



Badanie wpływu izolacji oraz sytuacji
spowodowanej
przez epidemię
wirusa SARS-CoV-2 w kontekście
uzależnień

Zrealizowane przez:



Spis treści

| | |
|---|----|
| 1. Wstęp | 3 |
| 2. Opis metod badawczych | 3 |
| 3. Rozkład i liczebność próby badawczej. | 4 |
| I LICZBA OSÓB UCZESTNICZĄCYCH PRZED BADANIEM W TERAPII GRUPOWEJ | 4 |
| II LICZBA OSÓB UCZESTNICZĄCYCH PRZED BADANIEM W TERAPII INDYWIDUALNEJ | 4 |
| III LICZBA OSÓB POZOSTAJĄCYCH W ABSTYNENCJI, W KONFRONTACJI OSÓB POZA ABSTYNENCJĄ | 5 |
| IV ROZKŁAD PŁCI | 5 |
| V STAN CYWILNY | 6 |
| VI STRUKTURA WIEKU –ROZKŁAD LICZBOWY | 6 |
| VI WYKSZTAŁCENIE-ROZKŁAD LICZBOWY | 7 |
| VII STATUS SPOŁECZNY | 8 |
| 4. Wyniki badań. | 8 |
| PYTANIE 1 Czy ryzyko złamania przez Pana/Pani abstynencji wzrosło w ostatnim okresie ? | 8 |
| PYTANIE 2 W jakim okresie aktualna sytuacja zaczęła się pogarszać? | 9 |
| PYTANIE 3 Jakie są przyczyny pogarszającej się sytuacji? | 10 |
| PYTANIE 4 Jakich narzędzi wsparcia Pan/Pani potrzebuje np. ograniczających poczucia zagrożenia? | 13 |
| PYTANIE 5 Jaki rodzaj pracy Panu/Pani odpowiada najbardziej?..... | 14 |
| PYTANIE 6 Czy w obecnej sytuacji docierają do Pana/Pani informacje dot. pogorszenia się sytuacji innych osób | 15 |
| PYTANIE 7 Skąd docierają do Pana/Pani informacje dot. pogorszenia się sytuacji innych osób? | 17 |
| PYTANIE 8 Czy Pan/Pani oczekuje zwiększonego wsparcia w obecnej sytuacji?..... | 18 |
| PYTANIE 9 Z jakim uzależnieniem się Pan/Pani zmaga? (można było wybrać wiele)..... | 19 |
| PYTANIE 10 Czy w obecnej sytuacji jest Pan/ Pani zagrożony zwolnieniem, bądź utratą źródła dochodu? | 21 |
| PYTANIE 11 Czy uważasz, że Radio/TV jest pomocne w Pana/Pani wychodzeniu z uzależnień? | 22 |
| PYTANIE 12 Czy społeczność ocalonych Panu/Pani w czymś pomogła | 23 |
| 5. Podsumowanie badań | 24 |

1. Wstęp

Badanie jest odpowiedzią na docierające do naszego Stowarzyszenia informacje o **pogarszającej się sytuacji osób uzależnionych bądź znajdujących się na skraju uzależnienia**. Swoje źródła mają one w obserwacjach oraz analizie eksperckiej osób związanych ze Stowarzyszeniem Ocaleni. Dotychczas wszystkie docierające do nas informacje miały charakter wiedzy nieuporządkowanej. Dlatego podjęto próbę ich zestawienia na podstawie badań. Weryfikacja badawcza dotyczyła

- możliwości wpływu izolacji społecznej na zachowania destruktywne, w tym dot. przejawiania mechanizmów prowadzących do uzależnień
- możliwości spotęgowania zachowań destruktywnych, w tym ich długoterminowych skutków

Działania diagnostyczne miały za zadanie pokazać;



2. Opis metod badawczych

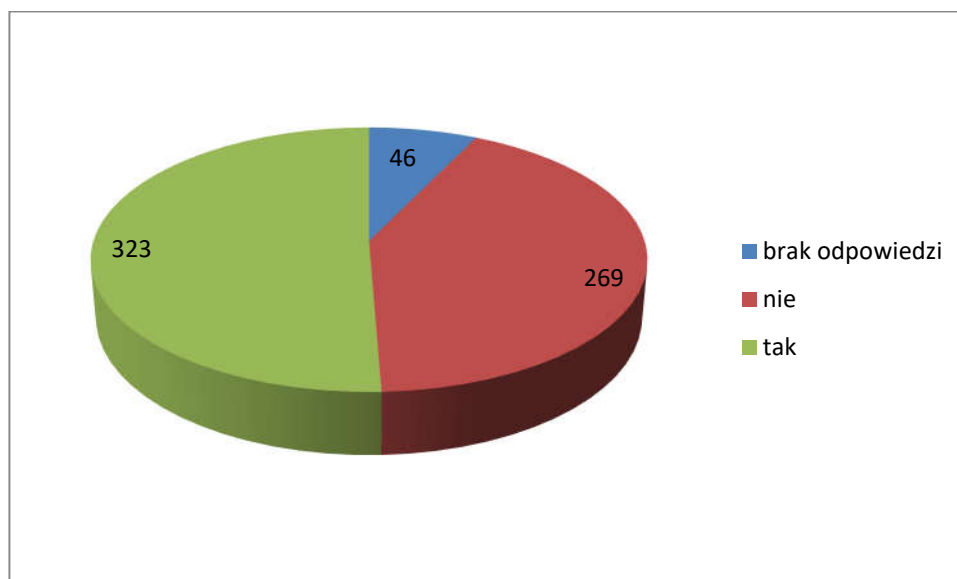
Przy realizacji badania wykorzystano ankietę wystandaryzowaną, zamieszczoną na portalach społecznościowych, m.in. na stronach facebookowych TVP dot. programu Ocaleni (skupiających ok. 40 tys. uczestników), na stronach gabinetów terapeutycznych, rozesłano ją również mailowo do grup samopomocowych. Zebrane dane ukierunkowane na określoną grupę docelową mają za zadanie ukazać rzeczywistość po-covid'ową, w odniesieniu do problematyki uzależnień.

| |
|---|
| Ankieta zamieszczana była na portalach i stronach internetowych za pomocą linku |
| Odpowiedzi ankiety były zapisywane automatycznie w bazie danych |
| Analiza danych odbywała się metodą zarówno ilościową jak i jakościową |
| Przeprowadzono dodatkowo wywiady jakościowe mające za zadanie pogłębić wiedzę z ankiet wystandaryzowanych |
| Ostatecznie raport poddano analizie eksperckiej |
| Konsultacja raportu odbyła się przy pomocy specjalistów ds. uzależnień |

