowania stosunkiem dzieci do alkoholu i innych substancji może sprzyjać ich używaniu

przez młodych ludzi a odpowiednio realizowana strategia wychowawcza może zapobiec podejmowaniu i ponawianiu doświadczeń z substancjami. Doniosłość profilaktycznej roli rodziny podkreślana była przez większość dorosłych badanych w ogólnopolskich badaniach ankietowych zrealizowanych w 2002 r. z inicjatywy Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii i Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz powtórzonych w 2006 r. i 2010 r. przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii.

Zarówno w badaniu z 2019 r. jak obecnie zapytano uczniów, czy ich rodzice pozwalają im pić napoje alkoholowe tylko we własnym towarzystwie, także bez swojej obecności, czy też w ogóle zabraniają picia. Wyniki uzyskane w 2019 r. zestawiono w tabeli 54, zaś wyniki z 2024 r. w tabeli 55.

W 2019 r. mniej niż połowa badanych z młodszej kohorty deklarowała brak zgody rodziców na picie przez nich alkoholu, 45,0% badanych twierdziło, że na takie zachowanie nie pozwala im ojciec, a 48,3%, że picia zabrania matka. Tylko 8% badanych miało pełne przyzwolenie ze strony rodziców. Dalsze 25-26% deklarowało, że brak zgody ogranicza się do picia bez obecności rodziców.

**Tabela 54. Pozwolenie ze strony rodziców na picie napojów alkoholowych (Województwo Mazowieckie 2019)**

Poziom klasy		Nigdy nie pozwala	Pozwala, ale tylko przy rodzicach	Pozwala także bez obecności rodziców	Trudno powiedzieć
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Ojciec	45,0	25,6	8,0	21,4
	Matka	48,3	25,9	8,6	17,3
Starsza kohorta (17-18 lat)	Ojciec	14,0	12,2	46,0	27,9
	Matka	15,0	12,0	48,5	24,5

W klasach starszych ponad trzykrotnie mniejsze frakcje badanych deklarowały brak przyzwolenia – 14,0% ze strony ojca i 15,0% ze strony matki. Ponad pięciokrotnie wyższe niż wśród uczniów młodszych odsetki uczniów starszych miały pozwolenie na picie także bez obecności rodziców (ok. 46-49%).

Wyniki uzyskane w Województwie Mazowieckim w 2024 r. zawarte w tabeli 55. są niemal identyczne z wynikami z 2019 r. , w kwestii bezwarunkowego braku pozwolenia na picie alkoholu przez badanych. Rozkłady pozostałych kategorii odpowiedzi także nie różnią się znacząco. Nie można zatem uznać, iż udało się przekonać przyjemniej część rodziców do prohibicyjnego podejścia do picia alkoholu przez młodzież, jeśli w ogóle takie próby podejmowano.

**Tabela 55. Pozwolenie ze strony rodziców na picie napojów alkoholowych (Województwo Mazowieckie 2024)**

Poziom klasy		Nigdy nie pozwala	Pozwala, ale tylko przy rodzicach	Pozwala także bez obecności rodziców	Trudno powiedzieć
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Ojciec	45,8	26,4	10,6	17,2
	Matka	48,0	26,9	8,8	16,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	Ojciec	15,8	15,0	43,2	26,1
	Matka	16,6	15,3	46,8	21,3

W 2024 r., podobnie jak przed pięcioma laty, brak zgody rodziców na picie napojów alkoholowych przez ich dzieci jest zróżnicowany ze względu na płeć respondenta (tabela 56. i 57.). W młodszej kohorcie częściej rodzice chłopców nie zgadzali się na konsumpcję alkoholu, niż miało to miejsce w przypadku dziewcząt. Takie wyniki mogą być efektem przekonania rodziców o bardziej ryzykownym sposobie picia alkoholu przez chłopców, które może prowadzi do częstszych prób wyeliminowania takiego zachowania w ogóle.

