

MINI SIMPOZIJUM

PODRŠKA MENTALNOM ZDRAVLJU MLADIH U SRBIJI: HITNO I BITNO

¹ Univerzitet u Beogradu, Medicinski fakultet, Katedra za psihijatriju

² Institut za mentalno zdravlje, Beograd

³ Filozofski fakultet, Odeljenje za psihologiju, Beograd

STANJE MENTALNOG ZDRAVLJA MLADIH U SRBIJI: NA ŠTA NAS UPOZORAVAJU NAJAKTUELNIJI PODACI?

Milica Pejović Milovančević^{1,2}, Marija Lero²,
Marija Mitković Vončina^{1,2}, Oliver Tošković³

DOI: 10.5937/53_SNM25023P

Studije prevalencije od izuzetnog su značaja u oblasti javnog zdravlja i psihijatrije jer pružaju jasnu sliku o učestalosti poremećaja u populaciji, oslikavajući aktuelne potrebe društva. Kada je reč o dečjoj i adolescentnoj psihijatriji, ovakve studije su relativno retke zbog složenih zahtevanih izvođenja. Tokom 2024. i 2025. godine, u okviru Projekta krizne psihosocijalne podrške zajednici, koji realizuje Vlada Republike Srbije, sprovedena je prva Studija prevalencije mentalnih poremećaja dece i mladih u Srbiji, uz podršku Ministarstva prosvete, nauke i tehnološkog razvoja, kao i psihologa i pedagoga iz osnovnih i srednjih škola.

Radi se o studiji preseka, na nacionalno reprezentativnom uzorku od 2342 učenika uzrasta 11 - 19 godina, iz osnovnih i srednjih škola u Srbiji, koja je uključila sledeće instrumente: opšti upitnik, Strengths and Difficulties Questionnaire, Social and Occupational Functioning Assessment Scale, Suicidal Ideation Attributes Scale i Mini International Neuropsychiatric Interview for Children and Adolescents.

Rezultati pokazuju da 19.5 % učenika u Srbiji pokazuje simptome nekog psihijatrijskog poremećaja - 9 % učenika javlja da ima tužne misli ili je pokušalo samoubistvo, 8.7 % ima simptome kliničke depresije, anksiozni poremećaji pogađaju oko 5 % mladih, najčešće u vidu paničnog poremećaja (2.4 %), više od 14 % učenika prijavljuje samopovređivanje, a 4.2 % ima pokušaje samoubistva. Oko 27.7 % ispitanika je iskusiolo fizičko zlostavljanje u porodici, a 5.4 % je bilo žrtva vršnjačkog nasilja.

Podaci ukazuju na visoku učestalost psihijatrijskih poremećaja među mladima u Srbiji, koja se može dalje usložnjavati usled nedostatka stručnjaka, prisustva stigme i nedovoljne dostupnosti usluga. Zato je važno da ovakva istraživanja ne ostanu samo brojke, već da posluže kao putokaz za delovanje. Svrha studije biće ispunjena ako će država i zdravstvene institucije iskoristiti ove podatke za planiranje potrebnih stručnih kadrova i usluga, usmeravanje finansijskih sredstava ka prioritetnim oblastima i donošenje zakona i razvoj strategija za prevenciju mentalnih poremećaja kod dece i mladih.

Ključne reči: prevalencija, mentalno poremećaji, deca i mladi

¹ Univerzitet u Beogradu, Medicinski fakultet, Katedra za psihijatriju

² Institut za mentalno zdravlje, Beograd

³ UNICEF Srbija

INOVACIJE U POMOĆI MENTALNOM ZDRAVLJU MLADIH U SRBIJI: MINIMALNI PAKET USLUGA PSIHOSOCIJALNE PODRŠKE ZA MLADE

Marija Mitković Vončina^{1,2}, Danilo Pešić^{1,2}, Ana Munjiza Jovanović^{1,2},
Stanislava Vučković³, Bojana Jevtović³, Milica Pejović Milovančević^{1,2}

