

GLAS DJEVOJČICA I DJEVOJAKA O MENTALNOM ZDRAVLJU U BOSNI I HERCEGOVINI

-Izveštaj o sprovedenim konsultacijama -

Izdavač:

Udruženje Nova generacija

Za izdavača:

Saša Risojević

Autori:

Bobana Popović

Maja Kovačević

Udruženje Nova generacija zadržava sva autorska prava.

Sadržaj:

Udruženje Nova generacija	5
O Plavom telefonu.....	6
1. UVOD	8
1.1. Ciljevi konsultacija.....	9
1.2. Metode korištene u realizaciji konsultacija	9
1.3. Uzorak.....	11
1.4. Struktura izvještaja	12
2. PREDSTAVLJANJE POSTOJEĆIH ZAKONA I STRATEGIJA IZ OBLASTI PSIHOSOCIJALNE ZAŠTITE TE PREDSTAVLJANJE RANIJIH ISTRAŽIVANJA NA NAVEDENU TEMU	13
2.1. UN Konvencija o pravima djece.....	13
2.2. Bosna i Hercegovina.....	13
2.2.1. Republika Srpska	14
2.2.2 Federacija Bosne i Hercegovine	15
2.3. Ranija istraživanja, analize i konsultacije	16
2.3.1. Konsultacije	16
2.3.2. Istraživanje o mentalnom zdravlju adolescenata	17
3. PODACI DOBIJENI PUTEM SAVJETODAVNE LINIJE “PLAVI TELEFON”	18
3.1. Statistički podaci	18
3.2. Studije slučaja.....	19
3.2.1. Studija slučaja br. 1	20
3.2.2. Studija slučaja br. 2	22
3.2.3. Studija slučaja br. 3	23
3.2.4. Studija slučaja br. 4	24
4. PSIHIČKI PROBLEMI IZ PERSPEKTIVE ADOLESCENTKINJA (Rezultati dobijeni putem fokus grupa).....	27
4.1. Šta su psihički problemi?	27
4.2. Stavovi adolescentkinja o traženju stručne pomoći i podršku	28
4.3. Da li je traženje stručne pomoć pristupačno i lako dostupno?	30
4.4. Da li se o psihičkim problemima dovoljno priča u zajednicama?.....	32
5. MIŠLJENJE ADOLESCENTKINJA O STRUČNIM LICIMA	34
5.1. Ko su „stručna lica“?	34
5.2. Stavovi adolescentkinja o stručnim licima	35

5.3. Šta adolescentkinje žele da dobiju kada se obrate stručnom licu?	37
6. POSTUPANJE STRUČNIH LICA UNUTAR INSTITUCIJA	39
6.1. Glas adolescentkinja o centru za socijalni rad	39
6.1.1. U kojim situacijama adolescentkinje mogu da se obrate centru za socijalni rad kada imaju problem?.....	39
6.1.2. Da li je centar za socijalni rad mjesto gdje adolescentkinje mogu dobiti podršku?	41
6.2. Glas adolescentkinja o centru za mentalno zdravlje	43
6.2.1. Da li su adolescentkinje upoznate sa radom centra za mentalno zdravlje?	44
6.2.2. Da li centar za mentalno zdravlje pomaže osobama kada se jave za pomoć?	45
6.3. Glas adolescentkinja o školama.....	47
6.3.1. Kako adolescentkinje vide stručnu službu škole?	48
6.3.2. Da li se u školama govori dovoljno o mentalnom zdravlju?	50
6.4. Glas adolescentkinja o drugim organizacijama (udruženjima).....	51
7. ZAKLJUČAK I PREPORUKE.....	53
7.1. Preporuke o postupanju škole.....	53
7.2. Preporuke o postupanju stručnih lica	55
7.3. Preporuke o načinima informisanja o mentalnom zdravlju i psihosocijalnoj zaštiti	55
7.4. Ostale preporuke.....	57

Udruženje Nova generacija

Udruženje „Nova generacija” (u daljem tekstu Udruženje) je nestranačko, nevladino, neprofitno i humanitarno udruženje socijalnih radnika i drugih profesionalaca u oblasti socijalnih djelatnosti.

Udruženje je usmjereno na promovisanje i zaštitu ljudskih prava, prvenstveno prava djeteta, te na implementaciju programa za zaštitu ugroženih kategorija, djece i mladih.

Uz uslugu „Plavog telefona”, Udruženje sprovodi još dvije usluge čiji je zadatak zaštita djece i porodica, te unapređenje kvaliteta njihovog života.

Implementirajući ove programe preko deset godina, ostvarili smo značajne rezultate.

Misija

„Nova generacija” je udruženje profesionalaca koje je aktivnostima usmjereno na promovisanje i zaštitu ljudskih prava, prvenstveno prava djeteta, kao i na implementaciju programa za zaštitu ugroženih kategorija. Naše aktivnosti su usmjerene na izgradnju društva koje će biti odgovorno prema svim svojim članovima, posebno djeci, kroz informisanje, edukaciju i aktivno uključivanje svih segmenata društva u procese promjene.

Vizija

Svako dijete ima pravo na srećno djetinjstvo, porodicu i dom koje mu pružaju roditelji i društvo. Svaka osoba ima pravo na život dostojan čovjeka!

O Plavom telefonu

„Plavi telefon“ je savjetodavna linija za djecu i mlade koju je 2013. godine pokrenulo Udruženje „Nova generacija“. Usluga je anonimna i besplatna za sve pozive mobilne i fiksne telefonije u Bosni i Hercegovini, a djeca i odrasli mogu da se obrate putem telefona ili elektronskog savjetovanja kako bi dobili psihološku pomoć i podršku kao i potrebne informacije relevantne za rješavanje problema sa kojim se jave.

Na liniji su angažovana četiri psihologa/savjetnika sa dugogodišnjim iskustvom rada na liniji te specijalizovanim znanjima za pružanje psihosocijalne podrške i zaštite putem telefona i dopisivanja te volonteri/savjetnici koji su prethodno prošli obuku u trajanju od najmanje tri mjeseca.

Do danas je linija primila 54 500 poziva i preko 5 500 upita putem elektronskog savjetovanja te je putem Plavog telefona nadležnim institucijama upućeno preko 190 anonimnih prijava sumnji na nasilje nad djecom i odraslim osobama. Linija je aktivna svaki radni dan od 09 do 22 časa.



54 500
poziva



5 500
upita putem E-
savjetovanja



190
prijava sumnji na
nasilje



150
volontera/
savjetnika

Usluga je uspostavljena jer u to vrijeme na području Bosne i Hercegovine nije postojala jedinstvena savjetodavna linija putem koje su djeca i porodice mogle dobiti podršku u vidu konsultacija, savjetovanja, kao i informacija o mogućnosti ostvarivanja prava iz oblasti socijalne i zdravstvene zaštite.

Primarni cilj „Plavog telefona“ bio je da savjetnici telefonskim putem pružaju savjete i psihološku podršku djeci u teškim i kriznim situacijama, a posebno u slučajevima nasilja i eksploatacije. Budući da su djeca liniju prepoznala kao sigurno mjesto gdje mogu dobiti pomoć i podršku i razgovarati o različitim temama koje su im važne, proširen je fokus sa kriznih situacija na druge probleme za koje su djeci potrebni podrška i savjeti.

Važno je napomenuti da je trenutno Plavi telefon jedina savjetodavna linija namijenjena isključivo za pomoć djeci na teritoriji cijele Bosne i Hercegovine, koja nema ograničenja na vrstu poteškoće koja je povod za traženje pomoći i podrške.

Djeca i mladi se najčešće javljaju kako bi razgovarali o problemima sa mentalnim zdravljem pri čemu su najzastupljenije teme strah i anksioznost, depresija, samopovrjeđivanja i suicidalne misli i ideje. Pored toga, česta tema razgovora su i nasilje i zlostavljanje, problemi u porodičnom funkcionisanju, problemi u odnosu sa vršnjacima i u školi.

1. UVOD

Problemi mentalnog zdravlja koji se javljaju u period adolescencije imaju veliki uticaj i posljedice na osobu kako u adolescenciji tako i u odrasloj dobi u smislu blagostanja i funkcionisanja u oblasti zdravlja, ali i drugih aspekata života osoba. (Schlack, R., Peerenboom, N., Neuperdt, L., Junker, S., & Beyer, A. K, 2021)

Različita istraživanja (WHO, 2021; Campbell, Olympia LK, David Bann, and Praveetha Patalay, 2021) pokazuje da mentalno blagostanje opada kako djeca rastu, pri čemu su djevojčice više izložene riziku od lošijeg mentalnog zdravlja u odnosu na dječake. Podaci Svjetske zdravstvene organizacije (2021) pokazuju da svaki četvrti adolescent izjavljuje da se osjeća nervozno, razdražljivo ili ima poteškoća da zaspri barem jednom sedmično.

Ista organizacija, navodi da oko polovine dugotrajnih mentalnih poremećaja počinje prije 14. godine, što ukazuje na važnost ulaganja u identifikaciju, prevenciju, ali i tretman poremećaja adolescenata.

Međutim, često se dešava da se mentalni problemi adolescenata zanemaruju od strane odraslih osoba, ne shvataju ozbiljno, a njihova osjećanja se odbacuju kao nevažna ili kao nešto prolazno. Na ovaj način ne uvažavaju se njihove potrebe i osjećanja, ali i mogućnosti da aktivno učestvuju u donošenju odluka i pronalaženju rješenja koja se tiču upravo njih.

U cilju identifikacije i boljeg razumijevanja potreba i problema adolescentkinja iz oblasti mentalnog zdravlja, Udruženje Nova generacija u saradnji sa organizacijom Unicef BiH, sprovela je konsultacija sa djevojčicama uzrasta od 12 do 19 godina iz 9 opština s područja Bosne i Hercegovine. Informacije dobijene kroz konsultacije korištene su kako bi se adolescentkinjama približile psihosocijalne usluge, ali i kako bi se ojačali kapaciteti organizacija i ustanova koje se bave pružanjem psihosocijalnih usluga.

Pored toga, kako bi djeca i mladi imali priliku da učestvuju u donošenju odluka o pitanjima koja se tiču njih formiran je Savjet djece i mladih Plavog telefona. Savjet omogućava da se glas djece i mladih čuje te da se njihovi stavovi i mišljenja uvažavaju kada je u pitanju mentalno zdravlje.

Savjet djece i mladih Plavog telefona čini grupa od najmanje 20 adolescentkinja uzrasta 12-19 godina koje aktivno učestvuju u realizaciji aktivnosti za unaprjeđenje mentalnog zdravlja i socijalne zaštite. Kroz Savjet djece i mladih, adolescentkinje imaju mogućnost da iznesu svoje mišljenje i stavove, kao i da odlučuju o aktivnostima koje će biti sprovedene sa ciljem promocije mentalnog zdravlja. U Savjet djece i mladih uključene su adolescentkinje iz različitih opština sa područja Bosne i Hercegovine. Čitav proces vode odrasle osobe, predstavnici Plavog telefona, koji su u ulozi savjetnika i facilitatora dok su adolescentkinje te koje donose odluke.

1.1. Ciljevi konsultacija

Ciljevi konsultacija ogledaju se kako u teoretskim, tako i u praktičnim implikacijama.

(1) S obzirom na nedovoljnu istraženost problema iz oblasti mentalnog zdravlja i psihosocijalne zaštite na području Bosne i Hercegovine u odnosu na samu učestalost problematike, dobijeni rezultati bi proširili sliku o položaju društva po pitanju ove teme.

(2) Takođe, dobijeni podaci mogu da odgovore na pitanje koje su potrebe adolescentkinja te kakvi su njihovi stavovi o mentalnom zdravlju i stručnim licima, i kakvo je njihovo poimanje mentalnih poteškoća i centara unutar psihosocijalne zaštite.

(3) Ukoliko se na osnovu dobijenih podataka pokaže da mladi imaju negativne stavove o mentalnom zdravlju, razumijevanje "pozadinskog okvira", odnosno odgovora zašto je to tako, u velikoj mjeri može da doprinese podizanju svijesti o različitim mentalnim poteškoćama.

(4) Cilj konsultacija jeste i identifikovanje potreba adolescenata po pitanju mentalnog zdravlja što bi dalje omogućilo kreiranje plana promjene i akcije u sistemu psihosocijalne zaštite (kreiranje informativnog materijala, jačanje saradnje sa institucijama, referalnih mehanizama i slično.).

(5) Na kraju, konačni cilj jeste uključivanje i samih adolescenata kroz Dječiji savjet koji omogućava kontinuirano praćenje potreba adolescenata i prilagođavanje usluga mentalnog zdravlja i Plavog telefona u skladu sa najboljim interesom djece.

1.2. Metode korištene u realizaciji konsultacija

S obzirom na složenost samog istraživačkog pitanja, za potrebe konsultacija korišteno je nekoliko metoda:

1. Desk analiza – analiza dostupne literature, istraživanja i već postojećih institucionalnih procedura kao i zakonskih regulativa. Pretraživanje navedenih sadržaja pružiće širu sliku o trenutnoj situaciji o psihosocijalnoj zaštiti u BiH, kao i o pravima i potrebama djece i mladih koja su definisana zakonima, a tiču se psihosocijalne zaštite. Takođe, dobijeni rezultati putem analize sadržaja, „provjereni“ su i putem fokus grupa što je uticalo na to da se dobiju odgovor na probleme kao što su: kakva je trenutna situacija sada i u kojoj mjeri se poštuju navedene procedure?

2. Statistička analiza poziva na Plavom telefonu – Prema utvrđenim procedurama, svaki razgovor na Plavom telefonu se evidentira u bazi podataka. Ovaj postupak omogućava jasan uvid u statistiku razgovora u bilo kom trenutku i ne daje samo podatke o ukupnom broju javljanja već i mnoge druge značajne podatke: pol i godine osobe, vrstu razgovora, da li je osoba referisana drugim institucijama, da li je bila prijava nasilja te o kakvoj kategoriji razgovora se radi (da li je u vezi sa nasiljem, mentalnim zdravljem, traženjem informacija). Zahvaljujući postojećim podacima, Plavi telefon može da odgovori na pitanje koliko često se adolescentkinje javljaju Plavom telefonu i koje su njihove potrebe u tom trenutku.

3. Studije slučaja - Za potrebe ovog izvještaja će biti predstavljeno i nekoliko studije slučaja sa Plavog telefona koje ukazuju na potrebe i probleme adolescentkinja u domenu psihosocijalne zaštite. Važno je napomenuti da u studijama slučaja neće biti navođeni lični podaci o osobi koja se javila niti bilo koje druge informacije na osnovu kojih bi se mogao otkriti identitet osobe.

4. Fokus grupe – Kako bi se ispitale potrebe adolescentkinja, u periodu mart-april 2023. godine, sprovedeno je 11 fokus grupa. Na svakoj fokus grupi učestvovalo je u prosjeku 6 adolescentkinja, a ukupno je učestvovalo 65 adolescentkinja iz 9 opština s područja Bosne i Hercegovine. U radu je korišten kombinovani pristup rada, odnosno jedan dio fokus grupa je bio održan uživo dok je drugi dio odrađen putem onlajn platformi, kako bi bilo uključeno što veći broj adolescentkinja. Za sve maloljetne adolescentkinje koje su učestvovale bile su pribavljene saglasnosti roditelja/staratelja.

Učešće u fokus grupama je bilo anonimno. Pitanja koja su postavljana adolescentkinjama ni na koji način nisu negativno uticala na njihovo mentalno zdravlje te nije bila ugrožena njihova dobrobit. Djevojčice su bile upoznate sa informacijom da u svakom trenutku mogu odustati od učešća.

Struktura fokus grupe se sastojala od šest aktivnosti radioničarskog tipa u ukupnom trajanju od 120 minuta, raspoređenih u tri dijela: uvodni, glavni i završni dio. Fokus grupe su kreirali i vodili diplomirani psiholozi i psihoterapeuti u edukaciji sa dugogodišnjim iskustvom radioničarskog pristupa, kao i savjetovanog rada sa djecom i mladima.

Fokus grupa je osmišljena na način da se u uvodnom dijelu ostvari interakcija sa učesnicima i kreira pozitivna i podržavajuća atmosfera. Facilitatori su se upoznali sa učesnicama fokus grupa kao i sa ciljevima rada.

U glavnom dijelu sprovedene su tri interaktivne aktivnosti u okviru kojih su dobijeni odgovori na pitanja kao što su: Kako učesnice definišu pojam “psihički problem”? Koji su njihovi stavovi o mentalnom zdravlju, osobama koje imaju psihičke poteškoće i o traženju stručne pomoći i podrške? U drugoj aktivnosti je razgovarano o stručnim licima i ko su oni, o tome šta misle kako

stručna lica postupaju prema osobama koje im se obrate za pomoć i podršku te šta bi one željele da dobiju od njih. Treća aktivnost se odnosila na ispitivanje potreba i iskustava učesnica kada su u pitanju postupanja centara i drugih institucija/organizacija unutar sistema psihosocijalne zaštite.

