

Zakaj je potrebno preventivno delovati med mladostniki osnovnošolske starosti?

Izsledki zadnjih raziskav s področja mladostniškega vedenja in zdravja

Podatki vrste različnih raziskav o razširjenosti tveganega vedenja med mladostniki, starimi od 13 do 15 let in starejšimi pri nas, opozarjajo, da je vedenje, ki je tvegano za njihovo psihosocialno dobrobit in zdravje ter za pozitivni izid razvojne krize, v kateri se nahajajo, precej prisotno in razširjeno med njimi.

Glede na sliko aktualnega stanja, ki jo vidimo iz rezultatov obstoječih raziskav, v katerih so bili ciljna skupina mladostniki (večinoma stari od 13 do 15 let) lahko rečemo, da je izzivov odraščanja veliko ter da je precejšnji odstotek mladih zaradi tega izpostavljen tveganju za svoje zdravje in psihosocialno dobrobit, mnogi med njimi pa kažejo simptome, ki zahtevajo takojšnje mobiliziranje strokovne javnosti, staršev in ne nazadnje širše skupnosti, in sicer angažiranja v smislu saniranja in odpravljanja posledic neustreznih soočanj mladih z izzivi tega razvojnega obdobja.

Iz generacije v generacijo se starostna meja prvega kontakta z marihuano vse bolj niža. 25 let nazaj so se mladi večinoma z njo srečevali koncem srednje šole in tekom študija, danes pa se mnogi srečujejo z njo že koncem osnovne šole. Namreč, vsak peti 15-letnik trdi, da je že konzumiral marihuano. Ko gre za konzumiranje alkoholnih pijač pa je stanje precej slabše; raziskava iz leta 2018 pravi, da je 7 od 10 anketiranih 15-letnikov že imelo izkušnjo z alkoholom, od tega pa skoraj 15% 15-letnikov pravi, da pije alkohol 1x tedensko, vsak četrti anketirani pa trdi, da je bil vsaj 2x v življenju že opit.

Sodobni generaciji najstnikov grozijo tudi nove t. i. nekemične oblike odvisnosti, ki niso nič manj nevarne in nič bolj nedostopne. Zadnja HBSC (2018) raziskava kaže, da vsak peti 13-letnik igra računalniške igre vsak dan ali skoraj vsak dan, od tega jih slaba polovica (48,2%) za igranje iger porabi 2-3 ure ali več na dan, ta odstotek s starostjo narašča. Pri vsakem desetem mladostniku pa so že prepoznavni znaki zasvojenosti z igranjem iger. Koliko časa ti najstniki preživijo potemtakem s člani svoje družine, ob športnih aktivnostih, ob druženju s prijatelji, branju knjig itd.?!

Tudi medvrstniško nasilje je žal zelo razširjeno. Skoraj vsak tretji anketirani 13-letnik (28,07 %) poroča, da je bil žrtev nasilja s strani svojih sovrstnikov v preteklih nekaj mesecih. V povprečju pa je vsak dvanajsti mladostnik sodeloval pri trpinčenju drugih učencev na šoli vsaj 2x mesečno v zadnjih nekaj mesecih. Z množično uporabo elektronskih medijev pa narašča tudi t. i. *online* trpinčenje; vsak osmi mladostnik je že bil žrtev *online* trpinčenja. Slovenska raziskava Odklikni! (2018) pa je pokazala, da je kar 55% deklet in 49% fantov zadnje tirade OŠ že doživelo vsaj eno od oblik spletnega nadlegovanja. Psihološke in socialne posledice trpinčenja, enako kot tudi nasilniškega vedenja, zlasti če trajajo dalj časa, pa so lahko zelo travmatične in zaznamujejo posameznika za celo življenje.

V kontekstu naraščajočega števila okužb spolno prenosljivih bolezni v zadnjih letih pri nas, nas mora skrbeti tudi dejstvo, da se vse večje število mladostnikov spušča v prvi spolni odnos vedno bolj zgodaj in zdi se, da precej nepripravljeni za to. Podatki za leto 2018 pravijo, da je vsak peti anketirani 15-letnik trdil, da je že imel prvi spolni odnos; od teh pa jih skoraj 30% trdi, da ob zadnjem spolnem odnosu niso uporabili zanesljive zaščite. Zanimivo je tudi to, da jih kar 37%

izmed njih trdi, da so pri zadnjem spolnem odnosu uporabili zaščito v obliki prekinjenega spolnega odnosa, zanesljivost te metode pa vemo, da je podobna igri na srečo.

