

STAVOVI I NAVIKE ADOLESCENTSKE POPULACIJE OPŠTINE ŽITIŠTEZoranka Vlatković¹, Vinka Repac¹, Marija Repac²¹Dom zdravlja Žitište²Prirodnomatematički fakultet Novi Sad, Novi Sad**ATTITUDES AND HABITS OF THE ADOLESCENT POPULATION OF THE MUNICIPALITY OF ŽITIŠTE**Zoranka Vlatkovic¹, Vinka Repac¹, Marija Repac²¹Community Health Centre Žitište, Serbia²Faculty of Natural Sciences Novi Sad, Novi Sad, Serbia**SAŽETAK**

Adolescencija u savremenim koncepcijama razvoja ličnosti se shvata kao specifična faza u razvoju, praćena izrazito burnim psihičkim, emocionalnim i moralnim krizama, previranjima i lutanjima. U adolescentskom periodu veliki broj mladih počinje i sa upotrebom alkohola, psihoaktivnih supstanci, sve izraženijom fizičkom neaktivnoću. Razlozi su najčešće želja za dokazivanjem, radoznalošću za novo i nepoznato, sedalni način života (posledica preterane upotrebe računara, telefona). Cilj rada je bio utvrditi stavove i informisanost adolescenata o upotrebi psihoaktivnih supstanci, alkohola, kao i utvrditi načine na koji mladi koriste svoje slobodno vrijeme i bavljene sportom. Istraživanje je sprovedeno marta 2017. godine u osnovnim školama opštine Žitište. Istraživanjem je obuhvaćeno 220 ispitanika (13,14 i 15. godina), oba pola i različite starosne dobi. Podaci su prikupljeni anketnim upitnikom, anonimnog karaktera.

Cljučne reči: adolescent; psihotropni lekovi; alkoholizam; vežbanje; programi prevencije.

UVOD

Mladi ljudi su budućnost svakog društva i njegova najisplativija dugoročna investicija. U ovom vremenu avanturizma i nezrelog pokazivanja prkosa društvenim i socijalnim normama, mlade osobe su veoma vulnerabilna grupa, podložna prihvatanju raznih oblika rizičnog ponašanja. Adolescencija se u savremenim koncepcijama razvoja ličnosti shvata kao specifična faza u razvoju, praćena izrazito burnim psihičkim, emocionalnim i moralnim krizama, previranjima i lutanjima (1,2). Tretira se kao prelazni period iz detinjstva u zrelost. Uzrast se aproksimativno određuje u rasponu od 12 do 20 godina, kada se kod mladih dešavaju značajne telesne i psihičke promene praćene specifičnim promenama u socijalnoj sferi života. U adolescentskom periodu veliki broj mladih počinje i s upotrebom alkohola, pušenjem i zloupotrebom psihoaktivnih supstanci. Razlozi za to najčešće su želja za dokazivanjem i radoznalost za novo i nepoznato. Jedan od problema predstavlja i fizička neaktivnost, koja utiče na nepravilan razvoj tela, pojavu gojaznosti i potpomaže

ABSTRACT

In modern concepts of personality development the adolescence is considered as a specific stage in development, accompanied by extremely turbulent psychological, emotional and moral crises. In adolescent period, a large number of young people begin with the use of alcohol, psychoactive substances and more pronounced physical inactivity. The reasons are often the desire to prove themselves, curiosity for something new and unknown, as well as excessive use of computers and phones leading to sedentary way of life. The purpose of this work is to determine the attitude and awareness of adolescents about the use of psychoactive substances, alcohol, as well as to establish the ways in which young people use their leisure time and whether they play sports. The research was conducted in March 2017 in an elementary school in the municipality of Žitište. The study included 220 respondents (13, 14, 15 years old), both sexes and different ages. The data were collected by an anonymous questionnaire.

Key words: adolescent; psychotropic drugs; alcoholism; exercise; preventive programs.

nastajanje određenih deformiteta i bolesti. Bavljene sportom u postojećim uslovima podrazumjeva velika novčana ulaganja. Takođe, u ovom periodu česti su poremećaji ishrane u vidu anoreksije, bulimije i gojaznosti.

Osnovni cilj ovog rada je utvrditi na koji način adolescenti dobijaju informacije o bolestima zavisnosti, kakvi su stavovi adolescenata o upotrebi psihoaktivnih supstanci i alkohola, kao i razloge za konzumiranje istih, koliko se bave sportom i koliko vremena dnevno provode za računarom.

