



Izvor: pexels

Tekst: LJILJANA PAVLINA

Subota, 19. kolovoza 2023.



DEVASTACIJA MENTALNOG ZDRAVLJA DJECE VEŽE SE UZ DRUŠTVENE MREŽE, ŠTO GURA PRAVE UZROKE POD TEPIH

„Sve je više jasnih dokaza da društveni mediji čine djecu depresivnijom i uništavaju njihovo mentalno zdravlje. Dok djeca pate, društvene mreže profitiraju. To mora prestati“, izjavio je nedavno demokratski senator Brian Schatz, koji je jedan od predlagatelja zakonodavnog okvira pod nazivom Protecting Kids on Social Media Act. Cilj je očuvanje mentalnog zdravlja američke djece i mladeži.

Predloženi zakonodavni okvir je ujedinio demokrate i republikance: svi se slažu da je krajnje vrijeme za akciju. Potkrijepili su to nalazima istraživanja državnog Centra za kontrolu i prevenciju bolesti prema kojoj je 42 posto ispitanih američkih srednjoškolaca prošle godine imalo stalni osjećaj potištenosti i beznađa. Čak 22 posto razmišljalo je o pokušaju samoubojstva.

„Takvih postotaka u srednjoškolskoj populaciji prije sveprisutnosti društvenih mreža nije bilo“, zaključeno je. Takva premisa iznjedrila je konkluziju: društvene mreže su najodgovornije za devastaciju mentalnog zdravlja djece.

Senatori stoga predlažu da društvene mreže budu nedostupne djeci mlađoj od 13 godina, a mladi između 13 i 18 godina mogli bi to činiti uz suglasnost roditelja. Račune za svoju djecu bi otvarali roditelji, uz transparentnu identifikaciju. Dodatno, specifičan sadržaj koji predlažu neki algoritmi, bez iznimke bi bili nedostupni mlađima od 18.

FUNKCIONIRAJU LI ZABRANE?

S tom idejom se, međutim, ne slažu svi. Argument koji se može uvažiti je da zabrane bilo čega, pa tako i društvenih mreža, mogu voditi njihovoj manje

sigurnoj upotrebi. Prisjetimo se prohibicije: konzumacija alkohola nije iščeznula već je stvorila probleme poput jačanja šverca tj. kriminala i ispijanje sumnjivog alkohola zbog čega je na tisuće Amerikanaca umrlo.

Ukratko, zabrane koje se odnose na ljudsko ponašanje jednostavno ne funkcioniraju. Nije uspjela prohibicija alkohola 1920-ih, neće uspjeti ni prohibicija društvenih mreža 2023.. Zabrane problem čine gorim.

Neki smatraju da obitelji moraju biti slobodne donositi svoje odluke o upotrebi tehnologije ili društvenih mreža i pozivaju roditelje na dijalog sa svojom djecom, bez uplitanja vlade. Slažu se da je mentalno zdravlje djece i mladih ozbiljan problem i da bi trebalo tražiti konstruktivna rješenja, ali ističu da zabrana društvenih mreža nije jedno od njih.

Zabrane su, čini se, loša ideja. Oni koji joj se protive, međutim, rade drugu grešku: kao i obično, pred očima onih koji zazivaju razuman dijalog roditelja s djecom, a koji bi valjda trebao biti panaceja, neki je idealiziran roditeljski uzor, dok su u stvarnosti, roditelji u podjednako lošem, ako ne i gore, mentalnom stanju od svoje djece. Kao i kod self help literature, onaj kome je loše trebao bi si sam sebi pomoći da izađe iz labirinta problema. To gotovo uopće ne funkcionira kako treba.

Za potrebe argumentacije ove teze, preselit ćemo temu na naše tlo, premda je problem opći: nigdje na svijetu ne postoji idealan roditelj. Ima boljih i gorih, obrazovanih i manje obrazovanih, lošijih i boljih karaktera, grubljih ili popustljivijih, dobrih ili loših životnih navika, veće ili manje radne sposobnosti kojom bi priskrbili obitelji osnovna sredstva za život itd..

Analizirat ćemo našu obitelj: trendove u sklapanja braka, stupanj siromaštva tj. standard i prave izvore dječje patnje. To su obiteljsko nasilje, alkoholizam jednog ili oba roditelja, ovisnost jednog ili oba roditelja o drogama, kockanju i slično.