**Tabela 56. Pozwolenie ze strony rodziców na picie napojów alkoholowych (Chłopcy, Województwo Mazowieckie 2024)**

Poziom klasy		Nigdy nie pozwala	Pozwala, ale tylko przy rodzicach	Pozwala także bez obecności rodziców	Trudno powiedzieć
	Ojciec	52,1	21,1	9,5	17,3

Młodsza kohorta (15-16 lat)	Matka	56,7	20,5	7,0	15,8
Starsza kohorta (17-18 lat)	Ojciec	18,4	15,7	42,1	23,7
	Matka	19,4	16,4	42,7	21,5

**Tabela 57. Pozwolenie ze strony rodziców na picie napojów alkoholowych (Dziewczęta, Województwo Mazowieckie 2024)**

Poziom klasy		Nigdy nie pozwala	Pozwala, ale tylko przy rodzicach	Pozwala także bez obecności rodziców	Trudno powiedzieć
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Ojciec	39,8	31,2	11,6	17,3
	Matka	39,9	32,9	10,4	16,7
Starsza kohorta (17-18 lat)	Ojciec	13,2	14,1	44,4	28,2
	Matka	14,0	14,3	50,7	21,0

### **Korzystanie z mediów społecznościowych i gier wideo**

W kwestionariuszu z 2024 r. problematykę korzystania z mediów społecznościowych, takich jak Twitter, Facebook czy Skype ograniczono do jednego pytania, skierowanego na identyfikację symptomów nadmiernego korzystania z mediów społecznościowych, takich jak Twitter, Facebook czy Skype (tabela 58).

**Tabela 58. Symptomy nadmiernego korzystania z mediów społecznościowych, takich jak Twitter, Facebook, Skype (Mazowieckie 2024)**

Kohorta		Zdecydowanie tak	Raczej tak	Ani tak, ani nie	Raczej nie	Zdecydowanie nie
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Przekonanie, że spędza się za dużo czasu w tych mediach	24,2	30,2	21,1	14,4	10,2
	Zły humor jeśli brak możliwości uczestnictwa w tych mediach	8,2	12,7	20,4	31,5	27,2
	Przekonanie rodziców, że spędza się za dużo czasu w tych mediach	18,0	20,6	19,4	22,3	19,7
Starsza kohorta (17-18 lat)	Przekonanie, że spędza się za dużo czasu w tych mediach	27,6	30,7	16,9	16,0	8,8
	Zły humor jeśli brak możliwości uczestnictwa w tych mediach	5,7	8,6	22,1	33,4	30,3
	Przekonanie rodziców, że spędza się za dużo czasu w tych mediach	13,7	16,2	19,9	27,9	22,3

W młodszej grupie 54,4% badanych twierdzi, że spędza za dużo czasu w tych mediach, około 38,6% jest zdania, że ich rodzice uważają, że poświęca na tą aktywność za dużo czasu. Co dwunasty badany (8,2%) ma zły humor, jeśli nie ma dostępu do tych mediów. W starszej grupie rozkład odpowiedzi jest podobny - analogiczne odsetki wynoszą 58,3%, 29,9% oraz 14,2%. Szerzej potraktowana została problematyka grania w gry na urządzeniach elektronicznych, takich jak komputer, smartfon, konsola, czyli gier wideo.

W kwestii czasu poświęconego na gry na urządzeniach elektronicznych pytano o liczbę dni w tygodniu, w których respondent grał oraz o symptomy nadmiernego grania.

Rozkład liczby dni w tygodniu zawiera tabela 59.

W obu kohortach najliczniejsze frakcje stanowili badani, którzy w ogóle nie korzystali z gier na urządzeniach elektronicznych. W młodszej kohorcie stanowili oni 18,9%, zaś w starszej – 28,1%. Przez wszystkie 7 dni grało 23,6% uczniów z młodszej kohorty oraz 19,0% uczniów ze starszej. Porównanie wyników z 2024 r. z wynikami z 2019 r. sugeruje wzrost zainteresowania grami w młodszej kohorcie oraz w starszej grupie.