Završna aktivnost se odnosila na načine informisanja o mentalnom zdravlju, o tome šta dodatno žele da saznaju o ustanovama koje se bave pružanjem stručne pomoći i podrške, ali i o mentalnom zdravlju uopšte te šta misle koji je po njima najbolji način da o tome saznaju.

1.3. Uzorak

U konsultacijama o mentalnom zdravlju je učestvovalo ukupno 65 adolescentkinja, uzrasta od 12 do 19 godina. Adolescentkinje su dolazile iz 9 različitih opštine pri čemu je najveći broj učesnica bilo iz Sarajeva i Banja Luke. Takođe, učesnice pripadaju različitim grupama: djevojčice u riziku od nasilja i zlostavljanje, djevojčice iz alternativnog smještaja, djevojčice iz romske populacije, i djevojčice iz opšte populacije.

Entitet	Grad	Način konsultacija
FBiH	Sarajevo	Online
	Kalesija	Online
	Zenica	Online
RS	Banja Luka	Uživo
	Bijeljina	Online
	Kotor Varoš	Uživo
	Kozarska Dubica	Online
	Laktaši	Uživo
	Prnjavor	Uživo
Ukupno: 65 adolescentkinja		

Tabela 1. Lista učesnica po gradovima i način održavanja fokus grupa

1.4. Struktura izvještaja

Izvještaj se sastoji iz nekoliko dijelova. U prvom dijelu su predstavljeni zakoni, procedure i strategije iz oblasti psihosocijalne zaštite, ali i različita istraživanja i konsultacije koje su ranije rađeni na ovu temu. U drugom dijelu su prikazani statistički podaci Plavog telefona, kao i studije slučaja koje ukazuju na postupanja ustanova unutar psihosocijalne zaštite. Nakon toga su prikazani stavovi adolescentkinja o psihičkim problemima i traženju stručne pomoći i podrške, a koji su dobiveni na fokus grupama koje se rađene sa adolescentkinjama iz različitih opština. Nakon toga, prikazani su generalni stavovi adolescentkinja o stručnim licima kao i njihove potreba kada je u pitanju rad stručnih osoba.

Nadalje, prikazani su podaci koji se odnose na iskustva i stavove o postupanju organizacija i ustanova koje se bave pružanjem psihološke pomoći i podrške. Izvještaj se završava nizom preporuka koje su zasnovane na potrebama adolescentkinja.

2. PREDSTAVLJANJE POSTOJEĆIH ZAKONA I STRATEGIJA IZ OBLASTI PSIHOSOCIJALNE ZAŠTITE TE PREDSTAVLJANJE RANIJIH ISTRAŽIVANJA NA NAVEDENU TEMU

Ovaj dio odnosi se na zakone i procedure u Bosni i Hercegovini, koji se tiču promocije i zaštite mentalnog zdravlja. Pored toga, biće spomenuti i važni međunarodni dokumente koji se tiču prava djece, a koji su važni za ovu temu.

2.1. UN Konvencija o pravima djece

Najznačajniji međunarodni dokument, koji predstavlja osnovu za ostvarivanje prava djece, jeste UN Konvencija o pravima djece (1989). Njome su definisana prava i potrebe djece s obzirom na specifičnosti njihovog razvoja, kao i uloga odraslih u tom procesu. UN Konvencija obavezuje države članice, među kojima je i Bosna i Hercegovina, da preduzmu sve potrebne zakonodavne, administrativne i ostale mjere kako bi se osiguralo da sva djeca ostvare sva prava iz Konvencije.

Pored toga, prihvatanjem Konvencije o pravima djeteta država je preuzela obavezu da sve potrebne zakonodavne mjere uskladi sa zahtjevima i osnovnim principima Konvencije. Usklađivanje Zakona sa zahtjevima Konvencije zahtjeva da svi sektorski zakoni među kojima su obrazovanje, porodični odnosi, zdravstvena zaštita, jasno prepoznaju osnovne principe Konvencije i osiguraju efikasne postupke koji su dostupni djeci u slučaju povrede prava i mehanizme za njihovu zaštitu, a što uključuje i potrebne informacije, zastupanje djece, postupke za prigovore i žalbene postupke. Djeca treba da budu upoznata kome se u školi, ali i u drugim sektorima, i kako obraćaju zbog ugrožavanja njihovog prava. Usklađivanje Zakona obavezuje državu i da djetetu omogući ostvarivanje prava da izrazi svoje mišljenje i da bude saslušano, a to obavezuje da svi sektorski zakoni jasno prepoznaju ovo pravo djeteta i omoguće njegovo ostvarivanje i u porodici, školi, zdravstvenom i socijalnom sektoru, na način da se mišljenje djeteta uvaži ne samo kod donošenja pojedinačnih odluka, već i kod pripreme propisa i odgovarajućih mjera.

2.2. Bosna i Hercegovina

Prema Ustavu, Bosna i Hercegovina se sastoji od dva entiteta: Federacije Bosne i Hercegovine i Republike Srpske. Oba entiteta imaju svoje ustave koje regulišu nadležnosti i odgovornosti koje nisu date u isključivu nadležnost institucija Bosne i Hercegovine. Prema ustavnoj podjeli, zdravstvo spada u nadležnost na nivou entiteta, pa će se i samim tim odvojeno prikazati zakoni i

strategije, koji su trenutno u primjeni, a koji se odnose na prava pacijenata u oblasti mentalnog zdravlja, kao i na promociju i očuvanje mentalnog zdravlja.

2.2.1. Republika Srpska

Zakon o zaštiti lica sa mentalnim poremećajima uređuje zaštitu i unaprjeđenje zdravlja osoba sa mentalnim poremećajima. U osnovnim principima ovog zakona propisano je da sve osobe sa mentalnim poremećajima imaju pravo na kvalitetnu zdravstvenu zaštitu bez bilo kakve diskriminacije po osnovu pola, rase, nacije, vjere kao i pravo na jednake uslove liječenja i zaštitu od bilo kojeg oblika zlostavljanja i ponižavajućeg ponašanja. Zakonom su propisana prava osoba sa mentalnim poremećajima i dužnost osoba koje provode njihovu zaštitu i liječenje, dobrovoljni smještaj u zdravstvenu ustanovu, prisilno zadržavanje i smještaj u zdravstvenu ustanovu, te otpust iz zdravstvene ustanove.

Prema ovom zakonu liječenje i briga o svakom pacijentu zasniva se na individualnom planu napravljenom u dogovoru sa pacijentom pri čemu se plan redovno provjerava i mijenja ako je to potrebno. Nadalje, zakon nalaže da svaki pacijent prilikom prijema i uključivanja u liječenje treba da bude upoznat sa svojim pravima te da mu se objasni kako svoja prava može da ostvari. Pored toga, zakonom je određeno i da lica su koja obavljaju djelatnost zaštite i liječenja osoba sa mentalnim poremećajima dužna čuvati kao profesionalnu tajnu sve što saznaju ili primjete u toku obavljanja djelatnosti, a otkriti mogu samo uz pristanak osobe ili njenog zakonskog zastupnika.

Pored Zakona o zaštiti lica sa mentalnim poremećajima, značajan je i Zakon o zaštiti mentalnog zdravlja kojim se uređuje promocija mentalnog zdravlja, prevencija i rano otkrivanje smetnji u mentalnom zdravlju, kao i prava i obaveze u zaštiti mentalnog zdravlja, medicinska intervencija kod lica sa smetnjama u mentalnom zdravlju, povjerljivost podataka iz medicinske dokumentacije i evidencije lica sa smetnjama u mentalnom zdravlju, zabrane u zaštiti mentalnog zdravlja, nadzor, kao i druga pitanja koja su značajna za zaštitu mentalnog zdravlja. Prema ovom zakonu, a prema članu 16. sva lica sa smetnjama u mentalnom zdravlju imaju pravo na informaciju o: stanju svog zdravlja, dijagnozi, prognozi liječenja, mogućnosti da aktivno učestvuju u planiranju i sprovođenju medicinske intervencije u zdravstvenoj ustanovi, kao i u izradi i sprovođenju individualnog plana oporavka. Pored toga, istim članom se određuje da lica imaju pravo da znaju o identitetu i profesionalnom statusu zdravstvenih radnika i zdravstvenih saradnika koji učestvuju u njihovom liječenju kao i o mogućnosti da prilikom davanja pristanka na medicinsku intervenciju bude prisutno lice u koje ima povjerenje.

Pored zakona, važno je navesti i program koji se sprovodi na području Republike Srpske, a koji se tiče promocije mentalnog zdravlja. Program realizuje Ministarstvo zdravlja i socijalne zaštite u

saradnji sa Institutom za javno zdravstvo RS i centrima za zaštitu mentalnog zdravlja i važi za period 2020.-2023. godine. Jedan od ciljeva programa odnosi se unaprjeđenje mentalnog zdravlja školske djece i adolescenata, a mjere koje će se sprovoditi odnose se na edukaciju prosvjetnih radnika o rizicima koji mogu dovesti do poremećaja ponašanja i emocija kod djece i adolescenata, kao i o značaju rane detekcije prvih znakova i simptoma poremećaja ponašanja, depresije, anksioznosti, samopovređivanja, poremećaja ishrana i slično. Takođe, jedna od mjera se odnosi i na sprovođenje treninga koji su usmjereni na poboljšanje komunikacije, asertivnosti, socijalnih odnosa kod djece i adolescenata.

2.2.2 Federacija Bosne i Hercegovine

Sistem zdravstvene zaštite stanovništva, a samim time i sistem zaštite mentalnog zdravlja u Federaciji Bosne i Hercegovine je kreiran na način da kantoni kao administrativne jedinice preuzimaju odgovornost za obezbjeđivanje zdravstvene zaštite stanovništva kantona. Zaštita mentalnog zdravlja se reguliše zakonom o osobama s duševnim smetnjama, ali, s obzirom na to da je navedeni zakon procijenjen kao nedovoljan prvenstveno zbog činjenice da se ne bavi pitanjem zdravstvene zaštite na primarnom nivou već je fokus na zaštiti osoba u bolničkom tretmanu, trenutno je u izradi novi zakon o zaštiti mentalnog zdravlja čiji nacrt je utvrđen krajem 2022. godine. Novim zakonom će se regulisati zaštita mentalnog zdravlja na primarnom, sekundarnom i tercijarnom nivou zdravstvene zaštite, utvrdiće se načela po kojem će se čitav sistem zasnivati te će biti regulisana i prava osoba s mentalnim poremećajima, što ranije nije bio slučaj. Takođe, novim zakonom će se građanima osigurati pravo na zaštitu putem promocije mentalnog zdravlja i prevencije poremećaja, dijagnostike, liječenja i psihosocijalne rehabilitacije.

Trenutnim zakonom, Zakonom o osobama sa duševnim smetnjama, propisuju se osnovna načela, način organizovanja i provođenja zaštite te pretpostavke za primjenu mjera i postupanje prema osobama sa duševnim smetnjama.

Prema navedenom zakonu sve osobe koje obavljaju djelatnosti zaštite i liječenja osoba sa duševnim smetnjama treba da čuvaju kao profesionalnu tajnu sve što saznaju ili primijete tokom obavljanja tih djelatnosti, a to mogu otkriti samo uz pristanak tih osoba ili njihovog zakonskog zastupnika, osim u posebnim slučajevima (pogledati član 17. Zakona o duševnim smetnjama).

Pored Zakon o duševnim smetnjama, značajan je i Zakon o pravima, obavezama i odgovornostima pacijenata kojim se regulišu prava, obaveze i odgovornosti pacijenata prilikom korištenja zdravstvene zaštite, način korištenja tih prava, način zaštite i unaprjeđenja tih prava, kao i druga pitanja u vezi sa pravima, obavezama i odgovornostima pacijenata.

Prema ovom zakonu svaki pacijent ima pravo na sve vrste informacija o svom zdravlju, svojim pravima i obavezama, ali i o zdravstvenim uslugama koje mu se mogu osigurati u zdravstvenoj

ustanovi. Takođe, pacijent ima pravo da dobije obavještenja koja su mu potrebna kako bi donio informiranu odluku da pristane ili ne pristane na predloženu medicinsku mjeru. Informacije koje pacijent treba da dobije odnose se na dijagnozu i prognozu bolesti, kratak opis, cilj i korist od predložene medicinske mjere, njezin termin izvođenja kao i vrstu i vjerovatnoću mogućih rizika, bolne i druge sporedne ili trajne posljedice te dejstvo lijekova i moguće nuspojave tog dejstva.

2.3. Ranija istraživanja, analize i konsultacije

Kako bi se stekla potpunija slika o mentalnom zdravlju i potrebama djece i mladih kada je u pitanju mentalno zdravlje, u nastavku će biti prikazani rezultati istraživanja o mentalnom zdravlju adolescenata koji su rađeni na području Bosne i Hercegovine, kao i rezultati konsultacija u kojima su djeca i mladi iznijeli svoje potrebe i probleme.

2.3.1. Konsultacije

U cilju boljeg razumijevanja potreba i problema sa kojima se djeca i mladi u BiH suočavaju, te sa ciljem unapređenja kvaliteta rada Savjetodavne linije, odrasli, okupljeni oko projekta "Povezivanje tačkaka - unaprjeđenje dječijih prava u Bosni i Hercegovini" i predstavnici linije „Plavi telefon“ su zajedno sa djecom i mladima (12-25 godina) iz 16 opština u BiH, realizovali niz konsultacija.

Rezultati dobijeni kroz konsultacije ukazuju na to da najčešći problemi sa kojima se djeca i mladi suočavaju jesu doživljavanje nasilja, problemi sa mentalnim zdravljem, nerazumijevanje od strane odraslih i poteškoće u školi. Takođe, djeca i mladi su se usaglasili da "Plavi telefon" predstavlja sigurno mjesto za svako dijete gdje se mogu obratiti u slučaju navedenih problema.

Djeca i mladi su jasno istakli da je "Plavi telefon" usluga koja im je potrebna, jer u svakom trenutku može da im pomogne i odgovori na njihove potrebe i probleme. Veliki broj njih je naveo da bi bili spremni da „Plavom telefonu“ govore tajne, jer su sigurni da ih "Plavi telefon" nikome neće odati.

„Plavi telefon ima naše povjerenje i vjerujemo da radi u našem najboljem interesu. Mi, djeca i mladi, ističemo da nam je potrebno da znamo da i u toku noći, ukoliko se ne osjećamo dobro ili sigurno, imamo mogućnost da nekoga pozovemo. Zato nam je važno da je linija dostupna 24/7. Očekujemo da će naša država i donosioci odluka, učiniti sve što je njihovoj moći, kako bi se obezbjedila sredstva za proširenje radnog vremena ove životno važne linije.“

Na kraju, djeca i mladi su istakli da im je neophodna sigurnost, a da je Plavi telefon jedno takvo mjesto.

2.3.2. Istraživanje o mentalnom zdravlju adolescenata

Istraživanje o mentalnom zdravlju djece rane adolescentne dobi (Bandurina, 2013) kojim se nastojao ispitati uticaj kvalitete porodičnog i školskog života na mentalno zdravlje djece rane adolescentne dobi, sprovedeno je na području kantona Sarajevo, a u njemu je učestvovalo 734 učenika/ica viših razreda osnovne škole.

Rezultati istraživanja pokazali su da je uloga porodice, roditelja, škole, nastavnika, vršnjaka i društva vrlo važna za mentalno zdravlje adolescenata. Kao značajni faktori za očuvanje i unaprjeđenje mentalnog zdravlja djece rane adolescentne dobi pokazali su se osjećaj pripadanja porodici ali s druge strane i to kako dijete doživljava školu (pozitivne reakcije na školu, kompetentnost, odnosi učenik – nastavnik i učenik – vršnjak, sigurnost, radost, intrinzična motivacija, zainteresovanost za učenje).

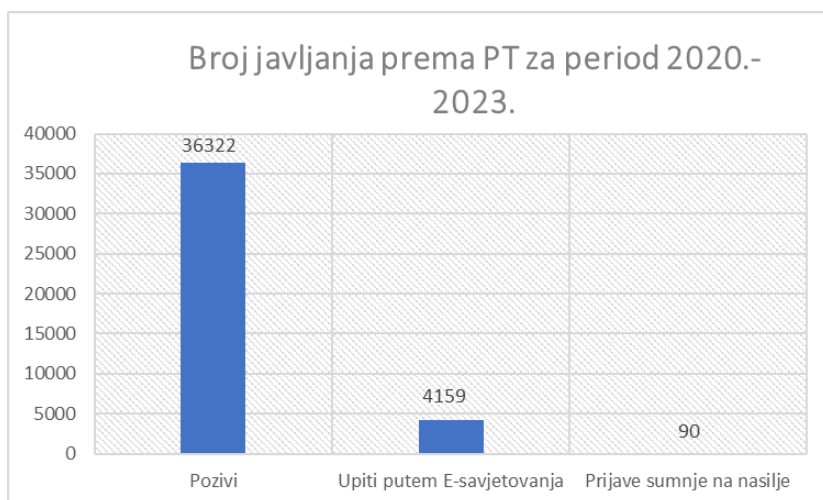
Takođe, statistički podaci ukazuju i na to da društvo ne pokazuje dovoljno interesovanje za adolescente te se može uočiti nesigurno okruženje u svim segmentima u kojemu djeca i adolescenti u Bosni i Hercegovini odrastaju.