BRAK

Premda je naše društvo tradicionalno, državna statistika pokazuje da je, promatrajući duže vremensko razdoblje, primjetan silazan trend sklapanja brakova. Prema podacima Eurostata, izvan braka u Hrvatskoj je u promatranom razdoblju rođeno ukupno 24 posto živorođene djece, što nam se može činiti jako visokim postotkom s obzirom na broj vjernika koji po logici opredjeljenja drže do braka, no on je u usporedbi s nekim drugim državama puno niži. Primjerice, u Francuskoj broj djece rođene izvan braka iznosi 62 posto, u Norveškoj 59 posto, Portugalu 58, a u Sloveniji 57 posto.

Tijekom 2021. građanski brak sklopilo je 52 posto parova, a vjerski 48 posto, dok je primjerice 2012. bilo 58 posto vjerskih i 42 posto građanskih brakova. U Hrvatskoj su 2021. sklopljena 18.203 braka, dok je prije pet ili deset godina njihov broj bio 10 posto veći. Statistika bilježi da je 2012. sklopljeno 20.323 brakova, a 2017. njih 20.310.

U 2021. bilo je 5100 pravomoćno razvedenih brakova. Prosječno trajanje brakova koji su završili razvodom je 15 godina. Nestabilni brakovi s djecom obično se razvedu nakon što djeca uđu u dob iznad 14 godina. Mnoga djeca se do konačnog razlaza roditelja nagledaju i naslušaju svega, a mnoga od njih to gledaju i slušaju i nakon što „pripadnu“ npr. majci, što je najčešći epilog.

Ako je obiteljska komunikacija, najblaže rečeno, loša, dijete će ozbiljno patiti. Kvaliteta odnosa roditelja utječe na razvoj djeteta: ako je on svađalački, pun prijetnji i vike, dijete će biti pod ozbiljnim stresom. Može li dijete ostati psihički imuno na zvuk udaraca, galamu, neimaštinu zbog odlaska novca na alkohol i tome slično? Rijetki će izbjeći traume.

Često se ističe da je roditelj djetetu prije svega uzor. Uzor djeteta oponaša pa se to može nazvati „učenjem pod modelom“. Ako dijete ima sklonost poistovjećivanju sa svojim uzorom, a to je često roditelj, onda će ono preuzeti od njega i vrijednosne stavove te način ponašanja. No, u konačnici, dijete samo bira tko će mu biti uzor, a to, pogotovo u današnje vrijeme kada na djetetov svijet utječe puno toga izvan roditeljskog doma, ne mora biti ni otac

ni majka. Ako roditelji nisu na visini zadatka, to može za dijete biti spasonosno, i obrnuto.

Kako bilo, postoji neosporna korelacija između ponašanja roditelja i njihovih potomaka s načinom na koji će se oni kasnije ponašati u odnosu na druge. Tako se često događa da zlostavljana djeca kasnije zlostavljaju druge. Svi smo čuli za slučajeve teško tučenog djeteta koje kasnije na isti način „odgaja“ svoje dijete. Onda kažemo onu, ako je otac bio zlostavljač, „kakav otac, takav sin“ i tome slično. S jedne strane, neka djeca kasnije postaju agresori jer su ranije bila žrtve, i to više nikada ne žele biti, dok neka druga zadrže mentalitet žrtve. Tih je puno više.

MATERIJALNA I SOCIJALNA DEPRIVACIJA

Pogledajmo sad kakvo je stanje u hrvatskom društvu što se tiče standarda. Prema podacima DSZ, stopa rizika od siromaštva u 2022. iznosila je 18,0%.

Stopa rizika od siromaštva prema tipu kućanstva izračunata je za kategorije kućanstava bez uzdržavane djece i s uzdržavanom djecom. U kućanstvima bez uzdržavane djece najviše stope rizika od siromaštva u 2022. bile su u jednočlanim kućanstvima, i to u onima koje čine osobe u dobi od 65 ili više godina, 56,5%, te u onima koje čine žene, za koje je stopa rizika od siromaštva iznosila 54,4%.

U kategoriji kućanstava s uzdržavanom djecom najviše stope rizika od siromaštva prisutne su u kućanstvima koja čine jedan roditelj s uzdržavanom djecom, za koje je stopa rizika od siromaštva iznosila 24,9%, i u kućanstvima s dvije odrasle osobe s troje ili više djece, za koje je stopa rizika od siromaštva iznosila 23,3%.

Zašto iznosimo te podatke i kakve oni imaju veze s mentalnim zdravljem djece i mladih? Zato što materijalna i socijalna deprivacija itekako utječe na ukupnu kvalitetu života bilo koje osobe pa tako i na njezino mentalno zdravlje. Ako je rizik od siromaštva s dvoje i više djece u nas skoro 24 posto, to je ogroman broj ljudi koji nemaju previše razloga za zadovoljstvo načinom na koji žive.