**Tabela 59. Liczba dni spędzony na grach na urządzeniach elektronicznych w czasie ostatnich 7 dni**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie	28,7	18,9
	1 dzień	13,8	13,3
	2 dni	10,7	13,7
	3 dni	9,6	9,2
	4 dni	5,9	8,2
	5 dni	7,3	8,7
	6 dni	4,3	4,5
	7 dni	19,6	23,6
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie	32,9	28,1
	1 dzień	15,5	12,0
	2 dni	11,3	11,3
	3 dni	8,7	10,0
	4 dni	5,2	7,0
	5 dni	5,7	8,4
	6 dni	3,4	4,3
	7 dni	17,2	19,0

Uczniowie zostali także zapytani o symptomy nadmiernego korzystania z gier na urządzeniach elektronicznych, takich komputer, smartfon, konsola (tabela 60). W młodszej grupie 23,1%

badanych jest zdania, że ich rodzice uważają, że poświęcają na tą aktywność za dużo czasu, 23,8% badanych twierdzi, że spędza za dużo czasu na graniu w gry, a 9,2 % badanych ma zły humor, jeśli nie ma dostępu do tych gier.

W starszej grupie analogiczne odsetki są niższe. I tak 15,3% badanych jest zdania, że ich rodzice uważają, że poświęcają na tą aktywność za dużo czasu, 15,4% badanych twierdzi, że spędza za dużo czasu na graniu w gry, a 7,8% badanych ma zły humor, jeśli nie ma dostępu do tych gier.

**Tabela 60. Symptomy nadmiernego korzystania z gier na urządzeniach elektronicznych, takich komputer, smartfon, konsola (Mazowieckie)**

Kohorta		Zdecydo- wnie tak	Raczej tak	Ani tak, ani nie	Raczej nie	Zdecydo- wnie nie
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Przekonanie, że spędza się za dużo czasu na graniu	7,9	15,8	17,9	24,8	33,5
	Zły humor jeśli brak możliwości grania	3,6	5,6	13,1	25,9	51,8
	Przekonanie rodziców, że spędza się za dużo czasu na graniu	10,2	12,8	13,6	21,3	42,0
Starsza kohorta (17-18 lat)	Przekonanie, że spędza się za dużo czasu na graniu	6,7	8,7	14,1	25,9	44,6
	Zły humor jeśli brak możliwości grania	3,8	4,0	8,0	21,6	62,7
	Przekonanie rodziców, że spędza się za dużo czasu na graniu	6,4	8,9	8,5	19,2	57,0

### Gry hazardowe

Sektor gier i zakładów wzajemnych w Polsce obejmuje takie formy działalności jak: loterie pieniężne, gry liczbowe, zakłady wzajemne, salony gry bingo, kasyna, salony gry na automatach, punkty gry na automatach o niskich wygranych. Gry hazardowe uprawiać można w internecie oraz poprzez uczestnictwo w loteriach SMS.

W porównaniu do innych problemów społecznych, hazardowi i problemom z nim związanym poświęca się niewiele uwagi w debacie publicznej. Hazard patologiczny, czyli uzależnienie od gier, w powszechnej opinii uznawane jest za stosunkowo marginalne zjawisko dotyczące niewielkiej liczby dorosłych mężczyzn. Hazard problemowy i patologiczny prowadzi do różnego rodzaju problemów zarówno u samych graczy, jak i u ich rodzin oraz najbliższego środowiska społecznego.

Szeroka oferta różnego rodzaju form gier hazardowych skłania do postawienia pytania o rozpowszechnienie uprawiania gier, które z czasem mogą doprowadzić do problemu hazardu.

Dane z tabeli 61. sugerują, że uczniów 23,6% z młodszej kohorty oraz 27,9% uczniów ze starszej kohorty ma za sobą doświadczenia gry na pieniądze. W czasie ostatnich 30 dni przed badaniem uczestniczyło w grach hazardowych 12,4% piętnasto-szesnastolatków i 15,6% siedemnasto-osiemnastolatków.

Porównanie wyników uzyskanych w 2024 r. z wynikami z 2019 r. ujawnia wzrost odsetek w obu grupach.