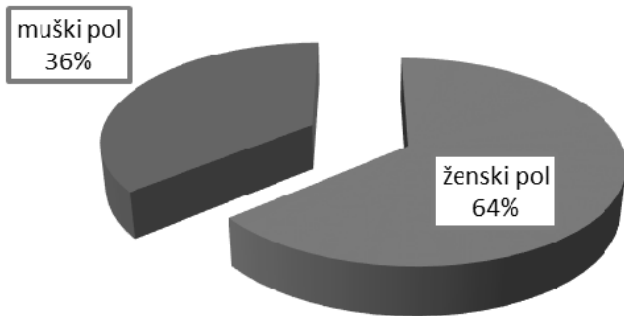
ISPITANICI I METOD

Metod rada je deskriptivni, uz pomoć anketnog upitnika u opštini Žitište u martu 2017. godine. Ukupan broj ispitanika je 220 adolescenata oba pola uzrasta 13-15 godina. Anketiranje je bilo anonimno.

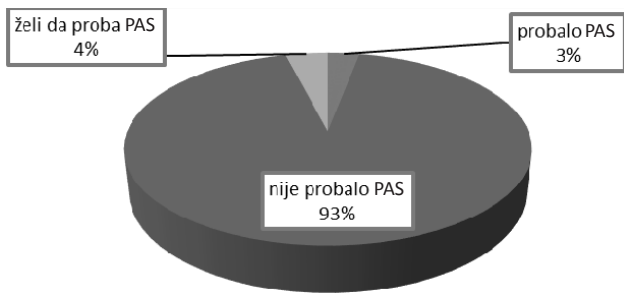
Rezultati istraživanja su prikazani grafički.

REZULTATI

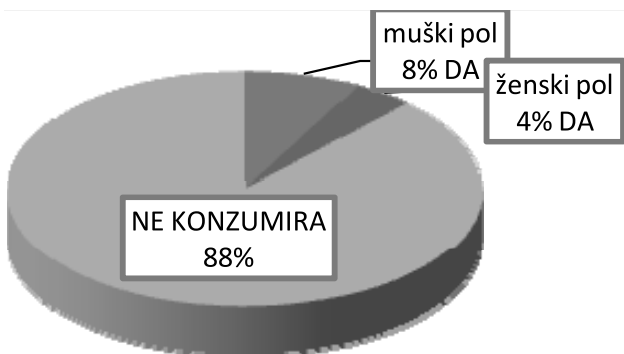
Polna struktura anketiranih učenika prikazana je na slici 1. Zastupljenost ženskog pola iznosila je 64%, a muškog 36%. Od ukupnog broja anketiranih, 93% navodi da nikada nije probalo psihoaktivnu supstancu (PAS), 3%



Slika 1. Polna zastupljenost anketiranih

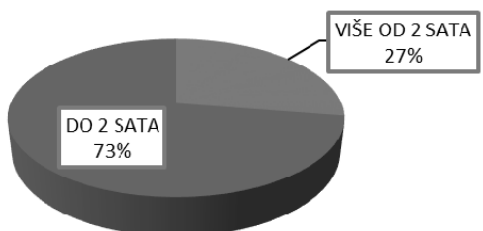


Slika 2. Prikaz ispitanika u zavisnosti od uzimanja psihoaktivnih supstanci (PAS)



Slika 3. Prikaz adolescenata u odnosu na konzumiranje alkohola

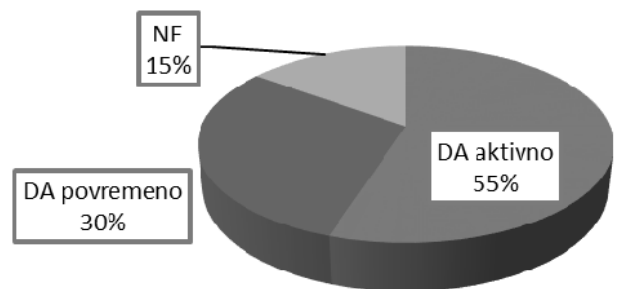
koliko vremena provodite za računarom dnevno



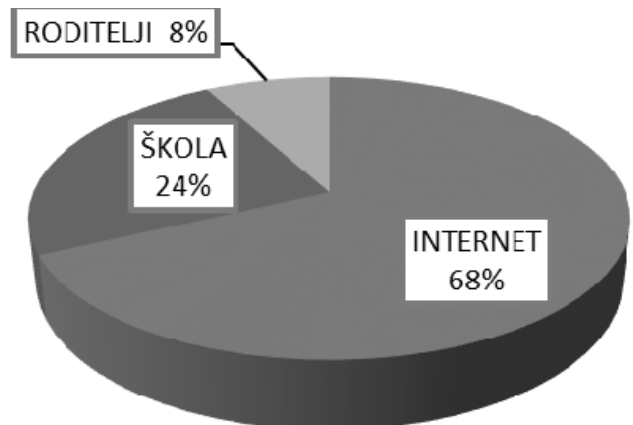
Slika 4. Zavisnost ispitanika od upotrebe računara