Na osnovu dobijenih nalaza može se zaključiti da skoro svako četvrto dijete u ranoj adolescentskoj dobi u Kantonu Sarajevo je u visokom rizikom da razvije mentalne poremećaje.

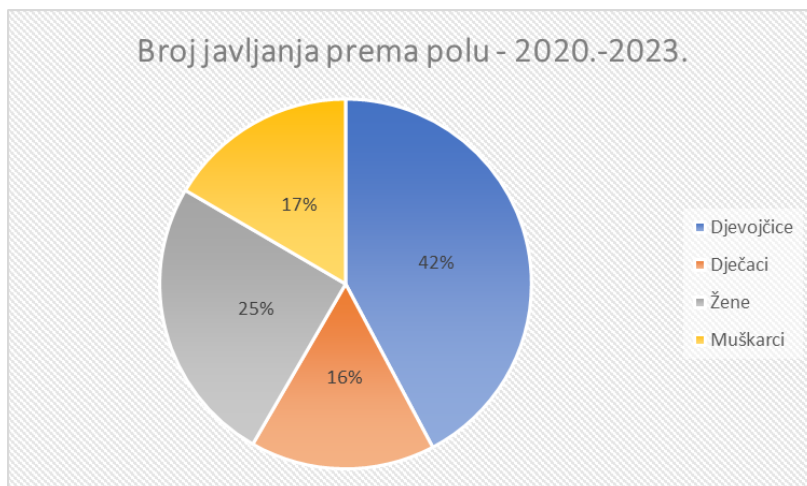
3. PODACI DOBIJENI PUTEM SAVJETODAVNE LINIJE "PLAVI TELEFON"

3.1. Statistički podaci

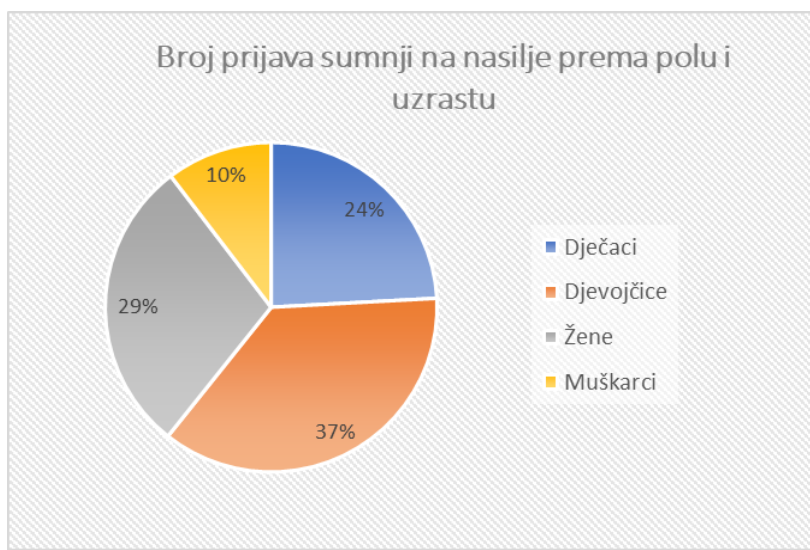
U periodu od januara 2020. godine do marta 2023. godine, putem Plavog telefona zaprimljeno je ukupno 36 322 poziva i 4 159 upita putem E-savjetovanja. Od navedenog broja, 16% (6263) se odnosi na savjetodavne i informativne razgovore pri čemu je najveći broj zaprimljen od strane djevojčica uzrasta od 10 do 19 godina (42% razgovora), dok su ostali razgovori zaprimljeni od strane dječaka, žena i muškaraca.



Takođe, važno je napomenuti da su se za pomoć i podršku najčešće obraćale adolescentkinje uzrasta od 14 do 18 godina, njih 56% i pričale o temama iz oblasti mentalnog zdravlja. Kada je u pitanju mentalno zdravlje, najčešće su razgovarale o strahu i anksioznosti, depresiji, paničnim napadima, samopovređivanju i suicidalnim mislima. Pored toga, česte teme razgovora bile su i nasilje i zlostavljanje, problemi sa prijateljima, porodični odnosi te problemi u vezi sa školom.



Važan podatak je i to da je u navedenom period putem Plavog telefona nadležnim institucijama, prijavljena sumnja na nasilje nad **35 dječaka, 53 djevojčica, 15 muškaraca i 42 žene**. Od ukupnog broja svih prijava, 42% slučajeva se odnosila na adolescentkinje. U najvećem broju slučajeva prijavljivana je sumnja na nasilje u porodici, a pored toga, bilo je prisutno i vršnjačko nasilje, nasilje putem interneta, te seksualno nasilje ili uznemiravanja u partnerskim vezama.



Prijave su prosljeđene nadležnim policijskim upravama ili/i Centrima za socijalni rad, a u 32% slučajeva uključeni su i Ombudsman za dječija prava Republike Srpske ili Ombudsman za ljudska prava BiH. Ombudsmeni su bili uključivani u situacijama kada je osoba koja prijavljuje sumnju na nasilje, u toku razgovora navela da institucije nisu postupile u skladu sa svojim nadležnostima.

3.2. Studije slučaja

U nastavku slijedi prikaz više razgovora sa Plavim telefonom koji govore o tome koliko je značajno i kakve posljedice može da ima (ne)adekvatno reagovanje institucija, prvenstveno Policije, Centra za socijalni rad, Centra za mentalno zdravlje, Klinike za psihijatriju i škole.

Kako bi se sačuvala anonimnost i povjerljivost, lični podaci u prikazima su izmjenjeni te se ne mogu dovesti u vezu sa pravim identitetom osobe. Detalji koji ukazuju na postupanje institucija su autentični i prikazani prema navodima adolescentkinja koje su imala iskustvo sa institucijama.

3.2.1. Studija slučaja br. 1

Priča koja slijedi u nastavku govori o tome koliko proživljavanje nasilja može da utiče na mentalno zdravlje, ali i da je traženje institucionalne i stručne pomoći i podrške veoma značajan faktor. Konkretno, priča govori o načinima postupanja Policije, Centra za socijalni rad te određenih stručnih lica u Domu zdravlja. Prikaz ovog slučaja nudi i primjere adekvatnih reagovanja stručnih lica te jasno ukazuje koliko je značajna uloga ovih lica u fazi oporavka osobe koja proživljava nasilje te smanjenju retraumatizacije.

Savjetodavnoj liniji „Plavi telefon se javila adolescentkinja koja je navela kako zajedno sa mlađom sestrom i majkom unazad nekoliko godina doživljava emocionalno nasilje te povremeno fizičko nasilje i seksualno uznemiravanje. Kako adolescentkinja navodi, zbog svega što proživljava, osjeća se uplašeno, jadno i bezvrijedno te često razmišlja o tome da ubije sebe ili osobu koja vrši nasilje jer je ono što proživljava postalo nepodnošljivo.

Prema riječima djevojke, u podršku porodici je već nekoliko godina unazad uključen Centar za socijalni rad, ali, kako navodi, nisu dosljedno obavljali svoju dužnost jer je bilo perioda kada nisu željeli reagovati. Dalje, djevojka navodi da je socijalna radnica bila upoznata sa suicidalnim mislima i generalno narušenim mentalnim zdravljem kod ove dvije adolescentkinje, ali je njen odgovor na traženje pomoći bio „*da se onda liječe*“.

Djevojka je podijelila iskustvo kako joj je neurospihijatar rekao da je ona kriva za sve što joj se dešava uključujući nasilje koje doživljava kako u porodici, tako i u školi pri čemu je, prema njenim riječima, navedeno stručno lice zvučalo drsko, agresivno i bezobrazno. Kako djevojka navodi, neuropsihijatar je nije samo okrivio već je sve što proživljava protumačio kao izbjegavanje škole i ljenost.

Nakon toga, djevojka se, kako je navela, obraćala i porodičnom ljekaru tražeći uputnice za druga stručna lica, ali joj doktor nije želio dati. Djevojka je, takođe, navela i da joj je psiholog u Domu zdravlja nakon prvog puta rekao kako nema potrebe da ona ponovo dolazi, iako je djevojka osjećala potrebu za stručnom pomoći zbog svega što doživljava.

U toku razgovora sa savjetnicima Plavog telefona, djevojka je navela da bi zaista voljela da nađe *“normalnu i razumnu osobu za pomoć te da joj je mučno razmišljati gdje da nađe normalne doktore i psihologe jer je do sada vidjela da nije bilo značajnog efekta”*.

Sa druge strane, djevojka je navela da je njena mlađa sestra imala „pozitivnije iskustvo“ jer je njena doktorica u toku dvosedmice hospitalizacije (kojoj su prethodile suicidalne namjere) bila tu za nju da je sasluša i razumije što je učinilo da se djevojčica osjeća bolje i smirenije nakon provedene terapije i boravka u bolnici.

Razgovori sa Plavim telefonom su rezultovali da se djevojka, prema njenim riječima, osjeća malo bolje i da njene emocionalne potrebe budu prepoznate. Djevojka se osjećala i ohrabreno nakon razgovora te je odlučila da samostalno prijavi nasilje.

Nakon određenog perioda, djevojka se ponovo javila zahvaljujući se Plavom telefonu zbog svega što je uradio za nju navodeći da onako kako je razgovarala sa Plavim telefonom, nije razgovarala ni sa bliskim osobama. Prilikom ponovnog javljanja, djevojka je podijelila osjećanja koja joj se javljaju povodom svega što je proživjela i što još uvijek proživljava navodeći kako je razočarana i u sebe i u cijeli sistem jer zna da je uradila sve što je mogla, ali da ni to nije bilo dovoljno. Sve to je dovelo do toga da su suicidalne misli izraženije nego ranije jer je njen doživljaj da je „prepuštana sama sebi“. U toku razgovora je bilo primjetno da je mentalno zdravlje u velikoj mjeri narušeno te da su depresivnost i suicidalnost izražene u većoj mjeri nego ranije.

Djevojka je navela da je pozivala i išla do Policije da prijavi nasilje te da su rekli da ne mogu ništa uraditi i da čekaju, odnosno trpe nasilje. Prema njenim riječima, ni Centar za socijalni rad takođe nije odgovarao na njihovo traženje pomoći.

„Ne mogu dobiti pravdu, niti sigurnost, valjda vidite i sami nakon svega što sam prošla. Poboljšanja nikakvog nema i vidim da neće biti dok neko ne odluči napraviti scenu za kakvom će kasnije svi žaliti. Sve što sam uspjela je to da slijepo vjerujem svima od kojih sam pomoć očekivala, makar da se desi nešto malo što bi mi moglo pomoći. Sve je bila laž i obmana. Niko ustvari ne postoji ko mi može pomoći. Samo se nadam da ću nakon smrti imati svoj čekani i željni smiraj.“

- poruka djevojke nakon reagovanja institucija

Nakon prethodno navedenog, Plavi telefon je obavjestio nadležne institucije, uključujući i Ombudsman za ljudska prava. Ovaj postupak je rezultovao time da su inspektori iz Policijske stanice već sljedećeg dana stupili u kontakt sa djevojkom. Nakon toga, djevojka nam se ponovo obratila iskazujući ponovo zahvalnost:

“Nekako se osjećam za trunku lakše kad znam da ste tu za mene. Zatečena sam ostala kad su me nazvali iz Policije jer poziv nisam očekivala, ali zahvalna sam Vam na svemu što radite. Zaista ovo mi je dalo veliki vjetar u leđa i novu nadu da će sve biti u redu. Trudit ću se da preživim i idem dalje, svakako i da se borim. Jeste teško i vrlo iscrpljujuće, ali nadam se da ću uspjeti. Imam svoje snove i želim ih ostvariti. Mislim da je Vaše reagovanje uticalo na to da se jave i kažu da dođem na razgovor.“

Djevojka je podijelila i da joj je mnogo pomogla i doktorica (neuropsihijatar) kod koje sada ide jer je sa njom razgovarala i jer joj je doktorica rekla da joj želi pomoći. Nakon razgovora sa njom, djevojka navodi da se osjećala manje krivom za sve što se dešava.

3.2.2. Studija slučaja br. 2

Različiti oblici samopovrjeđivanja kao načini nošenja sa stresnim iskustvima se često mogu susresti kod adolescentkinja. Neprijatna osjećanja mogu da se razviju povodom doživljavanja nasilja, problema u odnosima sa porodicom, vršnjacima ili u partnerskim odnosima te problema u školi.

Prikaz slučaja koji slijedi u nastavku govori upravo o tome te nudi informacije o tome kako Centar za mentalno zdravlje te Klinika za psihijatriju mogu postupiti kada se dijete obrati za problem koji ima.

Djevojčica koja se obratila Savjetodavnoj liniji „Plavi telefon“ je podijelila da je njen način nošenja sa neprijatnim osjećanjima samopovrjeđivanje, prije svega rezanje i izglednjivanje. Pored navedenog, djevojčica navodi kako su prisutne i suicidalne misli, samoprezir te razmišljanja o prolaznosti života generalno. Djevojčica je navela i da je zbog svih rigoroznih dijeta, došlo i do pogoršanja fizičkog zdravlja.

Djevojčica odnose sa roditeljima opisuje kao bliske, ali nekada ranije. Sada je navela kako se plaši da sa roditeljima razgovara o onome što je muči navodeći da misli da njena majka smatra da je osoba koja potraži pomoć budala i da je to sramota. Sa druge strane, ona smatra da je potpuno u redu potražiti pomoć i da bi voljela da razgovara sa stručnim licem, ali da njeni roditelji ne saznaju za to.

Tokom razgovora sa Plavim telefonom, djevojčica je naučila nekoliko tehnike koje su joj pomogle da se ne povrjeđuje neko vrijeme. Takođe, ohrabrila se da ipak razgovara sa roditeljima koji su joj pružili podršku. Djevojčica nije imala informacije o tome kako da potraži stručnu pomoć i podršku jer nije bila upoznata sa time te je u toku razgovora sa Plavim telefonom, dobila i tu informaciju.

Važno je i napomenuti da je organizovano predavanje u školi o mentalnom zdravlju, motivisalo i podstaklo da se obrati da sa nekim porazgovara o svom problemu.

Ponovo nakon par mjeseci, djevojčica se javila i sa Plavim telefonom podijelila šta se dešava u prethodnom periodu izvještavajući o tome kako je bila i hospitalizovana. Vrijeme provedeno na Odjelu za dječiju psihijatriju opisuje kao loše navodeći kako su joj zaposlena stručna lica prijetila

vezivanjem za krevet te da neće dobiti hranu. Nakon hospitalizacije, tretman je nastavljen ambulantno uz psihološku pomoć i podršku te navodi da se sada osjeća bolje i da pomalo napreduje.

Iako je djevojčici odgovarala psihološka pomoć i podrška, vremenom se, kako ona navodi, javio problem koji se odnosi na nedostatak finansijskih sredstava za psihoterapiju što je dovelo do pogoršanja njenog mentalnog zdravlja. Sa tim su bili upoznati psihijatar i psiholog koji rade u Domu zdravlja, ali navodi kako joj od njih nije mogla dobiti adekvatan savjet i pomoć, te navodi kako ima doživljaj da psiholog tri iste rečenice vrti u krug, dok psihijatar daje samo još više tableta. Zbog svega navedenog, djevojčica osjeća strah da bi sve moglo da se vrati na staro.

Dalje, djevojčica navodi kako njeni roditelji smatraju da je farmakoterapija jako štetna te da ne žele da ona pije lijekove što je uticalo na to da više ne pije propisanu terapiju. Ona navodi da osjeća da joj je terapija potrebna te da smatra da sve to utiče i na odnos sa psihijatrom jer skriva od njega da ne pije farmakoterapiju te mu govori kako se osjeća dobro.

Djevojčica je navela kako ne želi ponovo da se vraća na Odjel za dječiju psihijatriju jer je tamo za nju "užasno". Navodi da je ono što je njoj potrebno jeste razgovor sa nekom osobom ili stručnim licem i osoba koja bi joj stvarno pomagala.

3.2.3. Studija slučaja br. 3

Za razliku od prethodno navedenih slučajeva razgovora sa Plavim telefonom, ovaj prikaz govori o postupanju škole prema maloljetnoj djevojčici. Djevojčica koja se javila Plavom telefonu navodi da je tokom pohađanja osnovne škole, doživljavala nasilje ne samo od vršnjaka, već i od učitelja, nastavnika, psihologa i pedagoga. Zbog proživljenog, djevojčica navodi kako u novoj (srednjoj) školi ima strah od profesora, kao i strah od psihologa i pedagoga. Navodi da osjeća usamljenost i otuđenost, te da smatra da je bolje da o tome sa nekim razgovara.