Možemo to ilustrirati: tata i mama (njih 7 posto) ne mogu zaraditi dovoljno za grijanje tijekom najhladnijih mjeseci, ne mogu si priuštiti tjedan dana godišnjeg izvan kuće za sve članove kućanstva (njih 41,7 posto), ne mogu podmiriti neočekivan financijski izdatak od 400-injak eura, npr. kvar perilice rublja (njih 44,8 posto), itd.. Ukratko, skoro 19 posto našeg stanovništva jedva spaja kraj s krajem, čak i ako jako naporno rade. U današnjem društvu okrenutom materijalnim vrijednostima, to može biti dubok bazen frustracija.

Ne možemo očekivati da je siromaštvo ili rub siromaštva nešto zbog čega bi bilo tko skakao od sreće i često ide ruku pod ruku s osjećajem beznađa. Neki će se početi kladiti pa će i ono malo što imaju proćerdati, netko će frustracije rješavati šakama, netko će se propiti... Siromaštvo, razumljivo, nikako nije nužno korelirano s alkoholizmom, ali alkoholizam je vrlo često koreliran s nasiljem u obitelji.



Izvor: freepik

NASILJE U OBITELJI

Policija je tijekom 2020. godine evidentirala ukupno 1.578 kaznenih djela nasilja u obitelji, što je za 39,2 % više u odnosu na 2019. godinu kada je zabilježeno ukupno 1.134 takvih djela. U odnosu na spol, evidentirano je 1.330 žrtava ženskog te 248 žrtava muškog spola.

Nasilje u obitelji je za djecu trauma. Zakon o zaštiti od nasilja u obitelji jasno definira koja se ponašanja smatraju obiteljskim nasiljem:

- tjelesno nasilje, kao i primjena fizičke sile bez obzira je li nastupila tjelesna ozljeda,
- tjelesno kažnjavanje i drugi načini ponižavajućeg postupanja prema djeci u odgojne svrhe,
- psihičko nasilje, tj. psihička prisila koja uzrokuje osjećaj straha, ugroženosti, uznemirenosti ili povrede dostojanstva, verbalno nasilje, verbalni napadi, vrijeđanje, psovanje, nazivanje pogrdnim imenima, uhođenje ili uznemiravanje preko sredstava za komuniciranje ili komuniciranja s trećim osobama, izolacija ili ograničavanje slobode kretanja, sprječavanje kontakta s članovima obitelji ili drugih osoba, okrivljavanje druge osobe za nasilno ponašanje, prisiljavanje prakticiranja vjere kojoj osoba ne pripada,
- spolno nasilje, spolno uznemiravanje, inzistiranje na spolnom odnosu ili drugim seksualnim postupcima koje druga osoba ne želi

Nasilje u obitelji možda se događa između dva ili nekoliko članova obitelji, ali ono neizbježno utječe na sve članove te obitelji. Iako se zlostavljanje djece i nasilje u obitelji razdvajaju kao oblici nasilja, važno je istaknuti da se oni najčešće međusobno ne isključuju. Stoga treba dijete smatrati žrtvom, iako nije primarna žrtva, kada čuje ili svjedoči konstantnim svađama ili fizičkom nasilju između roditelja ili drugih članova obitelji.

U tim situacijama smatra se da dijete doživljava psihičko ili emocionalno zlostavljanje zbog čega ima povećan rizik da i samo postane nasilno. Osim toga, i dijete i odrasla osoba mogu sebe smatrati odgovornima za nasilno ponašanje, osobito ako ih počinitelj nasilnog ponašanja u to uvjerava. S obzirom da se nalaze u situaciji koja zahtijeva pomoć drugih osoba, a zbog vlastite odgovornosti koju osjećaju iako ne postoji, mogu se pojaviti zdravstvene i/ili psihičke poteškoće ili anksiozni poremećaj koji uvelike remete svakodnevni život osoba koje doživljavaju nasilje i tako ih sprječavaju da rade ono što bi željeli. (vidi: Hrabri telefon).

ALKOHOLIZAM

Prema podacima Eurostata o konzumaciji alkoholnih pića svaki dan Hrvatska se nalazi među prvih pet država (10,2 %), s prevalencijom iznad 10 %, zajedno s Francuskom, Bugarskom, Španjolskom i Portugalom (20,7 %).

Prema podacima Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, Hrvatska ima oko 250.000 ovisnika o alkoholu. Ta je ovisnost golemi društveni problem jer pogada cijelu obitelj, a na liječenju završi tek svaki osmi ovisnik.

Tradicionalno je više ovisnika o alkoholu među muškarcima, koji opijanjem pokušavaju riješiti probleme sa stresom. Rijetko traže pomoć na vrijeme, a kada je potraže, obitelj je najčešće već posve razorena.