DOI: 10.5937/53_SNM25023M

Doba adolescencije i postadolescencije predstavljaju doba mogućnosti ali i doba rizika kada se radi o mentalnom zdravlju. Tri četvrtine svih mentalnih poremećaja prvi put se javi do 24. godine, i ukoliko mlada osoba ne dobije podršku, problemi mentalnog zdravlja u ovom dobu mogu dovesti kako do narušavanja aktuelne funkcionalnosti tako i do narušavanja same razvojne putanje i značajnih posledica kroz dalji život. Navedeno govori o važnosti pravovremene podrške na različitim nivoima prevencije, ali procene ukazuju da manji broj mladih dobije adekvatnu podršku na vreme. Naša zemlja nalazi se u posebnom izazovu, s obzirom na prepoznate značajne potrebe, a oskudne resurse za pružanje psihosocijalne podrške.

U ovom radu biće prikazani savremeni pristupi psihosocijalnoj podršci za mlade. Preporuke Svetske zdravstvene organizacije i UNICEF-a ukazuju na važnost palete psihosocijalnih intervencija na različitim nivoima prevencije. Posebna pažnja biće posvećena inovativnom modelu psihosocijalne podrške mladima u Srbiji, koji je kreiran u partnerstvu UNICEF-a, Instituta za mentalno zdravlje, i organizacije Orygen. Ovaj model podrazumeva dizajniranje Minimalnog paketa usluga psihosocijalne podrške za mlade (MPUM), odnosno skupa alata zasnovanih na dokazima, za psihosocijalnu procenu i pružanje intervencija mladima sa teškoćama u domenu mentalnog zdravlja (intervencije za upravljanje teškim emocijama i dnevnim aktivnostima, intervencije za izgradnju veština komunikacije i rešavanja problema, podrška zasnovana na znanjima o traumi, porodične intervencije, ključni koraci u stanjima rizika i u fazi oporavka). Ovaj model uključuje i predložene mehanizme za unapređenje intersektorske saradnje i algoritma upućivanja koji mogu da olakšaju put mlade osobe kroz različite usluge i sisteme, a u cilju optimalne podrške. Ovaj model implementiran je u tri javna sektora (obrazovanje, zdravstvena zaštita, socijalna zaštita) u pet opština u Srbiji, i rezultati pilot evaluacije ukazuju na povoljne efekte na polju efikasnosti, poboljšanja funkcionalnosti i smanjenja tegoba, opravdavajući dalje proširenje implementacije i istraživanja njenih efekata.

Zahvalnica: Ovaj rad podržan je od strane UNICEF Srbija u okviru projekta “Supporting Adolescent Mental Health in Serbia: Strengthening Capacities of Mental Health Professionals” (No. REF: BGD/PGM/DK/SV/2022-614), sprovedenog u saradnji sa Institutom za mentalno zdravlje i organizacijom Orygen iz Australije. Zahvaljujemo se i Ani Radovanović i Emiliji Jeremić za njihovo učešće u realizaciji projekta.

Ključne reči: psihosocijalna podrška, mentalno zdravlje, adolescencija, mladi

¹ Univerzitet u Beogradu, Medicinski fakultet, Katedra za psihijatriju

² Institut za mentalno zdravlje, Beograd

TELEZDRAVSTVO KOD MLADIH SA MENTALNIM TEOBAMA

Ana Munjiza Jovanović^{1,2}, Danilo Pešić^{1,2},
Marija Mitković Vončina^{1,2}, Milica Pejović Milovančević^{1,2}

