

## OPIS ISTRAŽIVANJA



Centar za  
Edukaciju  
Istraživanje i  
Razvoj

### Cilj ovog istraživanja bio

- da se ispita psihičkog stanja mladih u pogledu psihičkih tegoba i problema,
- zlouotrebe supstanci,
- njihov životni stil i osnovne životne navike,
- kao i njihovi kapacitati da prepoznaju određena emotivna stanja
- i poznavanju dostupnih resursa za pomoć u očuvanju i unapređenju mentalnog zdravlja.

### Uzorak

- Ovo istraživanje sprovedeno je na uzorku od 1000 učenika trećih razreda srednjih škola u Srbiji.
- Uzorka je obuhvatio 40 srednjih škola u uzorku, izabranih *procedurom slučajnog uzrokovanja*.
- Uzorak je obuhvatio **46% mladića i 54% devojaka**, koju trenutno pohađaju treći razred srednje škole.

### KAKO MLADI PROVODE SLOBODNO VREME

- Svoje slobodno vreme najčešće provode na internetu
- 40% učenika izjavljuje da se redovno bavi sportom.
- Sportom se značajno češće bave učenici imućnijeg ekonomskog statusa, dok se učenici nižeg ekonomskog statusa značajno ređe bavi sportom, tek 27%.

***Aktivno bavljenje sportom povezano je sa nizom pozitivnih indikatora zdravijeg i boljeg funkcionisanja. Ne možemo govoriti o uzročnom posledičnim vezama, ali može se pretpostaviti da sport promoviše zdraviji stil života i to može imati uticaj na stavove i ponašanja mladih.***

- Kod učenika koji se bave sportom nalazimo značajno nižu incidencu probanja cigareta i pušenja..
- Mladići koji se bave sportom ređe probaju narkotike od mladića koji se ne bave sportom.
- Učenici koji se bave sportom su zadovoljniji sobom i odnosima sa svojim najbližima:
- Prijavljuju veće zadovoljstvo odnosom sa roditeljima
- Zadovoljniji su svojim zdravstvenim stanjem
- Zadovoljniji su samim sobom
- Imaju veće poverenje u emocionalnu roditeljsku podršku
- Ređe prijavljuju probleme sa svojim bliskim socijalnim okruženjem
- Ređe prijavljuju probleme u izvršavanju školskih obaveza
- Mladići koji se bave sportom postižu bolje rezultate u školi od onih koji se ne bave sportom, kod devojaka ne nalazimo ovu razliku.

## **MLADI SU SUOČENI SA BROJNIM STRESORIMA I POTREBNA IM JE PODRŠKA U NOŠENJU SA STRESOM**

- Čak **više od polovine učenika** navodi da je u protekle dve godine doživelo bar jedan stresan životni događaj,
- Stresni događaju su značajno češće prijavljivani od strane učenika nižeg ekonomskog statusa.
- Dva najčešća stresora su gubitak člana porodice i gubitak posla jednog od roditelja.

## **MLADI SU SKLONI SEKSUALNO RIZIČNOM PONAŠANJU**

- Svaki drugi mladić i svaka četvrta devojaka prijavlju da su do sada imali bar jedno seksualno iskustvo.
- Većina njih nema učestane seksualne odnose (redovne polne odnose).
- Prva seksualna iskustva se najčešće doživljavaju sa šesnaest godina.

***Međutim, posebno je važno imati u vidu, da je u subuzorku onih koji su bili bar jednom seksualno aktivni u poslednjih 12 meseci, čak 53% imalo bar jedan seksualni odnos bez prezervativa, dok je 20% imalo seks zbog kog se kajalo.***

## **KONZUMACIJA CIGARETA, ALKOHOLA I NARKOTIKA**

- Konzumacija alkohola najizraženija u ovoj ciljnoj grupi,
- Svaki 10 učenik je pušač,
- 14% učenika je uzelo bar jedan narkotik u poslednjih 12 meseci
- 49% učenika navodi da su se bar jednom napili u poslednjih 12 meseci
- Svaki četvrti učenik je bar jednom alkohol pomešao sa nekim energetskim napitkom u proteklih 12 meseci.
- Najveći procenat učenika navodi da je bar jednom u proteklih godinu dana konzumirao marihuanu –10%.
- 10% učenika navodi da je bar jednom u proteklih 12 meseci konzumiralo lek za smirenje bez lekarskog recepta.

## **VRŠENJE NASILJA IZRAZITO PRISUTNO**

- Čak 27% učenika prijavljuje da su vršili bar neki oblika nasilnog ponašanja više od dva puta u proteklih godinu dana.
- Učešće u tučama je najizraženiji oblik nasilja i značajno je zastupljenija kod mladića nego kod devojaka.
- **U skladu sa izrazitim prisustvom nasilja, svaki četvrti učenik prijavljuje da se našao u ulozi žrtve nasilja**