**Tabela 61. Granie w gry hazardowe, tj. takie gdzie stawia się pieniądze i można je wygrać**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Kiedykolwiek w życiu	19,1	23,6
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	9,8	16,8
	W czasie 30 dni przed badaniem	5,2	12,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	Kiedykolwiek w życiu	25,6	27,9
	W czasie 12 miesięcy przed badaniem	14,8	21,4
	W czasie 30 dni przed badaniem	9,2	15,6

Następne pytanie dotyczyło częstotliwości stawiania pieniędzy w grach hazardowych w czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem (tabela 62). Najliczniejszą frakcją w obu kohortach stanowiły osoby, które grały raz na miesiąc lub rzadziej (7,5% w młodszej kohorcie i 11,0% w starszej kohorcie). Odsetek badanych, którzy grali 2-3 razy w tygodniu wynosił w młodszej kohorcie 5,3% oraz w starszej kohorcie 6,4%.

Wyniki uzyskane w obu kohortach w 204 r. sugerują nie tylko zwiększenie się rozpowszechniania grania w gry hazardowe, ale także częstotliwości grania.

**Tabela 62. Częstotliwość stawiania pieniędzy w grach hazardowych w czasie ostatnich 12 miesięcy**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie grał	90,2	83,7
	Raz na miesiąc lub rzadziej	6,9	7,5
	2-4 razy w miesiącu	1,6	3,6
	2-3 razy w tygodniu	1,3	5,3
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie grał	85,0	77,2
	Raz na miesiąc lub rzadziej	9,9	11,0
	2-4 razy w miesiącu	2,2	5,3
	2-3 razy w tygodniu	3,0	6,4

Uczniowie, jeśli grają w gry hazardowe najczęściej poświęcają na to mniej niż 30 minut w ciągu dnia (tabela 63). Robi tak 6,6% uczniów z młodszej kohorty oraz 11,7% uczniów ze starszej kohorty. Pod tym względem, w czasie ostatnich 5 lat, nie nastąpiły większe zmiany.

**Tabela 63. Czas spędzany na grach hazardowych typowego dnia w czasie ostatnich 12 miesięcy**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Nie w czasie ostatnich 12 miesięcy	89,4	84,5
	Mniej niż 30 minut	5,9	6,6
	Między 30 minut a 1 godzina	2,0	2,3
	Między 1 godzina a 2 godziny	1,2	2,2
	Między 2 godziny a 3 godziny	0,5	0,9
	3 godziny lub więcej	0,9	3,6
Starsza kohorta (17-18 lat)	Nie w czasie ostatnich 12 miesięcy	85,6	77,7
	Mniej niż 30 minut	7,9	11,7
	Między 30 minut a 1 godzina	3,3	3,7
	Między 1 godzina a 2 godziny	1,3	3,3
	Między 2 godziny a 3 godziny	0,6	0,5
	3 godziny lub więcej	1,4	3,2

W tabeli 64 zestawiono dane na temat częstotliwości grania w poszczególne gry hazardowe na miejscu, zaś w tabeli 65 grania w internecie.

W grach na miejscu w młodszej kohorcie największą popularnością cieszyły się zakłady sportowe (13,8%) Najczęściej respondenci grali w nie raz na miesiąc lub rzadziej (6,2%).

Najmniejszą popularnością cieszyły się karty lub kości (9,5%), w które również najczęściej grano raz w miesiącu (4,8%).

W starszej kohorcie najczęściej deklarowano zakłady sportowe (15,4%), a najrzadziej grę na automatach (7,4%).

W internecie badani z obu grup najczęściej wskazywali także zakłady sportowe (12,7% pierwszoklasistów oraz 18,2% trzecioklasistów).