Djevojčica je navela da se u osnovnoj školi pedagogica pretvarala da će joj pomoći i da joj sve može ispričati, što je djevojčica i uradila, a potom joj je pedagogica rekla da je luda, da je sve to (nasilje) u njenoj glavi i da umišlja. Isto to joj je rekla i psihologica. Djevojčica je podijelila i kako je doživljavala da nastavnik dovodi psa na čas i pušta ga na nju jer se ona plaši psa. Zbog svega što je proživljavala u osnovnoj školi, navodi da je često razmišljala da sebi okonča život.

Navodi da sada kada dođe na čas, ne može ništa zapisati jer joj se ruke i mozak zalede te zaboravi i kako se zove. Navodi da se plaši razreda i da od početka ne može ništa da kaže te je zbog toga

već znaju kao tihu, povučenu i glupu. Navodi da je ništa više ne interesuje toliko i da se pita da li će uvijek biti ovako kako joj je sada.

Osnovni cilj u toku razgovora sa djevojčicom je bilo pružanje psihološke podrške, normalizacija strategija pomoću kojih se djevojčica nosila sa svim traumatskim iskustvima, edukovanje o posljedicama traumatskih iskustava te osmišljavanje plana, odnosno identifikovanje šta je ono što djevojčica dalje može da uradi.

Nakon razgovora, djevojčica je prepoznala Plavi telefon kao sigurno mjesto te se ponovo s vremena na vrijeme javljala Plavom telefonu kako bi podijelila probleme i izazove sa kojima se suočava u srednjoj školi, a koji se odnose na učenje, odnos sa profesorima i vršnjacima te akademski uspjeh i osjećaj lične vrijednosti. Razgovori sa Plavim telefonom su vremenom rezultovali time da se djevojčica osjećala spremnom da potraži pomoć u stručnoj službi gdje je dobila pomoć i podršku od pedagogice sa kojom je povremeno razgovarala i dijelila probleme sa kojima se suočavala. Djevojčica je podijelila kako smatra da pedagogica jako dobro obavlja svoj posao te da je lako osjećati se sigurno kod nje.

3.2.4. Studija slučaja br. 4

Savjetodavnoj liniji „Plavi telefon“ obratila se 14-godišnja djevojčica za pomoć i podršku zbog problema sa mentalnim zdravljem, ali i zbog nasilja koje doživljava u školi. Kako navodi, trenutno ne vidi izlaz iz životne situacije koja je za nju nepodnošljiva, a o kojoj nema sa kim da razgovara. U razgovoru sa savjetnicom Plavog telefona, djevojčica navodi da su njeni problemi sa mentalnim zdravljem počeli prije nekoliko mjeseci kada se njen otac teško razbolio i dobio otkaz na poslu zbog čega su njena i egzistencija njene porodice bili ugroženi.

Ali, problemi u porodici, bili su samo jedna u nizu poteškoća s kojima se djevojčica suočavala, i koji su doveli do toga da njeni bol i patnja postanu nepodnošljivi.

Kako navodi, od prvog razreda osnovne škole izložena je nasilju kako od svojih vršnjaka tako i od nastavnika. Djevojčica opisuje da je vršnjaci tuku, nazivaju pogrdnim imenima, i ismijavaju njen izgled.

Iako je, kako navodi, prije mogla da kontroliše svoje emocije, te je imala strategije koje su joj pomagale da se nosi sa svim kritikama i uvredama koje je doživljavala, nakon nekog vremena, i nakupljanjem različitih problema, više nije znala kako da izađe na kraj sa svime što joj se dešavalo te je počela da se samopovrjeđuje.

Međutim, nakon nekog vremena, situacija je postala još ozbiljnija jer se u školi koju pohađa saznalo da se djevojčica samopovrjeđuje. Kako navodi, vršnjaci su počeli još više da je maltretiraju zbog toga, a i pojedini nastavnici su za nju govorili da je „mentalno nestabilna“ te su je okrivila da je ona razlog što se režu i ostala djeca u školi. Pored toga, djevojčica je navela da joj je jedan nastavnik rekao da **“ne prenosi svoju bolest na drugu, normalnu djecu”**.

Zbog samopovrjeđivanja, djevojčica je često odlazila kod psihologa i pedagoga, ali je, kako navodi to za nju bilo stresno, jer su je uzimali sa časova te bi se situacija samo pogoršala kada bi se vratila u učionicu:.

Savjetnica Plavog telefona je u toku razgovora djevojčici pružila podršku, saslušala je te pokušala da zajedno sa njom osmisli rješenje koje bi bilo najadekvatnije. Djevojčici je u toku razgovora ponuđena prijava sumnje na nasilje s obzirom na to da je djevojčica u toku razgovora navela da doživljava nasilje u školi, a pored toga, roditelji su zanemarili njenu potrebu za stručnom pomoći i podrškom. Djevojčica nije odmah pristala na prijavu jer se plašila da bi se time situacija u školi i porodici pogoršala te da bi tako bila još više bila izložena nasilju. Savjetnica je normalizovala djevojčicina osjećanja te joj objasnila na koji način funkcioniše prijava i šta bi se moglo dogoditi ukoliko se obavijeste nadležne institucije. Nakon nekoliko sati razgovora sa savjetnicom, djevojčica je odlučila da ipak prijavi nasilje koje joj se dešava.

Nakon razgovora sa djevojčicom, prijava sumnje na nasilje nad djetetom, sa svim dobijenim informacijama, je poslana nadležnim institucijama, Policijskoj upravi i Centru za socijalni rad.

Pored toga, savjetnica je sa djevojčicom razgovarala i o različitim tehnikama koje bi joj mogle koristiti da se lakše nosi sa neprijatnim emocijama koje osjeća kao i sa samopovrjeđivanjem. Djevojčica je kroz razgovor naučila tehniku crtanja po dijelovima tijela po kojima se reže kako bi odgodila samopovrjeđivanje, te tehniku povređivanja sebe na papiru u kojoj nacrtala svoju siluetu na papir i kada osjeti poriv sa samopovrjeđivanjem to uradi na papiru umjesto po tijelu. Djevojčici su se dopale navedene tehnike i rekla je da će pokušati da ih uradi te da će ponovo javiti.

Dan kasnije djevojčica se ponovo javila i rekla da su je posjetili predstavnici policije i obavili razgovor sa njom i njenom majkom: **„Samo da vam javim da su nas posjetili policajci u vezi prijave. Pitali su da li je sve u redu, da vide da li sam dobro, ima li nekih problema u školi, pa su napravili popis svega toga o čemu sam i sa Vama pričala i rekli su da će kontaktirati školu, ja mislim. Rekli su mi da se mogu obratiti i njima i Socijalnom ako budem imala neki problem.”**

Djevojčica se nakon toga nekoliko puta obraćala Plavom telefonu kako bi razgovarala o različitim problemima, a u jednom od razgovora je navela da je počela da ide kod psihologa i psihijatra u Dom zdravlja te da se već osjeća pomalo bolje: **“Ja sam se osjećala sasvim okej s tim više mi je bilo drago sto sam posjetila psihologa. To mi je bilo super i ja vise nemam stres od kako sam**

krenula kod psihologa niti se ja više brinem. Također će socijalan rad kao institucija posjetiti školu i obaviti razgovor sa pojedinim nastavnicima i pedagogicom i razrednikom.“

Na kraju jednog od razgovora sa savjetnicima Plavog telefona djevojčica je podijelila kako se osjeća kada razgovara sa njima: ***“Prvi put u životu sam osjetila istinsku podršku i zapravo pravu ljubav, iako je ovo online, al zaista nekako sam bar malkice zadovoljnija svojim životom, nekako ste mi promjenili pogled na život, lakše je kada imate osobu kojoj mozete REĆI SVE a da će vam POMOĆI u potpunosti, da neće to OKRENUTI protiv vas. Osjećam se sigurno, ne znam kojim riječima da objasnim to olakšanje kada sam Vas pustila da zakoračite u moj život, čudim se da nakon par sati razgovara možete toliko da utičete pozitivno i da preokrenete moju priču.“***

4. PSIHIČKI PROBLEMI IZ PERSPEKTIVE ADOLESCENTKINJA (Rezultati dobijeni putem fokus grupa)

U nastavku će biti predstavljeni rezultati koji su dobijeni kroz fokus grupe, a koji se odnose na to kako adolescentkinje vide psihičke probleme i mentalno zdravlje. Dobiće se odgovori na pitanja kao što su: šta su psihički problemi, kakvi su stavovi adolescentkinja o traženju stručne pomoći i podrške te da li smatraju da je stručna pomoć dostupna u njihovim zajednicama. Na kraju ovog dijela, osvrnućemo se i na to da li je po njihovom mišljenju potrebno širiti svijest o mentalnom zdravlju u zajednicama u kojima žive.

4.1. Šta su psihički problemi?

Pitali smo učesnice fokus grupa da nam kažu koje su njihove prve asocijacije kada čuju izraz „psihički problem“. Željeli smo da čujemo šta su za njih psihički problemi i kako ih opisuju. Većina učesnica je koristila nekliničku terminologiju kako bi opisala psihički problem, bazirali su se na simptome i uzroke koji mogu da dovedu do psihičkih problema. Na primjer, *bijes, nedostatak samopouzdanje, borba sa samim sobom, povlačenje u sebe, ne bavljenje stvarima ili aktivnostima koje bi trebala da rade iili koje voli, bol, samopovrjeđivanje, problemi koji nastaju zbog verbalnog nasilja, udaranje, povreda, modrice, bol, nasilje*.

Ali, s druge strane, analiza podataka pokazala je da je bilo i onih učesnica koje su koristili kliničke izraze odnosno dijagnoze kao što su anksioznost i depresija, PTSP, kako bi opisale psihički problem.

Zaključak

Na osnovu dobijenih podataka može se zaključiti da su sve učesnice upoznate i da su ranije čule za pojam psihički problem, da li na način da su i same imale određnih psihičkih poteškoća ili je neko koga poznaju (prijatelji, porodica, poznanici) imao psihički problem.

4.2. Stavovi adolescentkinja o traženju stručne pomoći i podršku

Kako bi se ispitali stavovi adolescentkinja o traženju stručne pomoći i podrške, pitali smo ih da navedu da li bi one potražile pomoć i podršku ukoliko bi imale problema s mentalnim zdravljem.

Većina adolescentkinja, njih 92 %, je navelo da bi potražile pomoć i podršku u slučaju da imaju problem u vezi sa mentalnim zdravljem. U najvećem broju slučajeva prvo bi se obratile nekim njima bliskim osobama kao što su roditelji ili drugi članovi porodice (braća i sestre), te prijateljima u koje imaju povjerenje, a takođe navode i nevladine organizacije, te Plavi telefon. Kako navode, u većini slučajeva bi se prvo obratile njima bliskim osobama, a ako im to ne bi pomoglo, onda bi potražile stručnu pomoć i podršku.

„Ja bih potražila pomoć prvenstveno jer sam u svom okruženju vidjela dosta djece koja nisu potražila pomoć i to dovede do još gorih situacija i najbolje je što prije to riješiti.“

„Ako ne govoriš o psihičkim problemima, samo ćeš sebe uništiti unutra, sebe ćeš ukopati, otićeš psihički i bićeš nestabilno.“

„Ja bih se obratila za pomoć prvenstveno jer bi meni bilo lakše da to prebrodim, da mi to bude neko ko će mi biti vjetar u leđa i da ne bi prerاسlo u veći problem i da se ne dogodi nešto što ne bi trebalo da se dogodi.“

„Ja bih se obratila roditeljima, ne bih se u obratila u školama jer nemam povjerenja u mnogo osoba u školi, a znam da nema i mnogo djece.“

„Kad bi došlo do toga da ne mogu sama sa sobom, kada ispričama prijateljicama ili roditeljima i kada ne pronađem rješenje u njihovim odgovorima, onda bih potražila pomoć da riješimo taj problem, da se riješi to, da ne dođe do najgoreg kao što je samoubistvo.“

„Gledam da uvijek tražim neko objektivno rješenje, prvo sa porodicom i prijateljima i kako bi me oni posavjetovali i ako oni ne mogu, onda bih se obratila psihologu pa onda dalje.“

Međutim, oko 5% adolescentkinja je navelo da nisu sigurne da li bi potražile pomoć i podršku, jer kako navode to sve zavisi od problema koji imaju i od toga kako one na njega gledaju, ali i od toga da li u njihovom okruženju postoje osobe kojima mogu vjerovati.

„Zavisi od problema, ne možemo sa svakim da pričamo o problemima koje imamo, ne možemo biti dovoljno opušteni da sa nekim podijelimo problem“.

„Ako se više stvari skupilo, onda potražim pomoć, a ako nešto traje kraće, jedan mjesec onda bi to zadržala za sebe.“

„Ja sam u jednom periodu prolazila kroz teške stvari i nisam imala nikoga, ima dosta faktora koji utiču na mentalno zdravlje tinejdžera, stavljen je veliki pritisak na djevojčice i najčešće se nemamo kome obratiti. Ako su roditelji napredni, što je rijetkost, onda možemo kod psihologa. Prijatelji ne mogu dati profesionalni savjet kao psiholog, kao odrasla, stručna osoba.“

Jako mali broj adolescentkinja, njih 3%, je navelo da ne bi potražilo stručnu pomoć i podršku jer smatra da im to ne bi pomoglo i da je bolje da se same nose sa poteškoćama.

„Ne bih dobila ništa pozitivno ako bih nekome rekla o svom problemu. Naučila sam da ako ja sebi ne pomognem da mi niko drugi neće pomoći.“

„Kada sam imala 6 godina izgubila sam majku, i moj otac nije znao kako da se nosi sa tim i kako da se ponaša prema meni. Psiholog kod kojeg je otišao mu je rekao da mi ni slučajno ne govori šta se dogodilo, da sam ja premala da mi se bilo šta kaže, što nikako nije tačno. Znala sam da se nešto dešava, nisam glupa. Kada mi je pomoć bila potrebna, nisam je dobila te sam naučila da sakrijem problem i da pokušam da sama nađem rješenje.“

Iako je većina adolescentkinja navela da bi potražile pomoć i podršku ako bi imale psihički problem, čak 95% njih ne bi željele da se o tome sazna u njihovoj okolini. Ne bi željele da njihovi vršnjaci ili druge osobe koje im nisu bliske saznaju da imaju psihički problem ili da su se obratile stručnim osobama jer smatraju da bi ih oni osuđivali i ismijavali. Kako navode, mnoge od njih se u svojim okolinama susreću sa time da su osobe koje imaju određenih psihičkih problema i zbog toga su potražile stručnu pomoć i podršku, ismijavane ili etiketirane kao “lude i poremećene”.

„Ako potražimo stručnu pomoć, ljudi sa strane nas gledaju poprijeko, smatraju nas drugačijima.“

„Djeca se plaše kako će okolina da reaguje jer društvo je takvo da će da ih ismije i zloupotrijebi to što su rekli na neki način.“

„Često u svojoj okolini čujem „ti si luda, ti treba da ideš kod psihijatra“.

„Smatram da su ovakvi komentari, da samo lude osobe traže stručnu pomoć, svakodnevni, ne moram ni otići kod stručne osobe, dovoljno je samo da pomenem, i odmah me se smatra ludom, čak i od strane osoba koje imaju vezu sa medicinom.“

„Mislim da je prva asocijacija kod ljudi da kad se neko obrati za pomoć da mu kažu da nije normalna, da ga pitaju jesi lud, je li te stvarno kući maltretiraju kada ideš kod psihologa, jel ti planiraš da se ubiješ ako kažeš da ti je teško i sl.“

„Potražila bih pomoć ali ne bih voljela kada bi svi to znali, uradila bih to na neki tajniji način, ali ne bih voljela da to svi znaju.“

Zaključak

Odgovori ispitanica ukazuju na to da bi ih njih 92% potražile pomoć i podršku ukoliko bi imale problema sa mentalnim zdravljem. Većina bi ih se prvo obratila njima bliskim osobama, a ukoliko im oni ne bi mogli pomoći onda i stručnim licima. Smatraju da im traženje pomoći može pomoći da prebrode problem koji imaju te da preveniraju nastanak ozbiljnijih poteškoća. S druge strane, odgovori pokazuju i da većina njih ne bi željela da o tome znaju drugi iz njihove okoline, koji im nisu jako bliski, jer vjeruju da će biti ismijane i osuđene zbog toga.