3. Rozkład i liczebność próby badawczej.

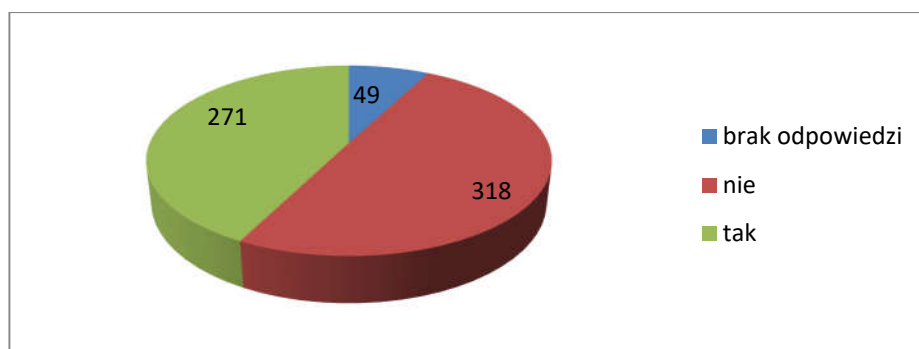
638 osób

I LICZBA OSÓB UCZESTNICZĄCYCH PRZED BADANIEM W TERAPII GRUPOWEJ



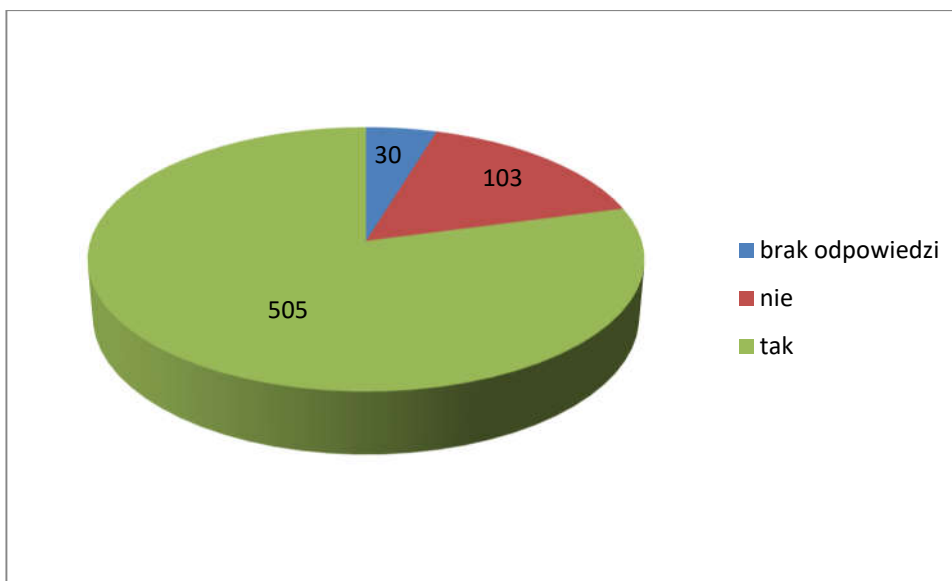
Blisko **51%** respondentów wskazało, iż przed pandemią uczestniczyło w terapii grupowej. Pozostała część badanych nie korzystała z takiego wsparcia. Zauważyć należy, iż w próbie wskazane są głosy osób zarówno objętych wsparciem grupowym, jak i tych, którzy takiego wsparcia nie mieli. Rozkład próby z delikatną przewagą osób korzystających z terapii grupowej.

II LICZBA OSÓB UCZESTNICZĄCYCH PRZED BADANIEM W TERAPII INDYWIDUALNEJ



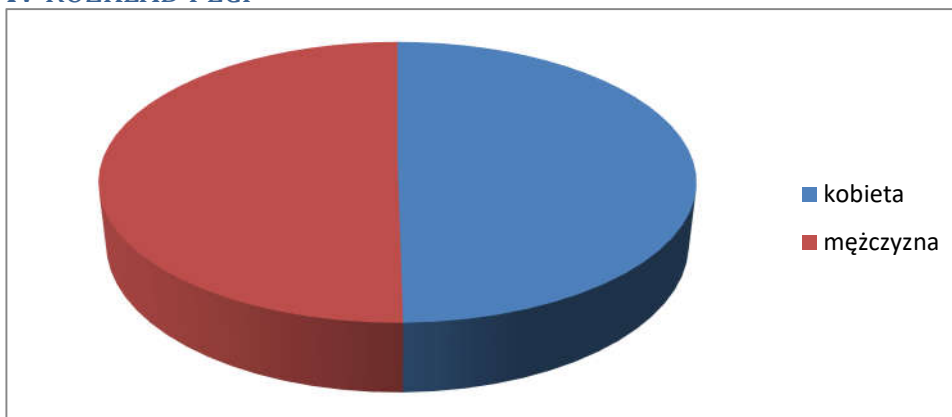
Wśród 638 osób, w terapii indywidualnej brało udział blisko **42%** respondentów. Podobnie, jak w przypadku terapii grupowej i w tym przypadku rozkład próby jest w miarę równomierny, z delikatną przewagą na korzyść osób nie biorących udziału w terapii indywidualnej.

III LICZBA OSÓB POZOSTAJĄCYCH W ABSTYNENCJI, W KONFRONTACJI OSÓB POZA ABSTYNENCJĄ



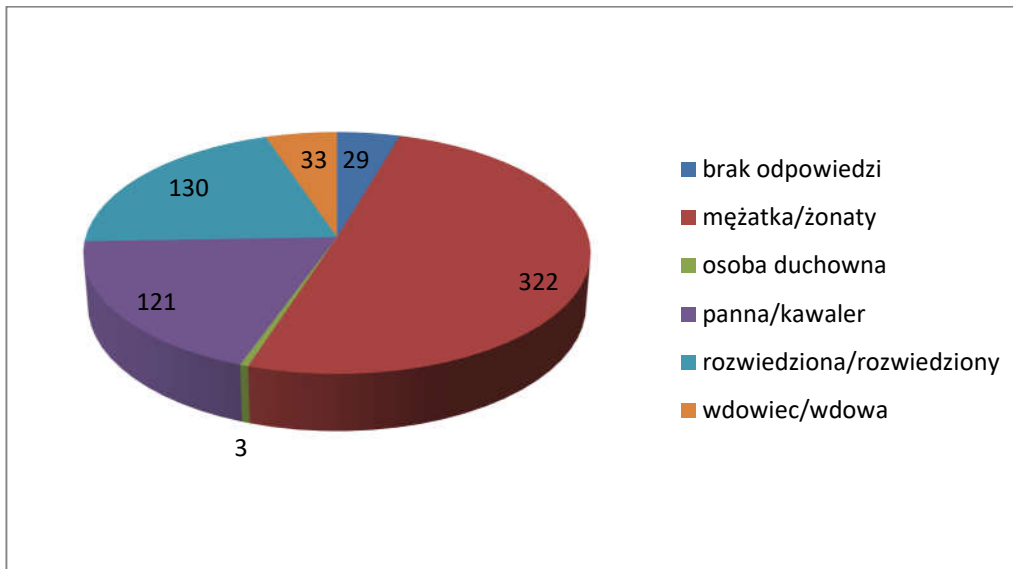
Wśród przebadanych wyłoniono reprezentację **16%** osób, które w sposób czynny borykają się z uzależnieniem. Pozostała część badanych, to osoby czynnie nieuzależnione, ale w zdecydowanej większości mające do czynienia z uzależnieniem, w sposób bezpośredni (samodzielnie borykający się) oraz pośredni (osoby w których otoczeniu funkcjonuje osoba czynnie uzależniona).