**Tabela 64. Częstotliwość grania w poszczególne gry hazardowe w czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem na miejscu**

Kohorta		W ogóle nie	Raz na miesiąc lub rzadziej	2-4 razy w miesiącu	2-3 razy w tygodniu
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Automaty	90,2	6,4	1,0	2,3
	Karty lub kości	90,5	4,8	1,5	3,1
	Loterie (bingo, lotto)	89,7	6,0	1,6	2,6
	Zakłady sportowe	86,2	6,2	2,3	5,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	Automaty	92,6	5,5	1,0	0,9
	Karty lub kości	91,1	5,8	2,2	0,8
	Loterie (bingo, lotto)	88,5	7,8	2,4	1,3
	Zakłady sportowe	84,6	6,4	4,2	4,9

**Tabela 65. Częstotliwość grania w poszczególne gry hazardowe w czasie ostatnich 12 miesięcy przed badaniem w internecie**

Kohorta		W ogóle nie	Raz na miesiąc lub rzadziej	2-4 razy w miesiącu	2-3 razy w tygodniu
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Automaty	92,3	4,1	0,9	2,6
	Karty lub kości	92,7	2,4	1,4	3,4
	Loterie (bingo, lotto)	92,5	3,2	1,3	2,9
	Zakłady sportowe	87,3	4,7	2,5	5,5
Starsza kohorta (17-18 lat)	Automaty	94,1	3,8	0,9	1,1
	Karty lub kości	92,8	4,5	1,5	1,2
	Loterie (bingo, lotto)	90,9	6,0	1,3	1,8
	Zakłady sportowe	81,8	7,0	5,9	5,3

W badaniu zastosowano dwa wskaźniki grania problemowego (tabela 66). Pierwszy to potrzeba stawiania w grze coraz większych pieniędzy, a drugi to okłamywanie kogoś ważnego dla respondenta w sprawie tego jak dużo gra w gry hazardowe.

Potrzebę stawiania coraz większych pieniędzy wyraziło 8,9% uczniów z młodszej kohorty oraz 11,9% uczniów ze starszej kohorty. Kłamanie w sprawie tego jak wiele się gra okazało się mniej rozpowszechnione, tylko 5,3% uczniów z młodszej kohorty oraz 6,0% ze starszej przyznało się do tego zachowania. Obydwa symptomy problemowego grania przejawiało 3,8% pierwszoklasistów oraz 4,9% trzecioklasistów.

Porównanie z 2019 r wskazuje na narastanie problemu. Od 2019 r. Zwiększeniu uległy nie tylko rozpowszechnienie grania, ale także odsetki zagrożonych hazardem problemowym.

W 2019 r. tylko 1,6% badanych w młodszej kohorcie oraz 1,1% - w starszej uzyskało pozytywny wynik testu. Oznacza to wielokrotny wzrost w czasie ostatnich 5 lat.

**Tabela 66. Symptomy grania problemowego w gry hazardowe**

Kohorta		2019	2024
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Potrzeba stawiania coraz większych pieniędzy	6,2	8,9
	Kłamanie w sprawie tego, jak wiele się gra	3,2	5,3
Starsza kohorta (17-18 lat)	Potrzeba stawiania coraz większych pieniędzy	7,3	11,9
	Kłamanie w sprawie tego, jak wiele się gra	2,9	6,0

### Formy spędzania czasu wolnego

Dane na temat popularności różnych form spędzania czasu wolnego przez mazowiecką młodzież zawarto w tabeli 67.

**Tabela 67. Formy spędzania czasu wolnego**

		Nigdy	Kilka razy w roku	Raz lub dwa razy na miesiąc	Przynajmniej raz na tydzień	Prawie codziennie
Młodsza kohorta (15-16 lat)	Gra w gry komputerowe	6,2	14,7	21,1	27,0	31,0
	Aktywne uprawianie sportu	3,2	7,9	14,0	37,1	37,8
	Czytanie książki dla przyjemności	38,1	25,3	13,6	11,6	11,5
	Wychodzenie z przyjaciółmi wieczorem	7,8	15,1	27,3	32,6	17,1
	Inne hobby	16,1	12,6	17,3	22,4	31,6
	Chodzenie ze znajomymi do centrum handlowego	3,8	7,4	26,1	39,6	23,1
	Używanie Internetu dla przyjemności	0,8	1,0	1,5	5,5	91,2
	Gra na automatach do gry	67,9	22,6	4,0	2,3	3,2
Starsza kohorta (17-18 lat)	Gra w gry komputerowe	13,2	22,3	18,8	20,5	25,2
	Aktywne uprawianie sportu	3,5	12,0	18,2	36,4	29,8
	Czytanie książki dla przyjemności	34,2	28,0	15,7	12,7	9,3
	Wychodzenie z przyjaciółmi wieczorem	7,1	12,3	29,8	36,5	14,3
	Inne hobby	18,0	14,7	14,3	26,7	26,3
	Chodzenie ze znajomymi do centrum handlowego	4,2	8,9	32,9	39,4	14,5
	Używanie Internetu dla przyjemności	0,4	0,6	2,1	5,0	91,9
	Gra na automatach do gry	75,3	15,8	4,5	2,0	2,5