4.3. Da li je traženje stručne pomoć pristupačno i lako dostupno?

Na pitanja da li znaju gdje i kako mogu da potraže stručnu pomoć i podršku te da li smatraju da im je traženje stručne pomoći pristupačno, većina adolescentkinja, njih 80 % smatra da traženje stručne pomoći i podršku za njih nije pristupačno te da je teško doći do stručne osobe koja bi im mogla pomoći te da nisu sigurne gdje mogu da se obrate za pomoć jer o tome niko nije razgovarao sa njima. Nekolicina učesnica, njih 7% je navela da su čule u organizacijama u kojima volontiraju ili u svojim okolinama gdje mogu potražiti pomoć.

„Kada bi meni trebala stručna pomoć, ja ne bih znala kome da se obratim u svom gradu. U školi bih potražila, ali van škole ne bih znala tačno gdje mogu da se obratim.“

„Da smo toliko upoznati, da nam je neko ispričao, nije, nego što smo se mi same upoznale sa tim preko udruženjima, niko nije nikada došao u školi. Željeli bismo da znamo jer iako meni ne treba, može trebati nekom prijatelju, treba da to znamo.“

„Psihološka pomoć i podrška nisu pristupačni, treba da se više širi svijest, da se napravi fond gdje će se uplaćivati novac i pomoću kojeg bi se osobama mogao omogućiti odlazak kod psihologa ili psihijatra onda kada mu je loše.“

„Mislim da nije pristupačno, jer nama ispod 18 godina, kad ne bismo u školi pričali, plaća se oko 50 KM, što mi ne možemo sami, a da dođemo roditeljima kažemo za šta treba, oni bi rekli šta će tebi psiholog, imaš mene.“

Pored toga, nekoliko učesnica, njih 13 % je navelo da je stručna pomoć i podrška pristupačna, ali da nemaju povjerenja i da se ne bi obratile sa pomoć.

„Za nas koji idemo u školu, stručna pomoć je pristupačna, ali sve zavisi od nas da li ćemo im se obratiti i da li smatramo da nam oni mogu pomoći.“

„Pristupačna je pomoć, ali nemamo povjerenja u njih. Potrebno je naći ljude koji će imati razumijevanja i strpljenja da razgovaraju sa nama.“

„Stručne službe u školi su dostupne, ali njihova stručnost nije nama dostupna. Oni jesu plaćeni, ali ne rade posao kako treba.“

Sve učesnice smatraju da je jako važno da se širi svijest o traženju stručne pomoći i podrške te da im informacije o tome budu lako dostupne, kao i traženje stručne pomoći.

„U svakom gradu bi trebao da postoji jedan psiholog, kao sigurna kuća, gdje bi svaka osoba mogla da ode i besplatno potraži pomoć i da se zna gdje se ta osoba tačno nalazi i kada možemo da dođemo.“

„Potrebno nam je da se u svako doba možemo obratiti negdje, naveče je još i potrebnije.“

„Bilo bi dobro da postoji neki sajt ili aplikacija gdje bi bili dostupni svi programi, osobe, službe, dokumenti, kao mali servis gdje bi bilo sve što nas zanima o mentalnom zdravlju, kao što na društvenim mrežama postoji, da vodim svoje mentalno zdravljem, kako sam se osjećao i sl.“

„Trebalo bi da se iskoriste oglasi u školama, da se jednom mjesečno obavijeste učenici gdje mogu da potraže pomoć i podršku.“

„Bilo bi dobro da u školama imamo postere i letke na kojima bi se nalazile sve informacije gdje možemo potražiti pomoć i podršku. Informacije treba da budu kratke i jasne, ko, gdje, šta i kako, i neki kontakt broj ili imejl i neka kratka poruka nešto što će privući osobe, ohrabriti ih.“

Zaključak:

Adolescentkinje smatraju da je potrebno da se širi svijest o traženju stručne pomoći i podrške te da im informacije o tome budu lako dostupne. Kako navode, važno im je da se u svako doba dana i noći mogu obratiti stručnoj osobi, da u njihovim mjestima življenja postoje sigurni prostori gdje mogu besplatno potražiti pomoć, te da u školama postoje poster i letci sa informacijama o traženju stručne pomoći i podrške.

4.4. Da li se o psihičkim problemima dovoljno priča u zajednicama?

Na pitanje koliko se često u zajednicama govori o mentalnom zdravlju i psihičkim problemima, sve učesnice su se usaglasile da se u njihovim zajednicama ne priča dovoljno o mentalnom zdravlju te da je neophodno da se posvećuje mnogo pažnje ovoj temi nego što je to do sada rađeno.

„Teme mentalnog zdravlja su tabu tema, a to je postalo normalna stvar da svaka druga osoba ima neki problem. Pogotovo poslije kovida, gdje smo svi bili zatvoreni, svi smo oslabili psihički i onda mislim da je trebala svima psihička pomoć nakon toga. Mislim da je tek tada u kovidu, došlo do ideje "e ljudi mogu da imaju problem sa psihičkim zdravljem" tek tada kada je nastao problem umjesto prije“.

„Treba se pričati o tome, treba se povećati aktivizam među mladima jer se kroz to provodi da smo svi jednaki i da se priča o tome.“

„Ne govori se dovoljno jer većina odraslih potiskuje dječije probleme, sve se okarakteriše kao posljedica odrastanja. Potrebno je da neko naše probleme shvati ozbiljno.“

„Treba se više pričati, mi imamo psihologa, ali tu idu samo djeca koja imaju neke poteškoće u razvoju ili problematična djeca. Na odjeljenskoj zajednici pričamo o mentalnom zdravlju, ali kada bi neko rekao razrednici da ima psihički problem ona bi rekla, vi ste samo djeca, proći će, to je samo faza.“

Na pitanje kako se može širiti svijest o mentalnom zdravlju i o psihičkim problemima te koje su njihove potrebe, učesnice su dale različite prijedloge koje one smatraju da bi bilo potrebno da se sprjovode u njihovim zajednicama kada bi se one, ali i njihovi vršnjaci više upoznali sa temama iz oblasti mentalnog zdravlja.

„Moje mišljenje je da bi u školama jednom mjesečno trebala biti organizovane radionice sa stručnim radnicima na kojima bismo mi bili upoznati sa time šta su to psihički problemi i kako da se nosimo sa njima.“

„Prvenstveno neki ne znaju da postoji Plavi telefon, da ima linija da se nekome možemo obratiti. Kada bi u svakoj školi na mjesečnom, godišnjem nivou stojao plakat Plavog telefona, da se uvede u plan i program jedan čas pričanja o Plavom telefonu, i onda nakon 4 godini neko će znati.“

„Bilo bi dobro da se oformi tim koji će ići po školama i pričati o mentalnom zdravlju, gdje ne bi bile suhoparne radionice, nego da budu radionice da se radi, komunicira, razmjenjuju mišljenja jer ako tako nastavimo to će nama stajati u podsvijesti i onda će doći do poboljšanja svega toga.“

„Neki banalni projekti gdje bi recimo svi iz kantona Sarajeva gdje bi škole napravili video o mentalnom zdravlju, gdje bi svi učestvovali i pričalo bi se o tome i da se to predstavi negdje. Mislim da bi se trebalo posvetiti pažnja pričanju o mentalnom zdravlju djevojaka i djevojčica (organizovati trku gdje trčimo jedni za druge).“

„O psihičkom zdravlju se treba govoriti od mlađih generacija i učiti o saosjećanju, npr. ja sam držala u prvom razredu o empatiji, radionice i oni su dosta dobro shvatili.“

„Potrebno je da postoji jedan predmet na kojem bi se govorilo o mentalnom zdravlju, pogotovo u nižim razredima tako da od početka učimo o tome.“

„U našim zajednicama se ne govori dovoljno o psihičkim problemima – želimo da se više pažnje posveti učenicama, da se 1 mjesečno organizuju nešto gdje bi učenici mogli međusobno da razgovaraju o svojim problemima a ako je nešto ozbiljnije da se uključi psiholog - stručna služba.“

Zaključak:

Adolescentkinje smatraju da se u njihovim zajednicama ne govori dovoljno o mentalnom zdravlju, te da bi bilo jako važno da se više priča o ovoj temi i da se realizuju različite aktivnosti za promociju i unaprjeđenje mentalnog zdravlje. Željele bi da se u školama održavaju interaktivne radionice barem jednom mjesečno u kojima bi učenici mogli pričati o svojim problemima, da se oformi tim koji bi išao po školama i pričao o mentalnom zdravlju, te da se od najmanjih razreda priča o ovoj temi. Pored toga, jako im je važno da se one i njihovi problemi ozbiljno shvataju i ne umanjuju samo zato što su one djeca.

5. MIŠLJENJE ADOLESCENTKINJA O STRUČNIM LICIMA

O tome šta adolescentkinje misle o stručnim licima, kakvi su njihovi stavovi o istim te da li imaju povjerenja u njih, biće predstavljeno u ovom dijelu. Pored toga, biće navedene i želje i potrebe adolescentkinje kada je u pitanju ponašanje stručnih osoba prema njima te šta bi željele da dobiju kada im se obrate.

5.1. Ko su „stručna lica“?

Kako bismo provjerili da li su učesnice upoznate sa time šta rade i ko su stručna lica iz oblasti mentalnog zdravlja, pitali smo ih da nam kažu koje su njihove prve asocijacije kada čuju izraz stručno lice. Neke od učesnica su opisno navele ko su stručna lica, kako oni rade i ponašaju se prema osoba koje im se jave, dok je određen broj učesnica i naveo zanimanja kojima se stručna lica bave.

„Kada čujem izraz stručno lice, odmah u glavi znam da je to osoba koja ima diplomu ili završenu školu za to zanimanje bilo to da je psiholog, pedagog i slično, da je ta osoba obrazovana dovoljno dobro da može pomoći osobi koja zatraži pomoć od nje, takođe, takve osobe bi trebale biti dostupne u svim gradovima i mjestima.“

„Osoba kojoj možemo reći sve što mislimo i što nas muči. Osoba koja se školovala i usavršavala kako bi riješila naše probleme na ispravan i profesionalan način.“

Možda i strašno zvuči, ali prvenstveno to su osobe koje su usavršene za tu poziciju na kojoj su, ali uvijek ima neki iznimki da tu bude neko ko ne bi trebao da bude, ko je dobio štelu.

„Psiholog, pedagog, socijalni radnik, asistent u nastavi.“

„Osoba koja treba da bude kompetentna da pomogne ljudima kojima je trenutno teško i da to radi sa saosjećanjem i bez osude, ta osoba treba da stvori siguran prostor.“

Zaključak:

Sve učesnice su upoznate sa pojmom “stručno lice” te su ranije imale priliku da čuju ko su oni i šta rade. Primjetna je razlika u načinima odgovaranja s obzirom na to da je jedan dio učesnica navodio načine na koji bi se stručno lice trebalo ophoditi prema osobama koje se obrate za pomoć i podršku dok je drugi dio učesnica navodio zanimanja i fakultete koje je stručno lice

moglo da završi. Primjetno je da su navodile ona zanimanja koja su njima približna i sa kojima se susreću kroz školu.

5.2. Stavovi adolescentkinja o stručnim licima

Kako bismo provjerili šta adolescentkinje misle o stručnim licima, pitali smo ih šta misle kako stručna lica postupaju kada im se osoba obrati za pomoć i podršku te kakvi su njihovi stavovi o stručnim licima. Odgovori koji smo dobili, ukazuju da su stavovi učesnica prema načinu rada i postupanja stručnih lica podijeljeni. Oko 66% učesnica smatra da stručne osobe saslušaju i pomognu dok je ostale učesnice smatraju da ima i onih koji uopšte ne žele da im pomognu i da im pruže podršku.

„Naš psiholog u školi je jako draga i uvijek je spremna da pomogne.“

„Kod nas se može vjerovati školskom psihologu, ali je problem što se psiholog i pedagog nalaze u istoj prostoriji i sada pedagogica nas poznaje duže od psihologa i ona je htjela da ostanu tu kada smo dolazile kod nje, na šta je njoj psihologica rekla, sve je to u redu, ali ovo treba da bude privatno.“

„Neki psiholozi žele da riješe problem, imaju veliku želju, a neke nije briga, zakažu taj jedan termin i žele da ga se što prije riješe da obave to, dobiju svoju platu i jednostavno nije ih briga za nas.“

Takođe, mišljenja učesnica su podijeljena i kada je u pitanju povjerenje prema stručnim licima. Kako navode, potrebno je biti oprezan prilikom susreta za stručnom osobom te da je važno prvo provjeriti kako će stručna osoba reagovati. Najveći strah svih učesnica kada je u pitanju povjerenje jeste da će se ono što su podijelili sa stručnom osobom dijeliti dalje i da će svi u njihovoj okolini saznati za problem koji imaju.

„Ja mislim da mi povjerenje u stručnu osobu dobijamo tek nakon razgovora sa njima kada možemo da steknemo neku širu sliku o njemu.“

„Bitan je jezik tijela pri prvom susretu, ako se ne podudara sa teškoćom problema, ja to shvatam kao da ta osoba ne želi da sluša. Gledanje u oči, konkretna pitanja, fokusiranost, bitno je koliko su te stručne osobe zapravo stručne i koliko svoj posao obavljaju stručno – onda imam povjerenja.“

„Trebamo imati povjerenja, ali sve zavisi od osobe do osobe i sve zavisi od njenog predstavljanja sebe. Najviše nas je strah da će ta naša povjerljiva informacija proteći do nekog drugog i da je to najgore što se može dogoditi.“

Dalje, većina učesnica, njih 90% smatra da svaka stručna osoba treba da zna pomogne osobi koja joj se javi. Navode da je njihov zadatak i n uloga da znaju da pomognu svakom djetetu i da nije u redu ukoliko kažu da ne znaju kako da postupe u određenoj situaciji.

„Možda jedino ako se psiholog nije susretao sa tim problemom, ali opet on je stručno lice, školovao se i trebao bi znati, a ne da dođem i da kaže e za tebe nema rješenja.“

Tokom izražavanja stavova o stručnim osobama, određen broj učesnica, njih 36 %, su napravile razliku između mlađih i starijih stručnih osoba te su navele da se ne bi obratile starijim stručnjacima jer kod njih često ne nailaze na razumijevanje i podršku te da oni ne žele da se edukuju kako bi mogli bolje da razumiju mlađe generacije već rade po starim metodama.

„Ja bih se prije obratila nekog mladom psihologu nego nekom starijem, jer psiholog u našem školu svoju praksu obavlja već 20 godina i on je ostao na tom nekom nivou, ne želi ništa da unaprijedi.“

„Bilo bi dobro da postoji praksa da svaki psiholog u školi na mjesečnom nivou obavlja razgovore sa učenicima jer nekada problemi nisu vidljivi, ne ispoljavaju se, oni se ne trude da primjene neke metode, to je sve ostalo na zastarjelom nivou, padovi u ocjenama se smatraju problemom, a postoje mnogo veći problemi kao što su nasilje, samoubistva i slično.“

„Trebalo bi se uvesti redovna edukacija starijih psihologa i pedagoga kako bi se upoznali sa problemima novog društva kako bi nas mogli razumjeti i više nam pomoći i kako bi se postigla bolja komunikacija između stručnih osoba i nas.“

„Kad bi organi iznad nas usmjerili, obezbjedili edukacije tom osoblju, na modernom nivou zasnovane, a jednostavno da se usmjeri da osoblje počne da komunicira sa učenicima. Ozbiljnije se shvata kada neko sa strane kaže, a ne mi učenici.“

„U centru za mentalno zdravlje ima dosta starijih kod kojih se može primjetiti da imaju stigmu prema mentalnim problemima iako su psiholozi i pri tome ne znaju na pravilan način da postupe. Imaju mlađih psihologa koje bolje postupaju, ali opet nema dovoljno lica, potrebno je više stručnih osoba. Većina mlađih ide u inostranstvo, a ovih par mlađih što je ostalo imaju previše pacijenata i kod njih se ne može doći na red, ne mogu da vas prime. Onda vam ostaju stariji, tu nastaje problem i onda se ni ne isplati ići.“

Zaključak:

Dobijeni odgovori ukazuju na to da veći broj adolescentkinja smatra da stručna lica mogu da im pomognu, ali da je veoma važan izbor i način rada te osobe jer postoje i oni koji svoj posao ne rade na adekvatan način te u tim slučajevima može da dođe do pogoršanja njihovog mentalnog stanja. Pored toga, naglašavaju da im je jako važna povjerljivost u radu sa stručnim lice te da se ne širi ono što podijele sa njima. Takođe, mnogi od njih smatraju da stručne osobe moraju da pomognu svakom djetetu koje im se obrati bez obzira na to kakav je problem u pitanju što nije realna slika o mogućnostima stručnih lica.

5.3. Šta adolescentkinje žele da dobiju kada se obrate stručnom licu?

Na pitanje šta im je potrebno da dobiju kada se obrate stručnim osobama, sve učesnice su navele da im je jako važno da osoba kojoj se obrate bude prijateljski nastrojena, da je otvorena, opuštena i pristupačna te da znaju da je ono što joj kažu povjerljivo. Takođe, važno im je i da dobiju savjet te da ukoliko je to moguće, otkriju uzrok problema, a ne privremeno rješenje koje im neće pomoći.