Alkoholizam narušava mentalno zdravlje cijele obitelji, koja socijalno i mentalno pati zbog člana koji pije. Djeca nisu skoncentrirana na uspjeh u školi, nazaduju, obitelj ostaje bez novca za obične, svakodnevne potrebe, supružnici se svađaju, dolazi do obiteljskog nasilja. Ako je većina od 250.000 alkoholičara u braku, broj očajnih osoba se uvećava proporcionalno broju članova obitelji.

Tu treba dodati i sve veći broj ovisnika o drogama.

Najviše liječenih ovisnika živi ili je živjelo s primarnom obitelji. Iz podataka o roditeljskom statusu je vidljivo da od svih osoba liječenih (2020. godine) njih 39 % ima djecu.

Na razini EU, prema podacima EMCDDA, procjenjuje se da je otprilike 83,4 milijuna ili 29% odraslih osoba (u dobi od 15 do 64 godine) u Europskoj uniji ikad konzumiralo nezakonitu drogu, od kojih je kanabis i dalje najčešće konzumirana tvar. Europljani svake godine na maloprodajnoj razini troše najmanje 30 milijardi eura na droge. Oko dvije petine tog iznosa troši se na kanabis (39%), 31% na kokain, 25% na heroin te 5% na amfetamine i MDMA.

Globalni trend zlorabe droga reflektira se i na Hrvatsku. Prema rezultatima istraživanja "Zloraba sredstava ovisnosti u općoj populaciji Republike Hrvatske" iz 2019. godine, ilegalnu drogu barem je jednom u životu konzumiralo 24,5% ispitanika. Broj odraslih koji su konzumirali neku ilegalnu drogu se između 2011. i 2019. godine udvostručio (porast s 5,3% na 11,2%).

Prema podacima iz Registra Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo, tijekom 2021. godine u zdravstvenim ustanovama Republike Hrvatske registrirano je 5378 osoba liječenih zbog ovisnosti o psihoaktivnim drogama, od kojih je 518 po prvi put bilo na liječenju. Zbog zlorabe opijata tijekom 2021. godine na liječenju je bilo 4467 osoba, od kojih je 126 bilo liječeno po prvi puta.

Prema podacima Ministarstva unutarnjih poslova, tijekom 2021. godine na području RH zabilježena su ukupno 2324 kaznena djela povezana s drogama. U 2021. godini ukupno je zabilježena 8951 zapljena svih vrsta droga, što predstavlja povećanje od 7,5% u odnosu na 2020. godinu kada su zabilježene 8323 zapljene.

Ovisnost se ne svodi samo na alkohol i na drogu. Zabrinjava porast ovisnika o kocki i klađenju. Ovisnici nisu samo odrasli. To su i naša djeca i adolescenti.

Prema zadnjim objavljenim podacima Europskog istraživanja o pušenju, pijenju alkohola, uzimanju droga i drugim oblicima ovisnosti među učenicima (ESPAD) za 2019. godinu, pijenje alkohola ostaje uvelike zastupljeno ponašanje među adolescentima u Europi, uz prosječno više od 79 % učenika koji su pili alkohol u životu. Iako je europski trend blago smanjenje konzumacije alkohola među učenicima, podaci pokazuju da su hrvatski učenici iznad europskog prosjeka.

Čak 90 % učenika u Hrvatskoj barem je jednom u životu pilo alkohol, 58 % učenika u Hrvatskoj pilo je u posljednjih 30 dana, što je blagi porast u odnosu na 55 % u 2015. Čak 42 % učenika u Hrvatskoj popilo je barem jednu čašu alkohola s 13 godina ili ranije, a njih 8,1 % opilo se s 13 godina ili ranije pa je Hrvatska po oba pokazatelja iznad ESPAD prosjeka. Alkohol je najlakše dostupno sredstvo ovisnosti prema percepciji učenika u Hrvatskoj, čak 87 % učenika u Hrvatskoj izjavilo je da im je alkohol prilično ili vrlo lako dostupan.

Roditeljski stav prema alkoholu značajno utječe na odnos djece prema njemu. U Centru za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti u tretmanu je mnogo mladih koji konzumiraju alkohol i prema njemu imaju pozitivan stav. Općenito, naše društvo je takvo da se na alkohol gleda kao na nešto što baš i nije neki problem. Alkohol se toči u svim prigodama, od krštenja do sprovoda. Problem percipiraju samo ako se radi o osobi koja je propala po svim kriterijima, od društvenog do zdravstvenog.