IV ROZKŁAD PŁCI



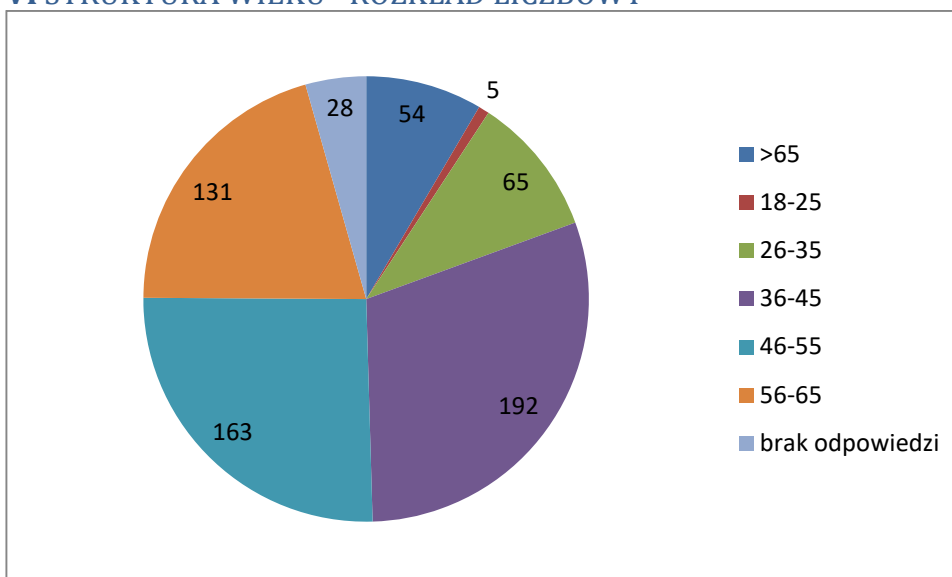
W badaniu udało się uzyskać niemalże idealny rozkład płci, na przebadanej próbie. W badaniu wzięło udział o 3 mężczyzn więcej niż kobiet.

V STAN CYWILNY



W badaniu udało się uzyskać reprezentacje każdego ze wskazanych stanów cywilnych, w proporcjach przedstawionych powyżej na wykresie.

VI STRUKTURA WIEKU –ROZKŁAD LICZBOWY



Jeżeli chodzi o wiek, najliczniej reprezentowane są 3 grupy wiekowe (36-45), (46-55), (56-65) lat.

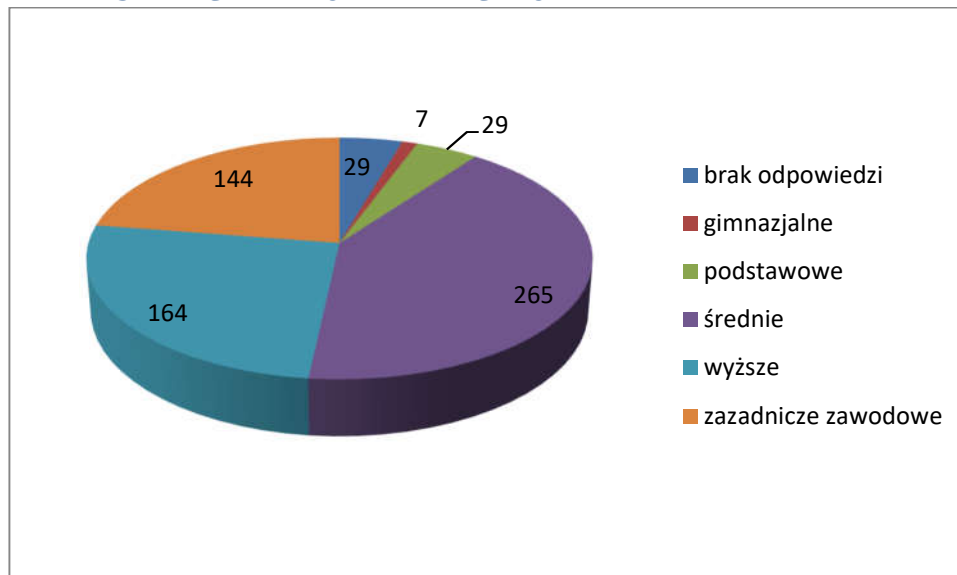
WNIOSEK 1

Dane ukazują dość istotny problem, który należy uwzględnić w tworzeniu odpowiedniego wsparcia systemowego. Uczestnictwo w badaniu, pośrednio, pokazuje zainteresowanie określoną tematyką, w tym tematyką uzależnień. Badanie było propagowane dość intensywnie i zastanawia fakt uczestnictwa małej ilości osób w wieku 18-25 lat. **Przypuszcza się, że może to być związane z faktem, iż młode osoby są w małym stopniu zainteresowane tematyką uzależnień, co potwierdziły badania jakościowe.**

REKOMENDACJA 1

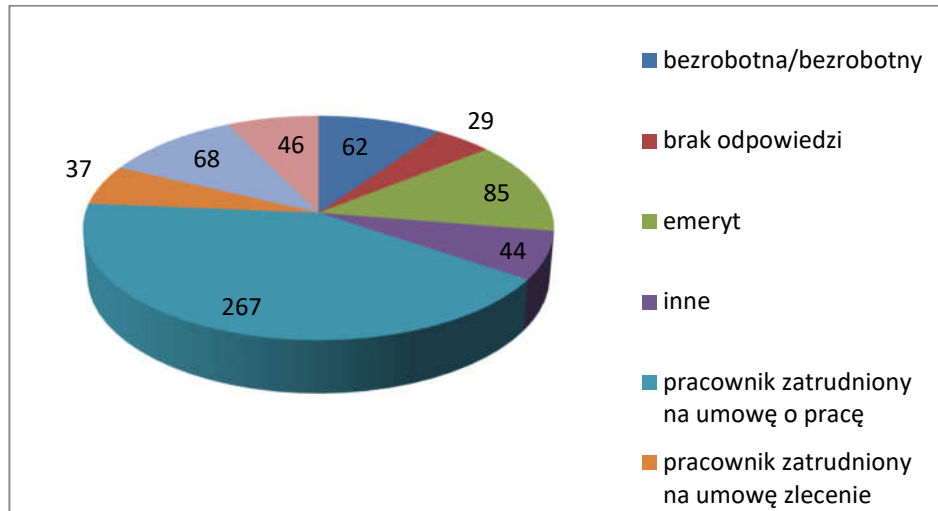
Proponuje się wzmożenie działań, kampanii medialnych, projektów uświadamiających, skierowanych do kategorii wiekowej 18-25. Wiele programów profilaktycznych kierowanych jest do młodzieży szkół podstawowych i średnich, niestety profilaktyka ta zanika w zakładach pracy oraz na wyższych szczeblach nauki.

VI WYKSZTAŁCENIE-ROZKŁAD LICZBOWY



W badaniu wzięli udział przedstawiciele wszystkich wskazanych kategorii. Nie ma ani jednej kategorii niereprezentowanej w badaniu.

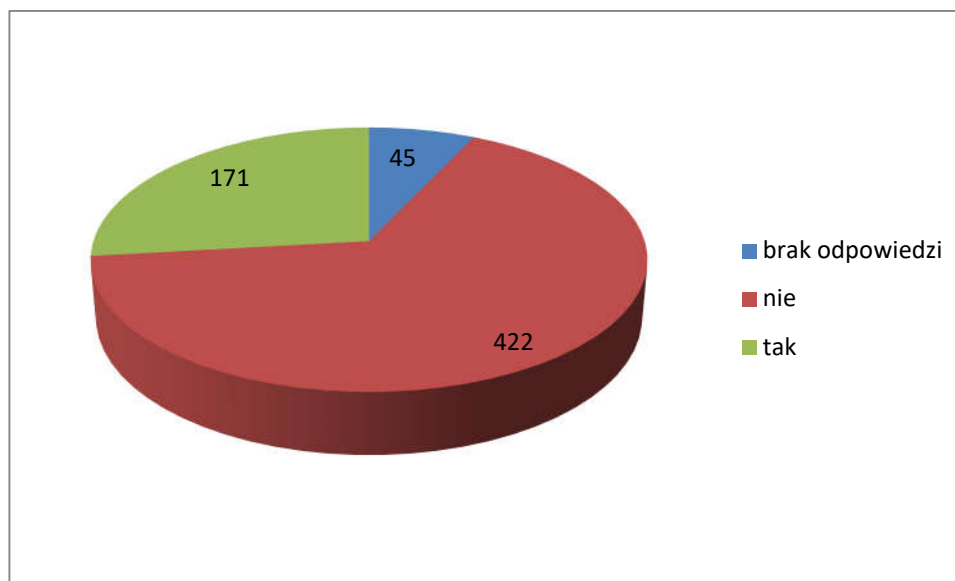
VII STATUS SPOŁECZNY



Podobnie, jak wyżej wszystkie kategorie posiadają swoją reprezentację

4. Wyniki badań.

PYTANIE 1 Czy ryzyko złamania przez Pana/Pani abstynencji wzrosło w ostatnim okresie?