Podatki, ki govorijo o razširjenosti psihosomatskih simptomov v tej starostni skupini, pa so, upamo si reči, alarmantni. Rezultati raziskave HBSC iz leta 2018 kažejo, da skoraj vsak tretji anketirani mladostnik, star od 11 do 17 let (28,4 %) poroča o tem, da je doživel vsaj dva psihosomatska simptoma več kot 1x tedensko v zadnjih mesecih, med katerimi so najpogostejši: nervoza, razdražljivost in nespečnost. Vsak tretji 15-letnik je v zadnjem letu občutil žalost in obupanost v prisotnosti vsaj dveh tednov, kar je imelo vpliv na njegove vsakodnevne dejavnosti. Od zadnje raziskave pa je narasel odstotek 15-letnikov, ki so poročali, da so v zadnjem letu imeli samomorilne misli (iz 15% v letu 2014 na 18% v letu 2018). Zaskrbljujoče stanje potrjuje tudi podatek iz raziskave PISA (2018), ki pravi, da se je kar 35% slovenskih 15-letnikov pogosto ali vedno počutilo žalostne. Takšno psihološko stanje dela posameznika precej ranljivega in dovzetnega za različne oblike rizičnega vedenja, kar je lahko tudi podlaga za razvoj kroničnih bolezenskih stanj. Takšno psihološko stanje dejansko predstavlja zelo močan dejavnik tveganja, zlasti, če je dalj časa trajajoče. Namreč, pri iskanju razbremenitve, občutka umirjenosti in varnosti ali pri iskanju občutka pripadnosti, zlasti najstniki lahko posežejo ne samo po različnih oblikah psihoaktivnih substanc ali zbežijo v virtualno realnost, temveč se lahko spustijo še v druge oblike rizičnega vedenja, ki jim s seboj lahko prinesejo hude težave, ne samo v sedanjosti njihovega življenja, temveč pustijo posledice, ki jih lahko zaznamujejo za celo njihovo življenje.

Kaj lahko storimo, da to zaskrbljujoče stanje omilimo, še raje odpravimo? Kako lahko ustavimo negativne trende in preprečimo, da se mladostniško eksperimentiranje in raziskovanje razvije v individualno psihopatologijo, ki s seboj nosi ne le hudo človeško trpljenje, razpad družine in socialno dezintegracijo, kot tudi individualno in skupinsko socialno izključenost, ampak tudi škodo za celotno skupnost, kateri ti mladi ljudje pripadajo in bi lahko v prihodnosti prispevali k njeni blaginji in napredku? V mreži aktivnosti, ki bi morale biti planirane in izvajane usklajeno in sistematično, bi socialnovarstvene preventivne intervencije vsekakor morale imeti pomembno vlogo v mozaiku teh aktivnosti! Projekt »Mladinske delavnice«, kot skupnostno preventivni socialnovarstveni program, je eden od poskusov, da se s pomočjo sistematičnega, znanstveno utemeljenega in kontinuiranega delovanja tej starostni skupini ponudi pomoč pri soočanju in premagovanju izzivov, ki jih razvojno obdobje, v katerem se nahajajo, nosi s seboj ter da se obenem podpre in pospeši njihov pozitiven psihosocialen razvoj, prepreči njihovo socialno izključenost in se jim pomaga, da se uspešno in globoko integrirajo v vse tokove svojega življenja (družina, šola/slужba, družba). Hkrati želimo s projektom najstnike opremiti z ustreznimi socialnimi veščinami, znanji, vrednostnimi usmeritvami in vedenjskimi vzorci, ki bi jim bili v pomoč, da se v tveganih življenjskih situacijah uspešnejše odločajo v prid svojemu zdravju in pozitivnemu psihosocialnemu razvoju.

Viri:

- *Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju med mladostniki v Sloveniji. Izsledki raziskave HBSC, 2018. Dostopno prek: <https://www.nijz.si/sl/podatki/raziskava-z-zdravjem-povezano-vedenje-v-solskem-obdobju-hbhc-2018-0> (24.7.2020).*
- *ODKLIKNI! Ustavimo spletno nasilje nad ženskami in dekleti. Priročnik za strokovnjakinje in strokovnjake, ki delajo z mladimi. Založba FDV. Ljubljana, 2019. Dostopno prek: <http://odklikni.enakostspolov.si/o-projektu/> (24.7.2020).*
- *Program mednarodne primerjave dosežkov učencev in učenk – PISA 2018. Nacionalno poročilo s primeri nalog iz branja. Pedagoški inštitut. Ljubljana, 2019. Dostopno prek: <https://www.pei.si/raziskovalna-dejavnost/mednarodne-raziskave/pisa/pisa-2018/> (24.7.2020).*
- *Epidemiološko spremljanje nalezljivih bolezni v Sloveniji v letu 2018. Dostopno prek: <https://www.nijz.si/sl/epidemiolosko-spremljanje-nalezljivih-bolezni-letna-in-cetrletna-porocila> (24.7.2020).*