je probalo PAS, 4% nije probalo, ali ima želju da proba neku psihoaktivnu supstancu (slika 2). Analizirajući podatke o upotrebi alkohola kod učenika primećujemo da je zastupljenost povremene konzumacije alkohola 12% (8% kod muškog pola, 4% kod ženskog pola), a 88% navodi da ne konzumira alkohol (slika 3). Najveći procenat ispitanika, ukupno 58% provodi ispred računara do 2 sata, a 22% anketiranih više od 2 sata (slika 4). Na pitanje o bavljenju sportom ispitanici su odgovorili na sledeći način: 85% bavi se sportom, 55% aktivno se bavi sportom, 30% povremeno se bavi sportom, a 15% ne bavi se sportom (slika 5). Adolescenti navode da informacije o

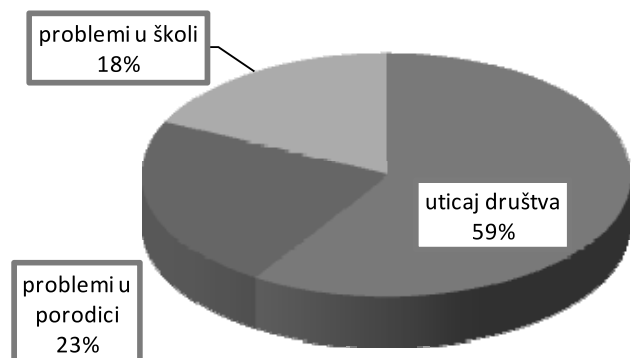
da li se bavite sportom



Slika 5. Odgovori ispitanika o bavljenju sportom



Slika 6. Prikaz dobijanja informacija o bolestima zavisnosti i fizičkoj aktivnosti



Slika 7. Zašto mladi koriste psihoaktivne supstance (PAS) i alkohol

bolestima zavisnosti i fizičkoj aktivnosti dobijaju preko interneta u 68% slučajeva, u školi 24%, a od roditelja 8% (slika 6). Na pitanje zašto koriste psihoaktivne supstance i alkohol njih 59% odgovorilo je da je to zbog uticaja društva, 23% zbog problema u porodici, a 18% zbog problema u školi (slika 7).

DISKUSIJA

Analizom podataka sprovedene ankete uočavamo da u manjem procentu postoji problem zloupotrebe psihoaktivnih supstanci. Mladi se o problemu zloupotrebe psihoaktivnih supstanci i alkohola najčešće informišu preko interneta – 68%, na predavanjima u školi – 24%, a od roditelja – 8%. U škole je potrebno, pored prosvetnih radnika, uključiti zdravstvene radnike, koji bi kontinuiranom edukacijom prevenirali pojavu zloupotrebe narkotika i alkohola, a samim tim i pojavu bolesti zavisnosti. Zbog neizgrađene ličnosti, odnosno nepostojanja sopstvenog stava o većini životno značajnih pitanja, mladi donose odluke i opredjeljuju se za mišljenje nekog od autoriteta iz svog okruženja, koji se, po pravilu, razlikuje od shvatanja roditelja o tom problemu. Za mlade u ovom uzrastu autoriteti su najčešće stariji drugovi. Zloupotreba sredstava zavisnosti u populaciji adolescenata jedan je od najvećih psihosocijalnih problema savremenog društva. Sve je mladi uzrast u kome deca počinju da konzumiraju različita sredstva koja izazivaju zavisnost i sve je veći broj mladih ljudi koji svoje probleme pokušavaju da reše na ovaj način (1, 2). Istraživanja Američkog instituta za medicinu ukazuju na to da oko 2,4 miliona osoba starosti preko 12 godina treba lečiti od poremećaja uzrokovanih upotrebom droga. I kod nas situacija postaje sve alarmantnija. Brojne studije pokazuju da se osobe sklone razvoju zavisnosti od PAS razlikuju po obeležjima ličnosti poput impulsivnosti, traženja ili žudnje za uzbuđenjima i sklonosti ka nepoštovanju društvenih normi (3). Kod adolescenata postoje i nisko samopoštovanje, depresivnost, beznadežnost, kompromitovane strategije za suočavanje sa stresom, slabija mogućnost odlaganja zadovoljenja potreba, niska tolerancija na frustraciju, nemogućnost primerenog izražavanja emocija. Adolescenti koji žive u porodicama u kojima postoje česti konflikti, koji su izloženi različitim psihosocijalnim gubicima: tugovanju, separaciji, gubitku poverenja zbog zlostavljanja, te koji u stresnim situacijama nemaju socijalnu podršku, mogu koristiti različita sredstva koja izazivaju zavisnost kao farmakološku strategiju za suočavanje s problemima (4). Većina slavlja i okupljanja praćena je konzumiranjem velikih količina alkohola. Svedoci smo ekscitativnog opijanja starih, ali i mladih osoba. U periodu djetinjstva, slike opijanja starijih urežu se u pamćenje te se kasnije