Skupiając się na wynikach warto zauważyć, iż blisko **27%** osób uczestniczących w badaniu wskazało na dość duże ryzyko złamania abstynencji.

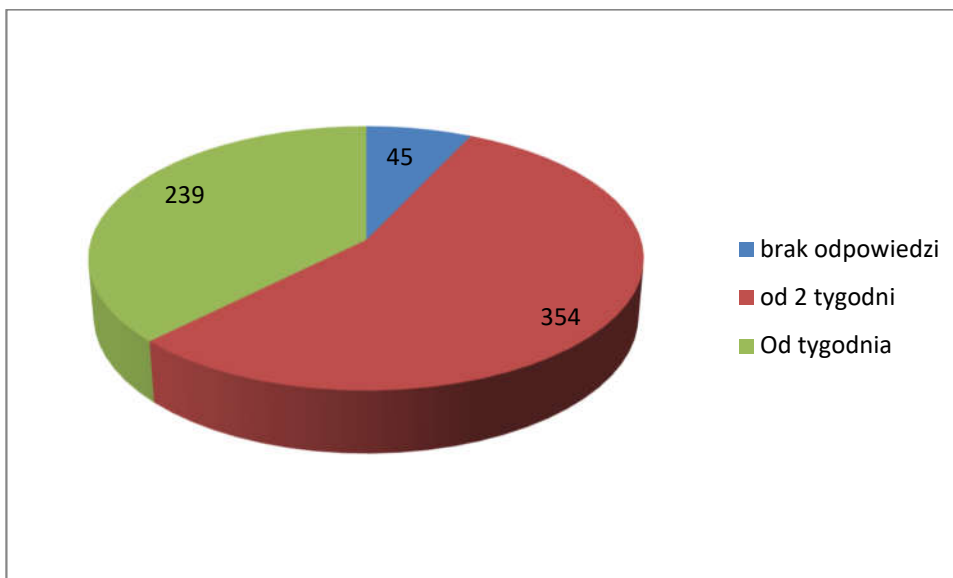
WNIOSEK 2

Określona sytuacja może mieć i ma znaczące konsekwencje dla zdrowia społecznego, w kontekście uzależnień. Istnieje zależność pomiędzy izolacją społeczną, a mechanizmami uzależnieniowymi. Należałoby się zastanowić nad opracowaniem procedur odpowiadających na kryzys o podobnym rozmiarze w przyszłości. Wskaźnik liczbowy został uzupełniony o przeprowadzone badania jakościowe. **Ich wyniki jednoznacznie wskazują, że izolacja społeczna przyczynia się do potęgowania sytuacji zagrożeniowej. Zebrane dane są wartościowe z punktu widzenia przeciwdziałania takim sytuacjom w przyszłości, jednocześnie można je interpretować tożsamo do postępującej atomizacji społeczeństwa, gdzie izolacja staje się swoistą rzeczywistością.**

REKOMENDACJA 2

Rekomendujemy organizację działań oraz projektów skierowanych na odtworzenie relacji, tworzenia struktury powiązań i komunikacji, w przypadku pandemii. Opracowanie procedur działania w sytuacji kryzysowej związanej z permanentnym kryzysem więzi międzyludzkich, odzwierciedlających się w problemie postępującej atomizacji społeczeństwa.

PYTANIE 2 W jakim okresie aktualna sytuacja zaczęła się pogarszać?



WNIOSEK 3

Pomimo faktu, iż **27% badanych** wskazało na powstanie zagrożenia złamania abstynencji, to już pogorszenie sytuacji wskazało blisko **55% w okresie 2 tygodni**, natomiast ok **37% osób w okresie tygodnia**. Oznacza to, iż w przypadku osób, które borykają się z problemami uzależnień czas pogarszania się sytuacji, w przypadku wystąpienia izolacji społecznej jest bardzo krótki.

REKOMENDACJA 3

Rekomendujemy opracowanie, **procedury** reakcji, na tak ważne problemy społeczne. Powinny one mieć znamiona automatycznych działań i zostać szczególnie opracowane. Najlepiej, by funkcjonowały już pewne mechanizmy wsparcia, gotowe od razu do użycia.

PYTANIE 3 Jakie są przyczyny pogarszającej się sytuacji?

Przyczyny pogarszającej się sytuacji wg. częstotliwości wskazań (od najczęściej wskazywanych) – można było wskazać wiele.

Brak możliwości uczestnictwa w mityngach |

Brak możliwości uczestnictwa w mityngach | brak kontaktu z ludźmi |

Brak możliwości uczestnictwa w mityngach | lęk o bliskich | brak kontaktu z ludźmi | brak możliwości spotkania z rodziną czy innymi bliskimi |

Brak możliwości uczestnictwa w mityngach | Strach przed nieznanym | lęk o bliskich | brak kontaktu z ludźmi | brak możliwości spotkania z rodziną czy innymi bliskimi |

Konflikty w domu |

Lęk o bliskich |

Problem z organizacją czasu |

Problem z zajęciem czasu |

Strach przed nieznanym |

Strach przed nieznanym | lęk o bliskich | brak kontaktu z ludźmi | brak możliwości spotkania z rodziną czy innymi bliskimi |

WNIOSEK 4

W najczęściej wskazywanych przyczynach pojawiał się brak możliwości uczestnictwa w mityngach. Była to najczęściej wskazywana przyczyna. Niezależnie od faktu, czy była wskazana jako jedyna przyczyna, czy w korelacji z innymi. Pozostałe wskazania plasowały się na podobnym poziomie. Metodycznie należy stwierdzić, iż poza główną determinantą pogarszającej się sytuacji, obserwujemy wieloczynnikowe wyzwalacze, pogarszającej sytuacji.

REKOMENDACJA 4

Rekomendujemy opracowanie procedur umożliwiających wszystkim korzystanie, w przypadku kolejnych sytuacji zagrożeniowych, ze wsparcia ON-LINE oraz opracowanie procedur wykorzystania mediów społecznościowych, w tym TV, INTERNET i inne.

WNIOSEK 5

Pogłębiając jakościowo zebrane dane ujawniono, w rozmowach z przedstawicielami Ośrodków Pomocy Społecznej, iż obecnie **największym problemem stają się kłótnie rodzinne, często prowadzące do rozwodów, których ofiarami stają się dzieci.** Określone dane pochodzą z czerwca 2020 roku. W procesie rozpadu więzi rodzinnych i zaburzenia bezpiecznego środowiska dla dzieci, często uczestniczy alkohol oraz inne używki psychoaktywne, w tym narkotyki

REKOMENDACJA 5

Rekomendujemy organizację projektów promujących rozwiązywanie konfliktów rodzinnych, przy pomocy mediatorów rodzinnych, psychoterapeutów. Niezbędnym wydaje się wzmocnienie więzi rodzinnych poprzez propagowanie pozytywnych wzorców. Poprzez projekty medialne na szeroką skalę. Prowadzenie akcji uświadamiających dot. życia rodzinnego. Niezbędne jest odkłamanie społeczeństwa dot. „tzw. szczęśliwych, a jednocześnie „plastikowych” rodzin. To m.in właśnie kreacja niemożliwych do realizacji wzorców prowadzi do frustracji i jest zaczątkiem kumulacji problemów rodzinnych. Porzucanie rodzin staje się w dzisiejszych czasach faktem i problemem społecznym.