W obu kohortach niemal wszyscy badani spędzają czas używając internetu dla przyjemności. Zdecydowana większość z nich robi to prawie codziennie (w każdej z kohort 91-92%). Trzy inne bardzo popularne formy spędzania czasu wolnego to aktywne uprawianie sportu, wychodzenie z przyjaciółmi wieczorem oraz chodzenie ze znajomymi do centrum handlowego. Do każdej z nich przyznaje się ponad 90% badanych w każdej z kohort, chociaż odsetki robiących to prawie codziennie są znacznie niższe.

Jeśli spojrzymy na prawie codzienne aktywności, to na pierwszy plan z trzech wyżej wymienionych form, wysuwa się aktywne uprawianie sportu. Prawie codziennie oddaje się temu 37,8% piętnasto-szesnastolatków oraz 29,8% uczniów ze starszej kohorty. Dla porównania prawie codziennie chodzi ze znajomymi do centrów handlowych 23,1% uczniów z młodziej kohorty i 14,5% ze starszej.

Wysoką pozycję w rankingu form spędzania wolnego czasu mają gry komputerowe – 93,8% uczniów w wieku 15-16 lat i 86,8% uczniów w wieku 17-18 lat zadeklarowało granie w te gry, a 31,0% i 25,2% spędza czas w ten sposób prawie codziennie.

Mniejszą popularnością wśród młodzieży cieszy się czytanie książek dla przyjemności, w młodziej kohorcie – 61,9%, w tym 11,5% prawie codziennie, oraz w starszej kohorcie – 65,8%, w tym 9,3% prawie codziennie.

Najrzadziej badani przyznawali się do grania na automatach – 32,1% uczniów z młodziej kohorty oraz 24,7% ze starszej. Prawie codzienne granie raportowało tylko 3,2% badanych z młodziej grupy i 2,5% - ze starszej.

## **Wiarygodność wyników**

W badaniu zastosowano dwa mechanizmy sprawdzające wiarygodność uzyskanych wyników. Pierwszy, to pytanie o używanie nieistniejącego narkotyku nazwanego relewin. Jak pamiętamy z cytowanych już wyników używanie tego środka chociaż raz w życiu zadeklarowało 2,1% młodziej uczniów oraz 1,8% - starszych.

Próba przybliżenia skali możliwego zatajania swoich doświadczeń z narkotykami w odpowiedziach na pytania ankiety było pytanie, które brzmiało: Gdybyś kiedykolwiek używał(a) marihuany lub haszyszu, czy sądził, że napisał(a)byś to w tym kwestionariuszu? Rozkłady odpowiedzi na to pytanie zawarto w tabelach 68-69.

**Tabela 68. Poziom zaufania respondentów – rozkład odpowiedzi na pytanie o to, czy badany odpowiadając na ankietę przyznałby się do używania marihuany lub haszyszu, gdyby ich używał (Województwo Mazowieckie 2024)**

Poziom klasy	Już to napisałem w tej ankiecie	Zdecydowanie tak	Chyba tak	Chyba nie	Zdecydowanie nie
Młodsza kohorta (15-16 lat)	20,3	29,6	29,3	7,2	13,6
Starsza kohorta (17-18 lat)	31,8	28,2	25,4	6,5	8,0

W obecnym badaniu w młodszej kohorcie 20,8% badanych zadeklarowało brak zaufania twierdząc, że nie przyznałby się do używania marihuany lub haszyszu, gdyby taki fakt miał miejsce. W starszej kohorcie analogiczny odsetek był niższy i wynosił 14,5%.