„Želimo da otkrijemo uzrok problema, kako da iskorijenimo problem. Uglavnom dobijemo savjet kako da privremeno riješimo problem – potrudi se, popravi ocjene, biće to sve bolje, ali nećemo dobiti konkretan savjet već samo nešto privremeno, da ne mislimo o tome, a to nije rješenje, to nam pomaže par dana, a problem se ne možemo za stalno riješiti.“

„Povjerenje, da znamo da to neće nikome reći, da ostane između nas i da pomogne koliko je to moguće.“

„Osoba koja je opuštena, prijateljski nastrojena, kada je sretnete u školi da je prijatelj a ne ko zavodi red, prijateljska ruka.“

„Iskreno kada biste ušli u kancelariju psihologa, prije ćete se opusti kako to krene lagodno i prijateljski nego kada neko kaže šta je problem i slično. To je ključni faktor da dobijete neke informacije - prijateljski nastrojeno.“

„Meni je bitno da znam ko je osoba, gdje radi, gdje je studirala, koliko radi i slično, koliko su bitni moji podaci toliko su bitni podaci i te osobe.“

“Bitan je jezik tijela pri prvom susretu. Ako se ne podudara sa teškoćom problema, ja to shvatam kao da ta osoba ne želi da sluša. Gledanje u oči, konkretna pitanja, fokusiranost. bitno je koliko su te stručne osobe zapravo stručne i koliko svoj posao obavljaju stručno. Onda imam povjerenja u njih.”

Zaključak:

Adolescentkinje navode da im je potrebno da, pored povjerljivosti, u razgovoru sa stručnim licem dobiju i podržavajući odnos, razumijevanje, podršku, ali i informacije o stručnoj osobi (ko je, šta je studirala, koliko radi,...) i konkretan savjet, a ne da se sve svodi na „biće bolje.“

6. POSTUPANJE STRUČNIH LICA UNUTAR INSTITUCIJA

6.1. Glas adolescentkinja o centru za socijalni rad

Kako bi se ispitalo mišljenje adolescentkinja o centru za socijalni rad, postavljena su im pitanja o tome da li su upoznati sa time šta je centar za socijalni rad, da li znaju u kojim situacijama mogu da im se obrate te da li bi im se obratile ukoliko bi imale neki problem. Važno saznanje dobijeno putem realizovanih konsultacija jeste da je većina adolescentkinja, njih 93%, upoznata sa postojanjem centra za socijalni rad, ali da nisu sve upoznate sa time koja je uloga centra za socijalni rad i kako im on može pomoći. Takođe, nemaju sve učesnice povjerenja u ove institucije. Ovoj razlici može doprijeti to što su neke od njih imale direktno ili indirektno iskustvo sa navedenom institucijom dok su neke od njih imale priliku da se na druge načine informišu o centru za socijalni rad (preko nevladinih organizacija, u školi). Većina onih učesnica koje su imala iskustva, njih 38%, ne bi se ponovo obratile centru za socijalni rad. Samim tim, doživljavanje centra za socijalni rad se razlikuje od adolescentkinje do adolescentkinje.

U nastavku slijedi prikaz djelatnosti koje su djevojčice dovele u vezu sa centrom za socijalni rad.

6.1.1. U kojim situacijama adolescentkinje mogu da se obrate centru za socijalni rad kada imaju problem?

Kako bismo provjerili da li su adolescentkinje upoznate sa informacijom o tome u kojim situacijama mogu da se obrate centru za socijalni rad, pitali smo ih da li znaju čemu služi centar za socijalni rad, koja je njegova uloga te kako i kada mogu da se obrate.

Najveći broj adolescentkinja, njih 91%, je prepoznao centar za socijalni rad kao mjesto gdje se osobe mogu pokušati obratiti ako doživljavaju nasilje, prvenstveno nasilje u porodici, ali ne i nužno da će pomoći. Odnosno, navode kako bi centar za socijalni rad trebao pomoći u navednim slučajevima, ali da to nije nužno pravilo.

“Pomažu ako imamo problema u porodici, nasilje i tada možemo dobiti razgovor sa psihologom i tako možemo prijaviti svoje probleme.”

Učesnice navode da u slučajevima porodičnog nasilja, službenici centra za socijalni rad postupaju tako što pozovu osobu na razgovor, pozovu policiju da uhvate osobu koja se nasilno ponaša, a porodicu smjeste u Sigurnu kuću. Učesnice takođe navode da se u slučaju nasilja organizuju

razgovori sa djecom te da u toku ispitivanja, centar za socijalni rad procjenjuje koliko je ozbiljna situacija te da u najozbiljnijim situacijama dolazi do izuzimanja djece iz porodice.

“Mislim da prvo razgovoraju sa djetetom pa sa roditeljom pa da pokušavaju na najbezbolniji način, da traže alternativna rješenja, ali ako nema rješenja, dijete je prioritet pa se izmješta iz porodice.”

“Centar za socijalni rad se uglavnom spominje “problematičnim učenicima” - kada dođe do nekog problema, vršnjačkog nasilja ili nasilja generalno. Često su nam govorili da ne pravimo probleme da nam ne bi pozvali centar za socijalni rad i tako su kod nas izazivali strah.”

5% učesnica je prepoznalo centar za socijalni rad kao mjesto koje pomaže ljudima u zadovoljenju nekih drugih prava. Konkretno, učesnice su navela da se ljudi mogu centru za socijalni rad obratiti *“ako nemaju kuću ili ako nemaju šta jesti”*.

Pored toga, određen broj učesnica, njih 15%, su prepoznale ulogu centra za socijalni rad u procesu razvoda i dodjeljivanja starateljstva.

“Ja sam imala iskustvo sa razvodom, bili su OK i pomogli su mi jer nisam otišla sa ocem jer nisam to željela.”

S druge strane, oko 11% učesnica koje su čule za centar za socijalni rad, ali nisu upoznata sa time na koji način im može pomoći i ko su osobe koje im tamo mogu pružiti pomoć i podršku.

“Stručne osobe tamo rade, ali nikada nisam imala priliku da ih vidim, koliko imaju godina, da li će se moći približiti nama, nismo pričali o tome.”

“Ja sam prije mislila da su centar za socijalni rad i centar za mentalno zdravlje isto i i dalje ne mogu da povežem koja je razlika”.

“Gore ne može biti, ali ne znam da li će uzeti u obzir to mentalno, više su nekako za porodicu.”

“Zamišljam centar za socijalni rad kao žutu zgradu i tamo imaju lift”.

Važna informacija je da niko od učesnica nije prepoznao centar za socijalni rad kao mjesto gdje mogu dobiti psihološku pomoć i podršku kada su u pitanju konkretno problemi sa mentalnim zdravljem što može da ukazuje na nedovoljnu informisanost o uslugama koje pruža centar za socijalni rad.

Zaključak:

Na osnovu dobijenih informacija može se zaključiti da su učesnice upoznate sa postojanjem centra za socijalni rad, ali ih većine nije upoznata sa informacijom na kojim način i u kojim

situacijama mogu da im se obrate sa pomoć i podršku. Učesnice navode da im je potrebno da znaju kako se u centru za socijalni rad razgovara sa djecom, kako izgledaju socijalni radnici, kako doći u kontakt, koliko to košta te šta bude sa djecom nakon što ih smjestite u "socijalne ustanove". Dalje, potrebno im je da radnici iz centra za socijalni rad budu brižni, pristupačniji, da razgovaraju sa adekvatnom osobom i dobiju savjet te da posjete centar za socijalni rad.

6.1.2. Da li je centar za socijalni rad mjesto gdje adolescentkinje mogu dobiti podršku?

Većina učesnica koje su imale iskustva sa centrom za socijalni rad, njih 88% je naveo kako nisu zadovoljne postupanjem centra za socijalni rad. Tako na primjer, navode kako su razočarane postupanjem jer službenici centra za socijalni rad ne postupaju objektivno, prave probleme djeci umjesto da slušaju njihove potrebe te da ne žele da ih saslušaju. Dijelovi koji slijede, odnose se na iskustva koje su učesnice imale sa centrom za socijalni rad.

"Prijavila sam nasilje u porodici i bila sam par puta na razgovoru kako bih ispričala šta se dogodilo. Oni su došli jednom kući i razgovarali sa nama, ali nakon toga nisu ništa posebno uradili. Nisu nas obilazili skoro godinu dana. Nisam zadovoljna postupanjem jer treba da budu profesionalniji i stručniji u svojim postupanjima."

"Meni bliskoj osobi nisu pomogli. Trpila je nasilje u porodici, imala je i dokaze zbog čega je podnijela zahtjev za razvod i starateljstvo nad djetetom, ali zbog toga što je njen suprug imao vezu, dijete je pripalo njemu i ona sada mora da plaća alimentaciju. Tamo nema pomoći."

"Kada sam se obratila centru za socijalni rad, nisu mi dali da idem kod njih kod psihologa već su me iz, meni nepoznatog razloga, poslali dalje."

"Tamo te uvedu u računar, posjete te dva puta i nakon toga ništa, a na tome se ništa ne rješava."

"Imala sam zaista loša iskustva sa njima. Bavili su se nekim situacijama koje su već završene i koje su manje važne. Razgovor je bio primoran i pod moranje. Sjedim na Sudu i socijalni radnik mi okreće leđa. Bezvoljan rad i nije onako kako treba da bude. Tada mi je bio potreban razgovor, da se ne svodi sve na biće bolje, viša i dublja komunikacija. Upoznali su me samo o tome koliko se dobija za koje krivično djelo i koja se odnose na počinioca, ali ne i za bilo šta drugo".

"Imala često psihičkih problema zbog čega sam koristila terapiju. Išla sam i na razgovora kod psihologa u centru za socijalni rad i to mi uopšte nije pomagalo. Pričala sam sa njima nekoliko godina (jednom-dvaput mjesečno), ali to mi pomogne na mjesec-dva i sve se vrati na isto stanje, kao da mi nisu ništa pomogli. U tom trenutku sam dobila ono što mi je trebalo, da razgovoram sa

nekim i podijelim ono što me muči. U tom momentu je postojalo rješenje koje sam ja očekivala i koje su oni mogli da urade, a oni su samo pričali sa mnom i govorili mi da će to proći i da će biti bolje, a bilo je samo gore i gore. Pored toga, sve su prenosili hraniteljskoj porodici zbog čega je bilo gore. Stvari koje sam tražila da ostanu kod njih, a tiču se porodice, oni su prenosili dalje i dalje.”

“Svaki put kada dođu ili izbjegavaju razgovor sa mnom ili mi govore da će me vratiti majci ako se ne budem ponašala na način na koji oni žele, a ja ne želim da se vratim u porodicu. Pored puno dobrih stvari, svi se fokusiraju na nešto loše. “

“Rekla sam im nekoliko puta šta želim, ali oni ništa od toga nisu uvažili i postupili su onako kako su oni željeli. Želim da saznam neke stvari o svojoj porodici, a centar za socijalni rad ne želi da mi kaže ništa o tome, govori mi da se ne zamaram time, a ja saznam to onda od nekih drugih osoba.”

“U Domu sam 10 godina, svoj centar za socijalni rad sam vidjela posljednji put vidjela prije 6 godina, nisam sigurna zbog čega je to tako, ali mislim da je to zbog toga što ne pravim probleme. Čula sam da su prije nekog vremena bili na kratko, ali ja ih nisam vidjela. “

“Žalila sam se centru za socijalni rad da me u hraniteljskoj porodici maltretiraju, ali oni nisu željeli ništa da preduzmu, izbjegavali su da razgovaraju sa mnom, vjerovali su hraniteljima kada su im govorila da ja lažem i da me oni nikada ne bi maltretirali. U drugoj hraniteljskoj su me isto maltretirali, zaključavali, žalila sam se centru za socijalni rad, saslušaju me, ali ništa ne preduzmu. Radila sam svašta, bježala i slično samo da oni shvate da je meni tu loše i da nešto urade. Manipulisali su sa mnom, radili sa mojim hraniteljima meni iza leđa, i nisu mi ništa govorili. Kada trebaju da me kazne odmah su prvi, a kada treba nešto da se uradi što je dobro za mene, oni ne znaju za taj slučaj.”

“Naš centar za socijalni ne radi svoj posao kako treba. Niko nema povjerenja u njihov rad.”

“Voljele bismo da nas posjećuju malo češće, da sa svima pojedinačno porazgovaraju, provjere kako smo, a ne samo da dolaze ako imamo neki problem. “

“Centar za socijalni rad se ne svodi na pomoć djeci već na političko djelovanje. Ja im se lično nikada ne bih obratila, nisu u redu, nisu korektni. U školi nam je bila socijalna radnica koja je pričala više politički i tražila je da budu punoljetni učenici kako bi mogla da skupi glasove za izbore.”

“Pomogli bi nam da imamo jedno 1000.00KM i dobru vezu.”

Iako većina učesnica smatra da im centar za socijalni rad ne može pružiti pomoć i podršku, ima i onih koji vide centar za socijalni rad kao mjesto gdje se MOŽE dobiti podrška.

“Ja mislim da je efikasnost centra za socijalni rad dosta uznapredovala i da ima dosta primjera kada oni djeluju na terenu, pozitivnih primjera. Smatramo da pomažu ljudima i drago nam je da je tako u kakvom društvu živimo.”

“Razgovarala sam sa njima u vezi škole i pitala su me što ne idem u školi i nagovarali me da se vratim. Bila sam zadovoljna, bio je lijep razgovor. Bilo je dobro i zanimljivo jer me ta osoba pokušala nasmijati.”

“Obratila bih im se jer mislim da bi mi mogli pomoći.”

“Imam povjerenja u svoj centar za socijalni rad, ali bih voljela da češće dolaze. Jako se lijepo ponašaju prema meni, pitaju me kako sam, kako je u školi, zagrlili me, poljubi me, što nisam dobijala od mame.”

“Radnici centra za socijalni rad treba da pomognu osobama kako bi se osjećali sigurno”.

Zaključak:

Iako su neke od učesnica navele da imaju povjerenja u centar za socijalni rad i da vjeruju da je kvalitet usluga koje pruža uznapredovao, većina njih ne vidi centar za socijalni rad kao sigurno mjesto. Razlog tome može biti nepristupačno i nedovoljno informacija o mogućim uslugama te o pružaocima usluga. Drugi razlog tome može biti negativno iskustvo koje ukazuje na više problema u centru za socijalni rad kao što su: strah od osude i nepovjerenje u stručna lica, nedovoljna posvećenost stručnih lica djeci, neshvatanje ozbiljno problema koje djeca imaju, neinformisanje djece o važnim pitanjima, odsustvo dublje komunikacije i fokus na ono što djeci nije važno i što nije u skladu sa njihovim potrebama, izbjegavanje kontakta te korištenje prijatni u svrhu kontrole ponašanja. Pored navedenog, značajna informacija je da sve ispitanice centar za socijalni rad uglavnom povezuju sa problemom nasilja dok sa aspektom mentalnog zdravlja nisu upoznate.

6.2. Glas adolescentkinja o centru za mentalno zdravlje

U cilju ispitivanja mišljenja adolescentkinja o centru za mentalno zdravlje, razgovarano je sa njima o tome kako vide centar za metalno zdravlje, da li su upoznate kako im Centar može pomoći i kada se mogu obratiti za pomoć i podršku.

Za razliku od centra za socijalni rad, sa kojim je većina učesnica upoznata, znatno manji broj njih je upoznat sa postojanjem i ulogom koju obavlja centar za mentalno zdravlje. Većina njih, 69%, nije upoznata sa time ko radi u centru za mentalno zdravlje, kako i kome pomaže i na koji način se mogu obratiti navedenoj instituciji. Pored navedenog, određene učesnice su imale i negativne iskustva u centru za mentalno zdravlje.

U nastavku slijedi prikaz djelatnosti koje su djevojčice dovele u vezu sa centrom za mentalno zdravlje.

6.2.1. Da li su adolescentkinje upoznate sa radom centra za mentalno zdravlje?

Većina učesnica, njih 69%, nije upoznata sa time šta radi centar za mentalno zdravlje i kako se mogu tamo obratiti. Navode kako smatraju da se tamo uglavnom baziraju na probleme kao što su halucinacije, droge i slično te da se odnosi na probleme koji imaju odrasli, ali ne i na probleme djece.

“Većina građana gleda na to kao na nešto gdje idu lude osobe, psihopate, narkomani, možda na neki način te ustanove i pomognu.”

“Nismo dovoljno upoznati sa time. Najbolje bi bilo da se o tome govori u školama.”