WNIOSEK 6

Ważnym problemem jest również organizacja czasu. Zaburzenia jego organizacji spowodowały swoistą „ospałość”, zagubienie, nieumiejętność przeprogramowania schematu dnia. Niestety brak odpowiednich przewodników, w zakresie organizacji czasu, wzmagało często zachowania agresywne, aspołeczne, często stwarzające przestrzeń dla uzależnień.

REKOMENDACJA 6

Rekomendujemy organizację projektów promujących organizację czasu, w sposób zbalansowany. Ważnym jest wskazanie drogi rozwoju rodziny, przy jednoczesnym zapewnieniu sytuacji bytowej. W dzisiejszym świecie obserwujemy znaczny odsetek osób zagubionych w pracoholizmie. Z rozmów z OPS oraz terapeutami wyłania się obraz kultu niezniszczalnej jednostki, która staje się potrzaskiem dla życia rodzinnego i społecznego i zadaje jemu ostateczną klęskę.

WNIOSEK 7

Niestety analiza jakościowa, dokonana w czerwcu 2020 roku, przede wszystkim w oparciu o opinie specjalistów terapii uzależnień, kierowników OPS, przedstawicieli NGO oraz samorządów prowadzi do niezbyt optymistycznych wniosków.

Skutki izolacji odczuwalne są o wiele bardziej, w tym okresie, już w trakcie „odmrażania” gospodarki, aniżeli na początku pandemii.

REKOMENDACJA 7

Rekomendujemy organizację projektów długofalowych, nie tylko akcyjnych. Skutki pandemii będą odczuwalne długo po jej ustaniu. Należy im przeciwdziałać. Dane zastane m.in. pochodzące z Stanów Zjednoczonych, Wielkiej Brytanii, czy Niemiec wskazują na znaczny wzrost odsetek rozwodów oraz kumulujących się problemów psychicznych, które mają swoje odzwierciedlenie w „pętli wszelakich uzależnień”.

WNIOSEK 8

Wieloczynnikowość oraz złożoność problemów społeczno-gospodarczych skłania do analiz wielopłaszczyznowych i interdyscyplinarnych.

REKOMENDACJA 8

Rekomendujemy organizację zespołu roboczego przy Ministerstwie Rodziny Pracy i Polityki Społecznej, który wskaże kierunek działań na przyszłość i będzie odpowiedzialny za kumulowane problemy. Na tym etapie, głównym przedmiotem zainteresowania jest gospodarka. Jednakże kumulacja uzależnień oraz problemów natury psycho-społecznej może skutecznie obniżyć poziom jakości życia społeczeństwa i w konsekwencji przyczyni się do spowolnienia gospodarczego. Obniżenie nastrojów społecznych sprzyja recesji gospodarczej.

PYTANIE 4 Jakich narzędzi wsparcia Pan/Pani potrzebuje np. ograniczających poczucia zagrożenia?

Oczekiwane wsparcie wg. częstotliwości wskazań (od najczęściej wskazywanych) – można było wskazać wiele

organizacji grupy wsparcia on-line |

organizacji grupy wsparcia on-line | miejsca, gdzie mogę wymienić doświadczenia, Facebook inne |

wsparcie interwencyjne/wtedy, kiedy jest najtrudniej |

wsparcie interwencyjne/wtedy, kiedy jest najtrudniej | miejsca, gdzie mogę wymienić doświadczenia, Facebook inne |

wsparcie interwencyjne/wtedy, kiedy jest najtrudniej | organizacji grupy wsparcia on-line |

wsparcie interwencyjne/wtedy, kiedy jest najtrudniej | organizacji grupy wsparcia on-line | miejsca, gdzie mogę wymienić doświadczenia, Facebook inne |

WNIOSEK 9

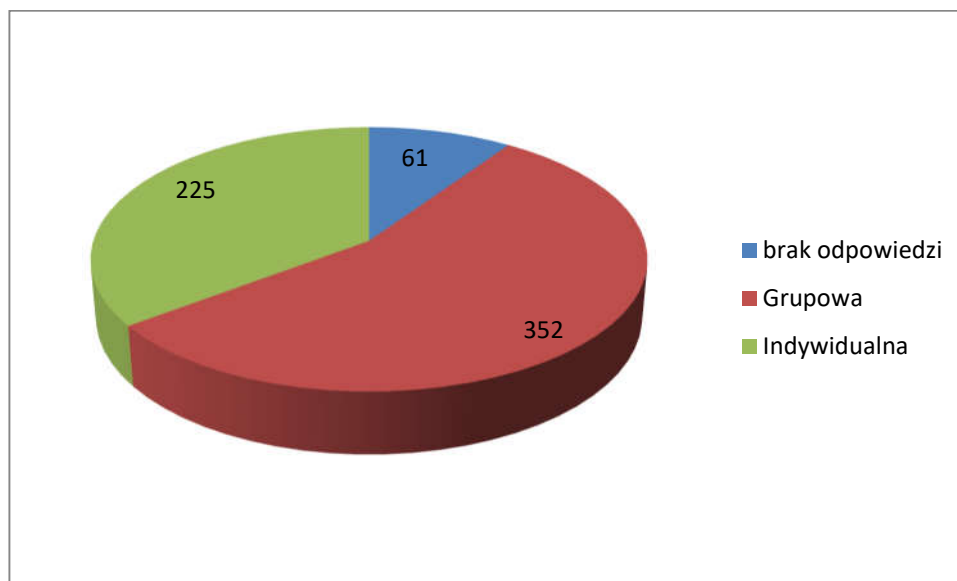
Dominujące w badaniu są wskazania dot. wsparcia interaktywnego. W dobie pandemii nie było jednak możliwości świadczenia wsparcia na masową skalę. Pomimo szeregu programów oraz rekomendacji wielu instytucji do rozszerzania oferty ON-LINE pojawiło się sporo problemów. Jednym z nich – kwestia prywatności. W domu, gdzie dominuje przemoc i alkohol, a składa się z 2 pokoi trudno o wsparcie ON-LINE.

REKOMENDACJA 9

Rekomendujemy dalszy rozwój usług ON-LINE. Najlepiej ukierunkowany na dotacje dla NGO, gabinetów terapeutycznych, umożliwiające prowadzenie wsparcia. Kolejną rekomendacją jest stworzenie odpowiednich miejsc wsparcia, gdzie poza miejscem zamieszkania można by było w odpowiedni sposób skorzystać z usługi. Rekomendujemy zastosowanie projektów innowacyjnych

, gdzie premiiowane byłyby najlepsze pomysły do takowych wdrożeń.

PYTANIE 5 Jaki rodzaj pracy Panu/Pani odpowiada najbardziej?