DOI: 10.5937/53_SNM25024J

Telezdravstvo uključuje pružanje zdravstvenih usluga i informacija putem digitalnih i telekomunikacionih tehnologija, kao što su video pozivi, telefonske konsultacije, usluge putem interneta i mobilne aplikacije. Ovo omogućava zdravstvenim radnicima da pružaju usluge i savete pacijentima na daljinu, obezbeđujući edukaciju, podsetnike, intervencije i praćenje. Cilj je poboljšati dostupnost zdravstvene zaštite, sprečiti širenje zaraznih bolesti tokom epidemija, povećati dostupnost usluga za one sa ograničenim pristupom, poboljšati komunikaciju unutar zdravstvenih timova i pružiti savete. Istraživanja, uglavnom iz razvijenih zemalja, pokazuju da telezdravstvo efikasno poboljšava mentalno zdravlje i rešava probleme kroz intervencije stručnjaka koristeći razne telezdravstvene metode. Ova praksa je posebno prisutna u oblasti mentalnog zdravlja dece i mladih. Digitalne intervencije mogu trajati od kratkih do višenedeljnih sesija i često koriste kognitivno-bihevioralnu terapiju, pokazujući pozitivne rezultate. Ipak, izbor najefikasnijeg telekomunikacionog pristupa zavisi od individualnih potreba i stanja pacijenata, što ostaje izazov. Pored prednosti, postoje tehnička i infrastrukturna ograničenja, naročito u manje razvijenim regionima. Etički i pravni izazovi u telepsihijatriji obuhvataju sigurnost informacija, kompetentnost kliničara, pravne i finansijske aspekte, kao i društvena pitanja.

Planiramo da na simpozijumu podelimo iskustva iz pilot projekta “Implementacija telezdravstvenih usluga za adolescente sa mentalnim tegobama,” razvijenog u saradnji Instituta za mentalno zdravlje sa UNICEF-om, i da promovisemo principe telezdravstvene podrške koje smo objednili u vodiču za pružanje telezdravstvenih usluga mladima sa mentalnim tegobama u zdravstvenom sektoru.

Ključne reči: telezdravstvo, problemi mentalnog zdravlja mladih, telepsihijatrija

¹ Univerzitet u Beogradu, Medicinski fakultet, Katedra za psihijatriju

² Institut za mentalno zdravlje, Beograd

PSIHOTERAPIJA MLADIH ZASNOVANA NA DOKAZIMA I NJENE SPECIFIČNOSTI

Danilo Pešić^{1,2}, Marija Mitković Vončina^{1,2},
Ana Munjiza Jovanović^{1,2}, Milica Pejović Milovančević^{1,2}

DOI: 10.5937/53_SNM25024P

Mladima sa problemima mentalnog zdravlja prae-nim značajnijom disfunkcionalnošću nekada je potrebna podrška koja prevazilazi preventivno usmerene psihosocijalne intervencije, odnosno podrška koja podrazumeva intenzivniji, psihoterapijski tretman. Psihoterapijski tretman za mlade koji se zasniva na dokazima, oslanja se na empirijski potvrđene metode prilagođene razvojnim specifičnostima. Od značaja za planiranje i sprovođenje psihoterapijskog tretmana za mlade su različiti faktori koji se tiču razvojnog stadijuma, aspekata identiteta, veština upravljanja teškim emocijama, porodičnih odnosa, traumatskih iskustava, i drugih faktora od značaja. Stoga psihoterapijski pristup mladima zahteva fleksibilan i razvojno senzitivni pristup. Poseban izazov predstavlja uspostavljanje terapijskog saveza sa mladima, koji leži u osnovi procesa promene, pri čemu terapeut balansira između autonomije mlade osobe i saradnje sa porodicom.

Istraživanja efikasnosti psihoterapije u ovom uzrastu najvećim delom zasnivaju se na evaluaciji kognitivno-bihevioralne terapije, kao i na specijalizovanim terapijama prvobitno namenjenim tretmanu emocionalne disregulacije. U paleti različitih specifičnih tretmana, izdvajaju se dijalektičko-bihevioralna terapija za adolescente (DBT-A), shema-fokusirana terapija (SFT), terapija zasnovana na mentalizaciji za adolescente (MBT-A) i transferno-fokusirana terapija kod adolescenata (TFP-A). Posebno mesto kada su mladi u pitanju zauzima psihoterapija u grupnom kontekstu, s obzirom na specifičnu važnost vršnjačke grupe u ovom uzrastu u interakciji sa drugim lekovitim grupnim terapijskim faktorima. Velike metaanalize potvrđuju efikasnost grupnog pristupa u tretmanu različitih stanja, posebno u institucionalnom okruženju. U finalu, značajan deo psihoterapijskog rada sa mladima predstavlja i porodična terapija, s obzirom na to da odnosi u porodici mogu biti pokretač problema ali i pozitivne promene.

Ključne reči: psihoterapija, mentalno zdravlje, adolescencija, mladi