## PSIHIČKA STANJA I NELAGODNOSTI SA KOJIMA SE UČENICI SUOČAVAJU

### Napomena:

- Treba imati u vidu da simptomi ne ukazuju na dijagnostifikovana stanja, već na subjektivni doživljaj prisustva određenih psihičkih nelagodnosti sa kojima se mladi sreću.
- Učenici najčešće izveštavaju o hostilnosti i nepoverljivosti prema drugima, a zatim slede simptomi koji ukazuju na povišenu interpersonalnu osetljivost, depresiju i anksioznost.
- Devojke znatno češće od mladića izveštavaju o prisustvu svih simptoma nelagodnosti. Ovo se može objasniti time da su mladići manje spremni da priznaju da su ranjivi, i manje obraćaju pažnju na psihičke tegobe, dok je kod devojaka emotivni život u adolescentniji uzburkaniji i više su fokusirane na svoje psihičko stanje
- Mogli bi se reći da su **kritičnost prema drugima i negativan odnos prema okolini najčešće psihičko stanje sa kojima se mladi susreću**. Ovo sa jedne strane odražava adolescentski bunt, i razvojno je očekivana pojava.
- Oko **10% učenika** se intezivno suočava sa stanjima koji ukazuju na **povišeno anksiozno stanje** kao što su **naleti panike, osećanje prestrašenosti bez razloga** i intezivno **osećanje nemira**.
- Kod **nešto više od petina učenika** relativno često su prisutna stanja **negativnog raspoloženja i tuge**.
- **Osećanje stalne brige** oko raznih stvari navodi **45% učenika**, **28%** navodi da im se lako dešava **da zaplaču**. **Osećanje potpune bezvrednosti** navodi **12%** učenika, dok **7%** učenika navodi da im se dešava da razmišljaju o **prekidanju života**.
- **Depresivna stanja** su intezivnije prisutna kod **učenika niskog ekonomskog statusa**.
- **7% učenika** izveštava o pojavama koje mogu ukazivati na **probleme u ishrani**

### VULNERABILNA GRUPA MLADIH

Na osnovu učestanosti prijave liste simptoma izdvojili smo grupu učenika koja se može smatrati **vulnerabilnijom** u pogledu mentalnog zdravlja, koja čini **16% ispitivanog uzorka**. Ovo je relativno visok procenat.

Vulnerabilna grupa učenika osim u pogledu toga što **izveštava o povišenoj prisutnosti neprijatnih psihičkih stanja i nelagodnosti**, takođe pokazuje i druge **obrasce ponašanja koji ukazuju na slabiju prilagođenost**.

- Češće prijavljuju probleme sa bliskim socijalnim okruženjem
- Češće imaju probleme u izvršavanju školskih obaveza (česta podbacivanja u školi, neopravdani izostanci)
- Skloniji su neodgovornijem i rizičnom ponašanju
- Češće im se događaju nezgode i povrede
- Češće su pušači
- Češće konzumiraju alkohol, i alkohol sa energetskim napicima
- Češće prijavlju da su konzumirali neki narkotik (pre svega marihuanu i sedative)
- Skloniji su kockanju

- Ova grupa prijavljuje veći broj doživljenih stresora u protekle dve godine, što može biti jedan od uzročnika njihovog trenutnog stanja.
- Manje veruju u roditeljski sistem podrške po pitanju emocionalne i finansijske pomoći
- U manjoj meri su zadovoljni odnosom sa bliskim ljudima (svojim roditeljima i prijateljima) i samim sobom i imaju niže samopouzdanje.

### **NEDOSTATAK RODITELJSKE EMOCIONALNE PODRŠKE MOŽE BITI FAKTOR U NASTANKU RAZLIČITIH PROBLEMA U PSIHOSOCIJALNOM FUNKCIONISANJU**

Mladi koji procenjuju da nemaju adekvatnu emotivnu podršku od strane roditelja izveštavaju o nizu problema u psihosocijalnom funkcionisanju, od problema sa bliskim socijalnim okruženjem do češćeg konzumiranja narkotika, alkohola i problema u izvršavanju školskih obaveza.

Takođe, **slika o sebi korelira sa percipiranom emotivnom podrškom roditelja**, što učenici pozitivnije procenjuju roditeljsku emotivnu podršku to im je samopozdanje više, dok je samopouzdanje učenika niže što je roditeljska toplina i briga manje dostupna.

Nismo pronašli vezu **između razvoda roditelja tj. necelovite porodice i emotivnih tegoba**. Dakle, ono što je mladima važno je dostupnost emotivne podrške bar jednog roditelja, tako da čak i ako su iz razvedenih porodica, a procenjuju da imaju adekvatnu emotivnu podršku, ne prijavljuju značajne probleme u psihosocijalnom funkcionisanju.

### **UČENICI POKAZUJU RELATIVNO NIZAK STEPEN MENTALNO HIGIJENSKE PSIMENOSTI I MANJE SU SKLONI PSIHOLOŠKOJ PODRŠCI ZA REŠAVANJE OVIH PROBLEMA**

Mladi imaju teškoće da prepoznaju različita emotivna stanja i ne prepoznaju psihološku podršku kao adekvatan resurs u prevazilaženju određenih emotivnih tegoba. Mnogo češće se obraćaju prijateljima i porodici.

### **MEHANIZMI ZA UNAPREĐENJE**

- Prepoznati rad na unapređenju mentalnog zdravlja mladih kao jedan od nacionalnih prioriteta
- Boriti se protiv stigmatizacije mentalnih poremećaja
- Učiniti dostupnom psihološku podršku mladima
- Otvaranje psiholoških savetovališta van zdravstvenih i psihijatrijskih ustanova, u studentskim domovima, školama...
- Otvoriti psihološka savetovališta za mlade u domovima zdravlja
- Raditi na vršnjačkoj edukaciji u oblasti unapređenja mentalnog zdravlja mladih
- Raditi na prevenciji mentalnih poremećaja u školskom kontekstu, obučiti poseban stručni kadar koji će raditi na edukovanju mladih o problemima mentalnog zdravlja