**Tabela 69. Poziom zaufania respondentów – rozkład odpowiedzi na pytanie o to, czy badany odpowiadając na ankietę przyznałby się do używania marihuany lub haszyszu, gdyby ich używał (Województwo Mazowieckie 2019)**

Poziom klasy	Już to napisałem w tej ankiecie	Zdecydowanie tak	Chyba tak	Chyba nie	Zdecydowanie nie
Młodsza kohorta (15-16 lat)	23,1	33,0	29,8	5,7	8,4
Starsza kohorta (17-18 lat)	36,9	31,7	18,7	5,6	7,2

W 2019 r. odsetki deklarujących brak zaufania były niższe i wynosiły w młodszej kohorcie 14,1% oraz w starszej kohorcie 12,8%.

Oznacza to, iż do wyników z 2024 r. należy podchodzić z większą ostrożnością.

## WNIOSKI I REKOMENDACJE

Wyniki badania zrealizowanego w 2024 r. w Województwie Mazowieckim skłaniają do sformułowania kilku wniosków i rekomendacji:

1. Spadkowi rozpowszechnienia palenia tytoniu wśród młodzieży towarzyszy wzrost zainteresowania nowymi wyrobami nikotynowymi, zwłaszcza e-papierosami. Nawet jeśli uznać, że są one mniej szkodliwą zdrowotnie alternatywą tytoniu, to wyniki wielu badań obalają tezę o ich całkowitej nieszkodliwości. Należy zatem zintensyfikować działania profilaktyczne adresowane do młodzieży w tym zakresie. Jednocześnie istnieje potrzeba podjęcia inicjatyw ograniczających dostępność e-papierosów dla niepełnoletnich.
2. W województwie mazowieckim obserwujemy wzrost lub stabilizację wskaźników picia napojów alkoholowych. Uzasadniony niepokój budzi zwłaszcza wzrost rozmiarów picia szczególnie ryzykownego, jakim jest incydentalne picie nadmierne (binge dinking), czy wręcz upijanie się. Tej tendencji towarzyszy zwiększanie się dostępności napojów alkoholowych, o którym świadczy porównanie ocen dokonywanych przez badanych w 2024 r. oraz w 2019 r. Ograniczanie dostępności napojów alkoholowych, to strategia o najlepiej udokumentowanej skuteczności, dlatego potrzebne jest zintensyfikowanie działań w tym zakresie. W tym kontekście ważne są nie tylko działania skierowane specyficznie na ograniczanie niepełnoletnim dostępu do alkoholu (np. szkolenia sprzedawców, pełne egzekwowanie przepisów), ale także wszelkie inicjatywy ogólnie ograniczające dostępność napojów alkoholowych (np. zakaz sprzedaży nocnej, ograniczanie liczby punktów sprzedaży, polityka cenowa).
3. Różnice związane z płcią w zakresie używania substancji psychoaktywnych ulegają zatarciu w przypadku napojów alkoholowych oraz wyrobów nikotynowych, włączając w to tytoń. Jak dotychczas, proces ten w obszarze używania innych substancji psychoaktywnych, zwłaszcza przetworów konopi, nie jest tak zaawansowany. Wydaje się zatem, iż postulat podjęcia prac nad profilaktyką adresowaną specyficznie do dziewcząt pozostaje nadal aktualny. Punktem wyjścia takich prac należy uczynić badania nad czynnikami ryzyka i czynnikami chroniącymi specyficznymi dla dziewcząt.
4. W zakresie używania narkotyków cieszy spadek rozpowszechnienia używania przetworów konopi, znaczny, zwłaszcza w starszej kohorcie. Trzeba jednak zauważyć, iż wedle ocen piętnasto-szesnastolatków rysuje się wzrost dostępności tych substancji. Ponadto,

przekonania młodych ludzi o niezbyt wielkim ryzyku związanych z używaniem marihuany także stanowią nie najlepszy prognostyk. Tendencje legalizacyjne marihuany obecne w wielu krajach Europy, a także krajów pozaeuropejskich, stanowią czynnik sprzyjający mylnym przekonaniom o nieszkodliwości przetworów konopi. Zdaje się to stanowić poważne wyzwanie dla profilaktyki.