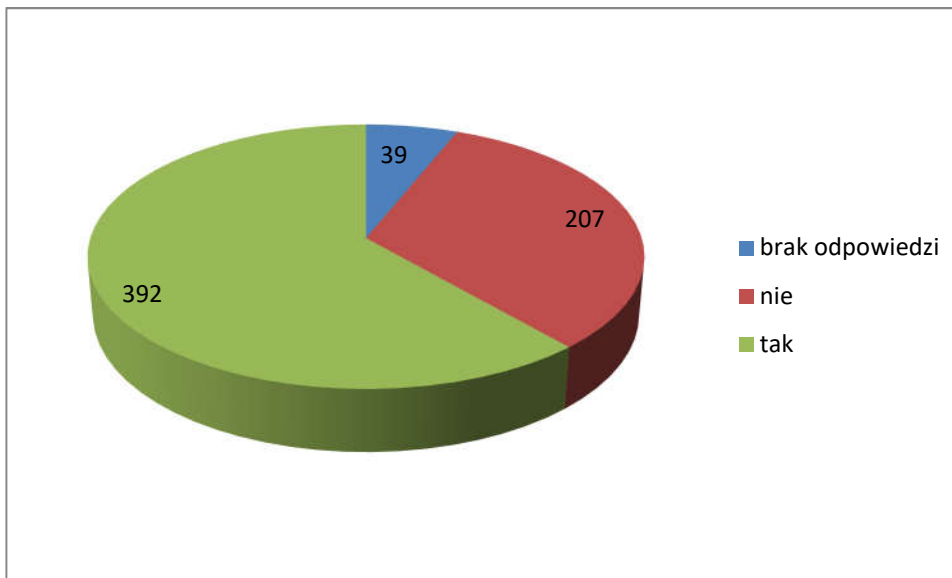
WNIOSEK 10

Rozkład preferencji wsparcia, w odniesieniu do pracy grupowej i indywidualnej kształtuje się na korzyść pracy grupowej. **Praca grupowa jest najczęściej preferowaną formułą pracy w zrealizowanym badaniu. Za tym rodzajem pracy opowiedziało się blisko 55% badanych.**

REKOMENDACJA 10

Rekomendujemy rozwój możliwości świadczenia pracy grupowej oraz wykorzystywanie potencjału grup samopomocowych. Jednocześnie dostrzegając niedokapitalizowanie określonych grup. Grupy mające często charakter nieformalny, nie mogą pozyskiwać grantów, ani otrzymywać wsparcia, co więcej często osoby w nich uczestniczące nie mają możliwości sieciowania się ON-LINE. Określona sytuacja wymaga podniesienia wiedzy, być może wprowadzenia systemu szkoleń dla grup wsparcia z obsługi narzędzi informatycznych oraz stworzenia określonej procedury dofinansowań.

PYTANIE 6 Czy w obecnej sytuacji docierają do Pana/Pani informacje dot. pogorszenia się sytuacji innych osób



61% osób wskazuje, że sytuacja innych osób uległa pogorszeniu

WNIOSEK 11

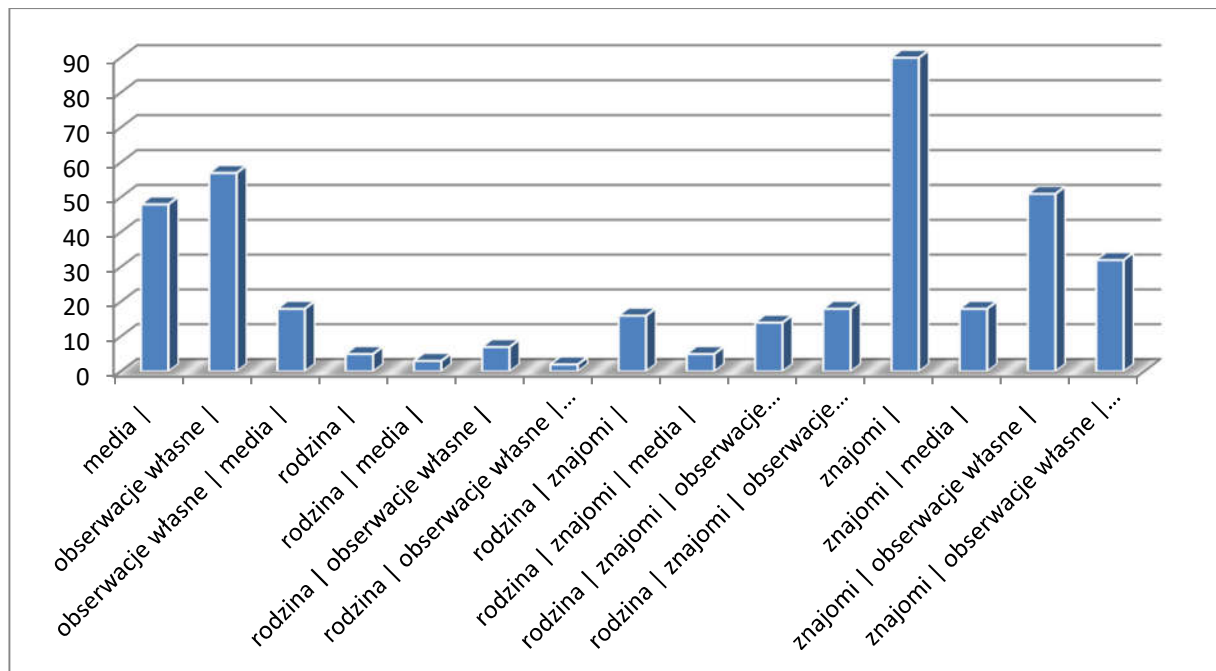
27% badanych wskazało na powstanie zagrożenia złamania abstynencji, na pogorszenie sytuacji wskazało blisko **55% w okresie 2 tygodni**, natomiast ok **37% osób w okresie tygodnia**. **Z kolei aż 61% osób wskazuje na wiedzę dot. pogorszenia się sytuacji u innych osób.** Dane jednoznacznie wskazują na powagę sytuacji. Nie sposób interpretować tych danych, na wzór akademickich dociekań. Należy postawić tezę w sposób twardy i zdecydowany. **Sytuacja epidemii i izolacji społecznej wpłynęła negatywnie na zdrowie psychiczne oraz sytuację osób uzależnionych.**

REKOMENDACJA 11

Rekomendujemy opracowywanie rozwiązań „szytych na miarę” obecnej sytuacji. Co ważne problemy społeczne, które powstają w określonej rzeczywistości mają tendencję do ujawniania się w późniejszych okresach. Rekomendujemy:

- utworzenie grup roboczych w samorządach lokalnych dot. problematyki społecznej, w tym sytuacji osób uzależnionych
- wsparcie inicjatyw lokalnych, poprzez szczególny nacisk przeciwdziałania problemom społecznym, w tym uzależnień, rozpadu więzów rodzinnych, narastającej frustracji społecznej oraz agresji
- uwypuklenie problemów atomizacji społecznej oraz tworzenie rozwiązań lokalnych ukierunkowanych na budowanie wspólnot lokalnych
- wprowadzenie projektów wspierających grupy samopomocowe oraz prowadzących do ich profesjonalizacji np. przez regranting
- wspieranie partnerstw lokalnych z JST oraz promowanie wspólnych projektów NGO/JST przeciwdziałających procesom rozkładu więzi oraz kumulacji problemów społecznych, w tym uzależnień
- zastosowanie mechanizmów innowacji społecznych oraz organizacji programów, których celem jest wybór najlepszych i najbardziej innowacyjnych pomysłów, włączając inicjatywy lokalne

PYTANIE 7 Skąd docierają do Pana/Pani informacje dot. pogorszenia się sytuacji innych osób?