OD ČEGA ONDA BOLUJE PSIHA NAŠE DJECE?

Čak do 20% djece i adolescenata ima jedan ili više duševnih poremećaja koji se mogu dijagnosticirati. Najčešći mentalni poremećaji djetinjstva i adolescencije spadaju u sljedeće kategorije:

- anksiozni poremećaj
- poremećaji povezani sa stresom
- poremećaji raspoloženja
- opsesivno-kompulzivni poremećaj,
- disruptivni poremećaji ponašanja (npr. poremećaj pažnje/hiperaktivnost, smetnje ponašanja i poremećaj s oponiranjem i prkošenje)

Shizofrenija i srodni poremećaji su puno rjeđi.

Etiologija mentalnih poremećaja kod djece i mladih je složena međuigra genskih i okolišnih čimbenika. U anamnezi pažnju treba obratiti na uzročne čimbenike, poput obiteljskog nasilja, spolnog zlostavljanja i izrabljivanja te na nepoželjne učinke lijekova.

Procjena duševnih tegoba ili simptoma u djece i adolescenata se razlikuje od procjene u odraslih. Razvojni kontekst u djece je neobično važan. Ponašanja koja su u male djece normalna mogu u starijoj dobi biti pokazateljem ozbiljne duševne bolesti. Djeca postoje u kontekstu obiteljskog sustava, taj sustav ima dubok utjecaj na dječje simptome i ponašanja; za normalnu djecu koja žive u obitelji uzdrmano obiteljskim nasiljem i zlouporabom stvari može se površno činiti da ona sama imaju jedan ili više mentalnih poremećaja.

Obrada djeteta s mentalnim poremećajem je složenija od iste takve obrade odrasle osobe. Na sreću, mnogi slučajevi nisu teški i može ih na kompetentan način riješiti liječnik primarne zdravstvene zaštite. Međutim, u teškim slučajevima je najbolje postupati uz savjetovanje sa specijalistom dječje i adolescentne psihijatrije.

Tu treba istaknuti da je mit da se djeci lijekovi za psihičke tegobe daju „šakom i kapom“. Oni se djeci propisuju iznimno, ako psihoterapija ne daje rezultate.

ZAKLJUČAK

Društvene mreže i ovisnost o internetu jesu problem, djeca se vani gotovo ni ne igraju, ne kreću se dovoljno, ovisni su u malim, stalnim „šutevima“ dopamina od lajkova ili uzbudljivog sadržaja, no problem je puno složeniji i ne može se riješiti kontrolom upotrebe društvenih mreža.

Dijete koje roditelj tuče, opija se, psihički ga maltretira, ponižava, spolno zlostavljano dijete, ono kojemu je zimi u sobi uvijek hladno, a na stolu je mršavi obrok, sigurno ima veću incidenciju za razvoj nekog mentalnog poremećaja, od onog koje previše „skrola“.

Drugim riječima, u složenom društvenom kontekstu, s previše materijalno i socijalno depriviranih, s ogromnim brojem alkoholičara, sa zabrinjavajućim stopama obiteljskog nasilja, velikim brojem ovisnika o drogama, kockanju i kladjenju itd., apostrofirati društvene mreže kao glavni izvor mentalnih problema djece i mladih zvuči čak i cinično.

reference:

<https://www.npr.org/2023/04/28/1172098173/social-media-kids-senate-bill>.

(<https://fee.org/articles/why-youth-social-media-bans-are-a-bad-idea/>)

<https://podaci.dzs.hr/2023/hr/58287>

<https://stampar.hr/hr/novosti/alkohol-i-mladi>

<https://www.hzjz.hr/sluzba-epidemiologija-prevenција-nezaraznih-bolesti/odjel-za-mentalne-poremecaje/>

<https://www.hzjz.hr/periodicne-publikacije/izvjesce-o-osobama-lijecenim-zbog-zlouporebe-psihoaktivnih-droga-u-hrvatskoj-u-2020-godini/>

<https://www.plivazdravlje.hr/vijesti/clanak/36393/Ovisnost-o-drogama-u-Hrvatskoj.html>

<https://hrcak.srce.hr/file/397320>

<https://www.hemed.hr/Default.aspx?sid=11807>

<http://www.msd-prirucnici.placebo.hr/msd-prirucnik/pedijatrija/dusevne-bolesti-djece-i-adolescenata>

Novinarski projekt Dječja i adolescentna psihijatrija u Hrvatskoj: sadašnji problemi i izazovi za budućnost

Tekst je objavljen uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije, iz Programa poticanja novinarske izvrsnosti.



Psiha.hr

O
NAMA

KONTAKT

PRIVATNOST

UVJETI