“Ne znamo koji sadržaj nudi centar za mentalno zdravlje, znamo da postoji. Mislim da je pružanje pomoći tamo polovično jer sam čula neke priče, ali sad ne znam kako je jer nismo imali iskustva. Ne znamo o tome jer nas niko nikada nije upoznao o tome. Ja mislim da se ta usluga ne plaća, da je to na državnom nivou, kao i škola i da je to dostupno svima nama da se obratimo putem broja ili mejla. “

Učesnice navode da im je potrebno da znaju kako izgledaju tretmani u centru za mentalno zdravlje i kako oni pomažu, koliko košta i da te sve informacije budu na jednom mjestu (prema njihovim riječima, najbolje web stranica da postoji sa svim neophodnim informacijama). Smatraju i da u školama treba da se pokrenu kampanje o tome te da se organizuju posjete u Centre ili da se organizuju dani otvorenih vrata kada će imati priliku da posjete Centre i informišu se u svemu. Dalje, navode da im je potrebno da im sve informacije i usluge budu pristupačnije i da ne moraju dugo vremena gubiti kako bi se o svemu informisale.

Zaključak:

Na osnovu odgovora učesnica, može se zaključiti da većina njih nije upoznata sa radom centra za mentalno zdravlje niti sa time kako i kada mogu da im se obrate. Neke od njih, smatraju da

se navedenoj ustanovi mogu obratiti samo odrasle osobe te osobe koje imaju teža psihička oboljenja ili neke teškoće u intelektualnom funkcionisanju. Navode da bi voljele da imaju više informacija o radu centra za mentalno zdravlje jer im je važno da znaju kako izgledaju tretmani, kako oni pomažu te koliko koštaju. Voljele bi da sa školama idu u posjetu centru za mentalno zdravlje ili da se organizuju dani otvorenih vrata kako bi oni sami mogli da odu i informišu se.

6.2.2. Da li centar za mentalno zdravlje pomaže osobama kada se jave za pomoć?

Na pitanje da li u centru za mentalno zdravlje, osobe mogu dobiti pomoć, kako one zamišljaju njihov rad te da li bi se i one same obratile ukoliko bi imale neki problem, učesnice, njih 20%, navode da iako nisu upoznate sa centrom za mentalno zdravlje, da vjeruju da ova ustanova pomaže ljudima. Na primjer, neke navode da oni pomažu starim osobama, bolesnim osobama koje su u kolicima, osobama koje ne čuju dobro ili imaju epilepsiju. Dalje, učesnice su navela da zamišljaju da u centru za mentalno zdravlje pitaju ljude šta im treba, da li su dobro ili ne, da li imaju nekih problema koji oni mogu da riješe.

“U centru za mentalno zdravlje radi gospođa sa plavom kosom i bijelim cipelima i mislim da se ponaša dobro, ali ne znam jer nisam bila tamo. Mislim da je ljubazna prema drugima. Potražila bih pomoć tamo kada bi mi bila potrebna da pomoć.”

“Vjerujem da pomažu jer je od strane institucija, vjerujem da oni tamo koji rade podstiču osobe i ohrabruju ih da ima način da se sve to prebrodi i da postoji izlaz.”

“Ja sam zadovoljna njihovim radom. Postupili su prema meni profesionalno i mnogo individualnije pristupili pregledu.”

“Tu ljudi dobijaju pomoć u vezi sa psihičkim problemima. Tu rade psiholog i psihijatar.”

S druge strane, slično kao i kod centra za socijalni rad, učesnice koje su imale iskustvo, njih 84%, navode da centar za mentalno zdravlje nije mjesto gdje se može dobiti pomoć navodeći da kada su se obratile nisu dobile što im je bilo potrebno, a to su razgovor, savjet, pomoć, saslušanje i želja da im neko pomogne. Pored navedenog, nisu dobila ni informacije o onome što im se dešavalo i samom terapijskom procesu. Primjetno je da je kod svih učesnica prisutno nezadovoljstvo i razočarenje postupanjem stručnim licima te da je kod većine dovelo do toga da se same nose sa svojim problemima i da nemaju povjerenja u institucije.

Dijelovi koji slijede, odnose se na iskustva koje su učesnice imale sa centrom za mentalno zdravlje.

“Ja sam prošla dosta psihologa, psihijatara i samo kažu biće bolje, nemoj razmišljati o tome, zaključaj to u jednu ladicu i ostavi tu, nemoj otvarati, dok postoje one i koji govore nemoj to potiskivati i onda vremenom naučiš da sam prolaziš kroz sve to.”

“Ja sam bila kod par psihologa i psihijatara i nijedan mi nije pomogao. Trebao mi je razgovor i način kako da se nosim sa problemima. Govorili su mi biće bolje, prestani i kada su vidjeli da to ne ide, samo su mi dali terapije sa kojima sam završila prije par mjeseci i sada mi se sve polako vraća i ja sad to sve skrivam dok ne nađem osobu sa kojim bi mogla razgovarati. Nekada sam dobijala prostor za razgovor, ali u većini situacija nisam. Kada sam bila kod psihijatra, dali su mi samo lijekove i neke tehnike šta da radim kada osjeća, bijes što mi je samo postalo loša navika.”

“Stručna osoba mi je rekla da treba da riješim problem sama sa sobom i da pronađem osobu u kojoj ću pronaći mir kako bi mi bilo bolje.”

“Naše probleme ne shvataju ozbiljno, misle da je to pubertet, dječije nešto i govore da će proći, biće ti smiješno kada odrasteš. Biće mi smiješno kada odrastem, ali nije sada. Meni je sada loše, pomoz mi sada, a ne da mi govore da popijem tablete.”

“Neki psiholozi žele da riješe problem, imaju veliku želju, a neke nije briga. Zakažu termin i žele da ga se što prije riješe da obave to, dobiju svoju platu i jednostavno ih nije briga za nas.”

“Ne vidim pomoć u centru za mentalno zdravlje. Pristup nije bio onakav kakav je trebao da bude. Ispitali su me šta se dešavalo, a nije nimalo lako sve to pričati. Ne vidim pomoć u tome da me svi pitaju šta se dogodilo, ali niko me nije pitao kako sam i kako je to uticalo na mene (nasilje u porodici).“

“Doživljavala sam maltretiranje od vršnjaka, svakodnevno su me izazivali što je mene ljutilo i nisam se mogla kontrolisati zbog čega su me odvedili kod dječijeg psihijatra koji mi je dao da pijem lijekove. Ja mislim da nisu meni bili potrebni ti lijekovi već onima koji su me izazivali. Niko mi nije objasnio čemu služe lijekove, samo su mi dali lijekove, pila sam ih godinu i po dana, a kada više nisam željela, govorili su mi da će me odvesti na psihijatriju. Voljela bih da su pričala sa nama troma pa da oni dobiju pomoć ako im je bila potrebna, a ne da maltretiraju mene. Voljela bih da je psihijatrica mene poslušala i ono što joj ja kažem, a ne vaspitača. Oni nas pitaju, ali nas onda ne poslušaju. Voljeli bismo da možemo sami da uđemo u kancelariju kod psihijatra.”

“Doktorica mi nije rekla šta tačno pijem i čemu to služi, kada sam se raspitala šta pijem nije mi ništa objasnila, samo mi je rekla sidata, kao da ja znam šta je to i čemu služi. Onda sam počela tražiti na internetu i sestra mi je objasnila pošto je ona medicinski radnik. Kada sam pitala doktoricu samo je rekla da je to za moj problem i ništa više. Prije nego što sam otišla u centar za mentalno zdravlje, svi su mi rekli da ona samo daje lijekove što sam se i uvjerila kada sam išla.”

“Ja sam išla kod psihijatra i on mi je dao terapiju ne na osnovu onoga što sam mu ja rekla, već na osnovu onoga što mu je rekla osoba koja je bila sa mnom.”

“Poslije dužeš vremena sam shvatila da mi je bolje da se sama izborim sa tim jer se pokazalo da su nezainteresovani za svoj rad, za to što su završili. Govorim o problemu, plaćem, a neki mi samo da tablete i kaže da će se riješiti.”

Pored toga, učesnice su navele i da ne bi savjetovala drugima da se obrate centru za mentalno zdravlje jer se mnogo čeka dok se dobije uputnica te se stanje može samo pogoršati. Dalje, navode kako se u državnim institucijama ne bi toliko posvetili kao što bi se posvetili negdje drugdje gdje se plaća te da nemaju informacije na koji način mogu dobiti pomoć od navedene institucije.

Zaključak:

Na osnovu dobijenih odgovora može se zaključiti da većina učesnica koje su imale iskustva sa traženjem pomoći u centru za mentalno zdravlje, smatra da se tamo ne može dobiti adekvatna pomoć i podrška. Kao osnovni nedostaci u radu izdvajaju se sljedeći problemi: duge liste čekanja i finansijski problemi, neefikasnost i nepocvećenost stručnih radnika, odsustvo individualnog pristupa djetetu i problemu, osuđivanje djeteta i prebacivanje krivice, fokusiranje na pitanja umjesto na dijete i njegova osjećanja, banalizovanje problema djeteta na pubertet, nezainteresovanost, nepružanje informacija o problemu, planu rada i (farmako)terapiji.

6.3. Glas adolescentkinja o školama

Kako bismo provjerili kakvo mišljenje adolescentkinje imaju o ulozi škole u zaštiti mentalnog zdravlja i o njihovim iskustvima sa stručnom službom škole, pitali smo ih kako vide stručnu službu, da li bi im se obratile kada bi imale neki problem te da li se u školama govori dovoljno o mentalnom zdravlju.

U nastavku slijedi prikaz osnovnih zaključaka u vezi sa ulogom škole i stručne službe po pitanju mentalnog zdravlja adolescentkinja.

6.3.1. Kako adolescentkinje vide stručnu službu škole?

Sve učesnice su upoznate sa postojanjem stručne službe u školi, ali većina njih, oko 73%, ih ne vidi kao sigurno mjesto. Kod najvećeg broja učesnica, prisutan je strah da će ono što kažu stručnom radniku u školi, saznati i ostatak škole što bi mogli zloupotrijebiti na neki način.

“U mojoj školi se problemi pokušavaju sakriti, ali to na neki način izađe na vidjelo i onda to čitava škola sazna i onda to bude još gore za tu osobu jer su tu onda izazivanja, stalno se to dešava. Škole nisu sigurno mjesto jer kada se sazna za neki psihički problem učenika, drugi to iskoriste protiv njega što se često dešava.”

“Ako nekome kažeš, onda te izdaju.”

“Kada sam bila u osnovnoj školi, ja sam zbog loše ocjene mahinalno rekla da ću se ubiti, nisam mislila to i učiteljica je obavjestila pedagoga, a on mene nije pozvao već je pozvao moje roditelje. Tada me stručno lice iznevjerilo i da sada imam problem, nikome to ne bih rekla.”

“Moja drugarica je otišla kod socijalnog radnika u školu i on je to bez njenog saznanja proslijedio dalje i poslali su je u Centar za mentalno zdravlje u drugi grad i njoj se to nije dopalo jer je željela da to ostane između nje i socijalnog radnika i sad je na nekim jakim tabletama, ali joj to ništa ne pomaže. Mislim da je to moglo da se riješi na dosta blažni način jer odlazak u Centar za mentalno zdravlje šok za dijete od 15-16 godina nego problemi koje ima jer treba da se suoči sa tim da “psihijatrijski slučaj”. Ona nije bila spremna niti je znala da će odlazak kod socijalnog radnika u školu da dovede do toga da ide u Centar za mentalno zdravlje već je mislila da će da priča samo o tome šta joj se dešava. Njoj nije objašnjeno zašto ide tamo, šta će tamo da joj rade, koje lijekove pije i zašto te nije dobila nikakvu dodatnu pomoć.”

“Svakodnevnicu u školama, što je i žalosno, jeste da kada dođemo u školu da se povjerimo i idemo u povjerenju, a to se pročuje, kažu profesoru, razredniku i tu se gubi povjerenje i to se dešavalo.”

Učesnice su podijelile i kako se školski psiholozi uglavnom baziraju na pravila te kako samo pričaju o školi i ocjenama, ali da se niko ne pita zašto su takve ocjene. Navode i kako ih često porede sa drugim učenicima.

“Ja mislim da kod mene u školi psiholog i pedagog ne rade kako treba da rade već se ponašaju kao direktori, nikada ne bih otišla kod njih.”

“Kada sam bila kod školskog psihologa, on je bio drzak prema meni, derala se i onda sam ja počela da plačem, govorila je zašto plačem, a kada nisam ništa odgovarala rekla mi je da izađem i ja sam izašla, sada svaki put kada ga vidim okrenem glavu. Voljela bih da se ponašala prema meni blagoo kao i svi ostali.”

“Želimo da otkrijemo uzrok problema, kako da iskorijenimo problem, dobićemo savjet kako da privremeno riješimo savjet – potruđi se, popravi ocjene, biće to sve bolje; nećemo dobiti konkretan savjet već samo nešto privremeno, da ne mislimo o tome, a to nije rješenje, to nam pomaže par dana, a problem se ne možemo za stalno riješiti. Ja kada sam išla kod stručnih osoba u školi za sve su krivili tehnologiju, smanji internet, nemoj koristi telefon i biće bolje, a internet bi je pomogao da se infromišem o svojim problemima.”

“Ako imamo problema sa nastavnikom i odemo u stručnu službu, uvijek smo mi krivi i ti koji treba da popuste. U stručnoj službi pričaju sa nama kao da imamo dvije godine, a ne sedamnaest.”

Dalje, učesnice navode kako mogu otiću kod školskog psihologa ili pedagoga, ali da je pitanje da li će im pružiti adekvatnu pomoć i podršku. Odnosno, često se dešava da učenici potraže pomoć, ali istu ne dobiju jer psiholozi uglavnom kažu što i učenici sami znaju. Navele su i kako bi im značilo ako ih i uputi negdje dalje, ako im oni samo ne mogu pomoći.

“Ja sam razočarana u posljednje vrijeme nestručnosti stručne službe počevši od pedagoga, socijalnog radnika, psihologa, gdje je bilo dosta slučajeva gdje mi djevojke iznesemo problem, a to se ostavi sa strane ili se riješiva na pogrešan način jer se okrivljuju djevojke, zanemaruju se problemi, djevojke se optužuju jer su manjina u školi.”

“Mene psiholog poziva da dođem kod njega zbog brata i onda mi postavlja nepotrebna pitanja kao da želi nešto da izvuče iz mene što ja neću reći. Ne radi svoj posao kako treba. Nikad mi poslije ne bude lakše, nije mi dala nijedan koristan savjet.”

S druge strane, oko 27% učesnica smatra da u njihovim školama stručna služba obavlja svoj posao na adekvatan način, u smislu da dobiju pomoć i podršku kada se obrate psihologu ili pedagogu. Psiholog i pedagog su tu da ih saslušaju, pruže podršku te da su učenicima pristupačni .

“Poznajem djecu koja idu kod psihologa, ne samo da su bolji u ponašanju, već su i vedrija.”

“Mi u školi imamo divnu psihologicu, stalno radi kreativne radionice i može joj se vjerovati. Međutim, problem je što je stariji učenici ne shvataju ozbiljno i što sve okreću na šalu.”

“Kada je kod nas u školu stigao školski psiholog svako od nas učenika je išao na razgovor i moje iskustvo je bilo da je ona bila zainteresovana i svaku put kada nas vidi, kaže da možemo doći ako imamo neki problem. Njen pristup nije bio kao da je stručno lice, već kao da je prijatelj.”

“U posljednje dvije godine ima više stručne službe, dolaze na časove i tačno se vidi da sve više djece dolazi kod njih. Radionice su prilagođene nama, imamo svi zajedno u grupi, a postoji mogućnost ako neko hoće individualni susret.”

“U mojoj školi ima divna psihologica i ona je nama došla na školski čas i pozvala nas da joj obratimo. Međutim, određenoj djeci je ona dosadna, nema pojma i onda djeca koja žele da idu kod nje neće otići zbog ovih što ih izazivaju.”

“Zezali su me u školi, razgovarala sam psihologom i bilo mi je jako prijatno i lijepo u toku razgovora i rekla mi je da dođem svaki put kada se nešto slično desi.”

Zaključak:

Na osnovu svega prethodno navedenog, mogu se identifikovati sljedeći problemi u postupanju stručne službe škole: nepovjerenje u stručnu službu škole zbog širenja povjerljivih informacija, površan i nestručan pristup stručnih radnika učeniku, neinformisanje učenika o postupanju, stavljanje fokusa na ocjene pri čemu se zanemaruju problemi, banalizovanje problema uzrastom djece, nedovoljna posvećenost u smislu širenja svijesti i psihoedukacije.

S druge strane, određen broj učesnica navodi da im se dopada kreativan pristup stručne službe, posvećenost učenicima i individualni te prijateljski pristup učenicima.