WNIOSEK 12

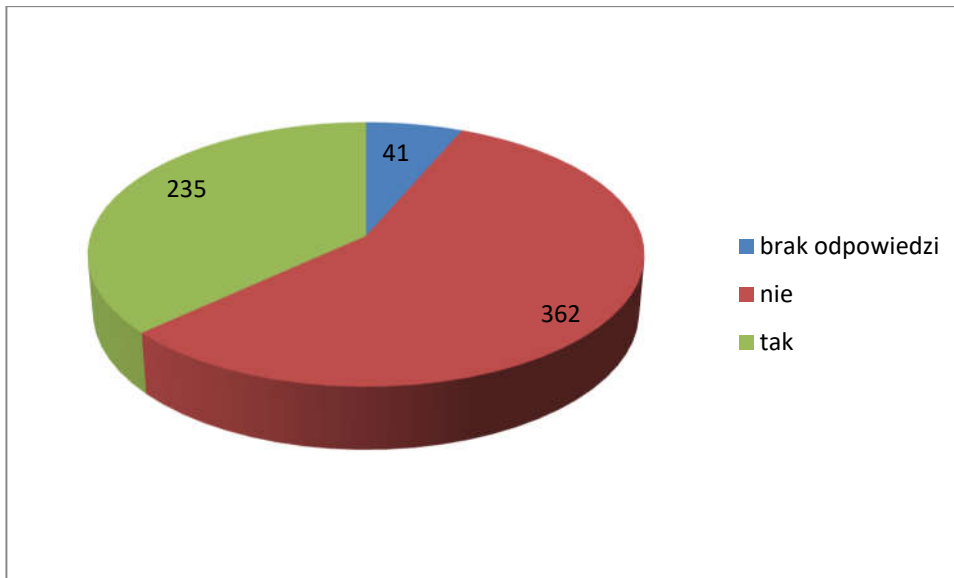
Najczęściej, biorąc pod uwagę częstotliwość wyboru, określone informacje docierają **od znajomych**. Media znajdują się na dalszej pozycji. **Można zatem przypuszczać, że badania wskazują na realnie pogarszającą się sytuację. Natomiast zbierane dane nie są sztucznie wytwarzają przez media świadomością zbiorową. Te dane potwierdzają również samooceny uczestników badania.**

REKOMENDACJA 12

Na tym etapie świadomości należy przystąpić do konstruowania i realizacji konkretnych programów pomocowych. Kolejne diagnozy powinny być kontynuowane w zakresach;

- monitorowania sytuacji rodzinnych
- monitorowania poziomu eskalacji uzależnień
- monitorowania stanu zdrowia psychicznego
- wykorzystania środków TV i mediów społecznościowych, w tym telewizji publicznej do akcji prewencyjnych i opiniotwórczych, we wskazanych tematach

PYTANIE 8 Czy Pan/Pani oczekuje zwiększonego wsparcia w obecnej sytuacji?



WNIOSEK 12

37% osób w badaniu oczekuje zwiększonego wsparcia z tytułu zaistniałej sytuacji.

REKOMENDACJA 12

Wydaje się niezbędnym uruchomienie programów pomocowych, które umożliwiłyby pracę z osobami wymagającymi wsparcia. Sposób dotarcia do takich osób może być utrudniony, dlatego warto zastanowić się nad organizacją takiego wsparcia poprzez media.

PYTANIE 9 Z jakim uzależnieniem się Pan/Pani zмага? (można było wybrać wiele)

| | |
|--|-----|
| alkohol | 372 |
| alkohol hazard | 5 |
| alkohol hazard od urządzeń multimedialnych/Internetu | 2 |
| alkohol hazard seks/pornografia | 2 |
| alkohol inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 11 |
| alkohol leki | 11 |
| alkohol narkotyki | 23 |
| alkohol narkotyki hazard | 4 |
| alkohol narkotyki hazard leki | 1 |
| alkohol narkotyki hazard seks/pornografia | 1 |
| alkohol narkotyki hazard seks/pornografia od urządzeń multimedialnych/Internetu | 1 |
| alkohol narkotyki inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 1 |
| alkohol narkotyki leki | 2 |
| alkohol narkotyki leki inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 1 |
| alkohol narkotyki leki od urządzeń multimedialnych/Internetu inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 1 |
| alkohol narkotyki od urządzeń multimedialnych/Internetu inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 1 |
| alkohol narkotyki seks/pornografia | 5 |
| alkohol narkotyki seks/pornografia od urządzeń multimedialnych/Internetu | 3 |
| alkohol od urządzeń multimedialnych/Internetu | 3 |

| | |
|--|----|
| alkohol od urządzeń multimedialnych/Internetu inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 3 |
| alkohol seks/pornografia | 15 |
| alkohol seks/pornografia od urządzeń multimedialnych/Internetu | 3 |
| brak | 1 |
| brak odpowiedzi | 30 |
| hazard | 13 |
| hazard leki od urządzeń multimedialnych/Internetu inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 1 |
| inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 63 |
| leki | 3 |
| leki inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 1 |
| leki seks/pornografia | 1 |
| leki seks/pornografia od urządzeń multimedialnych/Internetu | 3 |
| narkotyki hazard | 3 |
| narkotyki seks/pornografia | 1 |
| od urządzeń multimedialnych/Internetu | 18 |
| od urządzeń multimedialnych/Internetu inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 8 |
| seks/pornografia | 10 |
| seks/pornografia inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 4 |
| seks/pornografia od urządzeń multimedialnych/Internetu | 5 |
| seks/pornografia od urządzeń multimedialnych/Internetu inne uzależnienia behawioralne (jakie?) | 2 |

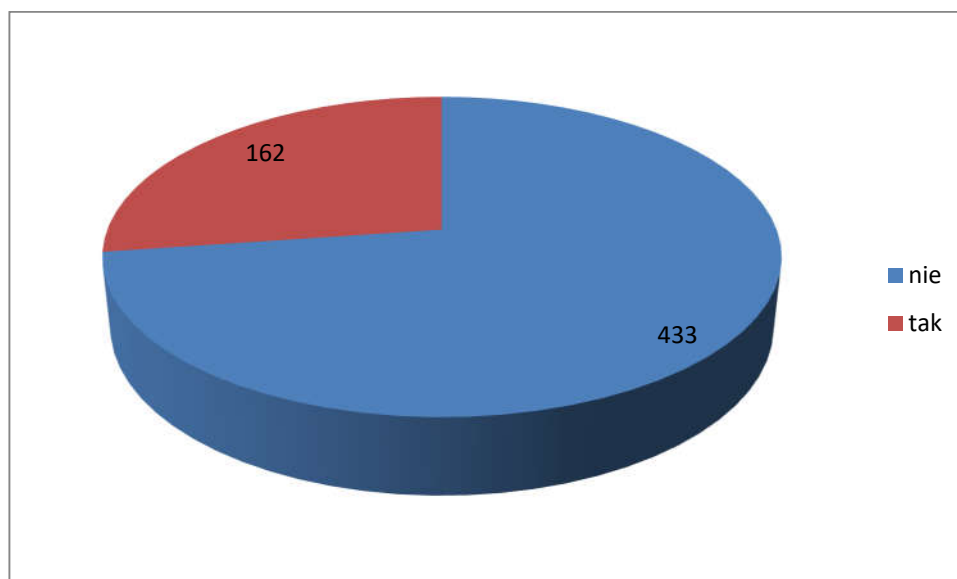
WNIOSEK 13

Badania pokazują, że najczęściej występującym czynnikiem uzależniającym, wśród przebadanych jest zdecydowanie alkohol. Występuje on zdecydowanie najczęściej. **Na następnych miejscach plasują się uzależnienia behawioralne, seks i pornografia, narkotyki.**

REKOMENDACJA 13

- Na podstawie badań rekomendujemy wdrożenie programów mających za zadanie ograniczenie dostępności alkoholu oraz sposobów jego promocji.
- Włączenie do polityk profilaktycznych tematyki seksualnej, w tym dostępu do pornografii. Uzależnienia tego typu, w ostatnich czasach, występują w silnym natężeniu i często są niedoszacowane
- Skupienie się na przeciwdziałaniu szkodliwych polityk, prowadzących do legalizacji tzw. miękkich narkotyków, jak widać z badania najbardziej dostępny i legalny środek odurzający jest statystycznie najczęstszym wyzwalaczem uzależnień

PYTANIE 10 Czy w obecnej sytuacji jest Pan/ Pani zagrożony zwolnieniem, bądź utratą źródła dochodu?