smatra kao sasvim normalan vid ponašanja. Pored hroničnih, nezaraznih bolesti koje svakodnevna konzumacija alkohola može izazvati, veliki problem predstavlja i ponašanje mladih neposredno nakon konzumiranja alkohola. U tom periodu, kada postoje depersonalizacija, dezorijentacija i derealizacija, potencijalno je ugrožen život mlade osobe, najčešće kao posledica saobraćajnog traumatizma (5, 6). Osnovni vid zabave mladića i devojaka jesu zabave s većim količinama alkoholnih pića. Upotreba alkohola među tinejdžerima može imati ozbiljne posledice na njihovo fizičko i mentalno zdravlje. Ubrzani razvoj tehnologije danas je u mnogo čemu olakšao ljudski život, ali je isto tako i rezultirao smanjenjem tjelesne aktivnosti kod svih dobnih grupa, a naročito kod mladih. Dobro je poznata činjenica da telesna aktivnost kod dece utiče na zdravlje i razvoj, a i prevenira razvoj rizičnih faktora u kasnijoj životnoj dobi. Evropske zemlje takođe su naglasile značaj fizičke aktivnosti i sporta kao korisnog načina korišćenja slobodnog vremena (7, 8). Uloga telesne i zdravstvene kulture, posebno danas kada se deca i odrasli sve manje kreću, dobija sve veći značaj. Za većinu učenika to je jedini oblik organizovane aktivnosti koji imaju. Danas, telesna i zdravstvena kultura imaju posebnu važnost zbog sve prisutnijih pojava koje ugrožavaju zdravlje dece (9). Naša anketa pokazuje da se moramo više angažovati i primeniti multidisciplinarni pristupi ovom problemu kako bi se posledice svele na minimum.

ZAKLJUČAK

Mladi navode da su dovoljno informisani o štetnosti psihoaktivnih supstanci i alkohola, a kao najčešći izvor informacija navode internet. Neophodno je da se ova statistika promeni. Da izvor informacija koji su od značaja za mlade, a odnose se na njihovo zdravlje, budu u prvom planu svih zdravstvenih i prosvetnih radnika. Uloga roditelja je presudna u formiranju većine stavova i navika kod dece ovog uzrasta. Nije dovoljno samo raditi s decom. Neophodno je dati više značaja zdravstvenom prosvetivanju roditelja. Važno je omogućiti mladima da dobiju informacije o tome koji su im vidovi podrške dostupni. Podrška može biti različita: od čitanja literature do neposrednog odlaska stručnjaku. Važno je podsticati razvoj što više relevantnih izvora (portali, veb-sajtovi, flajeri, priručnici i sl.) ili pružalaca usluga (savetovališta, kancelarije za mlade, nevladine organizacije i sl.) i učiniti ih dostupnim mladim ljudima.

SKRAĆENICE

PAS – psihoaktivne supstance

LITERATURA

1. Службени гласник. национална стратегија за младе за период од 2015. до 2025. године, 2014.
2. Kocijančić R. Higijena. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva. Beograd: 2009.
3. Nastanić P, Đukić Dejanović S. Bolesti zavisnosti – savremena dostignuća u prevenciji, lečenju i rehabilitaciji. Beograd: Evropski centar za mir i razvoj (ECPD) Univerziteta za mir Ujedinjenih nacija, 2015.
4. Summary of the 2009 National Survey on Drug Use and Health. Substance Abuse and Mental Health Services Administration Public Health Service U.S. Department of Health and Human Services. J Pain Palliat Care Pharmacother 2010;24:434-8.
5. Findings. Substance Abuse and Mental Health Services Administration. NSDUH Series H-46, HHS Publication No. (SMA) 13-4795. Rockville, 2013.
6. Tudor-Locke C, Craig CL, Beets MW, et al. How many steps/day are enough? for children and adolescents. Int J Behav Nutr Phys Act. 2011; 8: 78.
7. Qidwai W, Ishaque S, Shah S and Rahim M. Adolescent lifestyle and behaviour: a survey from a developing country, PLoS One. 2010; 5(9): e12914.
8. O' Loughlin K, Althonff RR, Hudziak JJ. Health promotion and prevention in child and adolescent mental health. In: Rey JM, ed: IACAPAP e-Textbook of Child and Adolescent Mental Health, Geneva: International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions, 2017: 1–25.
9. U. S. Department of Health and Human Services, Physical Activity Guidelines for Americans: Be Active, Healthy, and Happy! Washington, : 2008.