6.3.2. Da li se u školama govori dovoljno o mentalnom zdravlju?

Na pitanje da li se u njihovim školama govori dovoljno o mentalnom zdravlju, sve učesnice su navele da bi voljele da se u njihovim školama više govori o mentalnom zdravlju kroz različite radionice, predavanja, konferencije i više komunikacije sa učenicima. Navele su da bi bilo dobro da takva predavanja ne budu pod moranje već da idu koji su zainteresovani. Isto tako, navode da bi voljele da u školu dolaze službenici iz centra za mentalno zdravlje i centra za socijalni rad, Plavog telefone te osobe koje su i same imale probleme sa mentalnim zdravljem, a koje bi željele o tome razgovarati.

“Kod nas se u školi ne priča o mentalnom zdravlju. Imamo psihologa, ali niko ne ide, nemamo radionice, ne priča se dovoljno, zataškano je u našoj školi, niko ne priča o tome, ne pridaje pažnju i mislim da niko ne bi otišao i pričao o tome.”

“U školama se apsolutno ne govori jer je to kao tabu tema, da škola ne bude na lošem glasu ako se čuje da neko ima psihički problem.”

“Mi imamo i psihologa i socijalnog radnika i djeca uopšte nisu spremna da odu na razgovor jer šta ako ih neko vidi, nisu spremni da se tako suočavaju.”

“Psihički problemi ne mogu nestati ako ne pričamo o njima i komunikacija je potrebna. Škole se baziraju samo na nasilje i kako se to nasilje zove. Na primjer, priča se o nasilju na internetu, ali se ne priča šta to može da prouzrokuje. Ja na Vijeću učenika često pričam o tome i ništa se ne mijanja, samo radimo novu vrstu nasilja.”

Učesnice su istakle i da bi bilo dobro da svi učenici imaju obavezan susret sa školskim psihologom jer je mnogima teško da u grupi govore o svojim problemima, a i zbog toga što su psiholozi i pedagozi na glasu da se kod njih ide samo kada se napravi problem.

“Mentalno zdravlje i traženje pomoći ne treba predstavljati kao apstraktnu stvar već nešto što je normalno - da podijelimo svoj problem, a da ne dobijamo samo pritisak “vi ste u pubertetu”, “to je faza” i slično tome.”

“Potrebno mi je da me neko doživi kao pojedinca, a ne kao grupu.”

“Definitivno bi trebale radionice da se organizuju i za profesore jer oni nisu dovoljno upoznati sa problemima i meni je mnogo drago što sam imala privilegiju da pozovem Plavi telefon da dođe i u školu kod nas jer kao što je psihologica rekla, mnogo više učenika se obratilo za pomoć nakon toga.”

“Prije svega, trebalo bi da se pruži veća pristupačnost stručnoj pomoći, odnosno da psiholog i pedagog ne budu toliko nova i nepristupačna lica, da tamo ne idemo samo kada upadnemo u probleme i osobe kojima bi trebali povjeravati svoje probleme jer su oni ti koji su stručni.”

Zaključak:

Na osnovu svega navedenog može se zaključiti da bi sve adolescentkinje voljele da se u njihovim školama više govori o mentalnom zdravlju kroz različite radionice, predavanja, konferencije i više komunikacije sa svakim učenikom pojedinačno. Smatraju da, ako bi se u školi govorilo o mentalnom zdravlju, da bi to uticalo na smanjenje predrasuda prema osobama koje imaju problema sa mentalnim zdravljem ili idu kod psihologa te bi drugi znali kako postupati prema takvim osobama.

6.4. Glas adolescentkinja o drugim organizacijama (udruženjima)

Pored prethodno navedenih institucija, učesnice su dijelile i svoja iskustva o stručnim radnicima koji rade u drugim ustanovama kao što su različite nevladine organizacije ističući

značaj postojanja ovakvih organizacija. Oko 35% učesnica je navelo da su nevladine organizacije najveći izvor informisanja o mentalnom zdravlju, ali i prostor gdje mogu da podijele svoje probleme i gdje će dobiti razumijevanje.

Određen broj učesnica, njih 25%, koje su i korisnice usluga Dневnih centara navodile su da bi prije otišli kod psihologa tu nego da se obrate stručnoj službi u školi jer znaju da će u Dnevnom centru dobiti pomoć i da će oni nešto uraditi za njih te da im je tu puno bolje.

“Jednom smo se potukli i razgovarali smo sa psihologom o tome, bila sam zadovoljna. Nije se derala na mene, lijepo je sa mnom pričala i svidjelo mi se to. Smireno je razgovorala.”

“Mi često pričamo o svojim problemima na Dječijem parlamentu i općenito mislim da je nama mladima teško pričati o emocijama i mi te teme pokrećemo na Parlamentu i dosta se o tome priča. Mislim da dosta ostaloj djeci pomaže kada mogu da iskažu svoje mišljenje i sve što imaju. Mislim da je nama potrebno više ljudi kojima se možemo obratiti i reći svoje probleme.”

Zaključak:

Pored škola, i ustanova za pružanje psihosocijalne pomoći i podrške, učesnice prepoznaju i značaj nevladinih organizacija u zaštiti i promociji mentalnog zdravlja. Određen broj njih smatra da kroz volonterski angažman i aktivizam, dobijaju i siguran prostor gdje mogu razgovarati o problemima koje imaju te se informisati o mentalnom zdravlju.

7. ZAKLJUČAK I PREPORUKE

Realizovane konsultacije su u skladu sa postavljenim ciljevima, omogućile da se glas adolescentkinja čuje po pitanju njihovih potreba i mišljenja u vezi sa mentalnim zdravljem u Bosni i Hercegovini. U nastavku slijedi prikaz preporuka koje bi prema mišljenju adolescentkinja, omogućile da se potrebe svakog djeteta bolje prepoznaju te da institucije od značaja na adekvatan način odgovore na njih, a što bi u konačnici dovelo i do unaprjeđenja i približavanja usluga iz psihosocijalne zaštite.

7.1. Preporuke o postupanju škole

Najveći broj učesnica je identifikovao školu kao faktor koji najviše može da doprinese poboljšanju mentalnog zdravlja i unaprjeđenja psihosocijalnih usluga. U toku konsultacija, učesnice su podijelile da se u njihovim školama ne govori dovoljno o mentalnom zdravlju te i kada se govori, fokus se stavlja isključivo na teoriju dok se praktične implikacije zanemaruju. U nastavku slijede preporuke adolescentkinja o postupanju škole kao važnog faktora u zaštiti mentalnog zdravlja.

- **Više i konkretnije govoriti o nasilju**

Pored toga što je potrebno da se govori o praktičnim implikacijama, preporuka učesnica je da kada se već govori o nasilju, da se govori o onome što se dešava kod njih, a ne negdje u svijetu te da se govori o tome kakve posljedice nasilje ima po mentalno zdravlje i šta oni mogu da urade po pitanju toga.

- **Organizovati radionice, predavanja i sastanke**

Učesnice navode da je potrebno da u njihovim školama budu češće organizovane interaktivne radionice, predavanja i sastanci na teme mentalnog zdravlja, a koji će biti na dobrovoljnoj bazi.

- **Stvoriti siguran prostor u školi za ranjive kategorije**

Učesnice navode da je prije bilo kakve akcije, neophodno podizavanje svijesti o mentalnom zdravlju i problemima sa istim što bi omogućilo da i drugi učenici koji nemaju problema, razumiju one učenike koji imaju probleme sa mentalnim zdravljem. Sve ovo bi, prema njihovom mišljenju, stvorilo sigurni prostor da se govori o problemima unutar škole. Tako na primjer, mogu da se formiraju grupe podrške gdje će učenici da govore o svojim problemima, a u iste grupe povremeno mogu da se uključe i stručna lica.

- **Odraditi izmjene obrazovanja i nastavnog plana i programa**

Učesnice navode da je neophodna izmjena obrazovanja koja bi podrazumijevala da se o mentalnom zdravlju govori od nižih razreda sa posebnim fokusom na izgradnju saosjećanja i empatije kod djece navodeći primjere da su neke od njih radile takve radionice i da su se pokazale kao efikasne. Kako učesnice smatraju, trebao bi da se formira nastavni predmet koji bi se odnosio na mentalno zdravlje, a takođe navode i da bi u nastavnom planu i programu odjeljske zajednice trebala da stoji tema "Plavi telefon".

- **Edukovati i profesionalno usavršavati nastavno osoblje**

Pored navedenog, učesnice smatraju da škola treba da stavi vaspitno ispred obrazovnog te da i svoja djelovanja usmjeri u skladu sa tim. Konkretno, ulogu nastavnog osoblja vide kao značajnu te su iznijele svoje prijedloge u vezi sa tim. Kako one navode, neophodna je edukacija nastavnog osoblja i njihovo profesionalno usavršavanje koje bi omogućilo da se odnos učenik-nastavnik poboljša te da ocjene ne budu glavni aspekt njihovog odnosa. Učesnice su i predložile da u školama bude obavezna evaluacija svakog nastavnika/profesora.

- **Aktivirati više stručnu službu škole**

Adolescentkinje smatraju da stručna služba škole treba da bude više pristupačna učenicima i da se više aktiviraju tako što će govoriti o mentalnom zdravlju, organizovati radionice i ohrabrivati učenike da potraže pomoć. Učesnice su navela i da bi u svakoj školi trebalo da se organizuje da stručna služba svaki mjesec "obilazi" učenike te da odlazak psihologu bude obavezan za svakog učenika. Odnosno, smatraju da pored grupnog pristupa, mora da postoji i individualni pristup svakom učeniku i njegovom problemu.

Povjerenje se izdvojilo kao bitan aspekt u školi te je prema preporukama adolescentkinja, neophodno da se radi na izgradnji povjerenja između učenika i stručne službe.

- **Pružiti informacije o mentalnom zdravlju i psihosocijalnim uslugama unutar škole**

Na kraju, učesnice smatraju da škola može i da ima ulogu u informisanju učenika o mentalnom zdravlju i psihosocijalnim uslugama na različite načine kao što su kampanje, različiti projekti u kojima bi učenici učestvovali i predstavljali svoje radove u drugim mjestima, zvučni oglasi, plakati na oglasnim tablama na kojima bi se učenici mogli informisati o Plavom telefonu, mjestima i načinima na koje mogu potražiti pomoć te posjete stručnih lica (više o tome u trećem odjeljku).

7.2. Preporuke o postupanju stručnih lica

- **Poboljšati dostupnost informacija o psihosocijalnim uslugama**

Adolescentkinje navode da im je potrebno više informacija o tome gdje sve mogu da pronađu stručnu osobu te da im je potrebno da postoji više osoba kojima se mogu obratiti.

- **Raditi na izgradnji i unapređenju odnosa između stručnog lica i djeteta**

Kako navode učesnice, stručno lice treba da prijateljski postupi prema njima, da im pruži razumijevanje, savjet, brižnost, povjerljivost te da pokažu stručnost i efikasnost. Takođe, navode da bi bilo dobro i poželjno da stručno lice izbjegava korištenja fraza kao što su: "to je samo pubertet", "ti si dijete još uvijek", "proći će", "nemoj razmišljati o tome". Takođe, navode da je potrebno da se stručna lica malo približe djeci što bi se moglo ostvariti kroz njihove posjete školama ili da djeca odlaze u ustanove kao što su centar za socijalni rad ili centar za mentalno zdravlje. Pored navedenog, adolescentkinje su navele da bi stručno lice trebalo da se predstavi i kaže osnovne informacije o sebi pri prvom susretu te čuva povjerljivost razgovora.

- **Informisati dijete o problemu sa kojim se suočava i svim bitnim detaljima**

Učesnice navode da je neophodno da ih stručno lice informiše o njihovom problemu, o tretmanu koji će imati i rezultatima koje mogu očekivati.

7.3. Preporuke o načinima informisanja o mentalnom zdravlju i psihosocijalnoj zaštiti

Učesnice su školu i internet/društvene mreže prepoznale kao osnovne kanale informisanja o mentalnom zdravlju te psihosocijalnoj zaštiti.

- **Pružiti informacije o dostupnosti psihosocijalnih usluga unutar škole**

Kao što je navedeno u prvom odjeljku, navode da bi u školama trebalo više, češće i na drugačiji način da se govori o mentalnom zdravlju te da putem kampanja, oglasnih tabla i zvučnih oglasa, učenici mogu da dobiju informaciju o tome gdje i kako mogu da potraže stručnu pomoć i podršku.

- **Formirati tim koji bi izlazio na teren i direktno radio sa djecom**

Učesnice su navele da bi trebalo da se formira tim koji bi obilazio škole i informisao učenike o mentalnim problemima te načinima kako potražiti stručnu pomoć i podršku. Prema njihovim preporukama, tim bi bio sačinjen od tri osobe od kojih je jedno odraslo stručno lice, druga osoba je osoba koja je imala problema sa mentalnim zdravljem i koja je potražila pomoć i podršku te bi treća osoba bio neko njihovog uzrasta ko je prethodno obučen da govori o datoj temi. Kako one navode, na ovaj način bi se učenici zainteresovali jer neko ozbiljnije shvata kada dođe odrasla osoba, a nekome je zanimljivije kada govori neko od njih. Pored navedenog, navode da bi o samom odnosu između stručnog lica i osobe, najviše voljeli čuti od osobe koja je prošla taj proces i kojoj je u redu da o tome govori.

- **Organizovati posjete centru za socijalni rad i centru za mentalno zdravlje**

Učesnice navode da bi škole trebale da organizuju posjete ustanovama kao što su centar za socijalni rad i centar za mentalno zdravlje te da uživo vide kako to izgledaju ove institucije, ko tamo radi i da postavljaju pitanje u vezi sa nečim što ih zanima. Slično tome, navode da kao što u školama postoje "dani otvorenih vrata" da bi tako i u navedenim institucijama trebali da postoje takvi dani kada bi oni mogli posjetiti na primjer centar za mentalno zdravlje i raspitati se o svemu što ih zanima u vezi za mentalnim zdravljem te uslugama koje nude.

- **Napraviti veb sajt sa svim informacijama o psihosocijalnim uslugama**

Pored navedenog, učesnice navode da je danas najbolje širiti svijest onlajn putem odnosno putem interneta i društvenih mreža. Prema njihovoj preporuci, trebao bi da postoji jedan sajt na kome će biti sve informacije. Odnosno, na sajtu će se nalaziti informacije u vezi sa tim gdje i kako potražiti pomoć u svim gradovima i opštinama Bosne i Hercegovine. Informacije bi se i odnosile ko radi u tim institucijama i preporuke o tim osobama (komentari), kako se osobe mogu zakazati i šta im je potrebno. Pored navedenog, na sajtu bi se nalazile i informacije o najčešćim problemima sa mentalnim zdravljem kao što su anksioznost, depresivnost i suicidalnost. Informacije bi bile kratke i jasne i odgovorile bi na pitanja - gdje, šta, ko i kako. Učesnice smatraju i da je važno da bude prikazana i neka poruka podrške i ohrabrenja. Takođe, učesnice su navele i mogućnost da kada posjete sajt i podijele problem, da ih on usmjerava gdje da potraže pomoć.

Prema njihovim preporukama, na sajtu bi se mogli pronaći i dokumenti, programi koji bi im pomogli da vode svoje mentalno zdravlje i sve što ih zanima u vezi sa tom temom.

- **Iskoristiti uticaj društvenih mreža**

Osim veb sajta, učesnice navode i da bi bilo dobro da na društvenim mrežama postoje stranice koje nude sve navedene informacije ističući i značaj influencersa koji bi mogli da govore o tome.

- **Kreirati brošure i plakate**

Na kraju, učesnice navode da se informisanje može raditi i putem brošura koje bi bile u elektronskoj formi za mlađe i štampanoj formi za starije te da bi se informacije mogle predstaviti preko plakata, bilborda i TV reklama.

7.4. Ostale preporuke

Pored navedenih prijedloga, učesnice su davale i neke druge prijedloge:

- **Obezbjediti sigurno mjesta u gradu gdje se može dobiti psihološka pomoć i podrška**

Adolescentkinje navode da im je potrebno da postoji mjesto gdje se mogu obratiti u svakom trenutku, a pogotovo noći kao što je Plavi telefon (kada bi bio dostupan 24/7) i da takva mjesta postoje u njihovom gradu.

- **Povećati aktivizam kod mladih**

Učesnice navode da bi se aktivizam u svim lokalnim zajednicama trebao povećati jer se na taj način može dosta raditi na jednakosti i govoriti o važnim temama. Učesnice su navele da bi o mentalnom zdravlju adolescentkinja posebno trebalo da se govori jer je u današnje vrijeme stavljen veliki pritisak na njih. Predložile su da bi u svakom gradu mogla da se organizuje trka-maraton pod slagom "Trčimo za mentalno zdravlje djevojčica" te da bi svi adolescenti mogli učestvovati u tome.

- **Izradati aplikacija za hitne slučajeve**

Adolescentkinje su dale i prijedlog kao što je aplikacija za hitne slučajeve koja bi funkcionisala po principu da na osnovu pametnih satova, druga - nama bliska osoba, može biti upoznata da nismo dobro što bi se utvrdilo na osnovu nekih pokazatelja koje bi sat mogao registrovati.