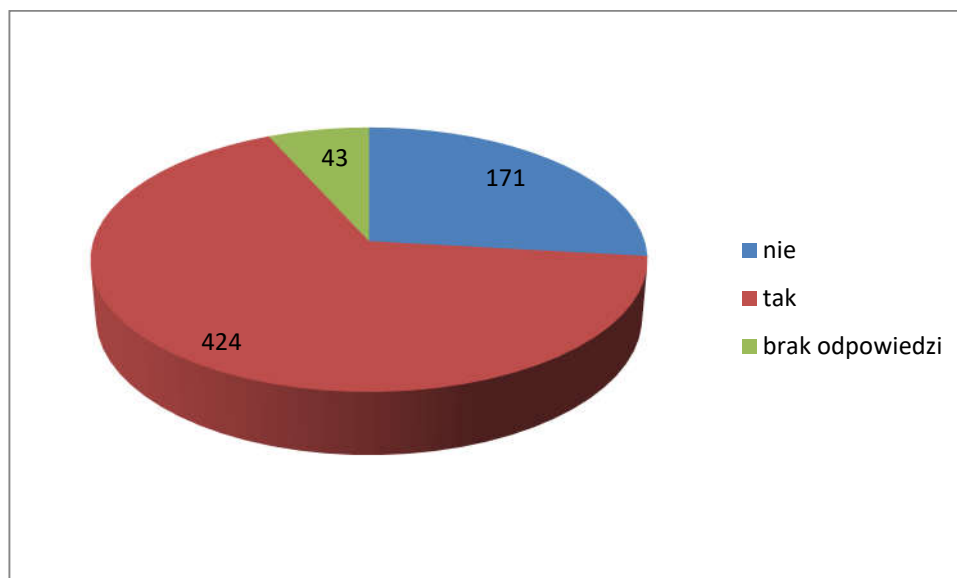
WNIOSEK 14

Dla ok. 25% poddanych badaniu sytuacja spowodowała sytuację zagrożenia utraty pracy, bądź źródła dochodu. Jest to sytuacja szczególnie stresowa dla osób zmagających się z uzależnieniami.

REKOMENDACJA 14

- W przypadku realizacji programów osłonowych tzw. outplacement, winno się wkomponować obowiązkowe angażowanie specjalistów ds. uzależnień. W takich programach często angażuje się psychologów i doradców zawodowych. Niestety aspekt uzależnieniowy wydaje się często pomijany.

PYTANIE 11 Czy uważasz, że Radio/TV jest pomocne w Pana/Pani wychodzeniu z uzależnień?



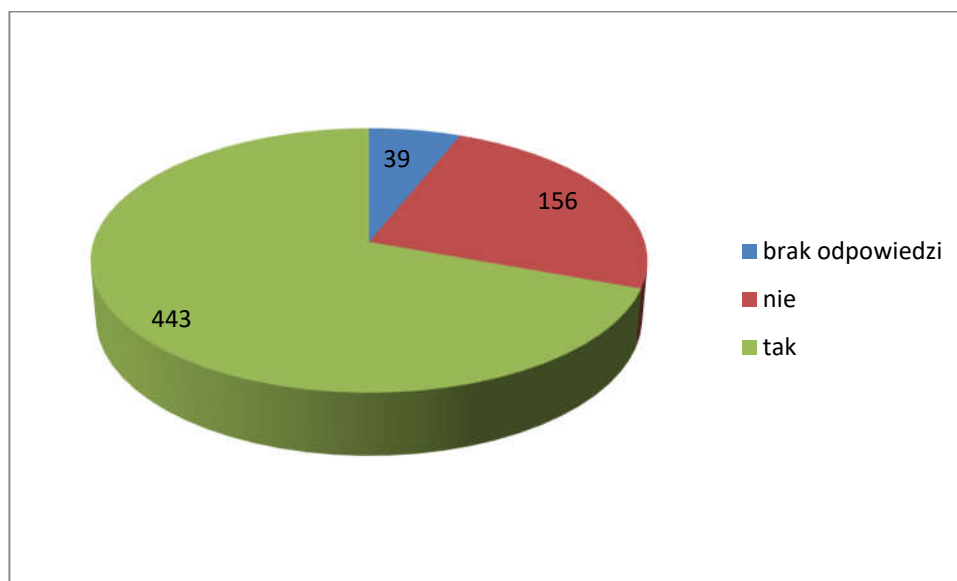
WNIOSEK 15

66% osób twierdzi, że TV i RADIO jest dużym wsparciem w wychodzeniu z uzależnienia.

REKOMENDACJA 15

W mediach, przede wszystkim publicznych powinny być realizowane programy, które w swojej formie i treści będą trafiały do widzów i w sposób przystępny, często ciekawy będą dotyczyły problemów uzależnień. Programy powinny być dostosowane do odbiorców i realizowane w różnych pasmach. Adresatem powinny być osoby dorosłe, kompleksowo omawiające problem, w godzinach późniejszych. Dzieci i młodzież we wcześniejszych pasmach, mogą to być również kampanie informacyjne, których treść i sposób prezentacji będzie interesujący wizualnie.

PYTANIE 12 Czy społeczność ocalonych Panu/Pani w czymś pomogła



WNIOSEK 16

69% osób twierdzi, że społeczność ocalonych miała pozytywny wpływ, w kontekście walki z uzależnieniem.

REKOMENDACJA 16

W mediach, w tym mediach publicznych powinny być rozwijane i wspierane programy, które cyklicznie wspierają proces wyjścia z uzależnień oraz prowadzić profilaktykę dla społeczeństwa. **Niezbędna jest promocja „TRZEŻWOŚCI NARODU”**

5. Podsumowanie badań

Badania jednoznacznie identyfikują potrzebę prowadzenia działań dostosowanych do zmieniającej się rzeczywistości. Prowadzonych jest wiele działań, które mają za zadanie ratować polską gospodarkę, niezbędne są również działania ratujące TRZEŻWOŚĆ NARODU oraz jego zdrowie psychiczne. Gospodarka nie będzie dobrze funkcjonować, przy założeniach sprawiedliwości społecznej, jeżeli jej obywatele będą zagubieni w meandrach uzależnień. Konsekwencje izolacji społecznej tworzą nową rzeczywistość, w której niezbędny jest czas reakcji oraz ułożenie odpowiednich rozwiązań teraz. Opieszałość w tym względzie nie będzie się nikomu opłacać. Dlatego rekomendujemy rozwiązania przedstawione w niniejszym raporcie i jako Stowarzyszenie Ocaleni służymy pomocą i chęcią włączenia się w działania, które skutecznie będą reagować na piętrzące się problemy społeczne.

CZERWIEC 2020

STOWARZYSZENIE 
OCALENI