5. W zakresie nowych substancji psychoaktywnych, czyli tzw. „dopalaczy” nie obserwujemy istotnych zmian, natomiast warte podkreślenia jest postrzeganie przez młodzież ryzyka związanego z używaniem tych substancji jako podobnie dużego, jak w przypadku najcięższych narkotyków. Należy to uznać za sukces profilaktyki skierowanej na ograniczanie popytu.
6. Wyniki badania zdają się sugerować powolne narastanie problemu gier hazardowych, co wymagałoby zintensyfikowania działań profilaktycznych.
7. Zmniejszanie się frakcji rodziców gotowych bezwarunkowo zabraniać swoim pociechom picia napojów alkoholowych stanowi aktualne wyzwanie dla profilaktyki. Zainicjowanie debaty na temat abstynencyjnego paradygmatu polskiej profilaktyki wydaje się obecnie potrzebą chwili.
8. Zastanawiać może dwukrotnie wyższy odsetek piętnasto-szesnastolatków, którzy pili piwo w placówkach gastronomii, niż tych, którzy dokonywali zakupu piwa na wynos. Picie piwa w lokalu oznacza większą widoczność społeczną niż zakup w sklepie. Dotychczasowe interwencje profilaktyczne w tym zakresie koncentrowały się głównie na sprzedaży alkoholu niepełnoletnim na wynos.

## BIBLIOGRAFIA

1. Beck F, & Legleye S. (2003). Drogues et adolescents. Usages de drogues et contextes d'usage entre 17 et 19 ans, évolutions récentes, ESCAPAD (2002). Paris: OFDT.
2. Hibell, B., Guttormsson, U., Ahlström, S., et al. (2012), The 2011 ESPAD report: substance use among students in 36 European countries, The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs, Stockholm, Sweden.

3. European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (2017), Health and social responses to drug problems: a European guide, Publications Office of the European Union, Luxembourg.
4. Hibbel B. (2014) The 2012 ESPAD impact survey. EMCDDA, Lisbon.
5. Kafetzopoulos E. (2006) Risk and protective factors in adolescent and youth drug use. W: Young people and Drugs. Care and Treatment. Strasbourg. Pompidou Group, Council of Europe.
6. Okulicz-Kozaryn K., Sierosławski J. (2007) Validation of the „problematic use of narcotics” (PUN) screening test for drug using adolescents. *Addictive Behaviors* 32 (2007), 640-646.
7. Sierosławski J. (2004) Substancje psychoaktywne - postawy i zachowania Polaków. Raport z ogólnopolskich badań ankietowych 2002. W: Postawy i zachowania Polaków wobec alkoholu i problemów alkoholowych. Warszawa, *Wydawnictwo Edukacyjne PARPA*, PARPA. ss. 11-74
8. Sierosławski J. (2013a) Młodzież gimnazjalna, a alkohol. W: J. Szymborski i W. Zatoński (Red.) Zdrowie dzieci i młodzieży w wymiarze socjomedycznym. ZDROWIE PUBLICZNE Monografie. Tom II. 2013. Wszechnica Polska, Szkoła Wyższa. Warszawa, str. 79-95.
9. Sierosławski J. (2013b) Używanie narkotyków przez pierwszoklasistów. W: J. Szymborski i W. Zatoński (Red.) Zdrowie dzieci i młodzieży w wymiarze socjomedycznym. ZDROWIE PUBLICZNE Monografie. Tom II. 2013. Wszechnica Polska, Szkoła Wyższa. Warszawa, str. 96-112.
10. Steiner S., Baumeister S. E. & Kraus L. (2008) Severity of Dependence Scale: Establishing a cut-off point for cannabis dependence in the German adult population. „Sucht”, 54, 557–563.